

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -24 अंक - 03 मई-1-2022 (पाक्षिक) माउण्ट आबू Rs. 8.50

विशाल संत सम्मेलन एवं संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी के 98वें जन्मदिवस पर भव्य एवं अलौकिक आयोजन

‘गीता ज्ञानामृत द्वारा स्वर्णिम भारत का निर्माण’ सभी एकमत



संत सम्मेलन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी दीदी, ब्र.कु. मृत्युंजय माई, डॉ. लोकेश मुनी, स्वामी सोमेश्वरानंद, स्वामी कृष्णदेवानंद गिरि, राजयोगिनी ब्र.कु. वसवराज माई।

शांतिवन-आबू रोड। ‘गीता ज्ञानामृत द्वारा स्वर्णिम भारत का निर्माण’ विषय पर आयोजित त्रिदिवसीय ‘संत समागम’ में देशभर से नामचीन संत एवं महात्मा शामिल हुए। उद्घाटन समारोह को सम्बोधित करते हुए श्रीराम शक्तिपीठ संस्थान के पीठाधीश्वर श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर स्वामी सोमेश्वरानंद सरस्वती जी महाराज ने कहा कि मौजूदा दौर में अध्यात्म ही है जो मनुष्य को सही राह दिखा सकता है। उन्होंने कहा कि देवी-देवताओं जैसा ही मानव का स्वभाव होना चाहिए। इससे मानव समाज देव तुल्य हो जायेगा। ब्रह्माकुमारी संस्थान का प्रयास जरूर एक दिन रंग लायेगा। नारी शक्ति का यहाँ अनुपम उदाहरण देखने को मिला है। ब्रह्माकुमारी की अतिरिक्त

समस्त मानव समाज को अपने और परमात्मा के परिचय से जीवन में आदर्श मूल्यों को अपनाते हुए स्वयं को श्रेष्ठ बनाना चाहिए। दिल्ली से आए

द्वारका जूना अखाड़ा के मुम्बई से आए जगद्गुरु सूर्याचार्य स्वामी कृष्णदेवानंद गिरि जी महाराज ने कहा कि ब्रह्माकुमारी की मुरली जीवन

वैकुंठ का रास्ता तय होगा। यहाँ के राजयोगी व राजयोगिनी हीरे हैं, इनके माध्यम से ही पूरे विश्व में परमात्मा का पैगाम पहुंच रहा है। ब्रह्माकुमारी के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि हमारी संस्कृति ही हमारी पहचान है। इसको बनाये रखने के लिए जीवन में ध्यान और राजयोग को अपनाना चाहिए। जयपुर की उपक्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. सुषमा दीदी ने राजयोग के बारे में विस्तृत जानकारी देते हुए सभी को गहन शांति की अनुभूति के साथ ईश्वरानुभूति करायी। पंचायती उदासीन अखाड़ा पटौदी, श्रीमत जगद्गुरु विश्वकर्मा महासंस्थान सावित्री पीठ काशीमठ कर्नाटक के अष्टोत्तर शता श्री शंकराचार्य सामेश्वरानंद सरस्वती जी महाराज समेत देश के कई

समा में महानुभावों के भावपूर्ण शब्द...

नारी शक्ति का यहाँ अनुपम उदाहरण : स्वामी सोमेश्वरानंद

मानवता का संदेश दे रही ब्रह्माकुमारी संस्था : डॉ. लोकेश मुनी

जीवन जीने की कला सिखाती है ब्रह्माकुमारी की मुरली : स्वामी कृष्णदेवानंद गिरि

विश्व अहिंसा परिषद् के अध्यक्ष आचार्य डॉ. लोकेश मुनी जी ने कहा कि आज के समय में हर किसी को ध्यान, मेडिटेशन और आयुर्वेद की

जीने की कला सिखाती है। मधुबन से यह मुरली हर घर में जानी चाहिए। श्री पंचायती उदासीन नया अखाड़ा हरिद्वार से आए स्वामी धर्मदेव जी

50 संत महात्माओं और हजारों अनुयायियों ने मनाया 98 वर्षीय राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी का जन्मदिन



एक सदी के करीब पहुंच चुकी अध्यात्म प्रज्ञा, लोगों के आध्यात्मिक उत्थान में अपना पूरा जीवन न्योछावर करने वाली ब्रह्माकुमारी संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी का 98वां जन्म दिन संस्थान में देश-विदेश से आए बीस हजार लोगों में देश-विदेश से आए बीस हजार लोगों के बीच मनाया गया। कार्यक्रम में दादी रतनमोहिनी ने सभी का अभिवादन करते हुए कहा कि हमारा जीवन लोगों की और परमात्मा की सेवा में अंत तक रहे। दुनिया के प्रत्येक मनुष्य परमात्मा के बच्चे हैं। सबका अधिकार है कि वे परमात्मा से शक्ति लेकर सुखी रहें। इस मौके पर अहिंसा विश्व भारती के संस्थापक डॉ. लोकेश मुनि ने कहा कि दादी रतनमोहिनी एक ऐसी जीती जागती मिसाल हैं, जिनकी शक्ति दुनिया बदलने में सक्षम है। दादी ने अपना पूरा जीवन ही मानवता की सेवा में लगा दिया। आज पूरे संत समाज की ओर से हम दादी के दीर्घायु होने की कामना करते हैं। इस मौके पर संस्थान के महासचिव ब्र.कु. निर्वैर तथा अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने भी दादी को जन्मदिन की बधाई दी। कार्यक्रम में फिल्म अभिनेत्री सिमरन आहूजा तथा भाग्यश्री ने कहा कि दादी साक्षात् माँ हैं। इनके सानिध्य में आने से ही ऊर्जा का संचार होने लगता है। संस्थान की संयुक्त मुख्य

प्रशासिका ब्र.कु.मुनी दीदी, मीडिया प्रभाग अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा, घाटकोपर सबजोन प्रभारी ब्र.कु. नलिनी दीदी, जयपुर सबजोन प्रभारी ब्र.कु. सुषमा बहन व संस्थान के कार्यकारी सचिव ब्र.कु.मृत्युंजय ने भी विचार व्यक्त किये।

98 बहनों ने किया स्वागत नृत्य, निकाली शोभायात्रा

दादी के स्वागत में उनके आवास से शांतिवन के डायमंड हॉल तक बैंड-बाजों के साथ शोभायात्रा निकाली गई, जिसमें बड़ी संख्या में बहनें अपने सिर पर कलश लेकर चल रही थीं। दादी को बंधी में बिठाया गया। दादी रतनमोहिनी की उम्र 98 वर्ष की हुई, इसके सम्मान में 98 बहनों ने स्वागत नृत्य किया गया। दादी के जीवन पर गुजरात के कलाकारों द्वारा नृत्य नाटिका भी प्रस्तुत की गई।

आध्यात्मिक शक्तियों से ही होगा विश्व का उद्धार: जगद्गुरु

जूना अखाड़ा बोरीवली मुम्बई के जगद्गुरु सूर्याचार्य कृष्णदेवानन्द गिरि जी महाराज, पीठाधीश्वर वाल्मिकी धाम उज्जैन बाल योगी उमेश नाथ महाराज ने कहा कि ऐसी महान विभूतियां इस सृष्टि मंच पर रहेंगी, तो निश्चित तौर पर आसुरी प्रवृत्तियों का सफाया होगा। अयोध्या के पीठाधीश्वर जन्मजेय शरण जी महाराज ने दादी को जन्मदिन की बधाई देते हुए आशा व्यक्त की कि दादी का आशीष हम पर सदा यूँ ही बना रहे।

संतों का हुआ सम्मान : संत जनों को मोमेंटो भेंट कर सम्मानित किया गया। उन्हें माला और साफा पहनाकर ईश्वरीय सौगात दी गई।

सांस्कृतिक संध्या में कलाकारों ने बांधा समा : कार्यक्रम में अलग-अलग स्थानों से आये कलाकारों ने सुंदर प्रस्तुति द्वारा समा बांध दिया।

मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी दीदी ने कहा कि

बहुत जरूरत है। ये संस्था मानवता का संदेश दे रही है।

महाराज ने मधुबन की महिमा करते हुए कहा कि यहाँ से ही

नामचीन संतों ने अपने विचार व्यक्त किये।



शांतिवन के डायमंड सभागार में दादी रतनमोहिनी का 98वां जन्मदिन हर्षोल्लास के साथ मनाया गया जहाँ सभी संतजनों ने दादी को सम्मानित कर उनके दीर्घायु की कामना की। देश-विदेश से आये हजारों भाई-बहनों ने कार्यक्रम में शरीक होकर दादी को हृदय से जन्मदिन की बधाई दी।

हम स्वयं ही हैं स्वयं के सी.ए. और ऑडिटर

मार्च एंडिंग : जीवन के हिसाब की बैलेंस-शीट भी तैयार करना चाहिए...

मार्च मास यानी कि हिसाब-किताब का मास। छोटे-बड़े, पढ़े-अनपढ़े, व्यापारी-उद्यमी और सरकार सभी तेजी और मंदी, अभाव और महंगाई के साथ मार्च को जोड़ देते हैं। व्यापारी और बड़ी लिमिटेड कंपनियां बाजार में आम आदमी के दिमाग में असर पहुंचे ऐसा वातावरण क्रियेट करते हैं। मार्च मास के बहाने निकालकर लेनदार की बोलती बंद कर देते हैं। और लेनदार भी समझ जाते हैं कि ये मास अप टू डेट करने का मास है, इसलिए वे भी उसी अनुसार अपना माइंड बना लेते हैं। सचमुच में 'मार्च एंडिंग' शब्द उच्चारने में भी गौरव अनुभव करते हैं। उसमें भी खास नौकरी करने वाले।

सवाल यह खड़ा होता है कि मार्च मास में जब साल भर के नफा और नुकसान का निष्कर्ष निकलता हो तो परमात्मा ने जो ये अमूल्य जीवन दिया है, उसका हिसाब-किताब क्यों नहीं..... !!! हम ही अपने आप के सी.ए. और अपने आप के ऑडिटर। लेकिन दुःख की बात यह है कि हम में



डॉ. गंगाधर

से ज्यादातर लोग इतने धार्मिक होने के बावजूद मार्च एंडिंग की तरह अपने जीवन का हिसाब करते ही नहीं। कई लोग तो हिसाब चुकू किये बिना ही या तो बड़ी-बड़ी डिग्री धारी होने के बावजूद भी हिसाब किये बिना ही बैंक टू पवेलियन हो जाते हैं। जैसे

भगवान, अपने मालिक का डर जैसा कुछ है ही नहीं। सिर्फ बोलने खातिर ही परमात्मा का डर रखते हैं। आचार में नहीं। जिन्दगी के किताब में प्लस-माइनस करना ही भूल जाते हैं।

दुःख की बात यह है कि अपने जीवन का हिसाब कब करना है, ये भी तो हम निश्चित नहीं करते। अपना एंड कब होगा, इसकी हमें खबर नहीं है, फिर भी मार्च एंडिंग की तरह हम अपना हिसाब ही नहीं करते। जैसे किसी का देना बाकी है, वो पेंडिंग पड़ा है, तो वो पेंडिंग ही रह जाता है। कितने भी प्रयास करने के बावजूद भी उसका हिसाब चुकू नहीं कर पाये। जिन्दगी में भी ऐसा ही है। हमने कितनों को दुःख दिया, कितनों को अपने चंगुल में फंसाया, कितनों के प्रति नफरत, तो कितनों के प्रति ईर्ष्या, इन सबका हिसाब हमने देखा ही नहीं। नटशेल में देखें तो हम अच्छी तरह से जीवन जिये ही नहीं। दिखावे के लिए भगवान को हाजिर-नाजिर रखते हुए भ्रष्टाचार, दुराचार से इकट्ठी की हुई सम्पत्ति की आड़ में, दानेश्वर बन कितना दिखावा किया, कामचोरी और करचोरी करके देश को कितना नुकसान पहुंचाया, कितनी मौज-मस्ती की, इन सबका कोई हिसाब है हमारे पास! जवाब में तो ना ही आयेगा! ये परमात्मा द्वारा दिया हुआ अमूल्य जीवन, जो सबको सुख देने, सबको सहयोग करने के लिए था, जो हमने बिना हिसाब रखे ही व्यतीत कर दिया। तब भला कर्म तो अपना परचम दिखायेगा ही ना! और क्या ईश्वर भी हमें माफ करेगा!

अगर हम अपने आप से रूबरू हों तो अंदर अपना विवेक आवाज देता है कि हमें रोज का हिसाब, आचार-विचार का हिसाब रोज रखना चाहिए। जिससे हमें पता चलता कि हमारी जिन्दगी किस डायरेक्शन में चल रही है। मार्च महीने की तरह जीवन में ऐसा कुछ भी नहीं होता। हमें तो अपना हिसाब हर रोज करते रहना चाहिए। हम जीते जी स्वयं ही अपने जीवन का पोस्टमार्टम करेंगे तभी ही सच्चा हिसाब मिल सकेगा। शर्त ये है कि हिसाब के समय ईमानदारी और प्रामाणिकता का पैरामीटर हमारे खून की तरह ही हममें दौड़ते रहना चाहिए। सुबह 'थैंक यू' और शाम को 'सॉरी', ये दो शब्द हमारे हिसाब-किताब में होने चाहिए, जिससे अपने आप को सुधार सकें और क्या एडिशन करना है ये भी जान सकें।

अपने जीवन के हिसाब का ऑडिटर स्वयं से बड़ा दूसरा कोई हो नहीं सकता। स्वयं के साथ धोखा स्वयं को ही महंगा पड़ेगा। न रो सकेंगे, न हँस सकेंगे। सिर्फ अपने आप को कोसते रहना ही बाकी रह जायेगा। होता क्या है, हमारे जीवन में पैसा, प्रतिष्ठा, पद, अहम् और मेरापन के साथ प्रभु उपहार में मिले इस जीवन का अस्तित्व ही खतरे से खाली नहीं होता! अब हम सबको जीवन की सच्ची कमाई करने के लिए मार्च एंडिंग जैसा कुछ समय निश्चित करना चाहिए, जिससे हम अपने जीवन का महोत्सव मना सकें।



राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

सभी ब्राह्मणों का जन्म स्थान मधुवन है। मधुवन ही आपका परमानेंट एड्रेस है। मधुवन शब्द याद आते ही वैराग्य और मिठास का अनुभव होने लगता है। यहाँ ऐसे माया आती नहीं, आयी तो भी हम उसके वश नहीं रहते, जल्दी मायाजीत बन जाते हैं क्योंकि यहाँ वायुमण्डल का सहयोग है।

अभी एक होता है दुआ देना, और दुआ लेना। दुआ देना माना क्या? जब हम परिवार के कनेक्शन में आते हैं तो हरेक के भिन्न-भिन्न संस्कार होते हैं, सबके एक जैसे संस्कार नहीं होते। जिसको हम कहते हैं नेचर, किसी की तेज माना क्रोध के अंश वाली नेचर होती है, किसकी बहुत डल होती है। कईयों में फिर ईर्ष्या के, अनुमान के संस्कार होते हैं। ऐसे भिन्न-भिन्न संस्कार जो हैं, वो हमारी अवस्था को नीचे करते हैं। बाबा कहते हैं कि इस प्रकार के, तरह तरह के संस्कार तो होंगे क्योंकि सबको नम्बरवन तो बनना नहीं है। विजयमाला 108 की है, तो कोई पहला एक नम्बर बना, कोई लास्ट 108 वाँ नम्बर बना, उसका कारण क्या है? उनका पुरुषार्थ जो है, संस्कार जो हैं वो परिवर्तन नहीं हुए तो संस्कार भिन्न-भिन्न होंगे लेकिन हम अपने को संस्कारों के टक्कर से बचाकर चलें। कोई हैं जो विकारों के वश हैं, वह बंधे हुए हैं

दूसरे को छुड़ा सकते हैं क्या? तो एक को देख करके मेरे में वह बुराई न आ जाये इसलिए बाबा कहता है आप यही लक्ष्य रखो कि मुझे दुआ देनी है। उसके वश नहीं होना है लेकिन मुझे दुआ देनी है क्योंकि मुझे बाबा की श्रीमत्त यह है कि दुआ देना है, तो फीलिंग भी नहीं आयेगी, ईर्ष्या व घृणा भी नहीं आयेगी। दुआ देंगे तो इन सबसे छूट जायेंगे। दुआ देना माना सबके प्रति बहुत अच्छी भावना रखनी है और हर तरह से सहयोग देना है।

दुआ लेना माना क्या? कोई कुछ भी कहे, हमको कुछ भी उल्टा-सुल्टा बोले तो भी उससे हम दुआ लेवें यानी यह समझें कि मेरे को याद दिलाता है कि मैं परमात्मा का बच्चा सहनशील हूँ, मैं ऊंचे ते ऊंची आत्मा हूँ। वह क्रोध करके मुझे याद दिलाता है कि आप तो सहनशील हो। मैं परवश हूँ लेकिन आप वह हो। तो वह भले बहुआ देवे लेकिन हम समझते हैं कि वह हमको स्मृति दिलाता है। मान लो रास्ते में किसी का अचानक एक्सीडेंट होता है, हम उसके पहचान वाले नहीं हैं, लेकिन उसके पास जाके थोड़ा पूछते हैं, उठाते हैं, हॉस्पिटल तक पहुँचाते हैं, तो उस समय उसके दिल से क्या शब्द निकलते हैं? आपको कभी नहीं भूलेंगे, जीवनभर आपको याद करेंगे, तो यह दुआ हुई ना! तो आपने दुआ दी, उसने भी दुआ दी। ऐसे दुआयें देते और लेते चलो।

परमात्मा की याद भूल जाने से ही आते हैं दुःख और अशान्ति

राजयोगिनी दादी जानकी जी

आप सब जानते हैं कि आज दुनिया में दुःख, अशान्ति बढ़ रही है, क्यों बढ़ रही है? कारण तो हरेक के अपने-अपने होंगे लेकिन टोटली अगर हम देखें तो सभी का सम्बन्ध परमात्मा पिता से टूटा हुआ है। ऐसे पिता को हम पहचानकर याद करें, योग लगायें, तो दुःख, अशान्ति से छूट सकते हैं। सभी यह तो समझते ही हैं कि पवित्रता बहुत अच्छी चीज है। अपवित्रता दुःख का कारण है और पवित्रता एक क्या पसंद करता है, सुख या दुःख? सुख ही पसंद करता है ना! यँ तो सुखी रहते भी होंगे, लेकिन सदा सुखी रहें, कोई भी बातें आये लेकिन मेरे सुख को कोई ले जा नहीं सकता क्योंकि हम बच्चे किसके हैं? हम परमात्मा को पिता कहते हैं, तो हम उनके बच्चे हैं। लेकिन आज उस बाप को भूलने के कारण ही दुःख आता है। मनुष्य चाहता तो यही है कि हम सदा सुखी रहें और सहज ते सहज साधन है परमात्मा की याद मन में हो, बस, क्योंकि तन से तो भिन्न-भिन्न कार्य करना पड़ता है, मनुष्य दुनिया में दुःख, अशान्ति बढ़ रही है, क्यों बढ़ रही है? कारण तो हरेक के अपने-अपने होंगे लेकिन टोटली अगर हम देखें तो सभी का सम्बन्ध परमात्मा पिता से टूटा हुआ है। ऐसे पिता को हम पहचानकर याद करें, योग लगायें, तो दुःख, अशान्ति से छूट सकते हैं। सभी यह तो समझते ही हैं कि पवित्रता बहुत अच्छी चीज है। अपवित्रता दुःख का कारण है और पवित्रता एक क्या पसंद करता है, सुख या दुःख? सुख ही पसंद करता है ना! यँ तो सुखी रहते भी होंगे, लेकिन सदा सुखी रहें, कोई भी बातें आये लेकिन मेरे सुख को कोई ले जा नहीं सकता क्योंकि हम बच्चे किसके हैं? हम परमात्मा को पिता कहते हैं, तो हम उनके बच्चे हैं। लेकिन आज उस बाप को भूलने के कारण ही दुःख आता है। मनुष्य चाहता तो यही है कि हम सदा सुखी रहें और सहज ते सहज साधन है परमात्मा की याद मन में हो, बस, क्योंकि तन से तो भिन्न-भिन्न कार्य करना पड़ता है, मनुष्य दुनिया में दुःख, अशान्ति बढ़ रही है, क्यों बढ़ रही है? कारण तो हरेक के अपने-अपने होंगे लेकिन टोटली अगर हम देखें तो सभी का सम्बन्ध परमात्मा पिता से टूटा हुआ है। ऐसे पिता को हम पहचानकर याद करें, योग लगायें, तो दुःख, अशान्ति से छूट सकते हैं। सभी यह तो समझते ही हैं कि पवित्रता बहुत अच्छी चीज है। अपवित्रता दुःख का कारण है और पवित्रता एक क्या पसंद करता है, सुख या दुःख? सुख ही पसंद करता है ना! यँ तो सुखी रहते भी होंगे, लेकिन सदा सुखी रहें, कोई भी बातें आये लेकिन मेरे सुख को कोई ले जा नहीं सकता क्योंकि हम बच्चे किसके हैं? हम परमात्मा को पिता कहते हैं, तो हम उनके बच्चे हैं। लेकिन आज उस बाप को भूलने के कारण ही दुःख आता है। मनुष्य चाहता तो यही है कि हम सदा सुखी रहें और सहज ते सहज साधन है परमात्मा की याद मन में हो, बस, क्योंकि तन से तो भिन्न-भिन्न कार्य

त्रिकालदर्शी होने से जवाब मिलता - नथिंगन्यू



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

बाबा ने हम बच्चों को प्रवृत्ति में रहते निवृत्त रहने, कर्म करते भी कर्म से अकर्म बनने की पूरी नॉलेज दी है। जिस नॉलेज के आधार पर प्रवृत्ति में हम बैलेन्स रखकर चलते हैं, प्रवृत्ति को निभाते भी उससे निवृत्त रहने की शक्ति अपने पास जमा हो। निवृत्त रहने के लिए हर कर्म में आने से पहले अपने को डिटेच करो, एक सेकण्ड अशरीरी बनो फिर कर्म करो तो वह कर्म गलत नहीं हो सकता।

देही अभिमानी बन फिर देह के भान में आकर कार्य व्यवहार शुरू करें तो उस कार्य का न अभिमान होगा, न बोझ होगा। न रॉना होगा, न डिस्टर्ब होंगे क्योंकि यह नॉलेज है कि मैं आत्मा साक्षी बनकर इन कर्मन्द्रियों से यह कार्य कराती हूँ। तो साक्षी व दृष्टा बन इन कर्मन्द्रियों के द्वारा ऐसे कर्म करेंगे जैसे ऊंची स्टेज पर बैठकर एक्टिंग देखते हैं। जो रॉना कर्म होता है वह दिखाई पड़ता है। साक्षी हो कर्म करने से बैलेन्स आ जाता। लॉ और लव का बैलेन्स परमार्थ और व्यवहार का बैलेन्स... दोनों का सही-सही बुद्धि में जजमेंट रहे। अगर



हम बाबा के साथ इस सृष्टि रूपी खेल में खिलाड़ी हैं। खिलाड़ी बनकर खेल को देखते तो मजा ही मजा है। हम जो कर्म करते हैं उसके लिए हमें हर प्रकार की नॉलेज हो। नॉलेज इज पॉवर।

बुद्धि सही जजमेंट नहीं देती है, समय पर राइट टच नहीं होता है, तो रॉना कर्म हो जाता फिर बुद्धि पर बोझ होता इसलिए अटेन्शन प्लीज। माना स्व की सीट पर अटेन्शन से हरेक बात की रिजल्ट का मालूम पड़ता है।

त्रिकालदर्शी होने से जवाब मिलता - नथिंगन्यू। जो हुआ कल्याणकारी हुआ। एकदम भविष्य का फायदा बुद्धि में टच होगा जबकि हम जानते हैं कि स्थापना भी होनी है तो विनाश भी होगा, अनेक प्रकार के सृष्टि के खेल चलेंगे तो खिलाड़ी बनकर खेल देखें या रोयें। टेन्शन माना मन का रोना। खिलाड़ी होकर खेलना माना हँसते-हँसते नाचते रहना। तो हम बाबा के साथ इस सृष्टि रूपी खेल में खिलाड़ी हैं। खिलाड़ी बनकर खेल को देखते तो मजा ही मजा है। हम जो कर्म करते हैं उसके लिए हमें हर प्रकार की नॉलेज हो। नॉलेज इज पॉवर।

अपनी स्थिति को ऊंचा रखने के लिए बाबा ने हमें मंत्र दिया है- मनमनाभव, मध्याजी भव और मामेकम याद करो। यह मंत्र ही अजपाजाप है। बाबा से हमें पहला वर्सा मिला है- ज्ञान रत्नों का, दूसरा वर्सा है सर्वशक्तियों का। जब स्वयं ऑलमाइटी ने हमें शक्तियां दी, अर्थरिटी दी तो स्थिति कमजोर क्यों बनती! सब कारणों का निवारण है शक्तियां।

हम शिव शक्ति पाण्डवों के सामने यह माया क्या है! बाबा कहते यह माया है छुई मुई। इसे अंगुली दिखाओ तो मुरझा जायेगी। अगर संकल्प की सृष्टि बनाओ तो बड़ी माया है। संकल्प को शक्तिशाली बनाओ तो माया छुई मुई हो जायेगी। तो माया से बचने का साधन है- अपने को मास्टर सर्वशक्तिवान के बच्चे समझो, शक्तिशाली रहने से माया की शक्ति छू नहीं सकती।

योगी का कोई शत्रु नहीं होता। सब उसके मित्र होते हैं। दूसरे उससे शत्रुता रखे हुए भी हों तो भी योगी तो उनको अपने मित्र ही मानकर

योगी के शत्रु कौन?

चलता है। ठीक है, हमें इस दुनिया में सावधान रहना पड़ता है। हम ब्राह्मण यज्ञ के रक्षक हैं, हमारी यह शुभ-भावना है कि इसको कोई हानि भी नहीं पहुँचे और हम भी अपने पुरुषार्थ में ठीक चलते चलें। इस संसार में बहुत कुटिलता है, लोग धोखा भी देते हैं। सब तरह के लोग हैं। उनसे हम सावधान तो रहते हैं, परन्तु हमारे मन में उनके प्रति कोई शत्रुता का भाव, कटुता का भाव न हो तभी हमारा योगी जीवन चल सकता है। परन्तु यह तो 'शत्रु' शब्द की साधारण-सी व्याख्या है। शत्रु प्रायः हम उसको कहते हैं जो हमें हानि पहुँचाने पर तुला हुआ हो, चाहे वह ईर्ष्या-द्वेष के वश हो, चाहे बदल की भावना लिये हुए हो। शत्रु अर्थात् नुकसान पहुँचाने वाला। तो हम किसी को यह मानकर न चलें कि वह हमारा शत्रु है। योगी का कोई शत्रु नहीं होता।

बाबा ने कहा है कि साधारण भाषा में, योग का अर्थ है याद, स्मृति। जैसी हमारी स्मृति होगी, वैसी हमारी दृष्टि, वृत्ति, कृति सब-कुछ होगा। यह बहुत बड़ी श्रेष्ठतम बात है, बहुत महत्वपूर्ण बात है कि स्मृति से विश्व परिवर्तन हो सकता है, वृत्ति से सृष्टि बदलती है। किसी ने इस बात को समझा नहीं। सृष्टि को बदलने के लिए लोग अन्यान्य उपाय करते रहे। सुधारक आये, प्रचारक आये। बहुत-से लोगों ने अपनी-अपनी रीतियाँ अपनायीं। लेकिन यह बात किसी ने नहीं सोची कि जैसी वृत्ति, वैसी ही सृष्टि बनती है। संकल्प से सृष्टि रची जाती है। यह तो कहते हैं कि भगवान ने संकल्प से सृष्टि रची लेकिन वो संकल्प कौन-सा था, कैसा था जिससे सृष्टि रची गयी, परमात्मा के सहयोगी कौन बने थे, उनको पता ही नहीं है। उन्होंने (भगवान के सहयोगियों ने) भी विशेष प्रकार के संकल्प किये। देखिये, संकल्प कितनी महान् शक्ति है! इससे सृष्टि को बदला जा सकता है।

सारा कल्प ही हमारे संकल्पों से चलता है संकल्प को कोई साधारण बात मत समझिये। आप समझते हैं कि मेरा संकल्प उठा, उसको दबा दिया। संकल्प चला, उसको मुख में लाकर वर्णन कर दिया। संकल्प चला, उसको कर्म में लाकर कोई नुकसान कर दिया, किसी को दुःख दे दिया। तो संकल्प से हम जो कार्य करते रहते हैं, तो यह हमारा साधारण, लौकिक और विकारयुक्त संकल्प है। सारे दिन में उठते-बैठते, चलते-फिरते हम कितने संकल्प करते हैं! हमारी सब गतिविधियाँ

संकल्प से ही तो हैं। सारा कल्प ही हमारे संकल्पों से चलता है। कल्प और संकल्प सम्बन्धित हैं। यह कल्प क्या है? कल्प को कल्प क्यों कहते हैं? पाँच हजार वर्षों तक हमारे अलग-अलग संकल्प चलते रहते हैं। उसके बाद फिर पुनरावृत्त होते रहते हैं। जब तक भिन्न-भिन्न संकल्प चलते हैं, वह समय अवधि 5000 वर्ष है। चलते तो बाद में भी हैं लेकिन उनकी पुनरावृत्ति होती है, दूसरा कल्प शुरु होता है। चक्र दूसरा होता है। संकल्प से हमारा कर्म, हमारा भाग्य बनता है, संकल्प से हम महानता की ओर अथवा पतन की



डॉ. जगदीशचन्द्र हसीजा

ओर जाते हैं। यह सीढ़ी उतरना और चढ़ना-संकल्पों से ही है। तो क्या हम संकल्प को इतना महत्व देते हैं? या उसको ऐसे ही खर्च कर देते हैं?

हम लोग भी ऐसा ही तो नहीं करते?

एक व्यक्ति धनवान घराने से था। उसको अपने माता-पिता से बहुत सम्पत्ति मिली थी। उस सम्पत्ति के नशे में वो जो सिगरेट पीता था, उस सिगरेट पर दस रुपये का नोट लपेटकर पीता था। सिर्फ सिगरेट नहीं, उस पर दस रुपये का नोट भी लपेटता था, तब वो सिगरेट पीता था। जो उसके पास बैठे होते थे, देखकर हैरान होते थे कि दुनिया गरीब है, भारत में लोगों को खाने के लिए नहीं है, गरीबी से मर रहे हैं और यह सिगरेट पर दस रुपये का नोट लपेटकर पीता है! वो व्यक्ति इससे अपनी शान समझता था कि पैसे की क्या बात है! हमारे पास तो बहुत धन है। हम लोग भी उल्टे नशे में, देह-अभिमान के नशे में जो संकल्प रुपी धन है, अनमोल धन है, उसको व्यर्थ तो नहीं गँवा रहे

हैं? उस धन से हम कहाँ पहुँच सकते हैं, आप सोचिये तो सही। कितनी महान् हमारी स्थिति हो सकती है! जैसे वो सिगरेट के ऊपर दस

रुपये का नोट लपेटकर पीता था, वैसे ही हमारा हाल है। हम संकल्पों को गँवाते हैं, संकल्प के महत्व को नहीं जानते, वृत्ति के महत्व को नहीं जानते। हमारी वृत्तियाँ बदलती रहती हैं, कभी अशुद्ध, कभी शुद्ध, कभी देह-अभिमान जनित, कभी आत्म-अभिमान जनित। कभी योगयुक्त, कभी योगभ्रष्ट हमारी वृत्तियाँ रहती हैं। अगर कोई पाँच कदम आगे बढ़े और दस कदम लौट आये तो उसने प्रगति की या अवनति की? आप कहेंगे, अवनति की क्योंकि बढ़ा तो पाँच कदम और वापिस लौटा दस कदम। तो वो आगे क्या बढ़ा?

ऐसे ही हमने ट्रैफिक कन्ट्रोल के समय, योग के समय कुछ अच्छे संकल्प किये, हमारी वृत्ति अच्छी रही और बाकी समय में हमारी वृत्ति खराब रही तो हम वापिस लौट आये। जितना फासला हमने योग के द्वारा तय किया था, उससे भी कई गुणा ज़्यादा व्यर्थ में चला गया। समय तो हमारा सारा काम के लिए लगता है, योग में तो कम समय लगाते हैं, उसमें थोड़ा-सा ही चल पाये। कुछ समय मन को स्थिर करने में लगाया और जब वो स्थिर होकर ठीक होने लगा तब तक योग का समय समाप्त हो गया। उसके बाद दिनभर दूसरों के अवगुण नोट करते रह गये। दूसरों से हमारा व्यवहार श्रेष्ठ नहीं रहा। लेकिन जरूरत है कि हमारी वृत्ति बिल्कुल देवताओं जैसी सर्वोत्तम, सतोप्रधान, निर्मलचित्त, सन्तुष्टचित्त, हर्षितचित्त हो। सन्तुष्ट, निर्मल और हर्षित- ये तीनों गुण हम में हों। हमारी स्थिति स्थिर होने के बदले कभी ऊपर, कभी नीचे होती रही तो दिनभर में क्या प्रगति रही? अगर प्रगति नहीं होगी तो मन सन्तुष्ट कैसे होगा? मन सन्तुष्ट नहीं होगा तो हर्षित कैसे होगा? अगर सन्तुष्ट नहीं, हर्षित नहीं तो उसे व्यक्ति में प्रेम भी कैसे होगा? अगर ये सब उसमें नहीं होंगे तो उसकी सतोप्रधान वृत्ति कैसे होगी? अगर सबकी वृत्ति ऐसी नहीं होगी, तो सतयुग आयेगा कैसे? हम मनुष्य से देवता बनेंगे कैसे अगर हमें अपने संकल्पों के प्रयोग का महत्व और अपनी वृत्तियों को ठीक बनाये रखने का महत्व ही मालूम नहीं लेकिन विशेष रूप से मैं यह कह रहा था कि योगी का कोई शत्रु नहीं। यह बात बहुत-बहुत-बहुत महत्वपूर्ण है। क्यों यह बात महत्वपूर्ण है? मैंने शुरुआत इस बात से की थी कि योग का अर्थ बाबा ने कहा है, 'याद', 'स्मृति'। उस स्मृति को लेकर ही मैंने संकल्प और वृत्ति की बात की थी। लेकिन प्रारम्भ मैंने स्मृति से किया था।



मुम्बई-सायन। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत राज भवन से बाइक रैली का उद्घाटन राज्यपाल महोदय भगत सिंह कोश्यारी द्वारा किया गया। तत्पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए राज्योगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, संयुक्त प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज एवं क्षेत्रीय निदेशिका, ब्रह्माकुमारीज महा. एवं आ.प्र.। साथ हैं ब्र.कु. माला दीदी।



शिमला-पंथाघाटी (हि.प्र.)। हिमाचल प्रदेश के अद्भुत प्रतिभाशाली 9 वर्षीय अरुणोदय शर्मा को स्थानीय सेवाकेन्द्र में आमंत्रित कर सम्मानित किया गया। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रजनी बहन ने अरुणोदय शर्मा को स्मृति चिन्ह भेंट किया व साथ में माता-पिता को भी ईश्वरीय सौगात भेंट की। साथ हैं ब्र.कु. सुरेश भाई, ब्र.कु. दुर्गा तथा ब्र.कु. सुनीता।



कुरुक्षेत्र-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज के ट्रांसपोर्ट विंग द्वारा स्थानीय विश्व शांति धाम सेवाकेन्द्र से सड़क सुरक्षा जागृति लाने के लिए मोटरसाइकिल रैली निकाली गई। इस मौके पर डॉ. संतोष दहिया, राष्ट्रीय अध्यक्ष, एशियन वूमन बॉक्सिंग कमीशन, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरोज दीदी तथा अन्य भाई-बहनों उपस्थित रहे।



यू.एस.ए.-लॉस एंजेलिस। ब्रह्माकुमारीज द्वारा एस.स्टेनली एव तथा बिगेलो सेंट सेरिटोस में पाँच दिवसीय '12 ज्योतिर्लिंग दर्शन' प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर सभी को डॉक्यूमेंट्री विडियो दिखाई गई, गाइडेड मेडिटेशन कराया गया तथा ईश्वरीय वरदान कार्ड व प्रसाद भेंट किया गया। बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनों, भारतीय भाई-बहनों एवं स्थानीय लोगों ने प्रदर्शनी का अवलोकन कर लाभ लिया।



कोलकाता-बाराणगर (प.बंगाल)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में एएसपी श्रीमति शांति दास, डब्ल्यू.डब्ल्यू.ए., जी.एस.एफ. काशीपुर ब्रांच की प्रेसिडेंट श्रीमति मंजरी पांडे, श्री श्री जानकी माता नेपाली धार्मिक संघ के चेयरमैन भीम बहादुर श्रेष्ठ एवं संघ के महिला कमेटी की एडवाइजर शर्मिला पांडे, प्रेसिडेंट रोमा शर्मा व सैक्रेटरी रोमिता सिंह, गुंजायमन जी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. किरण बहन, ब्र.कु. पिकी बहन, आशीष भाई तथा अन्य।



ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। 86वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर शिव ध्वजारोहण करते हुए ओ.आर.सी. की निदेशिका राज्योगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, ब्र.कु. विजया दीदी। इस मौके पर स्थानीय जिला पार्षद सुशील कुमार, ग्राम सरपंच यजुवेन्द्र शर्मा एवं अन्य गणमान्य व्यक्तियों सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनों उपस्थित रहे।



दिल्ली-पीतमपुरा। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में राज्योगिनी ब्र.कु. प्रभा दीदी, डॉ. रुषा किरण, ब्र.कु. अनीता बहन, ब्र.कु. रुषा बहन तथा अन्य महिलायें उपस्थित रहीं।



हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी (उ.प्र.)। परसारा गांव में त्रिदिवसीय राजयोग शिविर के पश्चात् गीता पाठशाला का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शान्ता बहन। इस मौके पर राहुल सिंह, मनोज सिंसोदिया उर्फ भूरा, पालू देवी, पुष्पादेवी सहित गांव के अन्य लोग उपस्थित रहे।



उधमपुर-जम्मू। केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल की 187वीं बटालियन के बटूलबालियां स्थित कैम्प में ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र वाडियां उधमपुर द्वारा आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में बटालियन के सी.ओ. सुरेन्द्र राणा, अन्य अधिकारियों एवं जवानों के साथ ब्र.कु. गायक भानू भाई, जर्मनी से आए ब्र.कु. विपिन ब्याज, ब्र.कु. ममता बहन तथा अन्य।

प्युरिटी का
फाउंडेशन हो
मजबूत

जीवन के अन्दर सुख-शांति न होने का कारण- प्युरिटी की कमी

गांठक से आगे...

इसके बाद प्युरिटी की पर्सनैलिटी का तीसरा लेवल जो आता है वो है व्यवहार, कर्म या आचरण। ब्रह्मा बाबा ने अपना आचरण कैसे किया, एक-एक कर्म कैसे किया। कितना निरहंकारी होकर एक-एक कर्म किया। ये बाबा का प्रैक्टिकल जीवन है जो अंत में सारे ज्ञान का सार इन तीन शब्दों में कहा निराकारी, निर्विकारी, निरहंकारी। ये है टोटल जीवन की धारणाओं का सार। ज्ञानी तू आत्मा किसको कहा जाता है इसका सार ये तीन स्वरूप हैं। और ये सम्पूर्ण प्युरिटी है, सम्पूर्णता है। तो आचरण के अन्दर वो रॉयल्टी हमारे अन्दर झलके। रॉयल्टी खाली कपड़ों की नहीं, रॉयल्टी हमारे व्यवहार की है। व्यवहार में कितनी सभ्यतापूर्ण हम एक-दूसरे के साथ बातचीत करते हैं उससे पता चलता है कि इसकी प्युरिटी की परसेंटेज कितनी होगी। अगर व्यवहार में, वाणी में गाली-गलोच है इसको प्युरिटी तो नहीं कहेंगे! ये प्युरिटी की पराकाष्ठा नहीं है। और इसीलिए सम्पूर्णता हमसे बहुत दूर रही।

ये महसूस होता है आज, अगर कोई कहते हैं कि हमारे जीवन में विघ्न बहुत आते हैं, बंधन बहुत महसूस होते हैं तो बाबा ने यही कहा कि जितना निर्विकारी बनते जायेंगे, उतना निर्बंधन, निर्विघ्न बनते जायेंगे। क्योंकि ये बंधन और विघ्न जहाँ कहीं विकारों के सूक्ष्म अंश का भी प्रयोग होता है हमारे संस्कारों के अन्दर, हमारे कर्म में, हमारे व्यवहार में, यही बंधन को क्रिये

करता है, यही विघ्न को क्रिये करता है। सिम्पल बाबा की बातें हैं कि जितना-जितना आप निर्विकारी अवस्था को अपने आचरण में ले आओ, अपने कर्म में ले आओ उतना आप देखेंगे कि आप सहजता से बंधन मुक्त और विघ्न मुक्त हो जायेंगे। ऐसा नहीं है कि विघ्न आयेंगे ही नहीं



डॉ. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

लेकिन अगर विघ्न आया भी तो विजयी बन करके बाहर निकलेंगे। तो मधुरतापूर्ण व्यवहार जितना हमारा है, ये वैल्यूज जितनी उसके अन्दर आ जाती हैं तब कहा कि व्यवहार कुशल व्यक्तित्व। व्यक्तित्व के अन्दर व्यवहार, कुशलता ये सब अमृतवेले से लेकर रात्रि तक हर एक कर्म में, हर एक आचरण में, हर एक व्यवहार में किस तरह से करना है तो ये बाबा हमें सिखाता है। प्रतिदिन की मुरली का सार अगर निकालो तो क्या होता है व्यवहार, वाणी और कर्म कैसे होगा, स्थूलता में अगर इतना ऊंचा व्यवहार, वाणी और कर्म हो हमारा तो

उसकी मन्सा तो कितनी ऊंची होगी ये स्पष्ट हो जाता है। इसीलिए कहा कि प्युरिटी का मतलब खाली एक बात के लिए प्युरिटी नहीं, प्युरिटी माना सारे वैल्यूज जहाँ आ जायें। इसीलिए बाबा हमेशा ये बात कहते हैं कि जहाँ पवित्रता है वहाँ सुख-शांति है। पवित्रता जननी है और सुख-शांति उसके बच्चे हैं। अगर बाबा का बनने के बाद भी जीवन के अन्दर सुख-शांति नहीं है तो इसका मतलब प्युरिटी में कमी है। जीवन में अगर हर वक्त मन के अन्दर तनाव ही तनाव महसूस हो रहा है तो कहाँ सूक्ष्म ते सूक्ष्म विकारों के अंश हैं, उससे मुक्त नहीं हुए हैं।

इसीलिए कई लोगों को आदत होती है बात-बात में झूठ बोलने की। अगर कोई पूछे उनसे ये झूठ क्यों बोल रहे हैं तो कहेंगे कि क्या गया, उसका कुछ गया क्या? उसको तो कोई फर्क नहीं पड़ा। लेकिन बाबा कहते हैं कि ये भी छोटे-छोटे विकर्म हैं, जो हम अपने अन्दर जमा कर रहे हैं। उसको फर्क पड़ा, नहीं पड़ा आपके झूठ बोलने से लेकिन क्यों बोलना है झूठ! क्योंकि ये संस्कार है। कई लोग सोचते हैं कि हम युक्तियुक्त होकर बोलते हैं। बाबा ने कभी ये शब्द नहीं कहा कि युक्तियुक्त बोलना माना झूठ बोलना है आपको। बाबा ने ये नहीं कहा। बाबा ने कहा कि सत्य इस विधि से बोलो कि सांप भी मरे और लाठी भी न टूटे। इस विधि से सत्य बोलो, ये युक्तियुक्त है।



कानपुर-बर्बा(उ.प्र.) आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत महाशिवरात्रि महोत्सव में श्रीमति विजया तिवारी, राज्यमंत्री, महिला मोर्चा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. दुलारी दीदी, उपक्षेत्रीय निदेशिका, ब्रह्माकुमारीज। इस मौके पर अनिल तिवारी, स्टेशन सुपरिन्टेंडेंट, कानपुर सेंट्रल स्टेशन, सर्वेश मिश्रा, हेड पोस्ट मास्टर, बर्बा कानपुर, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शशि बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



हजारीबाग-झारखंड। बड़ा अखाड़ा सेवाकेन्द्र पर 86वीं शिव जयंती महोत्सव में अखाड़ा टाकुरबाड़ी के महंत, बैंक ऑफ बड़ौदा की मैनेजर मंजू सिन्हा, कांग्रेस की पूर्व विधायक निर्मला देवी, एसबीआई बैंक के मैनेजर, दामोदर घाटी निगम के सचिव, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. हर्षा दीदी तथा बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



गुवाहाटी-असम। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'जेंडर इक्वेलिटी टुडे फॉर ए सस्टेनेबल टुमोरो' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में डॉ. काबेरी ककाती, असिस्टेंट प्रोफेसर, हेड एंड नेक ऑनकोलॉजी डिपार्टमेंट, डॉ. बी.बरुआ कैसर इंस्टीट्यूट, डॉ. असोमी गोगोई, रिटा. एडिशनल डायरेक्टर, सेकेण्डरी एजुकेशन, गवर्नमेंट ऑफ असम, डॉ. अंजना गोस्वामी, डायरेक्टर, आशादीप, डॉ. मिनीती बरुआ, मेडिकल सुपरिन्टेंडेंट एंड प्रोफेसर ऑफ एनेस्थेसियोलॉजी, डॉ. बी.बरुआ कैसर इंस्टीट्यूट, राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी, उपक्षेत्रीय निदेशिका, असम, मणिपुर, मेघालय, अरुणाचल, त्रिपुरा व बांग्लादेश तथा शहर की अन्य महिलायें उपस्थित रहीं।



आस्का-ओडिशा। शिव जयंती के अवसर पर ध्वजारोहण से पूर्व शिवरात्रि का आध्यात्मिक रहस्य बताते हुए ब्र.कु. प्रवाती बहन। इस अवसर पर रिटा. प्रिंसीपल व आश्रम स्कूल के प्रिंसिपल प्रशांत कुमार पंडा, ब्र.कु. आदिनारायण भाई तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



सादुलपुर-राजगढ़(राज.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर स्थानीय सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में साहित्य समिति की ओर से ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा समाज में दिए गए अतुलनीय योगदान के लिए ब्र.कु. शोभा बहन को दुपट्टा, सम्मान पत्र व प्रतीक चिह्न प्रदान कर सम्मानित करते हुए पूर्व जिला शिक्षा अधिकारी प्रताप कर्वा, पूर्व प्राचार्य गोपाल राम, प्रसिद्ध व्यापारी राम राम शारदा, आयुर्वेदाचार्य सत्यनारायण शांडिल्य एवं साहित्य समिति मंत्री पुरुषोत्तम पांडिया।



बरेली-मिथिलापुरी(उ.प्र.)। 'होली मिलन' कार्यक्रम में डॉ. प्रमेन्द्र नागेश्वरी को ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. नीता बहन व ब्र.कु. रजनी बहन।



नेतरहाट-झारखण्ड। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में थाना प्रभारी दिवाकर दुबे, राकेश कुमार राम, नेतरहाट आवासीय विद्यालय के प्रशासनिक अधिकारी रोशन कुमार बख्शी, सुधीर किसान, अजय साहू, ब्र.कु. नीलम बहन, ब्र.कु. मंजू बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें...

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 3075 10
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये, कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

Website: www.omshantimedia.org

For Online Transfer

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)
ACCOUNT NO:- 30826907041
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA
IFSC - CODE - SBIN0010638
BRANCH:- Prajapita Brahmakumaris Ishwariya
Vishwa Vidhyalya, Shantivan
Note:- After Transfer send detail on
E-Mail -omshantimedia.acct@bkivv.org OR
Whatsapp, Telegram No.:- 9414172087

ALL-IN-ONE QR

Paytm
Accepted Here
Wallet KYC NOT Required

Scan & Pay using Paytm App

Wallet or Bank A/c Any Debit or Credit Card Paytm Postpaid



BHIM UPI



वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका राजयोगिनी गीता दीदी, माउण्ट आबू

गतांक से आगे...

बाबा(परमात्मा) हमें कहते हैं कि जो कुछ पढ़ा है, सुना है वो भूल जाओ। मैं जो कहता हूँ, मैं जो सुनाता हूँ वही सुनो। क्यों बाबा हमें ऐसे कहते हैं क्योंकि केवल परमात्मा ही सत्य है और केवल परमात्मा ही आकर सारे सत्य हमारे सामने स्पष्ट करते हैं। जीवन के अनेक पहलू हैं और हर पहलू के सम्बन्ध में दुनिया वालों के सामने चाहे आत्मा के बारे में हो, परमात्मा के बारे में हो, लोक-परलोक, जन्म-मरण, सुख-दुःख, कर्म-कर्मफल, पुरुषार्थ-प्राणलब्ध, स्वर्ग-नर्क, जितनी भी बातें हैं उनके सामने अनेक मत हैं। इसलिए बाबा कहते हैं कि भटक रहे हैं, धक्के खाते हैं हमें कितना बाबा का शुक्रिया मानना चाहिए और अपने आप पर भी नाज़ होना चाहिए कि हमने ये समय, संगम का कल्याणकारी समय पहचान लिया।

जब भगवान आकर सत्य ज्ञान देते हैं, श्रीमत देते हैं, सद्बुद्धि देते हैं इसलिए बाबा का आना, हमें ज्ञान देना, श्रीमत देना यही बाबा की सबसे बड़ी कृपा हम बच्चों पर है। और हम बच्चों को इसलिए भी अपने ऊपर नाज़ होना चाहिए कि भगवान की श्रीमत सबको सुनाई जा रही है लेकिन हम वो विशेष आत्मायें हैं, ड्रामा की हीरो पार्टधारी आत्मायें हैं, भाग्यशाली आत्मायें हैं जिन्होंने भगवान की श्रेष्ठ मत को परख लिया और

कितने न भाग्यशाली हम... जो परमात्म श्रेष्ठ मत को समझ पाये...!

अपने जीवन के लिए स्वीकार कर लिया। ये कुछ दिनों के लिए नहीं, कुछ घटना के सम्बन्ध में नहीं, कुछ प्रॉब्लम में हैं इसलिए नहीं लेकिन बाबा सत्य है, उनकी श्रीमत सत्य है, उसपर चलने में हमारा कल्याण है ये बात समझकर हमने उनको जीवन के लिए स्वीकार कर लिया है।

तो बाबा स्वयं निराकार है लेकिन उनका प्रत्यक्ष रूप श्रीमत के रूप में हमारे सामने है, मुरली(ज्ञान) के रूप में हमारे सामने है क्योंकि मुरली के द्वारा हमें स्पष्ट श्रीमत का

बाबा की श्रीमत को जब हम मानते हैं स्वीकार करते हैं, मानना सिर्फ बुद्धि तक नहीं.. सुनना, समझना, स्वीकार करना माना मानना पर सबसे आगे का महत्त्वपूर्ण कदम है- उस अनुसार चलना।

ज्ञान मिलता है इसलिए शास्त्रों में, भक्ति में भी मुरली का इतना जादू और महत्त्व दिखाया गया भागवत के अन्दर, क्योंकि भगवान जब प्रैक्टिकल संसार परिवर्तन का कार्य करने आते हैं तो वो हम साधारण मनुष्य आत्मायें जिसका गोप-गोपी के रूप में गायन है उनके जीवन का परिवर्तन श्रीमत, मुरली के द्वारा

करते हैं इसलिए हमारे जीवन में मुरली का विशेष महत्त्व है। क्योंकि जितनी गहराई से हम मुरली सुनते हैं, पढ़ते हैं, समझते हैं, उतना सहज रूप से हम उनको फॉलो करते हैं, तो बाबा का बनना या बाबा का हाथ पकड़ना माना श्रीमत को मानना। और बाबा की श्रीमत को जब हम मानते हैं स्वीकार करते हैं, मानना सिर्फ बुद्धि तक नहीं.. सुनना, समझना, स्वीकार करना माना मानना पर सबसे आगे का महत्त्वपूर्ण कदम है- उस अनुसार चलना। क्योंकि ड्रामा के अन्दर ये सिद्धांत है, ये विधि है बाबा हमें जो कहेंगे, हमें बतायेंगे, समझायेंगे लेकिन हम अनुसार चलेंगे तो प्राप्ति का अनुभव करेंगे।

ड्रामा का नियम ये नहीं है कि जैसा सोचना वैसा पाना, जैसा करना वैसा पाना। इसलिए श्रीमत बुद्धि तक सीमित न रहे कर्म में आये, आचरण में आये, नित्य जीवन में धारण हो तब कहा जायेगा कि प्रैक्टिकल में बाबा का हाथ पकड़ा है। इसलिए बाबा कहते हैं कि बाबा से सच्चा प्यार है तो उस प्यार का प्रमाण है कि बाबा जो कहते हैं वो करना, इसलिए बाबा कहते हैं कि मुरली से प्यार माना मुरलीधर से प्यार। अगर मैं किसी से कहूँ कि मुझे आपसे बहुत प्यार है लेकिन जो आप कहेंगे वो मैं मानूंगी नहीं। तो उसको प्यार थोड़े कहा जायेगा। वो शब्दों का प्यार हो गया, वो दिखावे का प्यार हो गया सिर्फ भावना हो गई लेकिन प्रैक्टिकल नहीं। बाबा से प्यार माना जो बाबा कहते हैं उस अनुसार चलना।

- क्रमशः



फरीदाबाद-जवाहर कॉलोनी। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में एनआईटी 86 फरीदाबाद के विधायक पंडित नीरज शर्मा को परमात्म स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुभद्रा बहन, ब्र.कु. पूजा बहन तथा ब्र.कु. ज्योति बहन।



मुजफ्फरनगर-उ.प्र.। नये सेवाकेन्द्र 'दिव्य अनुभूति भवन' के उद्घाटन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, शक्ति नगर, दिल्ली, राजयोगिनी ब्र.कु. सुधा दीदी, मांस्को, रशिया, राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, सेंट पीटर्सबर्ग, रशिया, ब्र.कु. जयंती बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका तथा अन्य।



झुमरीतलैया-झारखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर महिला प्रकोष्ठ द्वारा ब्रह्माकुमारीज के सहयोग से आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में वुमेन क्लब मेम्बर्स के साथ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी बहन।



कानपुर-केशव नगर(उ.प्र.)। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत आयोजित महाशिवरात्रि कार्यक्रम में श्रीमति रीता शास्त्री, उपाध्यक्ष, महिला मोर्चा, उ.प्र., राजयोगिनी ब्र.कु. दुलारी दीदी, उपक्षेत्रीय निदेशिका, ब्रह्माकुमारीज, ब्र.कु. शशि दीदी, ब्र.कु. सुनीता बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



अमलापुरम-आ.प्र.। शिव जयंती के अवसर पर आयोजित 'द्वादश ज्योतिर्लिंग प्रदर्शनी तथा 108 शिवलिंग दिव्य दर्शन' के उद्घाटन कार्यक्रम में म्युनिसिपल कमिश्नर वी.अथ्यप्पा नायडू गरू, प्रिन्सीपल जूनियर सिविल कोर्ट जज श्रीलक्ष्मी गरू, म्युनिसिपल चेयरपर्सन आर.एस.एन. मणि गरू, ब्र.कु. श्रीदेवी बहन, ब्र.कु. स्वरूपा बहन तथा अन्य।



कुकुड़ाहांडी-ओडिशा। डॉ. कमल कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. बसंती बहन तथा ब्र.कु. कुनी बहन।



कोटा जंक्शन(राज.)। 86वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के उपलक्ष्य में विभिन्न प्रकार के विंग की सेवाओं के उद्घाटन अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. उर्मिला बहन, डॉ. वेद प्रकाश गुप्ता, प्रेसिडेंट, ब्लड बैंक सोसायटी कोटा कैंसर हॉस्पिटल, मुकेश गालव, महामंत्री, वेस्ट सेंट्रल रेलवे एम्प्लॉय यूनियन कोटा, डॉ. जगदीश शर्मा, लायंस क्लब अध्यक्ष, डॉ. आर.के. तंवर, प्रोफेसर, विकरण कैंसर विशेषज्ञ मेडिकल कॉलेज, आर.के. शुक्ला, प्रिंसिपल, केन्द्रीय विद्यालय स्कूल, डॉ. भारती सक्सेना, प्रोफेसर, प्रसूति एवं स्त्री रोग विशेषज्ञ, जेके लोन हॉस्पिटल, संजय शर्मा, लॉर्ड कृष्णा स्कूल के डायरेक्टर, रविकांत जी, राम मंदिर के अध्यक्ष, चंपा वर्मा, महिला मंडल अध्यक्ष, वेस्ट सेंट्रल रेलवे एम्प्लॉय यूनियन तथा ब्र.कु. लक्ष्मी बहन।



बीदर-रामपुरे कॉलोनी(कर्नाटक)। रोटरी क्लब में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित संगोष्ठी में महिला सशक्तिकरण विषय पर सम्बोधित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. सुनंदा दीदी। साथ में मंचासीन हैं रोटेरियन प्रणिता बिरादर, फर्स्ट लेडी, आरसीबीएनसी, बीदर, बहन तारामति जी एच, जेडी एग्रीकल्चर डिपार्टमेंट, बीदर, रोटेरियन डॉ. शिल्पा बी., गायनेकोलॉजिस्ट, गवर्नमेंट हॉस्पिटल बीदर तथा अन्य।



फरीदाबाद से.21डी-हरियाणा। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'स्वर्णिम भारत की ध्वजवाहक महिलाएं' कार्यक्रम में पुलिस कमिश्नर विकास अरोड़ा, दिल्ली हरिनगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी, हरियाणा टूरिज्म के जनरल मैनेजर राजेश जून, ए टू जेड ग्रुप की चेयरमैन व मैनेजिंग डायरेक्टर अलका जून, लोक उत्थान क्लब के अध्यक्ष आर.पी. हंस, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. रंजना बहन, ब्र.कु. रमेश भाई, मा.आबू, नमिता श्रीवास्तव, संयुक्त निदेशिका, पैरामेडिकल फोर्स, नई दिल्ली, नेहरू कॉलेज की प्रो. रुचिका बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



गंज बासोदा-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए एस.आई. प्रियंका दुवे, थाना गंज बासोदा, डॉ. रमेश सोनकर, पूर्व जिला स्वास्थ्य अधिकारी, विदिशा, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रुकमणी बहन, ब्र.कु. रेखा बहन तथा अन्य।



धडगाव-महा.। नगर अध्यक्ष धना पाटिल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरिता बहन।



शांतिवन-आबू रोड। राष्ट्रपति पुरस्कार विजेता सुप्रसिद्ध ज्योतिषी डॉ. सोहिनी शास्त्री को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारी संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी। साथ हैं डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके।



ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। हरियाणा के मुख्यमंत्री माननीय मनोहरलाल खट्टर को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. हुसैन बहन, ओ.आर.सी। साथ हैं हरियाणा के डिप्टी स्पीकर माननीय रणबीर सिंह गंगवा तथा अन्य।



बिलासपुर-निराला नगर(छ.ग.)। IBC24 चैनल द्वारा आयोजित कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. स्वाति बहन को उत्कृष्ट सेवाओं के लिए 'IBC24 नारी रत्न सम्मान 2022' से सम्मानित करते हुए राज्यपाल अनुसुइया उईके। इस अवसर पर उपस्थित रहे अटल बिहारी विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. ए.डी.एन.वाजपेयी, संभागायुक्त डॉ. संजय अलंग, पुलिस महानिरीक्षक रतनलाल डांगी, पंडित सुन्दर लाल शर्मा, विवि की कुलसचिव डॉ. इंदु अनंत तथा एस.एस.पी. पारुल माथुर।

खीरा खाना सेहत के लिए बहुत फायदेमंद है। खासतौर से गर्मियों में खीरा खाने से पेट से जुड़ी बीमारियां दूर रहती हैं। लेकिन एक कहावत है सुबह खीरा 'खीरा', दिन में खीरा हीरा और रात में खीरा जीरा। दरअसल ऐसा इसलिए कहा जाता है क्योंकि अगर आप सुबह के समय खीरा खाते हैं तो उसका फायदा खीरा के बराबर मिलेगा। अगर आप दिन में खीरा खाते हैं तो आपके शरीर के लिए खीरा हीरे के बराबर कीमती है और अगर आप रात में खीरे का सेवन करते हैं तो एक जीरे के जितना ही फायदा आपको मिलेगा। इसीलिए खीरा खाने की सलाह हमेशा दिन में यानी दोपहर के वक्त दी जाती है। चलिए जानते हैं फिर खीरा खाने के क्या हैं फायदे और क्या हैं नुकसान....

खीरा खाने के फायदे....

वजन कम करे

वजन कम करने के लिए खीरा बहुत अच्छा विकल्प है। खीरा खाने से पेट भी भर जाता है और आपको भरपूर पोषक तत्व भी मिल जाते हैं। खीरा में भरपूर पानी होता है, जिससे हमारे शरीर को पर्याप्त मात्रा में पानी मिल जाता है और मेटाबॉलिज़्म मजबूत

ऐसा क्यों कहा जाता है कि सुबह में खीरा 'खीरा'...!!



होता है।

इम्यूनिटी पावर

खीरा खाने से इम्यूनिटी भी मजबूत बनती है। खीरे में विटामिन सी, बीटा कैरोटीन जैसे एंटी ऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं। जिससे शरीर में मौजूद फ्री रेडिकल्स दूर होते हैं और रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है।

मजबूत हड्डियां

अगर आप खीरे को छिलके समेत खाते हैं तो इससे हड्डियों को फायदा होता है। खीरे के छिलके में सिलिका होता है, जो हड्डियों

को मजबूत बनाता है। इसके अलावा इसमें पाया जाने वाला कैल्शियम भी हड्डियों के लिए अच्छा है।

आँखों को देता शीतलता

खीरे का बेहतरीन गुण है आँखों को शीतलता प्रदान करना। फ्रिज में रखी रस की ब्यूब्स को आँखों पर रखने से आँखों की थकान मिटती है और आँखों को ठंडक मिलती है।

चमकदार त्वचा

साफ-सुथरी, चिकनी और चमकदार त्वचा

चाहिए तो आप खीरे से अवश्य दोस्ती कीजिए। खीरे में पोटेसियम, मैग्नीशियम और सिलिकॉन अत्यधिक मात्रा में होता है। यह खनिज त्वचा के लिए बहुत जरूरी हैं।

तैलीय त्वचा के लिए

त्वचा के तैलीय होने पर मुंहासे जैसी समस्या आम हो जाती है। यदि आप भी पिंपल्स से परेशान हैं तो खीरा आपके लिए फायदेमंद है। इसके लिए आप खीरे का रस निकाल लें। इसमें कुछ बूंदे नींबू की मिलाएं। अब इसे अपने पूरे चेहरे पर लगाएं। कुछ देर लगा छोड़ दें। फिर ठंडे पानी से

चेहरा धो लें।

धूप से बचाए

धूप से त्वचा को बहुत नुकसान पहुंचता है। यदि आपके चेहरे पर टैनिंग हो गई है तो खीरा इसे हटाने के लिए बेहतरीन है। बस आपको इसका इस्तेमाल नियमित करना है। टैनिंग हटाने के लिए आप आधे खीरे का रस निकाल लें। इसमें चुटकीभर हल्दी मिलाएं। अब इसमें कुछ बूंदे नींबू के रस की मिलाएं। इसे चेहरे, गर्दन और अपने हाथों में लगाकर 15 मिनट तक लगा छोड़ दें। फिर साफ पानी से इसे साफ कर लें।

भूख बढ़ाए

भूख न लगने की स्थिति में खीरे का सेवन करने से भूख बढ़ती है।

रात में खीरा खाने के नुकसान...

डायजेशन पर असर

रात में खीरा खाने से पेट में भारीपन रह सकता है। क्योंकि खीरे को पचने में वक्त लगता है, इसलिए आपको भारीपन महसूस होगा।

कमजोर डायजेशन वालों को नहीं खाना चाहिए

जिन लोगों को पाचन से जुड़ी समस्या रहती है उन्हें खीरा खाने से परहेज करना चाहिए। खीरे में कुकुरबिटा सीन होता है, जिसे पचाने के लिए आपका डायजेशन मजबूत होना बेहद जरूरी है।



जयपुर-राज। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में विधायक पुष्पेन्द्र जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जया बहन।



टूंडला-फिरोजाबाद(उ.प्र.)। नवनिर्वाचित विधायक प्रेमपाल सिंह धनगर को गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब्र.कु. विजय बहन।



कोरबा-छ.ग। महाशिवरात्रि के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा आध्यात्मिक ऊर्जा पार्क में आयोजित कार्यक्रम में ज्योत्सना महन्त, लोकसभा सांसद, कोरबा क्षेत्र, ब्र.कु. श्याम, मा.आबू, राजयोगिनी ब्र.कु. रूकमणी दीदी, सूरज महंत, ऊषा तिवारी, कौशल परसाई, शेषराज हरबंश, किरण चौरसिया आदि उपस्थित रहे।



दिल्ली-विपिन गार्डन। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में एसएचओ राजेश कुमार मौर्या को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जानकी बहन।



राजकोट-मेहुल नगर(गुज.)। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत 'आत्मनिर्भर किसान अभियान' के लॉन्चिंग कार्यक्रम में स्टर्लिंग हॉस्पिटल के न्यूरो सर्जन डॉक्टर की टीम, ब्र.कु. भाई-बहनें तथा गांव के गणमान्य लोग उपस्थित रहे।



वारंगल-तेलंगाना। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज के विश्व शांति भवन, शिव नगर में 'हेल्दी लाइफ स्टाइल थ्रू राजयोगा' विषय पर फोर्थ बटालियन ममनूर के हेड कॉन्सटेबल्स के लिए आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं राजकुमार गरु, ट्रेनिंग ऑफिसर, फोर्थ बटालियन, ममनूर, बी.वेणुगोपाल रेड्डी गरु, असिस्टेंट कमांडेंट, फोर्थ बटालियन, ममनूर, ब्र.कु. उमा रानी बहन, संचालिका, मलकपेट, हैदराबाद तथा ब्र.कु. श्रीलता बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका।



मुम्बई-घाटकोपर। क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. नलिनी दीदी, ब्रह्माकुमारीज घाटकोपर सबजोन द्वारा साठ वर्षों से लोक हित में किये गये अथक, निःस्वार्थ सेवाओं के फलस्वरूप मध्य अमेरिका के विश्वविद्यालय ने उन्हें 'डॉक्टर ऑफ लेटर्स' की उपाधि प्रदान की। दीदी की इस उपलब्धि पर मुम्बई के एचएसएनसी विश्वविद्यालय की ओर से डॉ. निरंजन हीरानंदानी, प्रोवोस्ट, एचएसएनसी युनिवर्सिटी ने शानदार सम्मान समारोह का आयोजन किया। इस अवसर पर डॉ. किशु मनसुखानी, एचएसएनसी विश्वविद्यालय के प्रेजिडेंट, डॉ. हेमलता बागला, एचएसएनसी विश्वविद्यालय की वाइस चांसलर, ब्र.कु. शकु दीदी, प्रो. ब्र.कु. राजकुमार भाई, ब्र.कु. निकुंज भाई आदि उपस्थित रहे।

तब मैंने अपनी जर्नी शुरू की... एक एक्सपेरिमेंट करके देखते हैं...

गतांक से आगे...

जब मैंने अपनी जर्नी शुरू की तो यहाँ ब्रह्माकुमारीज में ये जो रोज स्टडी करवाते हैं, ये परमात्मा के डायरेक्ट महावाक्य हैं। तो रोज इसको स्टडी करो। तो मैंने पूछा कि क्या-क्या करना है इसके लिए? तो उन्होंने कहा कि जैसे रोज सुबह तीन दिन आपने यहाँ किया, वैसा घर जाने के बाद रोज सुबह करना। और जैसे आपने रोज यहाँ क्लास की वहाँ जाकर रोज आप आधे घंटे के लिए करना और बाकी टाइम अपने काम पर जाना। मैंने फिर पूछा कि और क्या करना है? तो उन्होंने कहा कि सात्विक भोजन खाना, मैंने बोला अभी खाना भी चेंज करना पड़ेगा! तो बोले चेंज करना नहीं पड़ेगा, अगर आप चेंज करेंगे तो आपका एक्सपेरिमेंट जल्दी पूरा हो जायेगा। क्योंकि हम प्युअर कॉन्शियसनेस पर एक्सपेरिमेंट कर रहे हैं। क्योंकि हम चैतन्य आत्मा पर एक्सपेरिमेंट कर रहे हैं। हम सर्वोत्तम चेतना से जुड़ने का एक्सपेरिमेंट कर रहे हैं। हम जीवन की पवित्रता पर एक्सपेरिमेंट कर रहे हैं। प्युरिटी एंड पॉवर। तो खाना भी कैसा होना चाहिए? जैसा अन्न वैसा मन, जैसा पानी वैसी वाणी। अब यहाँ से हम जर्नी शुरू करते हैं कि मुझे प्युअर सोचना है, मुझे लव करना है, एक्सेप्ट (स्वीकार) करना है।

बाहर से हम ऐसा भोजन खा लेते हैं जिसमें कौन-सी वायब्रेशन हैं? किसी को बांधा गया है और कैसी-कैसी कैप्टिविटी (कैद) में रखा जाता है। कैसी स्थिति में। और उसको पता है कि मुझे 15-20 दिन के अन्दर मारा जाने वाला है। सिर्फ एक मिनट आप अपने को उस स्थिति में रख कर देखें तो उस टाइम हमारे अन्दर कौन-से इमोशन (भावनायें) क्रियेट होंगे? डर, क्रोध, नफरत, असहाय, मैं कुछ कर नहीं सकता। तभी



ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

तो कहा जाता है कि जैसा अन्न वैसा मन। यहाँ बैटरी को चार्ज करने की कोशिश की, एक लंच खाया फिर डिस्चार्ज। फिर शाम को मेडिटेशन किया, बैटरी चार्ज हुई, फिर रात को डिनर किया फिर बैटरी डिस्चार्ज। तो कितने दिन में पहुंचेंगे देयर इज ए इज इक्वल टू बी पर? थोड़े दिन करेंगे और फिर कहेंगे कि ऐसे ही है कुछ नहीं है छोड़ दो।

तो कई बार हम पूछते हैं कि क्या यहाँ वेजिटेरियन (शाकाहारी) बनना पड़ेगा? बनना कुछ नहीं पड़ता, कोई मजबूरी नहीं, कोई जबरदस्ती नहीं, कोई फोर्स नहीं यहाँ राय दी जाती है सिर्फ। राय उन बातों पर दी जाती है किन-किन चीजों से आपकी फ्रिक्वेंसी बढ़ सकती है, और किन-किन चीजों से आपकी फ्रिक्वेंसी घट सकती है।

एक एक्सपेरिमेंट करके देखते हैं घर जाने के बाद। तीन महीने के लिए सिर्फ। सात्विक अन्न खाकर देखते हैं, सिर्फ एक एक्सपेरिमेंट के रूप में। जब हमारे घर में किसी की डेथ होती है, जब बॉडी घर में पड़ी है तो खाना नहीं बनता है। कुछ तो रीजन (कारण) होगा कि उस दिन घर पर खाना

नहीं बनता। रीजन होगा कोई, वायब्रेशन कौन-से हैं, एनर्जी कौन-सी है, जब वो डेड बॉडी घर से निकल जाती है, शमशान में जाते हैं, सब कर देते हैं, फिर क्या करते हैं हाथ धोते हैं, मुंह धोते हैं उधर ही। क्या धो रहे हैं? घर आते हैं सबसे पहली चीज क्या करते हैं? पहले नहाते हैं, कपड़े धोने में डालते हैं फिर पूरे घर को धोते हैं, फिर किचन खुलता है। अपनी ही फैमिली मेम्बर थी। अपनी ही फैमिली की बॉडी का घर में होते हुए किचन में खाना नहीं बनता। और पता नहीं किस-किस बॉडी का तो रोज खाना बन रहा है। फ्रिज में क्या-क्या रखा हुआ है। शमशान घाट के नजदीक घर नहीं लेते, कहते हैं वास्तु ठीक नहीं है। एनर्जी ठीक नहीं है। और फ्रिज में क्या बना हुआ है? एक महीना पुराना रेफ्रीजरेटर में पड़ा हुआ है। क्या वास्तु होगा?

हम जब निमंत्रण देने जाते हैं तो कुछ लोग तो इसी कारण से मना कर देते हैं आने से कि हम तीन दिन तो उस चीज के बिना रह ही नहीं सकते। जब हम किसी भी चीज के लिए कहते हैं कि हम इसके बिना रह नहीं सकते, आत्मा की पॉवर घट जाती है, नीचे आ जाती है। हम हीलर्स हैं, इतने कमजोर तो हम हो ही नहीं सकते। और कोई चीज हम क्यों ऐसे लें जो न आत्मा के लिए, जो न शरीर के लिए सही है। तो आज एक कनेक्शन उससे जोड़ कर, एक चीज को तो सरेन्डर करते हैं। अगर हम अपनी मोटी-मोटी आदतों को नहीं छोड़ पायेंगे तो सूक्ष्म संस्कारों को चेंज करना, वो मुश्किल हो जाता है। इसलिए पहले सयंम और नियम मोटी-मोटी चीजों का। परिवर्तन लाने के लिए जरूरत है सिर्फ अनुशासन की। ये किसी भी चीज के लिए है। जब हम कुछ बनने के लिए इतनी सब मेहनत कर सकते हैं तो ये सब करने से तो हम फरिश्ता सो देवता बनेंगे तो इसके लिए क्यों नहीं!

यह जीवन है

इंसान अपने जीवन के खालीपन को किसी न किसी के संग से अथवा कुछ न कुछ काम करके भरता रहता है, जब तक उसे वह चीजें मिलती रहती हैं, तब तक उसका जीवन सहजता से चलता रहता है, और उन चीजों के हटते ही जीवन में असहजता आ जाती है।

अतः जब हम अपने खालीपन को बाहरी तथ्यों से भरते रहेंगे तब तक हमारा भरपूर होना संभव नहीं हो सकता, अर्थात् भरपूरता के लिए श्रेष्ठ विचारों से खुद को भरपूर करना अतिआवश्यक होता है।



दिल्ली-करोल बाग (पाण्डव भवन)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'देश का गौरव है नारी' कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए अनुजा कपूर, बीजेपी प्रवक्ता, लॉयड, क्रिमिनल साइकोलॉजिस्ट, बबीता भरीजा, निगम पार्षद पहाड़गंज, आर.जे. विभा बहन, ऑल इंडिया रेडियो 100.1 एमएचजेड एफ.एम. गोल्ड अंदाज ए बयां कार्यक्रम की संचालक, राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी, मनदीप कौर बक्शी, पूर्व निगम पार्षद, विदुषी कौशिक बहन, एसीपी करोल बाग, राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी, डॉ. आइशा रजा, उप चिकित्सा अधीक्षक, आयुर्वेदिक एंड यूनानी तिब्बिया कॉलेज, कनिका मलिक, एनआईएससीएआईआर की प्रिंसिपल साइंटिस्ट, ब्र.कु. विजय बहन, ब्र.कु. सोनिया बहन तथा अन्य।



पोर-गुज। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् वडोदरा जिला पंचायत के प्रमुख अशोक भाई पटेल को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. धीरज बहन। साथ हैं प्रकाश भाई तथा विजय भाई।



अलीराजपुर-म.प्र.। 'होली मिलन समारोह' के दौरान मंचासीन हैं सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. माधुरी बहन, ब्रह्माकुमारीज धार्मिक प्रभाग के क्षेत्रीय संयोजक ब्र.कु. नारायण भाई, इंदौर, मुख्य अतिथि संत चंद्र सिंह तथा वक्ता नटवर सिंसोदिया, सहायक संचालक, शिक्षा विभाग।



बरेली-रायसेन (म.प्र.)। स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र एवं ब्रह्माकुमारीज के मीडिया प्रभाग द्वारा 'समाधान परक पत्रकारिता से समृद्ध भारत की ओर' विषय पर आयोजित सम्मेलन में ब्र.कु. डॉ. रीना बहन, भोपाल, ब्र.कु. रावेन्द्र भाई, भोपाल, ब्र.कु. शिवराम भाई, सुरेश कुमार बिंदुआ, ब्यूरो चीफ, राज एक्सप्रेस बरेली, संजय शर्मा, वरिष्ठ पत्रकार एवं ब्यूरो चीफ राजधानी एक्सप्रेस एवं समय जगत, भगवान दास राठी, वरिष्ठ पत्रकार एवं समाजसेवी संपादक कृष्ण जगत पत्र तथा शहर के अन्य गणमान्य पत्रकार बंधुओं सहित ब्र.कु. जयंती दीदी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. जागृति बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



राँची-हरमू रोड (झारखण्ड)। 'होली मिलन समारोह' में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. अर्चना चौधरी, स्त्री रोग विशेषज्ञ, सुभाष चन्द्र गर्ग, डीजीएम, नाबार्ड बैंक, अंकित रावल, सहायक प्रबंधक, मेटेरियल मैनेजमेंट, सीएमपीडीआई, क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी तथा अन्य।

परमात्म ऊर्जा



जो लक्ष्य रखा जाता है उसको पूर्ण करने के लिए ऐसे लक्षण भी अपने में भरने हैं। ढीले कोशिश वाले कहाँ तक पहुँचेंगे? कोशिश शब्द ही कहते रहेंगे तो कोशिश में ही रह जायेंगे। एम तो रखना है कि करना ही है। कोशिश अक्षर कहना कमजोरी है। कमजोरी को मिटाने के लिए कोशिश शब्द को मिटाना है। निश्चय से विजय हो जाती है। संशय लाने से शक्ति कम हो जाती है। निश्चयबुद्धि बनेंगे तो सभी का सहयोग भी मिलेगा। कोई भी कार्य करना होता है तो सदैव यही सोचा जाता है कि मेरे बिना कोई कर नहीं सकता तब ही सफलता होती है। आज से कोशिश अक्षर खत्म करो।

मैं शिवशक्ति हूँ। शिवशक्ति सभी कार्य कर सकती है। शक्तियों की शेर पर सवारी दिखाते हैं। किस भी प्रकार माया शेर रूप में आये डरना नहीं है। शिवशक्ति कभी हार नहीं खा सकती। अभी समय ही कहाँ है। समय के पहले अपने को बदलने से एक का लाख गुणा मिलेगा बदलना ही है, तो ऐसे बदलना चाहिए। याद आता है कि अगले कल्प भी वर्सा लिया था। अपने को पुराना समझने से, वह कल्प पहले की स्मृति आने से पुरुषार्थ सहज हो जाता है। क्योंकि निश्चय रहता है कल्प पहले भी मैंने लिया था। अब भी लेकर छोड़ेंगे। कल्प पहले की स्मृति शक्ति दिलाने वाली होती है। अपने को नए समझेंगे तो कमजोरी के संकल्प आयेंगे। पा सकेंगे व नहीं। लेकिन मैं हूँ ही कल्प पहले वाला इस स्मृति से शक्ति आयेंगी। सदैव अपने को हिम्मतवान बनना चाहिए। हिम्मत हारना नहीं चाहिए। हिम्मत से मदद भी मिलेगी। हम सर्वशक्तिवान बाप के बच्चे

हैं, बाप को याद किया, यही हिम्मत है।

बाप को याद करना सहज है व मुश्किल? सहज करने में सहज हो जाता है। यह तो मेरा कर्तव्य है, फर्ज है। क्या करूँ यह संकल्प आने से मुश्किल हो जाता है। कभी भी अपने अन्दर कमजोर संकल्प को नहीं रहने देना। अगर मन में कमजोर संकल्प उत्पन्न भी हो जायें तो उनको वहाँ ही खत्म कर शक्तिशाली बनना है। अब तक भी अगर कोशिश करते रहेंगे तो अव्यक्त कशिश का अनुभव कब करेंगे? जब तक कोशिश है तब तक अव्यक्त कशिश अपने में नहीं आ सकती है। यह भाषा ही कमजोरी की है। सर्वशक्तिवान के बच्चे यह नहीं कह सकते। उनके संकल्प, वाणी सभी निश्चय के होंगे। ऐसी स्थिति बनानी है।

सदैव चेक करो कि संकल्प रूपी फाउंडेशन मजबूत है। तीव्र पुरुषार्थी की चलन में यह विशेषता होगी, उनके संकल्प, वाणी, कर्म तीनों ही एक समान होंगे। संकल्प ऊंच हों और कर्म कमजोर हों तो उनको तीव्र पुरुषार्थी नहीं कहेंगे। तीनों की समानता चाहिए। सदैव यह समझना चाहिए। जो कि माया कभी-कभी अपना रूप दिखाती है यह सदैव के लिए विदाई लेने आती है। विदाई के बदले निमंत्रण दे देते हो। सदैव शिवबाबा के साथ हूँ, उनसे अलग होंगे ही नहीं तो फिर कोई क्या करेंगे। कोई बिजी होता है तो फिर और कोई उनको डिस्टर्ब नहीं करता है। समझते हैं तंग करने वाला कोई नहीं आये तो एक बोर्ड लगा देते हैं। आप भी ऐसा बोर्ड लगाओ तो माया लौट जाएगी। आने का स्थान ही नहीं मिलेगा। कुर्सी खाली होती है तो कोई बैठ जाता है।



जिंतूर-महा। महाशिवरात्रि के अवसर पर स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुमन बहन के मार्गदर्शन में कार्यक्रम एवं विशाल शोभा यात्रा का आयोजन हुआ। इस मौके पर चार ठाणा से ब्र.कु. नंदा बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

कथा सरिता

एक गांव में रामसिंह और पदमा पति-पत्नी रहते थे। कुछ समय बाद उनका बच्चा होने वाला था। पदमा हॉस्पिटल में भर्ती थी। नर्स ने रामसिंह को आकर खुशखबरी दी कि आपके जुड़वां बच्चे हुए हैं।

रामसिंह ने कहा कि दो-दो लड़के! लेकिन नर्स ने कहा कि एक लड़का और एक लड़की। रामसिंह लड़की नहीं चाहता था क्योंकि लड़की की शादी में होने वाले खर्च से वह डरता था। 2-4 दिन के बाद रामसिंह अपनी पत्नी और बच्चों के साथ अपने घर पर आ गया।

वह ज़्यादातर लड़के को ही खिलाता था। पदमा को यह बात पसंद नहीं थी। एक दिन रामसिंह अपनी पत्नी से बोला कि हम दो-दो बच्चों का खर्च नहीं उठा सकते। हमारी आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं है।

इसके अलावा लड़की की शादी में होने वाले खर्च को भी हम नहीं उठा सकते इसलिए हम लड़की को मेरे मित्र को सौंप देते हैं। जिसकी कोई संतान नहीं है। वह हमारी लड़की को हम से भी अच्छे से पालेगा क्योंकि वह बहुत अमीर है।

पदमा ने अपनी लड़की को देने से मना किया लेकिन रामसिंह के कहने पर दुःखी मन से उसने अपनी लड़की को रामसिंह को सौंप दिया। रामसिंह ने लड़की को

एक बार की बात है बादशाह अकबर का दरबार लगा था। जिसमें अकबर ने कहा कि आलू सब्जियों में बहुत प्रयोग किया जाता है, आलू सब्जियों का राजा है कौन ऐसा व्यक्ति होगा जिसको आलू पसंद नहीं होगा! आलू को हम बार-बार खा सकते हैं। दरबार में उपस्थित सभी लोग बादशाह अकबर के समर्थन में बोलने लगे लेकिन बीरबल चुप थे।

अकबर ने पूछा बीरबल क्या तुम मेरी बात से सहमत नहीं हो? बीरबल ने कहा महाराज आलू सब्जियों में बहुत प्रयोग अवश्य किया जाता है लेकिन बहुत-सी सब्जियां हैं जिसका प्रयोग हम कर सकते हैं। आप बार-बार केवल इसी को नहीं खा सकते।

इसके बाद अकबर ने बीरबल को कहा कि तुमको पता नहीं मुझसे क्या समस्या है तुमको मेरी बात जरूर काटनी है। मैं तुमको नहीं समझ पाया और न ही तुम्हारे हिन्दू धर्म को जिसमें कहा जाता है कि भगवान ने खुद संसार को बनाया है लेकिन किसी व्यक्ति को मुसीबत आ जाती है तो वह खुद बचाने धरती पर आ जाते हैं वह और किसी को क्यों नहीं भेज देते! बीरबल ने कहा इसका उत्तर मैं आपको कुछ दिन में दूंगा।

अकबर ने कहा कि तुम्हारे पास कोई उत्तर ही नहीं है। अगले दिन की बात है शाम के खाने में अकबर और बीरबल



अपने मित्र व उनकी बीवी को सौंप दिया। बच्चा पाकर वह बहुत खुश हुए।

इसके बाद समय बीतता गया, रामसिंह अपने लड़के को अच्छे से पाल रहा था

जिससे वह कुछ कमाने लग गया। फिर कुछ समय बाद उसकी शादी भी करा दी।

शादी के बाद रामसिंह के लड़के का व्यवहार बदल गया। वह अपने पिता से बोला आप मेरे समुदाय वालों को ताना मत मारा करो। रोज-रोज वह किसी बात पर अपने माँ-बाप से झगड़ा करता था।

एक दिन उसने रामसिंह और पदमा दोनों को ही उन्हीं के घर से निकाल दिया। बहुत समझाने पर भी वह नहीं माना। रामसिंह और उसकी पत्नी एक मंदिर में गए। वहाँ पहुँच कर पदमा ने रामसिंह को कहा कि मंदिर का प्रसाद खा लेते हैं।

जब वह प्रसाद ले रहे थे तो वहाँ पर रामसिंह के मित्र की पत्नी आ गयी। उसने रामसिंह को पहचान लिया। उसने अपनी उसी बेटी से रामसिंह को मिलवाते हुए बताया कि यह वही है जिसको आपने 25 वर्ष पहले हमको सौंपा था।

आज यह एक डॉक्टर है और वृद्धाश्रम भी चलाती है। रामसिंह और पदमा अपनी बेटी से मिलकर बहुत खुश हुए और अपनी सारी बात अपनी बेटी को बताई। इसके बाद वह बोली कि अब आप दोनों मेरे साथ ही रहेंगे।

सीख : इस कहानी से हमें यह सीख मिलती है कि हमें कभी भी लड़के और लड़की में भेदभाव नहीं करना चाहिए।

लड़के और लड़की में कभी भेद न हो



और उसकी हर इच्छा को पूरा करता था। लड़का जब 20 वर्ष का हुआ तो उसने रामसिंह से बाइक दिलाने की जिद्द की।

रामसिंह ने अपनी बीवी के गहने बेचकर उसको बाइक दिला दी। कुछ समय बाद उसने अपने लड़के के लिए खेत बेचकर एक दुकान खुलवा दी।

बैठे थे, रसोईया खाना लेकर आया जिसको देखकर बादशाह अकबर हैरान हो गए क्योंकि भोजन में हरेक व्यंजन आलू का ही बना हुआ था।

अकबर ने गुस्से में कहा कि यह सब पकवान केवल आलू का ही क्यों बना हुआ है, चिकन कबाब कहाँ है? रसोई ने कहा हज़ूर आपको आलू बहुत पसंद

के हाथ से तालाब में गिर गया वह चिल्लाई, राजकुमार पानी में गिर गया।

सभी हड़बड़ाए लेकिन अकबर तुरंत बच्चे को बचाने के लिए पानी में कूद गए। वह उसको बाहर निकाल लाये जिसके बाद उससे कपड़ा हटा कर देखा तो उसमें राजकुमार की जगह खिलौना था। अकबर ने पूछा यह किसने हमारे साथ मज़ाक किया है?

बीरबल ने कहा हज़ूर यह मेरे कहने पर किया गया है। अकबर ने बोला यदि तुमने इसकी कोई खास वजह नहीं बताई तो तुमको इसका दंड भुगतना पड़ेगा। बीरबल ने कहा

पहले आप यह बताइये कि राजकुमार के पानी में गिरने पर आपने किसी और को बचाने के लिए क्यों नहीं भेजा, आप खुद क्यों गए?

इस पर राजा ने बोला कि जब मेरा बेटा पानी में गिर गया तो मैं किसी और को बोलूँगा कि खुद उसको बचाने जाऊँगा, तुम कैसी बात कर रहे हो! बीरबल ने बोला इसी तरह हमारे धर्म में भी जब किसी व्यक्ति को मुसीबत आती है तो भगवान खुद उसको बचाने आते हैं किसी और को भेजने की बजाया।

अकबर बीरबल की बात समझ चुके थे। बीरबल ने कहा राजकुमार बिल्कुल सुरक्षित हैं और मैं इस सबके लिए माफी मांगता हूँ।

सच्चा रक्षक



है ना इसलिए सब केवल आलू का बना है।

अकबर ने कहा तुमको यह बनाने को किसने बोला, तो बीरबल ने कहा कि यह सब मैंने बनाने के लिए बोला था क्योंकि आपने बोला था कि मैं बार-बार आलू खा सकता हूँ। अकबर ने ठीक है मैं मानता हूँ कि आलू मुझे पसंद है लेकिन मैं केवल यही नहीं खा सकता।

इसके कुछ दिन बाद बादशाह अपने मंत्रियों और बीरबल के साथ बगीचे के तालाब के नज़दीक घूम रहे थे। एक दासी एक छोटे बच्चे को हाथ में लिए थी जो कि अकबर का बेटा था। अकबर वहीं टहल रहे थे कि तभी बच्चा दासी

पतित पावन परमात्मा शिव है या जल गंगायें...!!

स्वयं परमात्मा द्वारा स्थापित आदि सनातन देवी-देवता धर्म वंश के लोग जब पतित हो जाते हैं, मृत्यु के भी वशीभूत हो जाते हैं, और अन्यान्य दानव जातियों से भी बहुत पीड़ित हो जाते हैं और उनसे पराजित होते हैं, ऐसी करुणामय अवस्था में ज्ञान सागर भगवान शिव उन्हें दानवों से अधिक समर्थ बनाने के लिए, मृत्यु पर विजय दिलाने के लिए तथा उन्हें फिर से अमर-पद के योग्य बनाने के लिए ज्ञान रूपी अमृत देते हैं। परमात्मा ही ज्ञान रूपी क्षीर सागर है। मनुष्य आत्मायें अपने तन रूपी मंदिर में अचल स्थिति में रहकर जब उस ज्ञान का मंथन करती हैं तो उनके बुद्धि रूपी कलश में अमृत भरता है। पतित पावन परमात्मा शिव ज्ञान रूपी कलश कलियुग के अंत तथा सतयुग के आदि के संगम पर ही देते हैं। क्योंकि कलियुग के अंत में ही देवी-देवता धर्म के लोग पतित, पीड़ित, पराजित और मृत्यु से परतंत्र होते हैं। इसी कारण 'संगम' समय का

ही उस जल से उनके पाप धुल सकते हैं। पुनश्च, स्वर्ग से गंगा का इस धरा पर आना, शंकरजी का उसे अपनी जटाओं में धारण करना आदि-आदि बातें भी विवेक के विपरीत हैं। तब प्रश्न उठता है कि वास्तविकता क्या है?

ऊपर 'संगम' के बारे में कुछ रहस्य स्पष्ट करते हुए बताया गया है कि कलियुग के अन्त और सतयुग के आदि के संगम समय परमपिता परमात्मा शिव देवी-देवता धर्म-वंश के पतित मनुष्यों को पावन करने के लिए ज्ञानामृत का कलश प्रदान करते हैं। उसी ईश्वरीय ज्ञान के जैसे 'अमृत', 'अंजन' इत्यादि अनेक लाक्षणिक नाम हैं, वैसे ही 'गंगा' भी उसी ज्ञान ही का नाम है। परमपिता परमात्मा शिव प्रजापिता ब्रह्मा के मानवीय तन में प्रवेश करके (अवतरित होकर) ज्ञान गंगा प्रवाहित करते हैं। जैसे ज्ञान के अनेक नाम हैं, वैसे ही प्रजापिता ब्रह्मा के भी अनेक नाम हैं, जिनमें

अन्यान्य मानसी कन्याओं ने इस ज्ञानामृत को अपने बुद्धि रूपी कलश में धारण करके दूसरों को भी इस द्वारा पावन किया। अतः वे भी पतित-पावनी सरस्वती, गंगा इत्यादि नामों से प्रसिद्ध हुईं। उन्होंने भारत के अनेकानेक स्थानों पर जाकर ज्ञान-धारा से मनुष्यों को पवित्र किया और हीरे तुल्य बनाया। उन्हीं की पुण्य-स्मृति में भारत की इन नदियों के नाम गंगा, यमुना, सरस्वती इत्यादि हैं और चूँकि संगम काल ही में चैतन्य गंगा, सरस्वती इत्यादि कन्याओं-माताओं का परस्पर तथा परमपिता परमात्मा शिव से संगम हुआ था, इसलिए प्रयाग में इन नदियों के संगम-स्थान का भी आज भक्त लोग विशेष महत्त्व मानते हैं।

उपर्युक्त से स्पष्ट है कि जल की ये जो गंगा, यमुना आदि नदियाँ हैं, ये भले ही शरीर को तो पवित्र करती हैं और पर्वतों से अनेक प्रकार की वनस्पतियों, औषधियों, धातु-सत्त्वों इत्यादि को साथ बहा लाने के कारण इनके जल में कुछ शारीरिक रोग हरने की शक्ति भी हो सकती है परन्तु आत्मा के जो काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि रोग हैं अथवा इन विकारों के कारण आत्मा की जो अपवित्रता है, उनको परमपिता परमात्मा शिव ही के ज्ञान द्वारा हरा जा सकता है; इसीलिए ही परमात्मा शिव को 'हरा' अथवा (पतित-पावन) कहा जाता है और ज्ञान ही के बारे में गीता में कहा गया है कि- "हे वत्स, संसार में पापों को हरने के लिए ज्ञान जैसी अन्य कोई वस्तु नहीं है।" पुनश्च, जिन सरस्वती, गंगा इत्यादि माताओं-कन्याओं द्वारा उस ज्ञान का प्रचार और प्रसार हुआ, जिनका आज तक भी नवरात्रों में बाल-वृद्ध सभी कुमारिकाओं के रूप में आमन्त्रित करके नमस्कार करते हैं पतित-पावनी तो वे चैतन्य गंगाएँ ही थीं।

अतः इन रहस्यों को समझकर आज हरेक मनुष्य को निर्णय करना चाहिए कि- "पतित-पावन परमात्मा शिव ही हैं या यह जल-गंगा? क्या चैतन्य ज्ञान-गंगायें सरस्वती इत्यादि ही पतित पावनी थीं या यह जल-गंगायें पतित पावनी हैं? क्या कलियुग और सतयुग के आदि का संगम समय, कि परमात्मा का अवतरण होने के कारण सरस्वती आदि का परमात्मा के साथ मिलन (संगम) होता है, शुभकारी है या जल की नदियों का संगम अमर पद को देने वाला है? पुनश्च, क्या अमृत कोई पेय तत्व है या ज्ञान ही पावनकारी और अमरपद के योग्य बनाने वाला होने के कारण 'अमृत' है?" इन बातों का निर्णय करके मनुष्य को वास्तविक कुम्भ मनाना चाहिए क्योंकि अब संगम समय परमपिता परमात्मा शिव अवतरित होकर पुनः ज्ञानामृत का कलश दे रहे हैं, और प्रजापिता ब्रह्मा (भगीरथ) के पुरुषार्थ से चैतन्य गंगायें (ब्रह्मा की मानसी पुत्रियाँ) भी जन-जन को ज्ञान द्वारा पावन कर रही हैं।



विशेष महत्त्व है। क्योंकि उस समय ही मनुष्य को ज्ञान रूपी अमृत प्राप्त होता है। जिससे हम सभी प्रकार के दुःखों से छूट जाते हैं और सतयुगी अमर देवता बन जाते हैं। उसी पुण्यकारी तथा कल्याणकारी संगम की याद में ही गंगा-यमुना-सरस्वती के मिलाप के स्थान का नाम भी 'संगम' पड़ गया है। परंतु आज लोग सच्चे संगम के स्थान पर नदियों के संगम को ही अमरपद देने वाला मानने लगे हैं। ये सबसे बड़ी उनकी भूल है। आज लोग समझते हैं कि राजा सगर के हज़ारों बच्चे श्राप से मूर्च्छित हो गये थे और उन्हें फिर से जीवित करने के लिए तथा श्राप-मुक्त करने के लिए भगीरथ ने तपस्या की थी और तब शिवजी की कृपा से आकाश (स्वर्ग) से गंगा उतरी थी जिसके जल से सगर के बच्चे फिर जीवन को प्राप्त करके उठ खड़े हुए थे और यह भारत भूमि भी पवित्र हो गई थी।

परन्तु, विवेक द्वारा स्पष्ट है कि किसी भी नदी के जल द्वारा न तो पूर्व काल में मूर्च्छित अथवा मरे हुए व्यक्ति जीवित हो सकते हैं, न

से एक नाम 'भगीरथ' इसलिए प्रसिद्ध होता है कि उसके शरीर रूपी रथ पर भगवान् शिव सवार होते हैं। प्रसिद्ध है कि ब्रह्माजी ने बहुत योग-तपस्या की थी। अतः आजकल 'भगीरथ' शब्द बहुत परिश्रम करने वाले अथवा तपस्या करने वाले अथवा असम्भव कार्य को सम्भव करने वाले व्यक्ति का भी वाचक है। तो आकाश से भी पार जो परमधाम अथवा परलोक है, वहाँ से ज्ञान सागर परमात्मा शिव ने अवतरित होकर प्रजापिता ब्रह्मा के मुख द्वारा जो ज्ञान गंगा प्रवाहित की, उससे ही पतित आत्माएँ पावन हुईं और स्वर्ग के सुखों के लिए अधिकारी हुईं। इसलिए गंगा भी 'पतित-पावनी' के नाम से प्रसिद्ध है और परमपिता परमात्मा भी 'पतित-पावन' के नाम से प्रसिद्ध हैं परन्तु पतितों को पावन करने वाली गंगा तो ज्ञान-गंगा, न कि जल-गंगा।



भुज-कच्छ (गुज.)। ब्रह्माकुमारीज के तपस्या भवन में महाशिवरात्रि पर बारह ज्योतिर्लिंग दर्शन मेले में शिव की आरती करते हुए नगरपति घनश्याम भाई ठक्कर, कच्छमित्र दैनिक के तंत्री दीपकभाई मांकड़, कमलभाई गढ़वी, ब्र.कु. रक्षा बहन तथा ब्र.कु. भरत भाई।



कायमगंज-फर्रुखाबाद (उ.प्र.)। होली मिलन समारोह में विधायक डॉ. सुरभि गंगवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मिथलेश एवं डॉ. मिथलेश अग्रवाल। साथ हैं एवीएन ब्लॉक प्रमुख श्रीमति अनुराधा दुबे तथा अन्य गणमान्य लोग।



दिल्ली-नरेला पाना उद्यान। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए अर्जुन अर्वाँई विजेता दिनेश भारद्वाज, ब्र.कु. अनुसुइया दीदी, ब्र.कु. गीता बहन तथा अन्य भाई-बहनें।



नवरंगपुर-ओडिशा। शिव जयंती पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् समूह चित्र में कलेक्टर कमल लोचन मिश्रा, ब्र.कु. नीलम दीदी तथा अन्य।



छोटा उदेपुर-गुज.। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर छोटा उदेपुर कॉलेज के मैदान में आयोजित जिलास्तरीय कार्यक्रम में गीता बहन राठवा, लोकसभा सांसद, श्रीमति मलका बहन पटेल, जिला पंचायत प्रमुख, श्रीमति स्तुति चारण, जिला मजिस्ट्रेट, गंगाराम जी, जिला विकास अधिकारी, महारानी तनवीर जी चौहान, छोटा उदेपुर, ब्र.कु. डॉ. मोनिका बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, श्रीमति लीला बहन राठवा, प्रमुख, जिला महिला एवं बाल विकास अधिकारी, सीडीपीओ आंगनवाड़ी तथा अन्य गणमान्य महिलाओं सहित बड़ी संख्या में ग्रामीण महिलाएँ शामिल हुईं।



बैजनाथ-हि.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'महिलाएँ : नए भारत की ध्वजवाहक' विषयक कार्यक्रम में बहन कमलेश शर्मा, सेवानिवृत्त सीनियर सेकेंडरी स्कूल, ब्र.कु. प्रेम बहन, पालमपुर, ब्र.कु. सुलक्षणा बहन, बैजनाथ, ब्र.कु. संतोष, सुजानपुर, ब्र.कु. सीमा, नारोटा बगवां, बहन कांता देवी, अध्यक्ष, नगर पंचायत बैजनाथ, बहन कुमारी रितु, पार्षद बैजनाथ, तिलक राज, अध्यक्ष, पुनजीओ, ब्र.कु. सपना, पाँच सौ महिलाएँ, लगभग दो सौ भाई, सौ बच्चे तथा ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



दांडी-नवसारी (गुज.)। 73वें गांधी मेले में ब्रह्माकुमारीज द्वारा लगाई गई 'विश्व नव निर्माण प्रदर्शनी' का रिबन काटकर उद्घाटन करते हुए महात्मा गांधी के परपोत्र तुषार भाई। साथ हैं स्थानीय संचालिका ब्र.कु. गीता बहन।



जबलपुर-कटंगा कॉलोनी (म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज के यातायात प्रभाग के अंतर्गत 'सड़क सुरक्षा मोटर साइकिल यात्रा' के उद्घाटन अवसर पर अपनी शुभकामनायें देते हुए संजय अग्रवाल, एडिशनल एस.पी.। मंचासीन हैं पंकज सिंह परमार, डी.एस.पी., वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. विमला दीदी तथा अन्य।



शमशाबाद-आगरा (उ.प्र.)। सेवाकेन्द्र पर होली उत्सव के दौरान राधा-कृष्ण के बाल स्वरूप के साथ ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, पत्रकार नकुल तिवारी, ब्र.कु. अखलेश भाई तथा समाजसेवी अरुण चक।

आज हमारे देश में मंत्री हैं, सलाहकार हैं, प्रधानमंत्री हैं, लेकिन कोई भी राजा नहीं है। कारण आज प्रजातंत्र है, प्रजा का प्रजा पर राज्य क्योंकि सभी एक-दूसरे के बारे में वैसा नहीं सोच पाते जैसा एक राजा अपनी प्रजा के लिए सोचता है इसीलिए अलग-अलग राज्य से, अलग-अलग प्रतिनिधि चुन कर अपने-अपने राज्य का प्रतिनिधित्व करते हैं और उसको उसी हिसाब से दर्जा देते हैं क्योंकि उनको अपने स्टेट का विकास करना होता है और विकास के लिए वहाँ अपने आपको प्रूफ करना होता है। लेकिन मंत्री, प्रधानमंत्री या कोई भी ऐसा पद आज कभी खाली भी हो सकता है। आ-जा भी सकता है। तो अगर हम इसका कारण जानने की कोशिश करें, इसका कारण क्या हो सकता है, कैसे हम इससे अपने आप को बचा सकते हैं, या कैसे एक राजा की खूबी ला सकते हैं। तो कहा जाता है कि सभी अपने बारे में सोचते हैं।

राजाओं की राजाई क्यों चली गयी क्योंकि राजाओं जब अपने ऊपर फोकस हो गये, अपने परिवार के ऊपर फोकस हो गये और अपनी प्रजा को छोड़ दिया उसके बाद राजाई जाने लगी। ऐसे ही आज मंत्री हो या कोई भी देश का नेता हो, हमेशा जब देश पर फोकस होगा तो उन्नति होगी। राजा वो है जो पूरी तरह से प्रजा के हित में सोचे, हर पल, हर क्षण सोचे, आपने पहले की कहानियां भी अच्छे से सुनी और पढ़ी होंगी कि एक राजा अपने प्रति क्या भावना है प्रजा में ये जानने के लिए अपने राज्य में वो खुद ही जाकर वेष बदलकर चक्कर लगाता था, और जाकर राज्य से पता करता था, उन्हीं की भाषा में पता करता था कि राजा के बारे में हमारी राज्य की प्रजा क्या सोचती है और उसके आधार से आके वो निर्णय लेता था। तो उसका राज्य बल्कि एक पुत्र की तरह था जैसे अपने पुत्र के बारे में सोचता, वैसा वो अपने राज्य के बारे में सोचता था। राज्य सर्वोपरि था। परिवार द्वितीय था उनके लिए।

हम सभी इस दुनिया में दो चीजों के भूखे हैं या



क्या हो सकती हैं एक राजा की खूबियां

कहें कि दो चीज हमको सबसे ज्यादा चाहिए। सबसे पहला है सम्मान, सबको इज्जत बहुत अच्छी लगती है। और दूसरी चीज है उसको स्वतंत्र रहने का अधिकार है, बोलने का अधिकार, खाने का अधिकार, पीने का अधिकार, जीने का अधिकार चाहिए। ये हमारी सबसे बड़ी डिमांड है कि हमारा कोई अपमान न करे। इस दुनिया में एक छोटे व्यक्ति से लेकर एक बड़े व्यक्ति का जहाँ-जहाँ, जब-जब अपमान हुआ है पूरा राज्य खराब हुआ है, खत्म हुआ है। और इसके कितने सारे मिसाल हैं इस दुनिया में कि अगर किसी ने किसी की बेइज्जती करके, या उसका अपमान करके उसको बाहर निकाल दिया तो वो व्यक्ति शूल बनके, कांटा बनके उस पूरे राज्य को चुभ जाता है। और कुछ न कुछ ऐसा होता है जिससे पूरा राज्य नेस्तनाबूत (समूल नष्ट) हो जाता है। वैसा यहाँ भी हम सभी जानी हैं, समझदार हैं, और परमात्मा शिव

निराकार हमसे राज्य की बात करते हैं कि हम सभी विश्व महाराज बनने, पूरे विश्व को बांध कर रखें तो यहाँ भी वो चीज लागू होती है, सर्टीफिकेट की बात होती है कि सभी को स्वयं से संतुष्टि की बात है, परिवार से, समाज से, देश से तो ऐसे ही जो परमात्मा की संतुष्टि है वो ये है कि आपके अन्दर पूरे विश्व में जितनी भी आत्मायें हैं यदि उनके प्रति या किसी के प्रति भी दुर्भावना है, थोड़ा भी भावना में कमी है तो हम राजा कहाँ से बन पायेंगे!

समझे, बिना जाने ऐसे ही सम्मान देगा। तो एक राजा को सभी प्रजा एक भगवान के रूप में पूजती है। भगवान के रूप में समझती है। और उसको पूरा विश्वास है होता है कि अगर मैं इनके पास जाऊंगा तो ये मेरी बात सुनेंगे।



डॉ. कु. अनुज, दिल्ली

तो हम सबको अपने आपको खुद ही खुद चेक करना चाहिए कि मेरे अन्दर जितने भी हमारे आस-पास के लोग हैं, जिनके साथ हम रहते हैं या जिनसे हम मिलते हैं या जिनसे हम नहीं भी मिलते उनके प्रति हमारी क्या भावनाएं हैं। क्या हमारे अन्दर कामनायें हैं, कैसी स्थिति है, उसके आधार से हम अपने आपको इस टाइल से

नवाज सकते हैं। नहीं तो आने वाले समय में वैसा तो सारी चीजें अपने आप स्पष्ट हैं फिर भी अपने से इस बात की चेकिंग करने से आपको बहुत कुछ मिल सकता है। क्योंकि समय और समय की गति दोनों चीजें अगर आप ध्यान से देखेंगे तो कुछ समय हम भले किसी न किसी कामना के वश, किसी के साथ अपमान या ऐसा व्यवहार हम कर सकते हैं लेकिन वो पद हमेशा तो नहीं रहेगा ना! लेकिन राजा हमेशा राजा है। कभी वो नॉर्मल स्थिति में या अब्नॉर्मल (असामान्य) स्थिति में नहीं आ सकता। तो ये एक बहुत सोचनीय विषय है कि मैं अपने आपको कहाँ तक देख पाता हूँ या कहाँ तक सोच पाता हूँ, या कहाँ तक रख पाता हूँ। उसी के आधार से मेरा जीवन अपनी इन्द्रियों पर भी कंट्रोल करने वाला होगा और दूसरों पर भी नैचुरल कंट्रोल, इसी को राजा जनक की स्थिति कह सकते हैं।

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न : मैं वण्डिगढ से राजेश हूँ। मैं एक पत्रकार हूँ। मेरा मन बहुत अशांत रहता है। मन उखड़ा-उखड़ा-सा रहता है। मेरा किसी भी कार्य में मन नहीं लगता। मैं क्या करूँ?

उत्तर : पत्रकारिता में भी और लोगों में भी कंपटीशन बहुत हो गया है। क्योंकि लोगों में क्योंकि स्पिरिचुअलिटी नहीं रही, निःस्वार्थ भाव नहीं रहा। एक मारा-मारी जैसा वातावरण रहता है। तो मनुष्य सोचता है कि क्या यही जीवन है! क्या इसी के लिए हमने एजुकेशन ली थी। जो चित्त का चैन भी खो दिया, नींद भी खो दी, अशांत और परेशान रहने लगे हैं। सभी मनुष्यों को मैं एक संदेश देना चाहूँगा कि सभी अपने पुण्य कर्मों को बढ़ाएं। ये पाप की ब्रेन पर छाया, पाप का ब्रेन पर दबाव, ये जो हमारी पॉजिटिव चीजें थीं, जो ब्रेन की क्षमताएं थीं, जो हमारी सुख, शांति, खुशी थीं उनको नष्ट कर रहा है। जब मनुष्य पाप करता है तो तब वो कुछ नहीं सोचता है। लेकिन जब उसका परिणाम सामने आता है तब उसका हाल बुरा हो जाता है। इसीलिए पुण्य को छोड़ें नहीं। हम किसी को दुःखी न करें, हम किसी को सताये नहीं। हो न हो ये आपके पास्ट कर्मों का ही फल है। क्योंकि ऐसा कोई कर्म नहीं जिसका फल न मिले। हो सकता है वर्तमान में आपका कोई भी कारण न हो, सबकुछ अच्छा हो लेकिन पास्ट का हमारे सबकॉन्शियस माइंड में भर जाता है। इसीलिए ये सब जो हो रहा है ये सब हमारे पास्ट कर्मों का ही फल है।

तो रोज आपको एक घंटा अपने लिए देना होगा। ताकि ब्रेन में जो निगेटिव एनर्जी भरी हुई है उसको आप समाप्त कर सकें। और अपना भविष्य सुंदर बना सकें। आप सबसे पहले तो ईश्वरीय ज्ञान लें। ताकि आपका चिंतन बदले। और सवरे उठते ही आपको बहुत अच्छा अभ्यास करना है, जब भी आप आँख खोलें तो आपको दस मिनट अपने को चार्ज करना है। आपको संकल्प करना है कि मैं तो भगवान का बच्चा हूँ। मेरा परमपिता तो प्यार का सागर है। मैं भी प्यार से भरपूर हूँ। मेरा परमपिता तो शांति का सागर है मैं भी शांत स्वरूप हूँ। वो तो सर्वशक्तिवान है, उसने मुझे भी बहुत शक्तियां दी हैं। वो तो सुख दाता है, दुःख हर्ता है मेरा जीवन भी सुखों से भरपूर है। आज सारा दिन मैं भी सबको सुख दूँगा। ये जीवन तो सुन्दर यात्रा है। मेरे पास एक अच्छा काम है, अच्छा परिवार है, धन सम्पत्ति

भी है। मेरे पास सबकुछ है, मेरे जैसा भाग्यवान कोई नहीं। अपने अंतर्मन को बहुत खुशी से भर देना है। इस तरह के विचार आप सवरे रोज करें, तीन बार कर लें। क्योंकि ये जो मन पर दबाव आ गया है, जो खुशी नष्ट हो गई है। वो सब समाप्त होता जायेगा। और आपका जीवन खुशियों से भर जायेगा।

मन की बातें

- राजयोगी ब्र. कु. सूर्य



प्रश्न : मैं इंदौर से हूँ। जब से मेरी थर्ड बेबी हुई है मैं डिप्रेशन में हूँ। मेरी पहले दो बेटियाँ हैं, हमारे परिवार वालों ने कभी बेटे और बेटियाँ भी भेद नहीं किया। मुझे लड़की हुई सब बहुत खुश हैं। लेकिन इसके जन्म के साथ ही मैं बहुत डिप्रेस फील कर रही हूँ और साथ ही बीमार भी रहने लगी हूँ। मुझे इसका कारण समझ में नहीं आ रहा, मैं क्या करूँ?

उत्तर : ऐसे कई केसेज हमारे सामने आये हैं। जहाँ ऐसी फीलिंग होती है तो माँ के गर्भ के ही अन्दर कुछ दुःखों की, निगेटिव, डिप्रेशन की फीलिंग होने लगती है। देखिये कर्मों की फिलॉसफी के अनुसार इसके पीछे रहस्य यही है कि जो आत्मा आपके घर में आयी है आपका और बच्ची का कर्मों का बहुत कड़ा हिसाब-किताब है। निश्चित रूप से दोनों के बीच में पूर्व जन्मों में पुण्य कर्म नहीं रहे हैं। एक-दूसरे को बहुत कष्ट पहुँचाया है। वो आत्मा बदला लेने के लिए आपकी बच्ची बनकर आपके घर में आ गयी है। तो आप अभी अपने को सम्भालें और किसी तरह से डिप्रेशन को अपने अन्दर न आने दें। दो काम आपको विशेष रूप से करने हैं। जिसके करने से आपका डिप्रेशन पूर्ण समाप्त हो जायेगा और जो आत्मा आपके घर में आयी है उसका चित्त भी शांत हो जायेगा। बच्ची का और आपका दोनों का भविष्य सुन्दर हो जायेगा। पहला उस आत्मा से मन ही मन रोज सवरे आप क्षमा-याचना करेंगी। हमने

आपको पूर्व जन्मों में कोई भी कष्ट दिया है जिससे आपका चित्त अशांत हुआ है, हमने आपका दिल दुखाया है तो मैं आपसे सच्चे दिल से क्षमा-याचना करती हूँ। हमें क्षमा देंगे और शांत हो जाओ, सुखी हो जाओ, प्रसन्न हो जाओ, संतुष्ट हो जाओ। तुम अब हमारे घर में आ गई हो तो हम तुम्हें भरपूर प्यार देंगे। अब हम बिल्कुल सच्चे मित्र हैं। ये फीलिंग रोज 21 दिन तक आपको देनी है। और दूसरी बात आपको नींद नहीं आती, डिप्रेशन भी हो रहा है जो एक बुरी चीज है, आपके भविष्य के लिए अच्छा नहीं रहेगा। इसके लिए आप रोज रात को सोने से पहले 108 बार लिखेंगे कि मैं एक महान आत्मा हूँ, बिल्कुल गुड फीलिंग के साथ ये स्वीकार कर लें कि हम भगवान के बच्चे हैं। जैसे ही हम ये स्वीकार करते हैं कि हम भगवान के बच्चे हैं तो हम महान हो गये। ये बिल्कुल शांत में होकर रात को बैठकर लिखें। तो आपके ब्रेन को एक गुड एनर्जी जायेगी। आपका डिप्रेशन भी ठीक हो जायेगा। आपको नींद भी अच्छी आयेगी और आप अपनी बच्ची के लिए भी अपने कर्तव्य पूर्ण कर सकेंगी। उसे भरपूर प्यार दे सकेंगी।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

मन की खुशी और सच्ची शांति के लिए देखें आपका अपना 'पीस ऑफ माइंड' और 'अवेकनिंग' चैनल



सुबह की शुरुआत तीन संकल्प के साथ....



काम और क्रोध के वेग को रोकने में समर्थ है, वो ही सच्चा योगी है। जिसने दोनों पर विजय प्राप्त कर ली, इमोशनल विजय भी है ये। वो पाँवरफुल आत्मा है, वो श्रेष्ठ योगी है। आज से पहले भी, डेढ़-दो हजार साल से अनेक ऋषि-तपस्वियों ने काम, क्रोध को जीतने के लिए मेहनत की। लेकिन एक यथार्थ विधि न होने के कारण कुछ जीत पाये, किसी परसेंटेज तक जीत पाये, कुछ फेल हो गये। विधि है सर्वशक्तिवान से शक्तियां लेना। बिना इसके कोई मनोविकारों को परास्त नहीं कर सकता। जबरदस्ती कोई सोच ले मुझे पवित्र रहना ही है, मुश्किल काम होगा। लेकिन अगर शक्तियां प्राप्त कर लेंगे तो खेल हो जायेगा। ये मनोविकारों के अंश बीज सहित नष्ट होने लगे। योग एक अग्नि है जो विकारों के बीज को नष्ट कर देती है। तो सभी बहुत सुंदर इस यात्रा पर आगे बढ़ेंगे। इमोशनस को भी जीतना, काम-क्रोध को भी जीतना। एक सुंदर अभ्यास सभी रोज किया करेंगे...

समय जैसे-जैसे आगे बढ़ रहा है, अनेक उल्टी बातें संसार में घटित हो रही हैं... कुछ आत्माओं के साथ ब्राह्मणों में ऐसा भी हो रहा है कि पहले वो बहुत अलबेले रहते हैं और जब परिस्थिति घेरने लगती है तब उन्हें श्रेष्ठ पुरुषार्थ की याद आती है। लेकिन तब तक बहुत देर हो चुकी होती है। आत्मा खाली हो जाती है, निगेटिविटी का शिकार हो जाती है। और ये निगेटिविटी, उल्टे संकल्प, कमजोर संकल्प, व्यर्थ संकल्प सारा खेल बिगाड़ देते हैं। इसलिए सभी को परिस्थिति आने से पहले ही बहुत अच्छी स्थितियों का अभ्यास करते रहना है। कर रहे हैं बहुत, और बढ़ाना है। ताकि स्वस्थिति के प्रभाव से परिस्थितियां पहले ही नष्ट हो जायें।

ये बाबा की बात जो हमारे पास स्लोगन में लिखी है, सभी को अपने घर में ये स्लोगन लिखकर रख लेना चाहिए। 'स्वस्थिति श्रेष्ठ होगी तो परिस्थितियां बदल जायेंगी।' बहुत बड़ा रहस्य है वायब्रेशंस का। बहुत भारी इफेक्ट है वायब्रेशंस का। यदि स्थिति श्रेष्ठ है और कोई परिस्थिति आती भी है तो हम विजयी हो जाते हैं। जल्दी परिवार को भी सम्भाल लेते हैं। कई माताओं को मैं देखता हूँ, परिस्थितियों में इतनी अच्छी स्थिति वो रखती हैं, पूरे परिवार को सम्भाल लेती हैं। ये बहुत अच्छी बात है। इसलिए पहले से ही ये जो हमारी निगेटिविटी है, व्यर्थ विचार हैं, जल्दी परेशान होने का संस्कार है, गहरी चिंताओं में डूब जाने का संस्कार है, जिसको डॉक्टर आजकल एंग्जाइटी कह रहे हैं। इसपर विजय पानी है। इसमें ज्ञान का बल हमें बहुत ज़्यादा मदद करता है। इसलिए जहाँ योग लगाने की बात हम सब करते हैं, हमें चारों ही सब्जेक्ट पर बहुत ध्यान देना चाहिए।

कई कहते हैं कि मुझे क्रोध बहुत आता है। ये रियलाइजेशन कि मुझे क्रोध आता है और मुझे इससे मुक्त होना है, ये रियलाइज करना बहुत सुंदर बात है किसी भी आत्मा के लिए। बहुत लोग तो कहेंगे कि ये मुझे तंग करते हैं इसलिए मुझे गुस्सा आता है मैं क्या करूँ! दूसरे कहेंगे क्रोध तो करना ही पड़ेगा, इसके बिना तो काम नहीं चलता संगठन में। कोई कुछ और कारण बतायेंगे। लेकिन ये रियलाइज करना कि क्रोध बहुत बुरी चीज है, ये हमारी आंतरिक शक्तियों को नष्ट करने वाला है, इसे हमें छोड़ना है, ये बहुत सुंदर बात है। सेल्फ रियलाइजेशन है ये। छोड़ने के लिए हमें शक्तियां भी चाहिए और विधि भी चाहिए। एक छोटी-सी विधि है... सवरे उठने के पहले एक-दो मिनट में ही करनी होगी। उठे, बाबा को गुड मॉर्निंग की और तीन संकल्प कर लेना... मैं विजयी रत्न हूँ, क्रोध मुक्त हूँ, शांत हूँ। इसे पाँच बार कर लेना। विजय होगी, क्रोध से मुक्त होंगे, शांति बढ़ जायेगी। लेकिन करना है उठते ही, ये बात अंडरलाइन कर लें सभी। बाद में नहीं कि स्नान कर के, तैयार होकर फिर कर लेंगे। उसका इफेक्ट बहुत कम होगा।

अपने इमोशनस पर विजय पानी है

सबसे बड़ी चीज, विजय में सबसे पहले हमारी जो विजय होती है वो है काम और क्रोध पर। श्रीमद्भगवद्गीता के तीसरे अध्याय में ये एक श्लोक बहुत पाँवरफुल है, हे अर्जुन! जो योगी

श्रेष्ठ स्थिति से बदल जायेगी परिस्थिति

पाँच स्वरूप का अभ्यास व अनुभूति रोज करें आप सभी ने सुना है मुरलियों में, बाबा ने बहुत साल से, लगभग तीस साल पहले से पाँच स्वरूपों का अभ्यास करने पर बहुत जोर दिया। कभी कहा, आठ बार करो सारे दिन में, कभी कहा बारह बार करो। जब-जब बाबा आये, इन अभ्यासों पर विशेष अटेंशन दिलाया। क्यों, क्योंकि अगर हम इस स्मृति में आते हैं कि मैं देवकुल की पवित्र आत्मा हूँ... देवकुल में... देवयुग में... ढाई हजार वर्ष तक मैं सम्पूर्ण निर्विकारी थी...।



टूंडला-जीवनी नगर(उ.प्र.)। प्रेमपाल सिंह धनगर को टूंडला का पुनः विधायक बनने पर बधाई देने एवं होली मिलन के पश्चात् ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. शालू बहन।



रायपुर-छ.ग.। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' प्रोजेक्ट के अंतर्गत 'सड़क सुरक्षा मोटर बाइक रैली' को शिव ध्वज दिखाकर रवाना करते हुए गृह सचिव,आई.पी.एस. अरुण देव गौतम, इन्दिरा गांधी कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. गिरीश चन्देल, मुख्यालय समन्वयक ब्र.कु. सुरेश भाई, ब्र.कु. कमला दीदी, मुम्बई से आई ब्र.कु. कविता दीदी तथा अन्य।



झज्जर-हरियाणा। वरिष्ठ पत्रकार सोहन गुज्जर, अध्यक्ष संजीत खन्ना तथा अन्य पत्रकारों को सम्मानित करते हुए ब्र.कु. भावना बहन।



लोहरदगा-झारखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के उपसेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में आरती माला,जिला विधिक सेवा प्राधिकार सचिव, जोशफिना हेम्ब्रॉम,महिला थाना प्रभारी, डॉ. शोला, प्रिन्सीपल,उर्सलाइन टीचर्स ट्रेनिंग बीएड कॉलेज,लोहरदगा, डॉ. रानी, वाइस प्रिन्सीपल,उर्सलाइन टीचर्स ट्रेनिंग बीएड कॉलेज, लोहरदगा, डॉ. आईलीन, ईंचार्ज,उर्सलाइन हॉस्पिटल,लोहरदगा, स्थानीय संचालिका ब्र.कु. आशामणि बहन तथा अन्य महिलायें उपस्थित रहीं।



जालंधर-ग्रीन पार्क(पंजाब)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'महिलाएं : नए भारत की ध्वजवाहक' कार्यक्रम में बहन डॉ. सुमेल बाथ, सरोज मल्होत्रा,प्रिसिडेंट,सरस्वती सिंधु व्यास एनजीओ, नीरू मल्होत्रा,संचालिका,सरस्वती सिंधु व्यास, सोनिया कुंद्रा, डॉ. प्रीतिमा बजाज, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रेखा बहन, ब्र.कु. मीरा बहन तथा अन्य गणमान्य महिलायें शामिल रहीं।



बरनाला-पंजाब। शिव जयंती के अवसर पर आयोजित विशाल शोभा यात्रा में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. वृज बहन सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।



जयपुर-वैशाली नगर(राज.)। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'महिलायें : स्वर्णिम भारत की ध्वजवाहक' के लॉन्चिंग कार्यक्रम में रमा दत्त,एकजीक्यूटिव ट्रस्टी,महाराजा सवाई मान सिंह म्यूजियम,दिया कुमारी फाउंडेशन, भावना जगवानी,डायरेक्टर,मोहन फाउंडेशन फॉर ऑर्गेन टिश्यू डोनेशन, राखी राठौर,प्रदेश मीडिया प्रभारी, सुमन सिंह,डायरेक्टर,एक अनेकौ पहल, सरोज मीणा,महिला थाना अधिकारी, सुशीला शर्मा,डायरेक्टर,वीरंगना, डॉ. मंजुला भाटी,प्रभारी,महिला पतंजलि योग समिति, ऋतु अग्रवाल,उपाध्यक्ष,जयपुर जिला कांग्रेस समिति, ब्रह्माकुमारीज की उपक्षेत्रीय निर्देशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुषमा दीदी, ब्र.कु. चन्द्रकला दीदी, ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी, ब्र.कु. जयंती दीदी सहित शहर की अन्य गणमान्य महिलायें एवं करीब सात सौ लोग उपस्थित रहे।



बेंगलुरु-कुमारा पार्क(कर्नाटक)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में बायें से ब्र.कु. सुरेन्द्रन,रिजनल कोऑर्डिनेटर,एजुकेशन विंग,ब्रह्माकुमारीज, श्रीमति तेजस्विनी बगाडिया,असिस्टेंट एडिटर,लोकल गुजराती मैगजीन दक्षिण हलचल, डॉ. शोभा, गायनेकोलॉजिस्ट,मल्लिंगे हॉस्पिटल,बेंगलुरु, ब्र.कु. रेखा,राजयोग शिक्षिका,लंदन, आर.लक्ष्मीदेवी,एडवोकेट,हाई कोर्ट ऑफ कर्नाटक,बेंगलुरु, राजयोगिनी ब्र.कु. सरोजा दीदी,उपक्षेत्रीय निर्देशिका,ब्रह्माकुमारीज, डॉ. श्रीमाधवी एन,मैनेजिंग डायरेक्टर,एनएसीडीसी एंड केयूडीएलसी,गवर्नमेंट ऑफ कर्नाटक, श्रीमति विभा बालिया,प्रिसिडेंट,प्रगति महिला मंडल, श्रीमति जयश्री रमेश,डायरेक्टर,एकेडमी फॉर सिविलर हैडीकेम्स एंड ऑटिज्म तथा श्रीमति मंजुला,सब इंस्पेक्टर,हाई ग्राउण्ड्स पुलिस स्टेशन,बेंगलुरु।



चिलोडा-गुज। 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'जगदम्बा भवन' में 'जीवन में आध्यात्मिकता का महत्व' विषय पर आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी, ब्र.कु. तारा दीदी, आर्मी की लेफ्टिनेंट सुस्मिता बहन, युवा विकास अधिकारी एपीओ गांधीनगर जया भट्ट, वेगाइ नेशनल खिलाड़ी के.एम. हस्ती, महिला कनवीनर-उमीया महिला संस्थान, वीकेर फाउंडेशन, जीवन साथी पसंदगी केन्द्र की सुधा बहन ए. पटेल, जिला पंचायत आरोग्य समिति की चेयरमैन मीना एल.ठाकोर, आयुर्वेदिक केन्द्र डोलाराना वासना की डॉ. पलक कटारिया आदि अग्रगण्य महिलाओं सहित लगभग दो सौ महिलायें उपस्थित रहीं।

द्वितीय पुण्य स्मृति दिवस पर...

हजारों लोगों ने कतारबद्ध 'शक्ति स्तम्भ' पर दादी जानकी को किये अपने श्रद्धा सुमन अर्पित



शांतिवन-आबू रोड। पूरी दुनिया में एक सदी तक मानवता का बीज बोने वाली ब्रह्माकुमारी संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका दादी जानकी का दूसरा पुण्य स्मृति दिवस वैश्विक आध्यात्मिक जागृति दिवस

के रूप में मनाया गया। इस अवसर पर संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि दादी का जीवन हमेशा ही मानवता की सेवा में गुजरा। उन्होंने ज्ञान-योग की शक्ति से पश्चिमी

देशों के लोगों को भारतीय संस्कृति और मूल्यों को अपने जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया। इस मौके पर अति. मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी बहन व राजयोगिनी ब्र.कु. जयन्ति बहन, संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी बहन, महासचिव ब्र.कु. निर्वैर, अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. वृजमोहन, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा, कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय, दादी की सचिव रहीं ब्र.कु. हंसा बहन समेत वरिष्ठ पदाधिकारियों ने दादी के स्मृति स्थल 'शक्ति स्तम्भ' पर कुछ समय मौन रहकर श्रद्धांजलि दी एवं अपनी-अपनी भावनाएं व्यक्त की। इस मौके पर देश-विदेश से आये हजारों लोगों ने भी शांतिपूर्ण स्थिति में कतारबद्ध होकर दादी को अपने भावभरे श्रद्धासुमन अर्पित किये।

गीत-संगीत संध्या और मूल्ययुक्त प्रबोधन का आयोजन

चंद्रपुर-महा। ब्रह्माकुमारीज के कला एवं संस्कृति प्रभाग चंद्रपुर द्वारा 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत स्थानीय पुलिस हेडक्वार्टर्स, फुटबॉल ग्राउंड में देशभक्ति पर 'गीत संगीत संध्या और मूल्ययुक्त प्रबोधन' कार्यक्रम का सफल

समाज में शांति प्रस्थापित करने का काम ब्रह्माकुमारी संस्था बखूबी कर रही है। ये स्वर्णिम दुनिया का निर्माण करके ही दम लेगी। माउंट आबू से ब्र.कु. दयाल भाई, ब्र.कु. सतीष भाई, ब्र.कु. नितिन भाई, गामदेवी मुम्बई से ब्र.कु. निहा बहन व करनाल से ब्र.कु. प्रेम बहन



आयोजन हुआ। बॉलिवुड सिंगर इंडियन आइडल हरीष मोयल, मानसी भारद्वाज, बाल कलाकार नित्या मोयल व देव मोयल की मनभावन प्रस्तुति ने सभी को भावविभोर कर दिया। कार्यक्रम में उपस्थित राखीताई कंचलावार, वरिष्ठ कांग्रेस नेता नरेशबाबु पुगालिया, पूर्व केंद्रीय गृहसचिव अहीर ने कहा कि

ने प्रेरणादायी संदेश दिया। मौके पर मूल्य शिक्षा में सराहनीय कार्य करने वालों को प्रमाण पत्र एवं स्मृति चिन्ह से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर आर्ट एंड कल्चर विंग की पूर्व राष्ट्रीय उपाध्यक्षा ब्र.कु.कुसुम दिदी, दादी प्रकाशमणि, दादी हृदयमोहिनी व दादी जानकी को मोमबत्तियां जलाकर श्रद्धांजलि दी गई।

सहनशीलता व मित्रता से परिपूर्ण थीं दादी जानकी

फर्टखाबाद-बीबीगंज(उ.प्र.)।

ब्रह्माकुमारीज के 'सचलाइट' भवन में दादी जानकी के द्वितीय पुण्य स्मृति दिवस पर पुष्पांजलि अर्पित की गई। इस अवसर पर सेवाकेन्द्र

सम्मानित किया गया। दादी जानकी हमारे देश की गौरव थीं। उनके अंदर सहनशीलता, मित्रता का भाव था। मुख्य अतिथि सुनहरी मस्जिद के सदाकत हुसैन ने कहा कि

सुगंधित एवं खिला रहता है, उसी प्रकार पिता एवं परिवार से जुड़े रहने से ही हमें सुख-शांति की प्राप्ति होती है। गुरुद्वारा लोहाई रोड के ज्ञानी गुरुवचन सिंह ने पुण्य कर्मों की विस्तारपूर्वक व्याख्या प्रस्तुत की। व्यापारी नेता अरुण प्रकाश तिवारी दुदुआ ने कहा कि जो व्यक्ति नियम, संयम, आचार विचार एवं ईश्वर की आस्था के साथ कार्य करता है वह सदैव दीर्घायु होता है। इस मौके पर डॉ. श्रीकृष्ण गुप्त, सुरेश गोयल, शिवराम कश्यप आदि मौजूद रहे। जयनारायण वर्मा रोड स्थित ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर ब्र.कु. सुमन बहन ने श्रद्धासुमन अर्पित कर दादी जानकी को याद किया और कहा कि वह हमेशा सभी को अपने बच्चों की तरह मानती थीं।



संचालिका ब्र.कु. मंजू बहन ने कहा कि दादी जानकी को स्वच्छ भारत मिशन का ब्रांड एम्बेस्डर नियुक्त किया गया था। इसके अलावा उन्हें देश-विदेश में

संसार में हमें दो लोगों से हर वस्तु मिलती है। फल, सब्जी, अन्न धरती माता से एवं परम पिता से सच्चाई, प्रेम, मोहब्बत। जिस प्रकार फूल के डाली पर लगे रहने से वो

मानवता के संरक्षक-सामाजिक कार्यकर्ता

आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज द्वारा हरियाणा भवन में आयोजन

गुवाहाटी-रूपनगर(असम)।

ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं समाज सेवा प्रभाग द्वारा 'आजादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' अभियान के अंतर्गत गुवाहाटी के हरियाणा भवन में आयोजित कार्यक्रम 'मानवता के संरक्षक-सामाजिक कार्यकर्ता' विषय पर सम्बोधित करते हुए आवास एवं शहरी विकास मंत्री अशोक सिंघल ने कहा कि यह मन ही है जिस पर ध्यान देना चाहिए क्योंकि ये निरंतर भटकता रहता है। उन्होंने कहा कि प्राचीन ग्रंथों के अनुसार इस लक्ष्य को प्राप्त करने की एक सरल तकनीक भौतिक संसार के प्रति वैराग्य विकसित करना है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के प्रख्यात सामाजिक कार्यकर्ता और महानगर संघसंचालक गुरुप्रसाद मेधी ने आध्यात्मिक ज्ञान द्वारा समाज के कल्याण में की गई सेवाओं के लिए ब्रह्माकुमारीज का धन्यवाद किया। दिल्ली के राजयोगी ब्र.कु. राकेश भाई ने कार्यक्रम की थीम पर चर्चा करते हुए कहा कि यह बहुत बड़ा सामाजिक लाभ है कि ब्रह्माकुमारियां राजयोग ध्यान का अभ्यास करा के और आध्यात्मिक ज्ञान प्रदान करके मन के नकारात्मक पैटर्न को दूर करने का

रास्ता दिखा रही हैं। ब्र.कु. विजय कुमार गुप्ता, चेयरमैन, असम वित्तीय निगम व भाजपा असम प्रदेश के मीडिया पैनलिस्ट ने 1999 में ब्रह्माकुमारी संगठन से जुड़ने के बाद के अपने अनुभव को साझा करते हुए कहा कि उन्होंने आध्यात्मिक ज्ञान का अध्ययन करके सकारात्मक सोच की कला

लिए समाज की सेवा भी किसी के मन में अहंकार का निर्माण कर सकती है और इससे सुरक्षित रहने का सबसे अच्छा तरीका है कि आप स्वयं को सर्वशक्तिमान ईश्वर का एक उपकरण मान लें। तत्पश्चात् उन्होंने शहर के पंद्रह प्रमुख सामाजिक कार्यकर्ताओं को उनकी प्रमुख सेवाओं के लिए



सीखी और विरोधियों की आलोचना को छोड़ अपने सफल राजनीतिक जीवन का निर्माण करने में सक्षम रहे। राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी, उपक्षेत्रीय निदेशिका, ब्रह्माकुमारीज, असम, मेघालय, मणिपुर, अरुणाचल, मिजोरम, बांग्लादेश सेवाकेन्द्र ने सही मायने में समाज सेवा के क्षेत्र में सभी से 'मैं और मेरा' को छोड़ने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि अच्छे कार्य के

सम्मानित किया। राजयोगिनी ब्र.कु. जोनाली बहन, संचालिका, ब्रह्माकुमारीज, नलबाड़ी, बरपेटा एवं बस्का सेवाकेन्द्र ने अतिथियों एवं श्रोताओं का स्वागत किया एवं भरलुमुख सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. शारदा बहन ने सभी का धन्यवाद किया। राजयोगिनी ब्र.कु. मौसमी बहन, संचालिका न्यू गुवाहाटी सेवाकेन्द्र ने कुशल मंच संचालन किया।

जीवन में तीन बातों को अपनाते से होगा सभी समस्याओं का समाधान

दिल्ली-डिफेंस कॉलोनी। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में 'आज के समय में सुकून भरा जीवन कैसे जीएँ' विषय पर कार्यक्रम का आयोजन हुआ। जिसकी शुरुआत परिचर्चा के साथ हुई, जिसमें विभिन्न प्रश्नों के द्वारा सबके मन के भावों को रखने का प्रयास किया गया। सभा में उपस्थित लोगों द्वारा पूछे गए विभिन्न प्रश्नों एवं समस्याओं के समाधान में मुख्य वक्ता खानपुर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कहा कि भौतिक सुख तो बहुत है और दिन-प्रतिदिन बढ़ते भी जा रहे हैं, लेकिन भौतिक सुखों से सच्चा स्थायी सुख नहीं मिल

भी टेंशन उत्पन्न होता है। अपने आत्मिक स्वरूप का चिंतन ही सुखदायी अनुभव कराता है। इसलिए सबसे पहले स्वयं पर उपकार करो कि मुझे अच्छा रहना है। प्रश्नों की श्रृंखला में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रभा दीदी से पूछे गए प्रश्न कि स्वयं को हल्का कैसे रखें, के उत्तर में उन्होंने बताया कि भले ये तन हमारा है, लेकिन करन-करावनहार एक परमात्मा है। हम ये सोच कर कार्य करेंगे कि ईश्वर मेरे साथ कार्य कर रहा है तो इससे हमारी शक्तियां बढ़ जाती हैं और हम हल्के रहते हैं। एम्स, नई दिल्ली, न्यूक्लियर मेडिसिन में एमएससी कर रहे सचिन भाई ने कहा कि हमारी



पा रहा। थोड़े समय के लिए लगता है कि मेरी सारी इच्छायें पूरी हो गयीं, घर पर भी सब सेट हो गया, बच्चे भी सेटल हो गए, अब लगता है कि हम चैन, सुकून से जीएंगे। यह एक मृग मरीचिका की तरह है जो देखने में लगता है कि हो गया, लेकिन पूरी जिंदगी भागने के बाद भी सुकून नहीं मिलता। सुकून के लिए पहली चीज स्वच्छता, दूसरा विश्राम, तीसरी आत्म अनुभूति। इसके बाद उन्होंने कहा कि हम सभी बाहरी दिखावे पर ज्यादा ध्यान देते हैं जिससे हमारी स्थिति ऊपर-नीचे हो जाती है। परचिंतन, परदर्शन, परमत के द्वारा

गलत सोच के कारण हमें कैसर जैसी बीमारी का सामना करना पड़ रहा है। अगर हमारा जीवन सुकून भरा है, तो निश्चित रूप से इससे बच सकते हैं। ब्र.कु. एकता बहन ने कार्यक्रम की थीम को लेकर बहुत सुंदर मेडिटेशन कराया। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. अनु बहन ने बखूबी किया। कार्यक्रम में लगभग 125 से अधिक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे। मुख्य अतिथि के रूप में आर.डब्ल्यू.ए. के अध्यक्ष राजीव गोयल तथा नव-प्रेरणा महिला संगठन की प्रमुख रविंदर पूरी ने भी कार्यक्रम के प्रति अपनी शुभभावनाएं रखीं।