

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -24

अक्टूबर - II - 2022



अंक - 14

माउण्ट आबू

Rs.-10

वैश्विक शिखर सम्मेलन • ब्रह्माकुमारी संस्थान में चार दिवसीय कार्यक्रम, उद्घाटन सत्र में केंद्र व हरियाणा के मंत्री भी आए

योग, अध्यात्म से ही आएगी विश्व में शांति : पूर्व सीजेआई



शांतिवन-आबू रोड।

ब्रह्माकुमारी संस्थान के शांतिवन परिसर में आयोजित चार दिवसीय वैश्विक शिखर सम्मेलन के

उद्घाटन सत्र में सुप्रीम कोर्ट के पूर्व मुख्य न्यायाधीश और राज्यसभा सांसद जस्टिस रंजन गोगोई ने कहा कि ब्रह्माकुमारी में लोगों को मूल्य, सभ्यता, संस्कृति, योग, अध्यात्म की शिक्षा दी जा रही है। आज के युग में ऐसे कार्यों की बहुत जरूरत है। योग से ही दुनिया में बदलाव आएगा। योग-अध्यात्म से ही दुनिया में शांति आएगी। पुणे के पीपुल्स मूवमेंट फॉर ग्रीन इंडिया के अध्यक्ष रवींद्र धारिया ने कहा कि हमारी धरती ने हमेशा हमें देना सिखाया है। हेतरो ग्रुप के चेयरमैन डॉ. बंदि पार्थसारथी रेड्डी, ब्रह्माकुमारी संस्थान के महासचिव



संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने सभी का परमात्मा के घर में स्वागत करते हुए कहा कि स्वर्णिम भारत की एक झलक देखने के लिए आज पूरा विश्व आतुर है। हम सभी एक परमात्मा की संतान आपस में भाई-बहन हैं।

हमारे संस्कारों में मानव मात्र के कल्याण का भाव : यादव

हरियाणा के सामाजिक न्याय व अधिकारिता राज्य मंत्री ओमप्रकाश यादव ने कहा कि मानव सेवा, गरीब की सेवा, गोसेवा से बड़ी कोई सेवा नहीं है। कोरोना काल में जहां उन्नतिशील देश घबरा गए थे, वहीं भारत वर्ष ने सबसे पहले कोरोना वैक्सीन की खोज की। हमारे संस्कारों में मानव मात्र के कल्याण का भाव रहा है।



भारत ने दुनिया को सभ्यता और शांति दी: लेखी

केंद्रीय विदेश और संस्कृति राज्यमंत्री मीनाक्षी लेखी ने कहा कि भारत ने ही दुनिया को सभ्यता-संस्कृति और शांति दी है। राजयोग मन को, विचारों को सही करने का एक रास्ता है। समाज में व्याप्त बुराईयां व्यक्ति

के दिमाग की उपज है। रक्षा, सुरक्षा, चिकित्सा जो भी शब्द शक्ति से भरपूर हैं, वह कहीं न कहीं नारी शक्ति से जुड़े हैं। उन्होंने मीडिया से आह्वान किया कि यदि बुराई दिखाना जरूरी है तो जो समाज में भला काम हो रहा है, वो दिखाना भी जरूरी है, ताकि सभी लोग अच्छी प्रेरणा लेकर अच्छे कार्य कर सकें।

राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर भाई, संस्थान के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय भाई सहित अन्य गणमान्य लोग व संस्थान के वरिष्ठ भाई-बहनें उपस्थित रहे। सम्मेलन की सफलता के लिए माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी व राजस्थान के माननीय मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने भी शुभकामना संदेश भेजा। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. शिविका बहन ने किया।

दुनिया नहीं, 'खुद' को जीतने की संस्कृति है हमारी : सुधांशु



शांतिवन-आबू रोड। हमारी संस्कृति कभी दुनिया को जीतने की रही ही नहीं, हमें तो वेदों-पुराणों में यही सिखाया गया कि जीतना है तो खुद को जीतो। हमारा सारा ज्ञान ही स्वयं का है। सारा अनुसंधान ही अंतर खोजने का है। उक्त उद्गार भाजपा प्रवक्ता और राज्यसभा सांसद सुधांशु त्रिवेदी ने ब्रह्माकुमारी संस्थान के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय में आयोजित वैश्विक शिखर सम्मेलन के दूसरे दिन के कार्यक्रम को संबोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि जब तक आत्मा के केंद्र पर नहीं जाएंगे, ज्ञान मिल नहीं सकता है। यह अमृतकाल की शुरुआत है, हम जगतगुरु बनने के लिए उठ रहे हैं। यदि मनुष्य के ऊपर समाज के नियम-मर्यादा का बंधन नहीं हो तो 99 फीसदी मनुष्य का जीवन मूल्यों के विपरीत होगा। शहीद भगतसिंह सेवादल के अध्यक्ष पद्मश्री. डॉ. जितेंद्र सिंह शूटी ने

कोरोना काल की व्यथा और अपनी सेवाओं का मर्मस्पर्शी अनुभव सभी के साथ साझा करते हुए कहा कि मेरा यही संदेश है कि जब आप यहां से जाएं तो आपस में शांति और प्रेम से रहें। दिल्ली से आए सुधीर



शहीद भगतसिंह सेवादल के अध्यक्ष पद्मश्री. डॉ. जितेंद्र सिंह शूटी को सम्मानित करते हुए ओआरसी निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी।

मिश्रा ने कहा कि देश का लीडर ऐसा हो जिसके चरित्र का लोग अनुसरण कर सकें। आंध्रप्रदेश के अराकू से लोकसभा सांसद गोड्डेती माधवी, राहुल जे नामजोशी, डॉ. सुब्रोकमल दत्ता, रुचिरा श्रीवास्तव, शमशेर सिंह, उदयपुर से न्यूरोलॉजिस्ट डॉ. अतुल बाजपेयी, जेम एंड ज्वेलरी एक्सपोर्ट प्रमोशन काउंसिल के वाइस चेयरमैन किरिट भंसाली, अहिंसाधाम फाउंडेशन मुंबई के महेंद्र सांगोई, मैनेजिंग ट्रस्टी ने सम्बोधित किया। संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, अति. महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. शीलू बहन, कटक से ब्र.कु. लीना बहन, ग्लोबल हॉस्पिटल के निदेशक डॉ. प्रताप मिश्रा ने भी अपने विचार व्यक्त किए। नेपाल सहित भारत के विभिन्न क्षेत्रों से आये कलाकारों सुंदर प्रस्तुति दी।

हमारा देश अभी भी विश्वगुरु: सुनैना सिंह



जब हम मूल के अधिनायक, लीडर्स जैसे विषयों की ओर देखते हैं तो भारत से बेहतर उदाहरण कुछ नहीं है। भारत में कई सदियों से ज्ञान प्रथा हिस्सा रही है। मुझे विश्वास है कि हमारा देश अभी भी

विश्वगुरु मुकाम पर कायम रहेगा। क्योंकि जब हम आसपास देखते हैं तो विश्वभर में समाधान केंद्र के तौर पर भारत पर ही नजर जाती है। शांति भारत की आंतरिक विशेषता और गुण है जो कि हम विश्व को सिखा रहे हैं। शांति ने ही हमें विशेषता के रूप में आगे बढ़ाया है। इस क्षेत्र में ब्रह्माकुमारी के प्रयास बहुत ही सराहनीय हैं - नालंदा विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. सुनैना सिंह।

शांति का संदेश लेकर जाएं : धर्मवीर सिंह

हजारों साल पुरानी सबसे प्राचीन सभ्यता और संस्कृति हमारी रही है। आप सभी जब इस पवित्र परिसर से जाएं तो शांति का संदेश लेकर जाएं। 50 हजार ब्रह्माकुमारी बहनें विश्व को योग और अध्यात्म का संदेश देने के लिए दिन-रात सेवा में जुटी हैं, जितना हो सके इन बहनों का सहयोग करें - लोकसभा सांसद धर्मवीर सिंह, गिवाणी महेंद्रगढ़।

परिस्थिति को लेकर शोक करना, सुखी-दुःखी होना मूर्खता से कम नहीं

संसार में मात्र दो चीजें हैं- सत् और असत्, शरीरी और शरीर इन दोनों में शरीरी तो अविनाशी है और शरीर विनाशी है। ये दोनों ही असोच्य हैं। अविनाशी का कभी विनाश नहीं होता, इसलिए उसके लिये शोक करना बनता ही नहीं और विनाशी का विनाश होता ही है, वह एक क्षण भी स्थायी रूप से नहीं रहता, इसलिए उसके लिए भी शोक करना नहीं बनता। तात्पर्य ये हुआ कि शोक करना न तो शरीर को लेकर बन सकता है और न शरीरी को लेकर ही बन सकता है। शोक के होने में तो केवल अविवेक (मूर्खता) ही कारण है।

मनुष्य के सामने जन्म-मरण, लाभ-हानि आदि के रूप में जो कुछ परिस्थिति आती है, वह प्रालम्भ का अर्थात् अपने किये हुए कर्मों का ही फल है। उस अनुकूल-प्रतिकूल परिस्थितियों को लेकर शोक करना, सुखी-दुःखी होना केवल मूर्खता ही है। कारण ये कि परिस्थिति चाहे अनुकूल हो, चाहे प्रतिकूल, उसका आरंभ और अंत होता है अर्थात् परिस्थिति पहले भी नहीं थी और अंत में भी नहीं रहेगी। जो परिस्थिति आदि में और अंत में नहीं होती, वह बीच में एक क्षण भी स्थायी नहीं होती। अगर स्थाई होती तो मिटती कैसे? और मिटती है तो स्थाई कैसे? ऐसी प्रतिक्षण मिटने



डॉ. कु. गंगाधर

वाली अनुकूल-प्रतिकूल परिस्थिति को लेकर हर्ष-शोक करना, सुखी-दुःखी होना केवल मूर्खता है।

गीता में कहा है 'प्रसावादांश्च भाषणे' एक तरफ तो तू पंडिताई (विद्वान्) की बातें बघार रहा है और दूसरी तरफ शोक भी कर रहा है। अतः तू केवल बातें ही बनाता है। वास्तव में तू पंडित नहीं है, क्योंकि जो पंडित होते हैं, वे किसी के लिये भी कभी शोक नहीं करते।

कुल का नाश होने तक कुल-धर्म नष्ट हो जायेगा। धर्म के नष्ट होने से स्त्रियां दूषित हो जायेंगी, जिससे वर्णसंकट पैदा होगा। वह वर्णसंकट कुलघातियों को और उनके कुल को नरक में ले जाने वाला होगा। पिण्ड और पानी न मिलने से उनके पितरों का भी पतन हो जायेगा।

ऐसी तेरी पंडिताई की बातों से भी यही सिद्ध होता है कि शरीर नाशवान् है और शरीरी अविनाशी है। अगर शरीरी स्वयं अविनाशी न होता, तो कुलघात और कुल के नरक में जाने का भय नहीं होता, पितरों का पतन होने की चिंता नहीं होती। अगर तूझे कुल की और पितरों की चिंता होती है, उनका पतन होने का भय होता है, तो इससे सिद्ध होता है कि शरीर नाशवान् है और उसमें रहने वाला शरीरी नित्य है। अतः शरीरों के नाश को लेकर तेरा शोक करना अनुचित है।

'गतासुनगतासुंश्च' सबके पिण्ड-प्राण का वियोग अवश्यंभावी है। उनमें से किसी पिण्ड-प्राण का वियोग हो गया है, और किसी का होने वाला है। अतः उनके लिये शोक नहीं करना चाहिए। तुमने शोक किया है, यह तुम्हारी गलती है।

जो मर गये हैं, उनके लिये शोक करना तो महान गलती है। कारण ये कि मरे हुए प्राणियों के लिये शोक करने से उन प्राणियों को दुःख भोगना पड़ता है। जैसे मृतात्मा के लिये पिण्ड और जल दिया जाता है वह उसको परलोक में मिल जाता है, ऐसे ही मृतात्मा के लिये जो करते हैं और आँसू बहाते हैं, तो मृतात्मा को परवश होकर खाना-पीना पड़ता है। जो भी जी रहे हैं, उनके लिये भी शोक नहीं करना चाहिए, उनका तो पालन-पोषण करना चाहिए, प्रबंध करना चाहिए। उनकी क्या दशा होगी! उनका भरण-पोषण कैसे होगा! उनकी सहायता कौन करेगा! चिंता-शोक कभी नहीं करना चाहिए। क्योंकि चिंता-शोक करने से कोई लाभ नहीं। मेरे शरीर के अंग शिथिल हो रहे हैं, मुख सूख रहा है आदि विकारों के पैदा होने के मूल कारण हैं- शरीर के साथ एकता मानना। शरीर के साथ एकता मानने से ही शरीर का पालन-पोषण करने वालों के साथ अपनापन हो जाता है, और उस अपनेपन के कारण ही कुटुम्बियों के मरने की आशंका से अर्जुन के मन में चिंता-शोक हो रहे हैं, तथा चिंता-शोक से ही अर्जुन के शरीर में उपर्युक्त विकार प्रकट हो रहे हैं। तो गीता में ये अर्जुन और भगवान के संवाद में रोग और शोक के होने वाले कारण को स्पष्ट किया, तभी वे महान कर्तव्य के लिए तैयार हुए।

विदेही यानी देह से न्यारेपन का अभ्यास....

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

विदेही तब बन सकेंगे जब यह सब कर्मन्द्रियां कन्ट्रोल में हों। इस देह की कर्मन्द्रियां मेरे को क्यों खींचती हैं? क्योंकि कन्ट्रोलिंग पॉवर नहीं है तो फिर विदेही कैसे बनेंगे? देह से न्यारा माना देह से कोई अलग तो नहीं हो जायेंगे। लेकिन कोई भी देह की कर्मन्द्रियां हमको अपने तरफ खींचे नहीं, यह प्रैक्टिस जरूर चाहिए। नहीं तो अन्त में जब हालतें बहुत खराब होंगी, उस समय कन्ट्रोलिंग पॉवर अगर नहीं होगी तो कभी भी पास विद ऑनर नहीं हो सकते। और बाबा तो कहते हैं कि अन्त में तो एक सेकण्ड का पेपर होगा- स्मृतिलब्धः, नष्टोमोहा। कर्मन्द्रियों से सुनने, देखने, बोलने और सोचने का भी तो मोह होता है। उसे भी तो बॉडी-कॉन्शियस का ही एक हिस्सा कहेंगे। नष्टोमोहा माना सम्बन्धियों या वैभवों से, चीजों से ज़रा भी मोह नहीं। अपने शरीर की कोई भी कर्मन्द्रियां अगर खींचती हैं माना मोह है, उससे प्यार है। तो नष्टोमोहा स्मृति स्वरूप कैसे होंगे? तो इसके लिए एक सहज अभ्यास है कि हम चाहे कितने भी बिजी रहते हैं लेकिन मैं आत्मा मालिक इन कर्मन्द्रियों से यह काम करा रही हूँ। जैसे कोई डायरेक्टर, बॉस होता है - वह अपने ही कमरे में एक कुर्सी पर बैठा रहता है। परन्तु उसको यह नैचुरल याद रहता है कि मैं डायरेक्टर हूँ, यह कर्मचारी जो भी मेरे साथी हैं उनसे कराने वाला हूँ। मैं जिम्मेवार हूँ। यह तो याद रहता है ना! ऐसे यह भी याद रहे कि मैं आत्मा करावनहार हूँ और यह कर्मन्द्रियां जो हैं मेरी कर्मचारी हैं यानी सारथी हैं। मददगार तो यह कर्मन्द्रियां ही हैं। लेकिन मैं मालिक हूँ, कराने वाला हूँ। मालिक कहने से आत्मा अलग हो जाती है, शरीर अलग हो जाता है। यह प्रैक्टिस हम बीच-बीच में काम करते भी करें, यह नशा रखें कि मैं आत्मा करावनहार हूँ या मैं आत्मा मालिक हूँ।

मालिकपन आयेगा तो न्यारापन ऑटोमेटिक होगा। कराने वाला मैं हूँ और यह करने वाली है तो डायरेक्शन से ज़रूर चलेंगे। यदि मालिक को मालिकपन ही याद नहीं होगा तो सर्वेन्ट मानेगा कैसे! कम्पनी के डायरेक्टर जो होते हैं वह अपने वर्कर्स को कितना बिजी रखने की कोशिश करते हैं, तो मैं भी मालिक हूँ इन कर्मन्द्रियों को क्यों नहीं बिजी रखूँ!

दूसरा मैं मालिक हूँ तो विदेही यानी देह से न्यारे का अभ्यास नैचुरल होता जाता है। कर्म करते हुए यह अभ्यास करते रहो तो आपका लिंक जुटा रहेगा, और लिंक जुटा हुआ होने के कारण फिर जब आपको फुर्सत मिले उस समय आप विदेही बन जाओ। लेकिन विदेही का मतलब यह नहीं है कि चींटी ऊपर चढ़े तो पता ही नहीं पड़े। लेकिन जैसे कोई बहुत डीप विचार में होते हैं, कोई बात में बहुत रूचि होती है, सुनने की, देखने की तो उस समय बाहर कुछ भी होता रहे फिर भी हमारा अटेन्शन नहीं जाता है। समझो मैं खाना खा रही हूँ और मेरा कुछ विचार चल रहा है, जिसमें मेरा पूरा ध्यान उसी विचार में है तो खाना तो मैं मुख में ही डाल रही हूँ लेकिन अगर कोई मेरे से पूछे कि आज नमक ठीक है? तो आप जवाब नहीं दे सकेंगे क्योंकि आपका विचार जो है वह दूसरे तरफ इतना डीप था जो आपने खाया भी लेकिन खाते हुए भी आप न्यारे रहे।

ऐसे ही अगर हम देह में होते हुए अपने ही मनन चिंतन में हैं, मालिकपन के नशे में हैं तो मुझे यह कर्मन्द्रियां क्यों आकर्षित करेंगी? नहीं कर सकती। यह अभ्यास बहुत सहज है क्योंकि इसमें काम को छोड़ने की बात नहीं है। काम करते हुए मालिकपन चाहिए। तो कर्म भी अच्छा होगा और विदेहीपन का अभ्यास भी पक्का होता जायेगा।

अमृतवेले मंथन ऐसे करो जो मक्खन भी मिले और छाछ भी

राजयोगिनी दादी जानकी जी

बाबा कहता है भारत को स्वर्ग बनाता हूँ और विश्व की सब आत्माओं से चुन करके उनको अपना साथी बनाता हूँ ताकि सारी विश्व स्वर्ग बन जाये। सिर्फ भारत थोड़े ही बनेगा, आधा कल्प नर्क कैसे बना है, वह तो जानते हैं। पाँच विकारों ने मायावी दुनिया में फंसा करके मजबूर बना दिया, मजदूर बिचारा मजबूर होकर काम करता है। पर अभी बाबा याद दिलाता है कि तुम मास्टर हो, मालिक हो ईश्वर को देख

खुश हो जाओ, एक-एक प्रभु का प्यारा है सबसे न्यारा है तो एक जैसे नहीं हो सकते हैं, यह भेंट करना भूल है परन्तु हर एक न्यारा और बाबा का प्यारा है। पार्ट भी जो कल था वो आज नहीं है, न्यारा है। ड्रामा है ना!

चिंतन में ड्रामा और बाबा की नॉलेज ने घर कर लिया है इसलिए मंथन भी वही चलता है। बाबा कैसे इस तन में आता है, क्या करता है? मैंने तो देखा है, आप भी ऐसे अच्छी तरह से देखो, समझो, अनुभव करो तो कभी देह अभिमान का भूत आता नहीं है, सबको अच्छा लगता है। हमको तो गले लगाके अपना बनाया है। ऐसे प्यारे बाबा को कितना प्यार करना चाहिए। तो हमारी नज़र ऐसी हो जो मेरी

नज़रों में होगा वही औरों को दिखाई पड़ता है। तो कर्म बड़े बलवान हैं, बाबा सर्वशक्तिवान है, याद रखो। अमृतवेले से मंथन ऐसे करो जो मक्खन भी मिले छाछ भी मिले। अगर मंथन करना नहीं आता है तो न रहता है मक्खन, न रहता है छाछ। ऐसा मंथन करने वाले सदा शीतल रह करके सर्वशक्तिवान से शक्ति लेकर बाप समान बनने की धुन में रहते हैं।

ज्ञान मार्ग में न कोई पाँजिशन चाहिए, न पैसा चाहिए, इससे जो प्री रहते हैं उनका दिमाग ठण्डा रहता है, स्वभाव सरल रहता है, सहजयोगी हैं। न अधीन हैं, न किसी को अधीन बनाके रखा है। मैं मर जाऊँ तो यह कहाँ से खायेगा? बाबा ने प्रैक्टिकल अपना मिसाल दिखाया, अव्यक्त हो करके भी ऐसी हमारी सम्भाल कर रहा है, वन्दरफुल है। किसी को यह फीलिंग नहीं है हमने साकार को नहीं देखा, ऐसी पालना अव्यक्त हो करके कर रहा है। फिर कहता है मैं नहीं करता हूँ, कराने में होशियार है। भगवान किसी का भाग्य बनाने में बहुत होशियार है। एक त्याग से भाग्य बनाया, दूसरा कर्म से भाग्य बन गया।

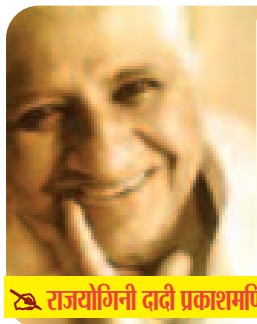


मूड ऑफ माना बाबा से मुख मोड़ना

गुस्से की आग खुद को जलाती, "जो बनता निर्मान वह सबका पाता मान" जो निर्मान नहीं वह जग में मान पा नहीं सकता। दोनों हाथ जोड़कर सिर झुकाना यह भी नम्रता है। दो हाथ बांधते माना आवाज़ नहीं करना, शांति से रहना है। सिर झुकाना नम्रता की निशानी है। हरेक की दुआ लेने का साधन है निर्मान बनो। जो निर्मान होते हैं उनके लिए दिल से सबकी दुआयें निकलती हैं। जब कोई दुआ देता तो सिर पर हाथ होता है, अगर आप विश्व की दुआयें लेने चाहते हो तो अपने को निर्मान बनाओ। फिर बाबा की भी अथाह दुआयें मिलेंगी। रुहानी दृष्टि से देखो, देह की दृष्टि से नहीं तो दुआ मिलेगी। मैं कहती हूँ - ओ मेरे चैतन्य देवतायें- अगर मेरी कोई भूल है तो "सॉरी"। अगर मैंने "सॉरी" की तो दुआयें मिल जायेंगी। जिसके सिर पर दुआ नहीं उसके सिर पर रावण है। एक-एक की दुआ लो तो बाबा की दुआयें रहेंगी, रावण भाग जायेगा।

मेरा सदैव हँसता हुआ मूड रहे- मैं बाबा को देखूँ तो मुस्कुराऊँ। श्रीकृष्ण को देखो मुस्कुराता है तो प्यारा लगता है। अगर जोश वाला

होता तो क्या प्यारा लगता? मुस्कुराते हुए चेहरे वालों के चित्रों को हरेक गले से लगाते। परन्तु अगर मूडी होते, मूड ऑफ करते तो सीता का मुँह रावण की तरफ हो जाता, मूड



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

ऑफ माना रावण। मूड ऑफ माना मूढमती। मूड ऑफ माना बाबा से मुख मोड़ना। यह सब चिन्ह हैं अपने को निर्बल बनाने के।

बाबा को कहते हैं परमपिता, परम अर्थात् ऊँचा परमधाम निवासी, तो हम परमधाम के निवासी, परमपिता के प्यारे बच्चे हैं इसलिए इस दुनिया से परे रहो। हरेक बात हमारी दुनिया से न्यारी है। हमें तो पवित्रता का झण्डा लहराना है, जिसको दुनिया असम्भव कहे, न माने उसे सम्भव

कर दिखाना है। तुम कुमार नहीं, सजिनियां हो। क्या मैं शिव साजन को पसन्द नहीं, या वह मुझे पसन्द नहीं जो दूसरे को पसन्द कराते। बाबा कहे जैसे हो वैसे हो मेरे हो।

तुम कुमार नहीं, सजिनियां हो। क्या मैं शिव साजन को पसन्द नहीं, या वह मुझे पसन्द नहीं जो दूसरे को पसन्द कराते! बाबा कहे जैसे हो वैसे हो मेरे हो। जब उसने मेरा कहा फिर हम दूसरे का क्यों बनें!



जब उसने मेरा कहा फिर हम दूसरे का क्यों बनें!

हम योग द्वारा वायब्रेशन, वायुमण्डल को परिवर्तन करने वाले हैं। बाबा से जितनी शक्ति लेना चाहो लो, रावण को मुझी में बांध दो, अगर उसे फ्रीडम दी तो वह घर में घुस जायेगा। टेस्ट करो प्यारे बाबा को, उनके रसों को, दुनिया को टेस्ट करने की इच्छा नहीं रखो।

हम बाबा के योगी बच्चे हैं। योगी को देखना, योगी का व्यवहार सब

सिम्पल और शीतल होता, ऐसे शीतल बनो तो अन्तर्मुखी बन जायेंगे। योगी की नौद नॉर्मल होती, शरीर को 5-6 घण्टे आराम देना ज़रूरी है, उससे ज़्यादा नौद सुस्ती की निशानी है।

अपने पुरुषार्थ से कभी हार्टफेल नहीं होना, नाउम्मीद भी नहीं होना। अगर हम सच्ची दिल से मेहनत कर रहे हैं तो मेरी सफलता की मार्क्स नोट हैं। अगर मेरे दिल की सच्ची भावनायें हैं तो सफलता ज़रूर होगी। बाबा की याद में चलते जाओ, पुरुषार्थ की नींव पक्की रखो तो सब बातें समाप्त हो जायेंगी। अपने को वानप्रस्थी समझो तो सब संस्कार निर्बल हो जायेंगे। बाबा से शक्ति लेकर बलवान बनो। ईश्वरीय मर्यादाओं की रक्षा करो- यही है ब्राह्मणों की राखी। जितना हम ईश्वरीय मर्यादाओं की रक्षा करते उतना रक्षक हमारी रक्षा करता है। लड़ना, झगड़ना, रोना, रूसना, चोरी करना, झूठ बोलना, जिद्द करना, अपनी मत चलाना... यह सब भोगियों की चाल है, योगियों की नहीं। कोई ज़िद्द करता है तो वह ब्राह्मण नहीं शूद्र है।

आज हम जिस-किसी भी मनुष्य के सम्पर्क-सम्बन्ध में आते हैं, हम देखते हैं कि उसे कई प्रकार की हथकड़ियाँ लगी हुई हैं, उसकी टाँगों में कई प्रकार की बेड़ियाँ पड़ी हुई हैं, इससे भी वह ज़्यादा बन्धनों में पड़ा हुआ है क्योंकि हथकड़ियों में पड़ा हुआ व्यक्ति यदि चाहे तो स्वतन्त्र चिन्तन तो कर ही सकता है परन्तु जिसके चिन्तन को ही हथकड़ियाँ लगी हुई हों, वैचारिक स्वतन्त्रता से रहित वह व्यक्ति तो ऐसा कैदी है कि जिसकी तुलना नहीं। आज मनुष्य की ऐसी ही स्थिति है। वह कई प्रकार के लगाव और झुकाव या मन-मुटाव की जंजीरों में जकड़ा हुआ है। उसके व्यवहार और उसकी बातचीत से यह स्पष्ट झलक मिलती है कि वह किसी बन्धन में बन्ध कर बातचीत या व्यवहार कर रहा है। मालूम होता है कि उसके दिमाग पर कोई सवार है, उसे गधा, घोड़ा, खच्चर या ऊंट बना कर चला रहा है। किसी का मन किसी वस्तु रूपी खूँटे से बंधा है और बंधा होने के कारण वह वहाँ से आगे नहीं चल सकता तो अन्य किसी देहधारी में उसका मन अटका हुआ है और वह भी उस दलदल से निकल नहीं पाता। कभी-कभी उसे क्षण-भर के लिये यह महसूस भी होता है कि 'ये सभी व्यर्थ ही के लगाव-झुकाव रूपी बन्धन हैं, इन्हें तोड़ देने में ही मेरी भलाई और मुक्ति है' परन्तु फिर भी उसके मन पर जो व्यक्ति या वस्तु हावी है, वे उसे मीठी सलोनी पुचकार देकर अपने पाशों में बाँधे रखते हैं।

मनुष्य ने 'नष्टमोहः' का आदेश-उपदेश सुन तो रखा है और विचारक, प्रचारक तथा सुधारक लोग दूसरों को इसका पाठ पढ़ाने में भी लगे रहते हैं परन्तु वास्तव में मनुष्य मोह-माया को नष्ट नहीं कर रहा बल्कि मोह-ममता उसे नष्ट कर रहे हैं। किसी में किसी व्यक्ति के प्रति मोह नहीं है तो महिमा और उपाधि में मोह है। अन्य किसी का घर और घर वालों में मोह नहीं है तो अपने आश्रम और अनुचरों में मोह है। राजा जनक के दरबार में एकत्रित सन्यासियों की तरह किसी का अपनी लंगोटी, सोटी या अंग वस्त्र और अंगोछे में मोह है। इस मोह ने तो मनुष्य के विवेक को नष्ट कर दिया है। इसके परिणामस्वरूप वह एक से पक्षपात और दूसरे से अन्याय करता है और बताने तथा समझाने पर भी मोह-ममता की फाँसी या फंदे को नहीं छोड़ता है।

आज 'लोक-सेवा' का नाम लेकर भी लोग अपने स्वार्थ सिद्ध करने में लगे रहते हैं। वे धन-दौलत इकट्ठा न भी करें तब भी सत्ता, स्थान और यश-कीर्ति के प्रलोभन में तो पड़े ही रहते हैं। अधिकार के अहंकार में तो उन्हें मजा आता है जिसके परिणामस्वरूप वे दूसरों को मजा चखाने में लगे रहते हैं। तन, मन, धन

अब घर चलना है

से सहायता देने वाले, योग से सहयोग देने वाले, कर्मठ होकर ठोस सेवा करने वाले तो और लोग होते हैं परन्तु यश की इच्छा वाले व्यक्ति 'लोक-सेवा' का नारा लगाकर, मान-शान और साधन-सामग्री के मोह की सीढ़ी से अहंकार पर पहुँचकर अन्धकार में पड़ जाते हैं। हर वर्ग में, हर कार्य-क्षेत्र में ऐसे बहुत से लोग होते हैं जो दूसरों से काम कराके और दाम दिलाकर नाम और इनाम अपने लिये बटोरते हैं और उन्हीं द्वारा सत्ता हथिया कर उन्हीं पर हुकूमत करते हैं।



राजयोगी ब.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

इच्छाओं के गुलाम

इसी प्रकार, व्यक्ति के मन में अनगिनत इच्छाएँ और तृष्णाएँ हैं। उनके कारण वह ख्याली पुलाव बनाता रहता है। वह यों ही उन इच्छाओं का गुलाम बनकर स्वयं को छका देता है और अपने जीवन के मूल्यवान क्षण रुपी हीरे-मोती गंवा देता है और अन्त में जब उसका शरीर चेतना-विहीन होकर लकड़ी की अर्थी (किंवा अर्थी) पर पड़ा होता है, तब लोग जो जीवन-भर अपने स्वार्थ के खेल-तमाशे करते रहते थे और उसे हैरान, परेशान, नादान और बेवफूफ बनाने में लगे रहते थे, "राम नाम सत्य है; सत्य बोलो गति है" कहकर दिखावे को विलाप करते हैं। इच्छाओं रुपी बे-लगाम घोड़ों पर चढ़ना तो मनुष्य तब भी नहीं छोड़ता।

लफड़ों से आजाद

धन्य हैं वे थोड़े से व्यक्ति जिनकी बुद्धि इन बातों या लफड़ों से आजाद होती है। उनका ही जीवन

बड़ा हल्का और सुखमय होता है। वे ही सभी प्रकार की गुलामी की जंजीरों से छूटे हुए होते हैं। वे किसी के दबाव, लगाव, झुकाव और धमकाव में न

आकर अपनी वैचारिक स्वतन्त्रता के धनी होते हैं और स्वयं प्रभु द्वारा बताये मार्ग पर बे-खटके चलते हैं। उनका जीवन सच्चे अर्थ में 'अन्तः सुखाय' और 'बहुजन हिताय' होता है।

परन्तु प्रश्न उठता है कि हमारा जीवन इन सभी लफड़ों से फारिग कैसे हो? हम उधेड़बुन के धन्धे से छूटें कैसे? गुलामी, सलामी, गुमनामी, नीलामी और बदनामी के चक्कर-फेर से हम निकलें कैसे? दलदल के दाग-घावों को धोकर हम नये-नवेले बनें कैसे? खुद-मस्ती में, नारायणी नशे में, ईश्वरीय आनन्द में झुमें और झूलें कैसे? राहत के साँस और सच्चे सुख का साधन पायें कैसे?

अब घर चलना है

ज्ञान तो अथाह है परन्तु इसके चार शब्दों में इसका सार भरा हुआ है - "अब घर चलना है" - इनमें से 'अब' शब्द समय का, 'घर' शब्द 'स्थान' अथवा ठिकाने का, 'चलना' शब्द पुरुषार्थ का अथवा लक्ष्य का तथा गति का और 'है' शब्द स्मृति, स्वीकृति, निश्चय और अस्तित्व का वाचक है। 'घर' वह है जहाँ शिवबाबा रहते हैं और जहाँ से यह आत्मा इस परदेस में आई है। अतः इस शब्द से आत्मा, परमात्मा और परलोक की स्मृति आयेगी। शिवबाबा की याद कायम होगी, निराकारी स्थिति होगी, पाँव पृथ्वी के ऊपर उड़ जायेंगे और आत्मा फरिश्ता बन उड़ती कला में चली जायेगी तथा स्वयं को प्रकाश के लोक में लाइट अनुभव करेगी। इससे उसकी स्थिति कर्मातीत हो जायेगी। 'अब' शब्द की स्मृति से बीती को बीता समझेंगे और 'घर' शब्द से विकारी दुनिया को 'न जीती' समझेंगे। 'अब' शब्द के प्रभाव से पिछले संस्कारों को एक ओर रख, अब हमें जो कुछ करना है, उसकी बात सोचेंगे। 'अब' शब्द की याद आने से हम टाल-मटोल छोड़ देंगे और आज की बात कल पर नहीं छोड़ेंगे बल्कि इसी क्षण से ही आगे बढ़ना शुरू कर देंगे। 'चलना है' शब्दों से 'आलस्य और अलबेलापन' भाग जायेगा। हम कर्तव्य कर्म करने में लग जायेंगे और समय रुपी धन को व्यर्थ न गंवा कर हम ज्ञान-धन और योग-बल को अर्जित करने में लग जायेंगे। 'है' शब्द से हम निश्चय-बुद्धि बनेंगे और "करना है जो अभी कर लो यह वक्त जा रहा है" - इस उक्ति के अनुसार वर्तमानकाल में पुरुषार्थ करने लग जायेंगे। इस प्रकार के निरन्तर पुरुषार्थ से हमारी अवस्था कर्मातीत, बिन्दु स्वरूप अथवा बीजरूप हो जायेगी और शक्तिशाली बन जायेगी।



उदवाड़ा-गुज.। आध्यात्मिक कार्यक्रम में वित्त एवं ऊर्जा राज्यमंत्री कनुभाई देसाई का स्वागत एवं सम्मान करते हुए ब्र.कु. पारुल बहन, ब्र.कु. मीनल बहन व ब्र.कु. वीनू भाई।



भोपाल-म.प्र.। टीकमगढ़ विधायक राकेश गिरी को रक्षासूत्र बांधते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. माया बहन।



बैकुंठपुर-छ.ग.। कुलदीप शर्मा, कलेक्टर कोरिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रेखा बहन।



नखत्राणा-कच्छ(गुज.)। तहसील प्रमुख जयसुख पटेल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रक्षा बहन। साथ हैं ब्र.कु. किरण बहन।



कटनी-सिविल लाइन(म.प्र.)। जिला उपाध्यक्ष अशोक कुमार विश्वकर्मा को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी बहन।



वडोदरा-मंगलवाड़ी(गुज.)। पूर्व इंडियन क्रिकेटर किरण मोरे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता बहन। साथ हैं ब्र.कु. वंदना बहन।



रायपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज के शान्ति सरोवर में शिक्षक दिवस पर आयोजित परिचर्चा का दीप प्रज्वलित कर श्रुभारंभ करते हुए टीपल आई.टी. के रजिस्ट्रार लेफ्टिनेंट कर्नल राजेश कुमार मिश्रा, भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान(आई.आई.टी.) के डायरेक्टर रजत मूना, क्षेत्रीय निर्देशिका राजयोगिनी ब्र.कु. कमला दीदी, स्वामी विवेकानंद तकनीकी वि.वि. के कुलपति डॉ. मुकेश कुमार वर्मा तथा ब्र.कु. दीक्षा बहन।



गांधीनगर-गुज.। सार्वजनिक गणेशोत्सव समिति, गांधीनगर की ओर से सेक्टर 22 गांधीनगर रंगमंच पर आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रम में ज्योति महिला मंडल, गांधीनगर की प्रमुख चेतना बहन बुच के निमंत्रण पर ब्रह्माकुमारीज से 28 गांधीनगर सेवाकेन्द्र की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी ने गणेश उत्सव का आध्यात्मिक रहस्य स्पष्ट किया। साथ ही दीदी ने सभी को स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं संस्थान के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय माउण्ट आबू में आने का निमंत्रण भी दिया।

छतरपुर-म.प्र.। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत प्रांतीय जागरूकता संस्थान एवं ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वाधान में त्रिस्तरीय पंचायतों वार्ड नगरी निकाय नवनिर्वाचित जनप्रतिनिधियों के अभिनंदन समारोह में छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. शैलजा दीदी एवं सतना कृष्णा नगर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी बहन को शॉल, श्रीफल एवं मोमेटो देकर सम्मानित किया गया। इस मौके पर रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय जबलपुर के कुलपति कपिल देव मिश्र, सेवानिवृत्त प्राचार्य एवं वरिष्ठ साहित्यकार डॉ. सत्येंद्र शर्मा, सतना विधायक सिद्धार्थ कुशवाहा, सतना कलेक्टर अनुराग वर्मा, सतना पुलिस अधीक्षक आशुतोष गुप्ता, जिला पंचायत सीईओ डॉ. परीक्षित राव, सतना सेवानिवृत्त पुलिस अधिकारी बीडी पांडे, जिला पंचायत उपाध्यक्ष सुषमा सिंह परिहार, जिला पंचायत सदस्य ज्ञानेंद्र सिंह, पद्मश्री विभूषित कवि बाबूलाल दहिया, उपभोक्ता फोरम सदस्य श्रीमति सावित्री सिंह आदि गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

बेहद की वैराग्य वृत्ति को ले आना होगा

बाबा हम बच्चों को हर दिन कोई न कोई अनुभव कराते ही रहते हैं। इन अनुभवों के आधार पर ही हमारी स्थिति बनती है। बाबा जैसे कहते हैं कि जितना हो सके एकांत में रहो। एकांत माना एक के अंत में। एकांत के आगे तीन चीजें और होती हैं। तीन चीजें कौन-सी? तो पहली है इकॉनमी, दूसरी है एकनामी और तीसरी है एकांतप्रिय।

पहली जो इकॉनमी है वो हमें अपने व्यर्थ विचारों की करनी है। अपने विचारों को व्यर्थ न जाने दें। इतना सुंदर खजाना बाबा ने हमें संकल्पों का दिया है। इन संकल्पों के खजाने की इकॉनमी चाहिए। कलियुग के अन्दर तो मनुष्य के संकल्प बहुत वेस्ट जाते हैं, लेकिन ब्राह्मण बनने के बावजूद भी कभी-कभी वो पुराने संस्कार इस तरह से इमर्ज होने लगते हैं कि रियलाइज नहीं होते। और जब रियलाइज होने लगते हैं तो अपने आपको सावधान कर देते हैं। तो पहले-पहले चाहिए कि अपनी जो एनर्जी है, उसकी हम बचत करते जायें। संकल्पों के खजाने की, एनर्जी की, हमारी जो ऊर्जा है उस ऊर्जा को एकत्रित करें।

दूसरा एकनामी अर्थात् एक परमात्मा से ही सर्व सम्बन्धों का अनुभव करना। इसीलिए एकांत के साथ सदा एकांतप्रिय। प्रिय कब होंगे जब हमारे सर्व सम्बन्ध बाबा के साथ होंगे। एक शिव बाबा के प्रिय बन जायें हम। तो बाहर की दुनिया के अन्दर बुद्धि का जो भटकाव है वहाँ से उसको मोड़ करके एकनामी फोकस बहुत जरूरी है। और जब ऐसा हम बाह्य तरफ से बुद्धि को समेट करके एक बाबा में एकाग्र करते हैं, एकाग्रता धीरे-धीरे बढ़ने लगती है और उस एकाग्रता से वो एकांतप्रिय, वो इतनी सुंदर



ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

अवस्था होने लगती है जिस अवस्था में व्यक्ति समाये रहना चाहता है। इसलिए एकांत से पहले ये स्टेजेस जो हैं उसको पार करते ही हम एकांतप्रिय हो सकते हैं। अगर हमें अपने संकल्पों का बचाव, इकॉनमी करना नहीं आया तो एकांत का अनुभव नहीं कर सकते। साथ ही साथ मन भी एकाग्र नहीं होगा। इसीलिए ये स्टेजेस बहुत जरूरी हैं।

जैसे बाबा हमें कहते हैं कि कोई भी व्यक्ति को एकांत का अनुभव करना है तो अंडरग्राउंड होना जरूरी है। बाहर की दुनिया से डिटेच होने के लिए अंडरग्राउंड चले जाओ। जितना अंडरग्राउंड जायेंगे उतने सुन्दर विचार मन के अन्दर आरम्भ होंगे। जैसे किसी भी साइंटिस्ट को कोई नई इन्वेंशन (खोज) करनी होती है तो वो अंडरग्राउंड चला जाता है। अगर वो बाहर के लोगों से मिलता रहा तो उसकी स्थिति बनेगी ही नहीं, विचारों को एकाग्र नहीं कर पायेगा। इसीलिए उसको अंडरग्राउंड जाना ही पड़ता है। तब एकाग्रचित होकर उसको डेवलपमेंट जो करनी है, इन्वेंशन जो करनी है उसके लिए उसे जो विचार चाहिए वो उन विचारों को अपने अन्दर सहज निर्मित कर सकता है, क्रियेट कर

सकता है। तो ठीक इसी तरह हमें भी अंडरग्राउंड होना बहुत जरूरी है। तो बाहर की बातों को, विचारों को फुल स्टॉप करना आसान हो जायेगा। तब जाकर मन की एकाग्रता से, जिस तरह समुद्र का, धरती का या आकाश का अंत पाना मुश्किल है पता ही नहीं है इसका अंत कहाँ है! ठीक इसी तरह शिव बाबा का अंत पाना भी मुश्किल है। लेकिन उस अंत में अपने मन को ले जाते हुए एक क्षण ऐसा भी आता है जब शिव बाबा का जो विशाल स्वरूप, जो तेज है उस तेज में, बाबा के प्रेम में हम अपने आपको समा सकते हैं। तो एकांतप्रिय होने के लिए उस प्रेम के सागर में, बाबा के साथ इतना गहरा प्यार हमारा हो तब एकांतप्रिय हम सहजता से बन सकते हैं और उसका सहजता से अनुभव कर सकते हैं।

तीसरी बात कि एकांतप्रिय होने के लिए आवश्यकता है बेहद की वैराग्य वृत्ति। जितना बेहद की वैराग्य वृत्ति है, एक रियल तपस्या की दृढ़ता जो है वो आरंभ होती है। इसीलिए बाबा कहते तुम बच्चों को तपस्या करनी है, तपस्या का आधार है बेहद की वैराग्य वृत्ति। बिना बेहद की वैराग्य वृत्ति के तपस्या हो ही नहीं सकती। भले कोई भट्टी में बैठ जाये सारा दिन, लेकिन अगर मन से वैराग्य नहीं होगा तो मन से दुनिया में घूमता रहेगा। तो इसके लिए बेहद की वैराग्य वृत्ति ऐसी चाहिए कि उस बेहद की वैराग्य वृत्ति से ही हम उस एकांतप्रिय, बाबा के प्यार में सहजता से समा सकें। जो न पाने वाला असम्भव है उसको पाना भी सहज हो जायेगा। इसलिए बाबा हमारा बार-बार उस ओर ध्यान खिंचवाते हुए कहते हैं कि बच्चे तुम्हें उस बेहद की वैराग्य वृत्ति को ले आना होगा।



छोटा उदेपुर (गुज.)। गीता बहन राठवा, लोकसभा सांसद, छोटा उदेपुर को रक्षासूत्र बांधने एवं आजादी के अमृत महोत्सव की बधाई देने के पश्चात् ब्लेसिंग कार्ड देते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. डॉ. मोनिका दीदी। साथ हैं ब्र.कु. गीता बहन, मा.आबू तथा ब्र.कु. हेमा बहन, कवांट।



बिलासपुर-टिकरापारा (छ.ग.)। महापौर रामशरण यादव को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. रमा दीदी। साथ हैं ब्र.कु. सृष्टि बहन।



इंदौर-प्रेमनगर (म.प्र.)। योगेश सिंह तोमर, थाना प्रभारी, जुनी इंदौर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शशि दीदी, संचालिका, इंदौर पश्चिम क्षेत्र। साथ हैं ब्र.कु. यश्विनी दीदी तथा अन्य।



भोपाल-म.प्र.। टीकमगढ़ कलेक्टर सुभाष द्विवेदी को रक्षासूत्र बांधते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. माया बहन।



बकतरा-म.प्र.। बुधनी जनपद पंचायत अध्यक्ष महेंद्र शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता बहन।



कटनी-सिविल लाइन (म.प्र.)। एस.पी. साहब को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी बहन।



छतरपुर-म.प्र.। एस.पी. सचिन शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. माधुरी बहन।



ग्वालियर-म.प्र.। आशीष सक्सेना, आई.ए.एस., कमिश्नर ग्वालियर संभाग को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रोशनी बहन।



अंबिकापुर-छ.ग.। परम पूज्य देवकीनंदन ठाकुर जी महाराज को ईश्वरीय संदेश एवं माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देने के पश्चात् परमात्म स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. विद्या दीदी।



दुर्ग-छ.ग.। एसटीएफ (विशेष सुरक्षा बल) के एस.पी. विजय पांडे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रीता बहन।



पन्ना-म.प्र.। पुलिस अधीक्षक धर्मराज मीणा को रक्षासूत्र बांधते हुए उपसेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीता बहन।



छतरपुर-म.प्र.। नीरज सोनी, एडिटर, बुंदेली चुगली को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रीना बहन।



भिलाई से.3-छ.ग.। नगर पालिका निगम आयुक्त कीर्तिमान राठोड़ को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अंजली बहन।



इंदौर-बिजलपुर (म.प्र.)। राधेश्याम बागवाला, राष्ट्रीय अध्यक्ष, खाती समाज को रक्षासूत्र बांधते हुए उपसेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. यश्विनी बहन।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया
संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बाक्स न-5, आबू रोड, राज. 307510

सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क: भारत-वार्षिक-240 रुपये, तीन वर्ष-720 रुपये, अजीवन-6000 रुपये

Website: www.omshantimedia.org

For Online Transfer

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA
ACCOUNT NO:- 30826907041, 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



SCAN TO PAY
WITH ANY BHIM UPI APP



Merchant Name : RERF Om Shanti Media

vpa : 09000r10076184@barodampay





वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी
ब्र.कु. गीता दीदी, माउण्ट आबू

गतांक से आगे...

जब हम ज्ञान को धारण करते हैं तो कुछ धारणायें, कुछ नियम, कुछ मर्यादायें हम अपने जीवन में अपनाते हैं। पहला नियम, मर्यादा हमने पिछले अंक में बताया था दिनचर्या। अभी दूसरा है आहार-विहार में परिवर्तन। क्योंकि ये सारी चीजें मन को परिवर्तन करने वाली हैं। आपका खान-पान शुद्ध बनना चाहिए। फिर किसी के भी संग में यहाँ-वहाँ-कहाँ भी खाते रहो ऐसे तो एकाग्रता नहीं बनेगी। क्योंकि जो स्वाद को नहीं जीत सकते वो विकार को क्या जीतेगे! अगर खुद बनाना नहीं आता तो सीखना चाहिए। क्योंकि अन्न का मन पर बहुत असर पड़ता है। योगी जीवन जीना है तो बाबा ने शुद्ध अन्न खाने के लिए कहा है, फिर ऐसे नहीं हम मशीन मेड टून्डते रहें। हमें योग मेड खाना है या मशीन मेड? तीसरा विहार चेंज- विहार माना कहाँ-कहाँ आप घूमते हो, कैसे-कैसे स्थानों पर जाते हो वहाँ वायुमण्डल का भी असर होता है। अगर लक्ष्य है भगवान के ज्ञान में चलना है और फर्स्टक्लास चलना है और क्वालिटी ब्रह्माकुमारी जीवन जीनी है तो गंदे बाँडी कॉन्शियस बनाने वाले स्थानों में नहीं जाना चाहिए। सिनेमा में, क्लबों में, पार्टियों में, आजकल तो

कुमारियों प्रति....

निश्चय अगर पक्का तो परिवर्तन निश्चित...

सिम्पल लिविंग हाई थिंकिंग

क्या-क्या व्यसनों में, क्या-क्या होटलों में करते हैं। हमें सावधान रहना चाहिए। फ्रेंडशिप का मतलब ये नहीं है कि वो जहाँ लेकर जाये आप वहाँ चले जाओ। फ्रेंडशिप वो है जिसमें कल्याण हो मेरा भी और दूसरे का भी।

चौथा पहरवाइश। कैसे हम ड्रेसअप होते हैं। बाबा ने सदा हम बच्चों को सिखाया है कि नाति महंगा, नाति सस्ता बीच का जीवन हो, ये बाबा की व्याख्या है। बहुत हल्का नहीं बहुत महंगा नहीं। ज्ञान मार्ग में चलना, योगी मार्ग में चलना, पहला ही लक्ष्य आत्मभिमानी बनना है। देह भान भूलना है तो बाँडी कॉन्शियस बनाने वाले ड्रेस नहीं, बाँडी कॉन्शियस बनाने वाले मेकअप नहीं। ऐसे बाल नहीं जो दस बार ठीक करने पड़ें और दस बार बुद्धि उसमें जाये। ये योगी जीवन की डिसिप्लिन है बहनों। लगना चाहिए ये आध्यात्मिक लोग हैं। पढ़ी है ना जीवन कहानी बाबा की! कितना कुछ हुआ, पिकेटिंग हुई, धरना हुआ समाज का। इतने छोटे-छोटे जो आज हमारी दादियाँ हैं वो भी विचलित नहीं हुए। इसलिए बाबा ने हम ज्ञानी आत्माओं के लिए, योगी आत्माओं के लिए सादा, सरल, सात्विक जीवन और व्यवहार कहा है। सिम्पल लीविंग, हाई थिंकिंग गांधी जी कहते थे। बाबा ने हाई थिंकिंग बना दिया तो प्रैक्टिकल लिविंग सिम्पल होना ही

हम हर बात को समझें। समय को, बाबा को, लाइफ को, सत्य को, धारणाओं को समझें इतना कि हम मजबूत रहें उसमें। फिर कोई तकलीफ ही नहीं है, कोई क्या कर रहा है, कोई कैसा व्यवहार कर रहा है, कोई चीजें तकलीफ देती ही नहीं।

रहो, शक्तिशाली बनो। अगर आप घर में हैं और ड्रेस में हैं तो आपकी आध्यात्मिकता और ज़्यादा शक्तिशाली चाहिए। जब तक आप घर में हैं तो आप दुनिया में बैठे हैं। आपको और ही यही ड्रेस पहनना चाहिए।

संग भी हम ज्ञानी आत्माओं का कैसा होना चाहिए, जो हमें और तीव्र पुरुषार्थी बनाये ऐसा। जो हमें और पक्का ज्ञानी बनाये। हमें लक्ष्य से कमजोर बनाये, अपने आप में फंसाये ऐसा संग नहीं करना है। इसलिए ज्ञान इतना अच्छा स्टडी करो कि परख सकें हमारे सम्पर्क

में आने वाले व्यक्ति की दृष्टि-वृत्ति क्या है। इसलिए दादियाँ कहती हैं कि समर्पण होने की बात नहीं है योग्य बनने की बात है। समर्पण हो गये पर योग्य नहीं हैं, हम आदर्श नहीं है तो फायदा क्या! तो समर्पण की बात नहीं है। लायक बनना है।

बाबा हम कुमारियों से अपना कार्य कराना चाहते हैं। इसलिए यज्ञ में कुमारियों की आवश्यकता है। जैसे दुनिया में जिस चीज की ज़्यादा डिमांड हो तो वो बहुत महंगी होती जाती है, तो हम भी महंगे हो रहे हैं। क्योंकि हमारी डिमांड ज़्यादा है बाबा को। हमें अपना समय, संकल्प बाबा के कार्य में लगाना है और बाबा के कार्य में नहीं लगायेंगे तो कहीं तो लेगेगा ही। हमें कुदरती बहुत सात्विक मन मिला हुआ है। स्त्री तन में जो आत्मायें हैं वो सात्विक मन है। बाबा कहते हैं ना कि तुम्हारा बाबा की याद में रहना भी योगदान करना है। घर वाले कहें कि हमारे घर में ये योगी आत्मा है।

मैं चाहती हूँ कि हम कुमारियाँ सेंसिबल बनें। हम हर बात को समझें। समय को, बाबा को, लाइफ को, सत्य को, धारणाओं को समझें इतना कि हम मजबूत रहें उसमें। फिर कोई तकलीफ ही नहीं है, कोई क्या कर रहा है, कोई कैसा व्यवहार कर रहा है, कोई चीजें तकलीफ देती ही नहीं। सच्चे ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी बनकर अपनी नींव मजबूत बनाएं। अपने आप ताकत आती है, फिर सेवा में, संगठन में आने वाली कोई भी परीक्षा भारी नहीं लगती।



इंदौर-सिलिकाँन सिटी(म.प्र.)। पर्यटन एवं संस्कृति राज्यमंत्री उषा ठाकुर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्योति बहन।



चिलोडा-गुज.। श्रावण मास के सोमवार के दिन सेवाकेन्द्र पर चॉकलेट के शिवदर्शन झांकी का आयोजन किया गया। जिसका बहुत बड़ी तादाद में लोगों ने दर्शन कर लाभ लिया। साथ ही आध्यात्मिक म्यूजियम का भी अवलोकन किया।



कटनी-सिविल लाइन(म.प्र.)। जिला जेल में जेल अधीक्षक लीना कोष्टा, जेलर समता तिवारी, ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, ब्र.कु. भारती बहन एवं अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों ने वृक्षारोपण किया।



अहमदाबाद-ईसनपुर। गुजरात स्टेट रोड ट्रांसपोर्ट कॉर्पोरेशन डिविजनल वर्कशॉप में रक्षाबंधन का आध्यात्मिक रहस्य बताते हुए ब्र.कु. राजेश्वरी बहन। मंचासीन हैं आई.ए. शेख, डिविजनल मैकेनिकल इंजीनियर, एच.एन. दवे, डिपो मैनेजर, चंडोला तथा अन्य।



छापीहेड़ा-म.प्र.। शिक्षक दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में कृष्णा वैली स्कूल के प्राचार्य अमित कुमार तिवारी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सीमा बहन।



जबलपुर-नेपियर टाउन(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज के शिव स्मृति भवन में संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका दादी प्रकाशमणि जी के 15वें पुण्य स्मृति दिवस पर भारतीय यात्री सेवा समिति के अध्यक्ष रमेश चंद्र रत्न, भारतीय यात्री सेवा समिति के सदस्य राम किशन, तालूजा जी, यतीन्द्र सिंह, एडिशनल डीआरएम दीपक कुमार, सीनियर डीसीएम, वीसीआर विश्वरंजन जी आदि अतिथियों सहित ब्र.कु. वर्षा बहन व अन्य भाई-बहनों ने श्रद्धासुमन अर्पित किये।



मालीया हाटीना-गुज.। 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में मामलतदार प्रताप सिंह गोहिल, गांव के सरपंच जीतुभाई सिसोदिया, मेडिकल ऑफिसर बहन आभा मल्होत्रा, पूर्व जिला भाजप प्रमुख ठाकरशीभाई जावीया, चाणक्य पब्लिक स्कूल के प्रिंसिपल बालुभाई भोजक, सामाजिक कार्यकर्ता महेन्द्रभाई गांधी, प्रिंट एंड इलेक्ट्रॉनिक मीडिया के सभी पत्रकार सहित ब्र.कु. रूपा बहन व ब्र.कु. मीता बहन।



लखनादौन-म.प्र.। शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा शिक्षाविदों की संगोष्ठी एवं शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में कॉलेज के सेवानिवृत्त प्रिंसिपल बी.एस. पटेल, सरस्वती शिशु मंदिर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के प्राचार्य विक्रम सिंह बघेल, उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के पूर्व प्राचार्य साहब सिंह ठाकुर तथा अन्य शिक्षकों सहित ब्र.कु. समता बहन व ब्र.कु. कल्याणी बहन।



इंदौर-गंगोत्री विहार(म.प्र.)। शिक्षक दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए माहेश्वरी कॉलेज के प्राचार्य राजीव झालानी, वैष्णव कॉलेज ऑफ कॉमर्स के प्रिंसिपल पारितोष अवस्थी, देवी अहिल्या शिशु विहार स्कूल की प्राचार्य अपर्णा व्यास, वेंकटेश बाल विद्या मंदिर के प्राचार्य संतोष मंडोरा, श्री वैष्णो एकेडमी की प्राचार्य रिचा तिवारी, शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय की प्राचार्य मीनू वाजपेई, श्री केशव विद्यापीठ के प्राचार्य राहुल देशमुख, रामकृष्ण मिशन स्कूल के प्राचार्य वीरेंद्र सिंह जादौन, न्यू इंदौर एकेडमी के डायरेक्टर मनोष सोलंकी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन, ब्र.कु. प्रतिमा बहन तथा ब्र.कु. ललिता बहन।



छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा गणेश चतुर्थी के अवसर पर चैतन्य झाँकी एवं 6 बहनों के समर्पण के प्रथम वर्षगांठ का भव्य आयोजन किया गया। इस अवसर पर छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन, वैश्य महासम्मेलन जिला अध्यक्ष धर्मेन्द्र गुप्ता, कवियत्री प्रभा विधु, प्रोजेक्ट अकाउंट ऑफिसर राजेश रूपाधिया, एयरपोर्ट एजीएम सौरव यादव, बिजावर पटवारी अनामिका नायक सहित 400 भाई-बहनों उपस्थित रहे।



इंदौर-कालानी नगर(म.प्र.)। बोर्डर सिक्योरिटी फोर्स के एसटीसी कैम्पस में बीएसएफ जवानों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुजाता बहन व ब्र.कु. कविता बहन।



सालीचोका-गाडरवारा(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा शिक्षक दिवस पर शिक्षाविदों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में प्रखर राय, चीफ डायरेक्टर ऑफ मध्य प्रदेश एंटी करप्शन फाउंडेशन सालीचोका, रिटा. प्राचार्य वी.के. चौबे, ब्र.कु. वंदना बहन, ब्र.कु. किरण बहन तथा अन्य शिक्षकगण उपस्थित रहे।

आज आधुनिकता के कारण जो जंगल कटाई हो रही है उससे किसानों को जो बड़ा नुकसान भुगतना पड़ रहा है वह यह है कि जंगली जानवर अन्न की खोज में गांव में आकर खेती में बड़ा नुकसान कर रहे हैं। उन पर रोकथाम करने के सिवाय कुछ नहीं कर सकते लेकिन आज मुझे बड़ी खुशी है कि ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में सिखाई जाने वाली शाश्वत यौगिक खेती पद्धति में इसका निश्चित उपाय मुझे मिल गया है। मैंने कैसे जंगली सुअरों से अपनी खेती को बचाया उसका अनुभव आपके सामने प्रस्तुत करती हूँ।

हमारी धान(चावल) की खेती नदी किनारे कीचड़ वाली ज़मीन पर है। वैसे तो ऐसी दलदल वाली ज़मीन पर खेती करना नामुमकिन है पर यौगिक खेती की ट्रेनिंग में मैंने जाना कि हमारे मस्तक में जो बिन्दु स्वरूप आत्मशक्ति है उसे जानकर उस दिव्य ज्योति स्वरूप परमात्मा पिता को जो सारे विश्व का रचयिता है, सर्वशक्तिमान है, उसे दिल से, प्रेम से याद करते हैं तो वह हमें जरूर मदद करते हैं। हमारी अच्छी भावना का फल जरूर देते हैं। साथ-साथ यह भी जाना कि इस सृष्टि पर पांच तत्व या प्रकृति से बने हर जीव जैसे पशु, पंछी, पेड़-पौधे, सभी इन भावनाओं को ग्रहण करते हैं। और जैसी भावना वैसा व्यवहार वह भी हमारे साथ करते हैं।

गये हैं और आधी से अधिक खेती तो खा कर बर्बाद कर दी है। मैंने वहीं से खेती काटने के लिए मेरे गाँव की महिला किसानों को फोन कर खेती में बुलाया। मैं भी अपने घर पहुंची। मेरे दोनों बेटे और दोनों बहनें सभी खेती में उतरे। अंधेरा होने तक कटाई की पर फिर भी एक चौथाई हिस्सा काटने से रह गया और जो कटा था उसे प्लास्टिक और रस्सी से अच्छी तरह बांध दिया ताकि रात को सुअर यह धान खा न जाएं। तभी बहू बोली कि देखो उस तरफ जो जंगली पौधे हैं उसमें वह सुअर अभी भी हैं। उनकी आँखें अंधेरे में चमक रही हैं। अब बची हुई खेती तो गई की गई सवेरे कुछ नहीं मिलने वाला।

और मन में ये संकल्प करने लगी कि मैं एक बिंदु स्वरूप आत्मा इस देह को चलाने वाली चैतन्य शक्ति हूँ... स्वयं भगवान परमात्मा शिव मेरे पिता टीचर और सद्गुरु हैं... मैं भगवान का बच्चा बहुत महान हूँ... विशेष हूँ... शक्तिशाली हूँ... भगवान मेरा साथी हमेशा मेरे साथ है... हर मुश्किल को सहज बनाने वाला है... अभी मैं चांद... सूरज... आकाश... से भी ऊपर परमधाम में लाल प्रकाशमय, शांति की दुनिया में जा पहुंची हूँ... यही मेरा असली घर है... यहाँ चारों तरफ शांति ही शांति है... मेरे परमात्मा शिव भी यहीं निवास करते हैं...



डॉ. कु. दर्शना बहन, मापुसा, उत्तरांचल

अनुभव

हर प्राणी पशु, पक्षी व पाँचों तत्व

भी प्रेम की भाषा समझते हैं। बस!

उससे सही तरीके से व निःस्वार्थ प्रेम से बातें

की जाये तो उन पर असर पड़ता है। हमने

परमात्म प्रेम के साथ सानिध्य स्थापित कर उन सब

से उसी भावना से बातें की तो रिजल्ट बहुत ही

सराहनीय व अद्भुत पाया। आप भी इस अनुभव

को इसी रूप से अपनायेंगे मेरा विश्वास है,

उनका जादू कभी व्यर्थ नहीं जायेगा।

आप भी करके देखिए।

परमधाम में मेरे पहुंचते ही मेरे ऊपर बाबा के स्नेह-प्यार की वर्षा हो रही है... मैं अपने आप उनकी तरफ खींचती जा रही हूँ... मैं बिल्कुल उनके साथ कम्बाइंड स्वरूप में हूँ... उनके द्वारा शांति-शक्ति की किरणों मेरे अंदर भर रही हैं... शक्तियों से सम्पन्न बन अब मैं आत्मा फिर से नीचे इस दुनिया में अपने शरीर में मस्तक के बीच प्रवेश करती हूँ... अब मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ...

अब ऐसे सर्व प्राणी मात्र व तत्वों पर इसका प्रयोग करें

मैं अपनी खेती को मन-बुद्धि से सामने देख रही हूँ कि कुछ सुअर खेती में हैं... मैं उन पर रहम की दृष्टि डाल रही हूँ... बड़े प्रेम से उन्हें निहार रही हूँ... वह अब मुझे देख रहे

परमात्म प्रेम का जादू



हैं... अब संकल्प से ही मैंने उनके साथ बोलना शुरू किया... वह बड़े ध्यान से मेरे संकल्पों को समझ रहे हैं... मैंने उनसे कहा देखो आपने मेरी आधे से अधिक खेती खा ली है पर मुझे कोई गिला-शिकवा नहीं है... मैं जानती हूँ कि जंगलों को काटने की वजह से आप नदी में बहते-बहते अन्न की खोज में हमारी खेती में पहुंच गए। मुझे तो आप पर दया आती है। आज सरकार ने कितना भयानक कायदा पास किया है कि खेती में सुअर देखते ही उनको मार डालो। और सचमुच है आपको कितनी निर्दयता से मारा जा रहा है। मैंने उन सुअरों को एक चित्र दिखाया कि एक सुअर कैसे तड़प-तड़प कर उनके आगे मर रहा है। वह सारे सुअर भयभीत होकर देख रहे हैं। मैंने कहा देखो अब आप कोई भी चिंता न करें, स्वयं भगवान आपको और हम सभी को दुःखों से छुड़ाने के लिए आए हैं। देखो भगवान की किरणें आप पर पड़ रही हैं... उन सुअरों के ऊपर एक चमकती हुई लाइट को मैंने देखना शुरू किया... अब मैंने कहा देखिए हम इंसान जो

गलती कर रहे हैं उसके लिए हमें माफ कीजिए लेकिन हमने भी यहाँ पर इस खेती में अन्न प्राप्ति के लिए बहुत मेहनत की है। यह खेती हमने विशेष परमात्मा को प्रत्यक्ष करने के लिए की है और हम भी यही चावल खाते हैं क्योंकि यह शुद्ध, शक्तिशाली अन्न है। इस अन्न को ग्रहण करने से रोग-बीमारी दूर होते हैं। मन को शांति मिलती है। कृपया बची हुई खेती आप हमारे लिए छोड़ दें और आप कहीं भी जाइए भगवान आपकी मदद जरूर करेंगे। फिर मैं निश्चित होकर सो गई।

सवेरे जब मैं और मेरी बहू खेती देखने के लिए गये तो देखा की बची हुई खेती वैसी की वैसी थी। एक भी सुअर खेती में नहीं आया। ये है प्रेम की भावना का जादू! मैंने दिल से भगवान को और उन सुअरों को भी धन्यवाद दिया। इस तरह खेती में हर मुश्किलों में भगवान से मदद लेने के लिए ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में जो विधि सिखाई जाती है वह सीखकर खेती को, खुद को व परिवार को सम्पन्न बनाकर समाज को भी खुशहाल बनाइए।

हमारी फसल 8-10 दिन में कटने वाली थी, सोचा चलो बेटी के घर 5 दिन रहकर उनके पूरे परिवार को राजयोग के बारे में समझाएँ, अभी 4 ही दिन हुए नहीं कि बहू का फोन आया कि माँ जी जल्दी घर वापिस आइए। मैंने उनसे कारण पूछा तो बोली कि पता नहीं कहाँ से जंगली सुअर खेती में आ

सर्वोच्च शक्ति के स्रोत परमात्मा के साथ एकाग्र करें

मैंने कोई जवाब नहीं दिया। बस जल्दी से घर आकर स्नान कर अपने बिस्तर पर बैठ मन को एकाग्र कर अपने बिंदु स्वरूप आत्मशक्ति की स्मृति से उस परम शक्ति बिंदु स्वरूप परमात्मा पिता की याद में बैठ गई।

स्वास्थ्य



प्रोटीन से भरपूर और कम कार्ब्स वाली मूंग दाल सबसे अधिक पौष्टिक शाकाहारी सुपरफूड्स में से एक मानी जाती है। यह खाने में स्वाद से भरपूर होने के साथ भारतीय आहार का एक अभिन्न अंग है जो बेहद हल्की खाद्य सामग्री होने के कारण पचने में आसान है। अन्य दालों की तुलना में पीली मूंग दाल में कार्ब्स की मात्रा कम होती है, जो इसे एक स्वास्थ्यवर्धक विकल्प के रूप में प्रस्तुत करती है। इसी वजह से बीमारी के दौरान इस दाल का सेवन करने की सलाह दी जाती है।

खासतौर पर पीली मूंग की प्रोटीन युक्त सामग्री इसे अन्य खाद्य सामग्रियों से अलग बनाती है। इस दाल के 100 ग्राम से शरीर को लगभग 3 ग्राम प्रोटीन की मात्रा मिलती है जो शरीर के लिए लाभदायक है।

पोषक तत्वों से भरपूर

पीली मूंग दाल पोषक तत्वों से भरपूर आहार है। इसमें पोटैशियम, मैग्नीशियम, लोहा और तांबे जैसे खनिज तत्व मौजूद होते हैं। इसके अलावा, उनमें उच्च गुणवत्ता वाले प्रोटीन, फोलेट, फाइबर और विटामिन बी 6 जैसे तत्व भी मौजूद होते हैं। बी कॉम्प्लेक्स से भरपूर, पीली मूंग दाल शरीर के कार्बोहाइड्रेट को ग्लूकोज में तोड़ने में मदद करती है और शरीर के लिए उपयोगी ऊर्जा उत्पादन करती है। इसमें मौजूद फोलिक एसिड स्वस्थ मस्तिष्क और डीएनए के उत्पादन को बनाए रखने में भी मदद करता है। मूंग दाल में कुछ मात्रा में विटामिन ई, सी और के भी मौजूद होते हैं। पीली मूंग दाल विशेष रूप से फाइबर से भरपूर होती है। यह आहार संबंधी जटिलताओं को रोकने के साथ-साथ रक्त कोलेस्ट्रॉल के स्तर को

कम करने में भी मदद करती है।

वजन नियंत्रित करें

पीली मूंग दाल कोलेसीस्टोकिनिन हार्मोन की कार्य विधि को बढ़ाने में मदद करती है। इसे खाने के बाद शरीर को काफी देर तक भरा हुआ महसूस होता है और मेटाबॉलिज्म रेट भी बेहतर हो जाता है। इस दाल के सेवन के बाद काफी देर तक कुछ भी खाने की इच्छा नहीं होती है। इस प्रकार पीली मूंग दाल वजन को नियंत्रित करने में योगदान करती है।

मधुमेह नियंत्रित करें

पीली मूंग दाल का ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है। यह शरीर में इंसुलिन, रक्त शर्करा और वसा के स्तर को कम करने में मदद करती है। बदले में, यह रक्त शर्करा के स्तर को और मधुमेह को नियंत्रण में रखने में मदद करती है। हाई ब्लड शुगर की समस्या से पीड़ित लोगों को इस दाल को अपनी नियमित डाइट का हिस्सा जरूर बनाना चाहिए।

कुछ इस तरह हैं इस दाल के फायदे

पाचन को सुचारू करें

पीली मूंग दाल के सेवन से आंत में ब्यूटायरेट नामक फैटी एसिड का उत्पादन होता है। यह आंतों की दीवारों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करता है। इस दाल में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं। जो पेट में गैस बनने से रोकते हैं और पाचन तंत्र को दुरुस्त रखते हैं। इसके अलावा, मूंग दाल पचाने में भी आसान होती है, जिसके सेवन से कब्ज जैसी समस्याओं से छुटकारा मिलता है।

हृदय स्वास्थ्य में सुधार करें

पीली मूंग दाल पोटैशियम और आयरन से भरपूर होती है। यह पूर्व रक्तचाप को कम करने में मदद करती है और मांसपेशियों में ऐंठन से बचाती है। यह शरीर को अनियमित दिल की धड़कन से बचाने में भी मदद करती है। इसकी हल्की और पचने में आसान प्रकृति इसे उच्च रक्तचाप से पीड़ित लोगों के लिए बेहतरीन भोजन के रूप में प्रस्तुत करती है। इसमें मौजूद तत्व हृदय के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होते हैं और रक्तचाप को नियंत्रित करके हार्ट अटैक के खतरे को

कम करते हैं।

छोटे बच्चों के लिए फायदेमंद

जब छोटे बच्चे अनाज को अपनी डाइट में शामिल करते हैं तब सबसे पहले पीली मूंग दाल का सेवन करने की सलाह दी जाती है। इसमें मौजूद विभिन्न पोषक तत्व बच्चों के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होते हैं जो उन्हें विकास में मदद करते हैं। मूंग की दाल में पोटैशियम, आयरन, कैल्शियम, कॉपर, फोलेट, राइबोफ्लेविन, फास्फोरस, फाइबर, मैग्नीशियम तत्वों की भरपूर मात्रा होने के कारण ये दाल बच्चों के लिए काफी फायदेमंद होती है और बच्चों के बढ़ते शरीर को ताकत देने में मदद करती है।

अधिक पसीने से परेशान

जैसा कि आप जानते हैं कि पीली मूंग ठंडी होती है तो गर्मी के मौसम में जो लोग अधिक पसीने की बदबू से परेशान हैं तो मूंग की दाल को हल्के गर्म पानी में पीस कर उसमें कुछ मात्रा में पानी मिलाकर उसके लेप से पूरे शरीर में मसाज करने से इस समस्या से छुटकारा पा सकते हैं।

मीडिया समझौता नहीं समझदारी है

आज हम एक ऐसे मीडिया की कहानी आपको सुनाते हैं जो स्वास्थ्यपरक भी है, मन को भी भायेगी, मन को मनोरंजन भी देगी और आपको वो सुख देगी जो हमने सपने में भी नहीं सोचा होगा, वो है यज्ञ के प्रथम पुरुष, प्रथम मीडिया प्रजापिता ब्रह्मा बाबा, जिसकी कहानी सुनने के बाद लगता है कि परमात्मा ने इनको ही मीडिया(माध्यम) क्यों बनाया! हमारे इस प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की नींव का आधार दृढ़ता और श्रेष्ठ संकल्प की शक्ति है। तो आज जब हम इस विशाल यज्ञ के प्रांगण को देख रहे हैं, कि कैसे बना होगा ये! अगर आप ब्रह्मा बाबा की कहानी सुनेंगे तो ब्रह्मा बाबा ने कितना सहन किया। जब इस संस्था का आरंभ हुआ इतना सहन किया, इतना सहन किया लेकिन सत्य के रास्ते पर, सही मार्ग पर कोमोमाईज(समझौता) नहीं किया। उस एक आत्मा की दृढ़ता की शक्ति की वजह से आज हम सारे विश्व में फैल चुके हैं। सिर्फ एक आत्मा की शक्ति की वजह से। वो आत्मा अगर कहती कि नहीं मैं अकेला क्या कर सकता हूँ! बाकी सब तो कोई मुझे सपोर्ट(सहयोग) नहीं कर रहे हैं। तो वो आज न उसे कर पाते, न आज हम सब अपना जीवन संवार पाते। हमेशा परिवर्तन एक से ही शुरू होता है। और जो एक



ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

उस परिवर्तन के निमित्त बनता है वो अनेकों की दुआयें कमाने के पात्र बन जाता है। हम कितना धन कमाते हैं उससे ज्यादा जरूरी होता है कि हम कैसे धन कमाते हैं। उसमें लोगों की कौन-सी एनर्जी लगी हुई है। तो हमें यह पक्का करना है कि मेरी सेवा अर्थात् मेरा जो रोल है वो भारत देश का संस्कार ला रहा है और संस्कार से भारत देश का संसार बन रहा है। अगर मैं एक आत्मा परिवर्तन कर लूँ तो मेरे परिवर्तन से देश का परिवर्तन प्रारम्भ हो चुका है। मुझे यह नहीं सोचना कि बाकी सब मेरा कितना मज़ाक उड़ाते हैं या मेरी कितनी निंदा करते हैं। मुझे सिर्फ यह चेक करना है। मुझ

एक का कर्म श्रेष्ठ होना चाहिए, सबको सुख देने वाला होना चाहिए, देश और विश्व के कल्याण के लिए होना चाहिए। अगर मेरा वो इंटेन्शन(इरादा) होगा, जब मेरा वो कर्म होगा तो मेरा तो कल्याण समाया हुआ ही है उसमें, लेकिन उसमें करोड़ों लोगों का कल्याण भी समाया हुआ है। ऐसी शक्तिशाली आत्मायें हो कि आपका एक श्रेष्ठ कर्म देश का भाग्य बदलता है। तो अपने कर्मों पर हम थोड़ा-सा अटेन्शन रखेंगे। जो सब कर रहे हैं हम वो नहीं करेंगे, जो सही है वो करेंगे। यह बहुत महत्वपूर्ण है कि हमेशा यह सोचना कि परमात्मा आप मेरे साथ हैं।

परमात्मा कहते हैं कि हिम्मत आपकी, अटेन्शन आपका, हिम्मत का एक कदम आप रखिये पदम गुणा मदद मेरी पक्की है। यह परमात्मा का वायदा है। हमें बस वो हिम्मत का एक कदम रखना है क्योंकि मीडिया मन का मनोरंजन करने वाला है। मीडिया ही सब कुछ करने वाला है। तो मीडिया जिम्मेवार भी है इस जिम्मेवारी को पक्का करते हुए, इस लक्ष्य को रखते हुए कि हमारे शब्दों में, भाषा में सिर्फ सम्मान ही नहीं श्रेष्ठता भी हो तो हमारे शब्दों से, इन संस्कारों से हमारे वायब्रेशन से हमें स्वर्णिम भारत लाना ही लाना है। यह हमारा खुद से, देश से और परमात्मा से वायदा है।



खजुराहो-म.प्र. शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारी द्वारा शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में स्थानीय संचालिका ब्र.कु. विद्या बहन, छतरपुर से ब्र.कु. रीना बहन, राधारमण पब्लिक स्कूल विक्रमपुर के प्राचार्य गुडुन पाठक, सेक्रेड हार्ट कॉन्वेंट स्कूल खजुराहो, शासकीय हाई सेकेंडरी स्कूल, राजा बलवंत सिंह कॉलेज, किडजी प्ले स्कूल, शासकीय कन्या माध्यमिक विद्यालय, ऑल सेंट इंग्लिश हाई सेकेंडरी स्कूल, सरस्वती शिशु मंदिर स्कूल बमीठा, माउंटन इंग्लिश स्कूल, मेमोरियल स्कूल बमीठा आदि स्कूलों के प्राचार्य एवं शिक्षकगण उपस्थित रहे।



नरसिंहपुर-म.प्र. ब्रह्माकुमारी के दिव्य संस्कार भवन में 'शिक्षक सशक्त भारत के निर्माता' विषय पर आयोजित आध्यात्मिक संगोष्ठी में शिक्षक गण टेक सिंह पटेल, आशीष घोषी, योग शिक्षक आशीष नेमा, रामगोपाल नेमा, बहन कृष्ण कांति, भारती कौरव, प्रीति गुप्ता सहित 51 शिक्षकों को शॉल, श्रीफल, कलम एवं प्रशस्ति पत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया। इस मौके पर ब्रह्माकुमारी की जिला संचालिका ब्र.कु. कुसुम बहन, ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. अर्पिता बहन सहित अन्य राजयोगी शिक्षिकाओं का भी सम्मान किया गया।



जबलपुर-धनवंतरी नगर(म.प्र.) शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारी के ज्ञान संजीवनी सेवाकेन्द्र में शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में अनुराग सोनी, मेडिकल कॉलेज जबलपुर के फिजियोलॉजी एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. राकेश गढ़वाल, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. श्वेता बहन, डॉ. श्याम रावत, ब्र.कु. डॉ. सरला बहन सहित 100 शिक्षकगण उपस्थित रहे।



खंडवा-म.प्र. शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारी के भाग्योदय भवन में शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. शरद हरणे, शासकीय मेडिकल कॉलेज के डीन डॉ. अनंत पंवार, जिला परियोजना समन्वयक पी.एस. सोलंकी, फादर जयंत जी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शक्ति दीदी, ब्र.कु. सुरेखा बहन तथा बड़ी संख्या में शिक्षाविद शामिल रहे।



आष्टा-म.प्र. शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारी के शांति सरोवर सेवाकेन्द्र में शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कुसुम बहन, ब्र.कु. नीलिमा बहन, राकेश सिंह ठाकुर, ब्लॉक एजुकेशन ऑफिसर, मोहम्मद सितवत खान, प्राचार्य, उत्कृष्ट हाईयर सेकेंडरी स्कूल आष्टा, ए.एस.जी. परमार, प्राचार्य, कन्या शाला हाईयर सेकेंडरी स्कूल आष्टा, अजब सिंह राजपूत, बीआरसीसी, पैठारी जी, प्राचार्य, मॉडल हाईयर सेकेंडरी स्कूल आष्टा, मनोज विश्वकर्मा, बीएसी, शिक्षक कैलाश कुशवाह, शिक्षक धीरेन्द्र सिंह ठाकुर, शिक्षक रंजना नागोरी, ब्र.कु. शेफाली बहन, प्राचार्य पैठारी जी, शिक्षक ममता बहन तथा बड़ी संख्या में प्राचार्य व शिक्षकगण मौजूद रहे।



दुर्ग-छ.ग. कॉमन वेल्थ गेम्स 2022 में भारतीय मिश्रित बैडमिंटन टीम की सिल्वर मेडल विजेता कुमारी आकर्षी कश्यप का ब्रह्माकुमारी की ओर से सम्मान करते हुए ब्र.कु. रूपाली बहन।



मरोली बाज़ार-नवसारी(गुज.) वशी हाई स्कूल में प्रिंसिपल कौशिक भाई देसाई को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मुकेश बहन।



ठीकरी-म.प्र. बड़वानी क्षेत्र के विधायक बाला बच्चन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रीति बहन।



खरगोन-म.प्र. शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारी द्वारा शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं सर्वश्री आदित्य विद्या विहार स्कूल ग्रुप के डायरेक्टर अशोक दीक्षित, जिला शिक्षा अधिकारी के.के. डोंगरे, राजयोगिनी ब्र.कु. किरण दीदी एवं म.प्र. शिक्षक संघ के प्रदेश अध्यक्ष लच्छीराम इंगले।



सतना-कृष्णा नगर(म.प्र.) ब्रह्माकुमारी द्वारा समाजसेवा प्रभाग के अंतर्गत 'मानवता के संस्कार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में नवनिर्वाचित महापौर योगेश ताम्रकार को सम्मानित करते हुए प्रभाग की ज़ोनल कोऑर्डिनेटर छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन। इस मौके पर विंध्य चेम्बर ऑफ कॉमर्स उपाध्यक्ष दीपक अग्रवाल, विंध्य चेम्बर ऑफ कॉमर्स महामंत्री ऋषि अग्रवाल एवं व्यापारी वर्ग के सभी अध्यक्ष तथा समाजसेवियों सहित स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी दीदी, ब्र.कु. कल्पना बहन व अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



आनंद नगर-पूर्णा(महा.) ब्रह्माकुमारी द्वारा खाद्य दिवस पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में ब्र.कु. किशोर भाई, गन्हाणे भाई, दिगंबर भाई, जीबलकर भाई, मोरे भाई, राजू भाई एवं बहनों-माताओं के साथ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रणिता बहन। इस मौके पर सभी ने सामाजिक सेवा का संकल्प लिया।

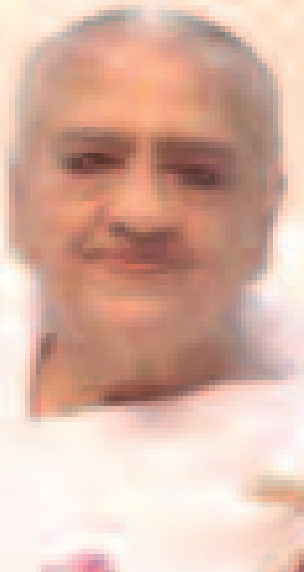


सुरत-कतारगाम(गुज.) स्वतंत्रता दिवस पर लक्ष्मीकांत गीता पाठशाला से ब्र.कु. भाई-बहनों द्वारा रैली निकाली गई जिसका मुख्य सेवाकेन्द्र पर ध्वजारोहण के साथ समापन हुआ।



वडगांव-महा. ब्रह्माकुमारी द्वारा स्माइल नशा मुक्ति केन्द्र के सभागार में आयोजित नशा मुक्ति कार्यक्रम में ब्र.कु. कल्पना बहन ने सभी को व्यसन के हानिकारक दुष्प्रभाव के बारे में विस्तार से बताते हुए राजयोग मेडिटेशन द्वारा व्यसनों पर जीत पाने और खुश रहने के टिप्स भी दिए। कार्यक्रम में अनेक गणमान्य अतिथियों सहित 200 से अधिक लोग उपस्थित रहे।

परमात्म ऊर्जा



आवाज से परे की स्थिति प्रिय लगती है या आवाज में रहने की स्थिति प्रिय लगती है? कौन-सी स्थिति ज्यादा प्रिय लगती है? क्या दोनों ही स्थिति इकट्ठी रह सकती हैं? इसका अनुभव है? यह अनुभव करते समय कौन-सा गुण प्रत्यक्ष रूप में दिखाई देता है? (न्यारा और प्यारा) यह अवस्था ऐसी है जैसे बीज में सारा वृक्ष समाया हुआ होता है, वैसे ही इस अव्यक्त स्थिति में जो भी संगमयुग के विशेष गुणों की महिमा करते हो वह सर्व विशेष गुण उस समय अनुभव में आते हैं। क्योंकि मास्टर बीजरूप भी हैं, नॉलेजफुल भी हैं। तो सिर्फ शान्ति नहीं लेकिन शान्ति के साथ-साथ ज्ञान, अतीन्द्रिय सुख, प्रेम, आनन्द, शक्ति आदि-आदि सर्व मुख्य गुणों का अनुभव होता है। न सिर्फ अपने को लेकिन अन्य आत्मायें भी ऐसी स्थिति में स्थित हुई आत्मा के चेहरे से इन सर्व गुणों का अनुभव करती हैं। जैसे साकार स्वरूप में क्या अनुभव किया? एक ही समय सर्व गुण अनुभव में आते हैं। क्योंकि एक गुण में सर्व गुण समाये हुए होते हैं। जैसे अज्ञानता में एक विकार के साथ सर्व विकारों का गहरा सम्बन्ध होता है, वैसे एक गुण के साथ मुख्य गुणों का भी गहरा सम्बन्ध है। अगर कोई कहे कि मेरी स्थिति ज्ञान-स्वरूप है, तो ज्ञान स्वरूप के साथ-साथ अन्य गुण भी उसमें समाये हुए जरूर हैं। जिसको एक शब्द में कौन-सी स्टेज कहेंगे? मास्टर सर्वशक्तिवान। ऐसी स्थिति में सर्व शक्तियों की धारणा होती है। तो ऐसी स्थिति बनाना- यह है समानता, सम्पूर्णता की स्थिति। ऐसी स्थिति में स्थित होकर सर्विस करती हो? सर्विस करने के समय जब स्टेज पर आती हो तो पहले इस स्टेज पर उपस्थित हो फिर स्थूल स्टेज पर आओ। इससे क्या अनुभव होगा? संगठन के बीच होते हुए भी अलौकिक आत्मायें दिखाई पड़ेंगी। अभी साधारण स्वरूप के साथ-साथ स्थिति भी

साधारण दिखाई पड़ती है। लेकिन साधारण रूप में होते असाधारण स्थिति व अलौकिक स्थिति होने से संगठन के बीच जैसे अल्लाह लोग दिखाई पड़ेंगे। शुरू-शुरू में भी ऐसी स्थिति का नशा रहता था ना! जैसे सितारों के संगठन में विशेष सितारे होते हैं, उनकी चमक, झलक दूर से ही न्यारी और प्यारी लगती है। तो आप सितारे भी साधारण आत्माओं के बीच में एक विशेष आत्माएं दिखाई दो। जब कोई असाधारण वस्तु सामने आ जाती है तो न चाहते हुए भी सभी का अटेन्शन उस वक्त खिंच जाता है। तो ऐसी स्थिति में स्थित हो स्टेज पर आओ जो लोगों की निगाह आप लोगों की तरफ स्वतः ही जाये। स्टेज सेक्रेटरी परिचय न दे लेकिन आपकी स्टेज स्वयं ही परिचय दे। क्या हीरा धूल में छिपा हुआ भी अपना परिचय खुद नहीं देता है? तो संगमयुग पर हीरे तुल्य जीवन अपना परिचय स्वयं ही दे सकता है। अभी तक की रिजल्ट क्या है? मालूम है? अभी किस तुल्य बने हो? भाषण आदि जो करते हो उसकी रिजल्ट क्या दिखाई देती है? वर्तमान समय में जो नम्बरवन प्रजा कहें वह भी कम निकलते हैं। साधारण प्रजा ज्यादा निकल रही है। अभी साधारण रूप में असाधारण स्थिति का अनुभव स्वयं भी करो और औरों को भी कराओ। बाह्यमुखता में आने के समय अन्तर्मुखता की स्थिति को भी साथ-साथ रखो- यह नहीं होता। या तो अन्तर्मुखी बनते हो या तो बाह्यमुखी बन जाते हो। लेकिन अन्तर्मुखी बनकर फिर बाह्यमुखी में आना - इस अभ्यास के लिए अपने ऊपर व्यक्तिगत अटेन्शन रखने की आवश्यकता है। बाह्यमुखी की आकर्षण अन्तर्मुखता की स्थिति से ज्यादा होती है। इसका कारण यह है कि सदैव अपने श्रेष्ठ स्वरूप व श्रेष्ठ नशे में स्थित नहीं रहते। इसलिए स्थिति पॉवरफुल नहीं होती है।

कथा सरिता



श्याम बहुत ही शैतान और गुस्सैल लड़का था। किसी से सीधे मुंह बात नहीं करता था। उसके पिता को अक्सर उसकी ऐसी शिकायत सुनने को मिलती रहती थी। वह सब से बुरा बर्ताव करता था और बात-बात पर गुस्सा भी करता।

डाल तो उसने एक ही झटके में तोड़ दिया लेकिन हरी डाल मुड़ गई लेकिन टूटी नहीं।

श्याम के पिता उससे बोले, देखो

लेकिन जो लोग नरम होते हैं और गुस्सा कम करते हैं उन लोगों में परेशानियों का

मिजाज कुछ ऐसा हो

दूसरों से लड़ाई और मार-पीट भी करता था।

इस तरह की शिकायतों से उसके पिता तंग आ चुके थे। एक दिन उन्होंने अपने लड़के को बुलाया और घर के आंगन में लगे नीम के पेड़ से उसे एक हरी और एक सुखी डाली तोड़ कर लाने को कहा, फिर दोनों डालियों को श्याम को दे दिया और बारी-बारी से तोड़ने को कहा। सुखी

बेटा, सुखी डाल कठोर थी और टूट गयी, लेकिन हरी डाल नरम थी और टूटी नहीं।

इसी प्रकार जो लोग कठोर और गुस्सैल होते हैं, जिन में नरमी और धीरज नहीं होता है, वे बहुत ही जल्दी टूट जाते हैं।

सामना करने की ताकत बहुत ही ज्यादा होती है। उस दिन के बाद श्याम सुधर गया और सब से मिलकर रहने लगा।



एक नगर में चार भाई रहते थे। उनकी एक छोटी-सी बहन गुड़िया थी। एक बार गुड़िया बाहर जा रही थी तो चारों भाइयों ने कहा, देखो गुड़िया अकेले बाहर मत जाओ। लेकिन गुड़िया बोली, अब मैं बड़ी हो गई हूँ, थोड़ी दूर तो जा ही सकती हूँ। गुड़िया थोड़ी दूर बाहर गई।

महात्मा से पूछा, हे महात्मा! आपने हमारी बहन गुड़िया को देखा है? उस महात्मा ने कहा, हाँ, उसे राक्षस इस रास्ते में अपनी गुफा में ले गया है। उस रास्ते पर जाओ मगर किसी कीमत पर पीछे मुड़कर मत देखना नहीं तो पत्थर बन जाओगे।

और तीनों भाइयों की तलाश में घर से बाहर निकला। उसे भी वही साधु बाबा मिले। साधु बाबा से पूछने पर उन्होंने बताया तुम्हारे भाई व बहन इधर उस रास्ते पर गए हैं, लेकिन पीछे मुड़कर मत देखना नहीं तो तुम पत्थर बन जाओगे। महात्मा ने कहा, जब वहाँ पहुँच जाओ,

गुफा के अंदर जाने पर तुमको एक पिंजड़े में एक तोता मिलेगा। उसे मार देना और मारने के बाद जो लोग पत्थर बने होंगे वह लोग सही हो जाएंगे। चौथा भाई रास्ते पर जाने लगा। राक्षस ने उसे भी पीछे दिखाने की लिए बहुत लालच दिया लेकिन उसने पीछे मुड़कर नहीं देखा और राक्षस की गुफा में जहाँ पर उसकी बहन को रखा था वहाँ पर गया और अपनी बहन को छुड़ाने के बाद पिंजरे में रखे तोते

का सिर तोड़ दिया। जिससे राक्षस की जान चली गई और जितने लोग पत्थर बने थे सभी लोग सही हो गए।

सीख : इसलिए कहा गया है कि अपने लक्ष्य पर ध्यान केंद्रित हो तो आस-पास की घटनाएँ उसे प्रभावित नहीं कर सकती हैं।

लक्ष्य से न भटकें



अचानक रास्ते में उसे एक राक्षस ने पकड़ लिया और अपनी गुफा में ले जाकर कैद कर दिया।

शाम तक जब गुड़िया घर पर वापस नहीं आई तो चारों भाइयों को चिंता होने लगी और उनमें से तीन भाई गुड़िया को खोजने निकले। रास्ते में उन्हें एक महात्मा मिले। तीनों भाइयों ने उस

जब उस रास्ते पर तीनों भाई जाने लगे तो अचानक पीछे से जोर से आवाज आई रुक जाओ! रुक जाओ! और जैसे ही उन्होंने रुक कर पीछे देखा तो तीनों तुरंत पत्थर बन गए।

घर पर रुके एक भाई ने बहुत समय तक इंतजार किया। जब तीनों भाई वापस नहीं आए तब वह खुद गुड़िया



रायपुर-छ.ग। ब्रह्माकुमारीज के शान्ति सरोवर रिट्रीट सेंटर में स्वतंत्रता दिवस पर आयोजित भव्य समारोह में छ.ग. उच्च न्यायालय के सेवानिवृत्त न्यायाधीश न्यायमूर्ति गौतम चौरडिया, समाजसेवी अरुण अग्रवाल, ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. कमला दीदी, राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. अदिति बहन सहित बड़ी संख्या में भाई-बहनें उपस्थित रहे। इस मौके पर राष्ट्रीय ध्वजारोहण के साथ ही भारत माता की झाँकी से संलग्न तिरंगा यात्रा भी निकाली गई।

शिखर सम्मेलन • ब्रह्माकुमारीज में चार दिवसीय आयोजन में सार्वभौमिक शांति के लिए विज्ञान और अध्यात्म विषय पर चर्चा

संयुक्त प्रयासों से जल्द ही विश्व गुरु होगा भारत : केन्द्रीय राज्यमंत्री



शांतिवन-आबू रोड। चार दिवसीय वैश्विक शिखर सम्मेलन के चौथे सत्र में 'विज्ञान और अध्यात्म' विषय पर सम्बोधित करते हुए ओडिशा से आए भाजपा के राष्ट्रीय सचिव और केन्द्रीय राज्यमंत्री बिश्वेश्वर टुडू ने कहा कि आज समाज में मूल्यों की कमी नजर आ रही है। यदि बच्चों में मूल्यों की कमी होगी तो इसका प्रभाव समाज और देश पर पड़ेगा। ब्रह्माकुमारीज ऐसे कार्यक्रमों के माध्यम से समाज को एक संदेश दे रही है कि मानव कैसे एक अनुशासित जिंदगी जिए। यदि जीवन में अनुशासन होगा तो समाज में भी अनुशासन होगा। माननीय मंत्री ने कहा कि जब तक लोगों का आपस में प्यार-स्नेह नहीं होगा, देशभक्ति की भावना नहीं होगी, जीवन में आध्यात्मिकता नहीं होगी तब तक हमें सफलता नहीं मिलेगी। आज हम सभी ये संकल्प लें कि यहां से संदेश लेकर हम अपने समाज में फैलाएंगे। हम सभी मिलकर प्रयास करेंगे तो जल्दी ही हमारा भारत विश्वगुरु होगा।

भारत में माल्टा के उच्चायुक्त रुबिन गैची ने कहा कि दादी जानकी 104 साल की उम्र में भी इतने बड़े संगठन को संभाल

हुआ। मध्य प्रदेश के बैतुल से आए सांसद दुर्गादास उइके ने कहा कि आत्मा-परमात्मा को जाने बिना आध्यात्मिक शक्तियों का

केन्द्रीय मंत्री बोले

जीवन में अनुशासन होगा तो समाज में भी दिखेगा, इसलिए बच्चों को मूल्यों की शिक्षा ज़रूरी

देश-विदेश से आई अन्य शक्तियों ने भी सार्वभौमिक शांति के लिए अपने अमूल्य विचार साझा किए

पौधारोपण पर किया गया सम्मानित

ब्रह्माकुमारीज द्वारा चलाए गए 75 दिवसीय 'कल्प तरु' अभियान में रिकॉर्ड पौधारोपण करने पर ब्रह्माकुमारी बहनों का सम्मान किया गया। अभियान के तहत भोपाल ज़ोन की रीवा सेवाकेंद्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी 4.5 लाख पौधे के साथ पूरे देश में प्रथम स्थान पर रहीं। छतरपुर सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन तीन लाख पौधे के साथ द्वितीय और बैतूल सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. मंजू बहन एक लाख पौधे के साथ तृतीय स्थान पर रहीं। उत्तराखण्ड के चमोली सेवाकेंद्र के ब्र.कु. मेहरचंद द्वारा ढाई लाख पौधे लगाए गए। संचालन दिल्ली की ब्र.कु. सपना बहन ने किया। शिक्षा प्रभाग के दूरस्थ शिक्षा के निदेशक ब्र.कु. पाण्ड्यामणि ने आभार माना।

ब्रह्माकुमारीज की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी व महासचिव राजयोगी ब्र.कु. डॉ. निर्वैर मानद डॉक्टर की उपाधि से सम्मानित

ब्रह्माकुमारीज संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी तथा संस्थान के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर को मानवीय सेवा तथा समाज में उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए मणिपुर नेशनल यूनिवर्सिटी ने डॉक्टर की मानद उपाधि से सम्मानित किया। यह डिग्री मणिपुर इंटरनेशनल यूनिवर्सिटी



के कुलपति डॉ. हरिकुमार ने ब्रह्माकुमारीज संस्थान के विशाल डायमण्ड हॉल में आयोजित कार्यक्रम के बीच प्रदान किये। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि यह हमारे लिए गौरव की बात है कि यह डॉक्टर की उपाधि ऐसे व्यक्तित्व को प्रदान कर रहे हैं जो वाकई में इसके हकदार हैं।

रही थीं। ये आध्यात्मिक शक्ति से ही संभव संयोजन करना मुमकिन नहीं है। बूंदी राज परिवार के यशवर्धन सिंह बहादुर ने कहा



शांतिवन-आबू रोड। संस्थान के मनमोहिनीवन परिसर में प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित सम्मेलन में राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, चेयर पर्सन, प्रशासक सेवा प्रभाग, दिल्ली एनसीआर, राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई, संस्थान के अति. महासचिव, राजयोगिनी ब्र.कु. अवधेश दीदी, नेशनल कोऑर्डिनेटर प्रभाग भोपाल, राजयोगी ब्र.कु. हरीश भाई, मुख्यालय संयोजक, प्रभाग, सीताराम मीणा, रिटा. आईएएस मोदीनगर उ.प्र., दिनेश कुमार थापलिया, चीफ इलेक्शन कमिशनर नेपाल, रंजन कुमार दास, आईएएस, डायरेक्टर कल्चर डिपार्टमेंट गवर्नमेंट ऑफ ओडिशा भुवनेश्वर, राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. रीना बहन, जोनल कोऑर्डिनेटर प्रभाग भोपाल, कुंजी लाल मीणा, आईएएस, प्रिंसिपल सेक्रेटरी, अर्बन डेवलपमेंट एंड हाउसिंग डिपार्टमेंट जयपुर राजस्थान, धनंजय हेंब्रम, आईएएस सेक्रेटरी आरडीसी सेंट्रल डिविजन कटक ओडिशा, रानू मुखर्जी, कमिशनर इनकम टैक्स नई दिल्ली सहित भारत एवं नेपाल से लगभग 550 प्रशासकों एवं प्रबंधकों ने शामिल होकर कार्यक्रम का लाभ लिया।



रीवा-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी, जेल अधीक्षक मंडला डी.के. सारस व उनका परिवार, एडवोकेट राजेश तिवारी, जितेंद्र गुप्ता, रोहित सोनी, डॉ. सरोज सोनी, राजयोगी ब्र.कु. प्रकाश भाई तथा अन्य गणमान्य अतिथि सहित ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



रामपुरा-नीमच(म.प्र.)। 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के अंतर्गत पौधारोपण करते हुए नगर परिषद रामपुरा की अध्यक्ष श्रीमति सीमा जागीरदार तथा अन्य पार्षदगणों के साथ ब्र.कु. सविता दीदी व ब्र.कु. सुरेन्द्र भाई।



इंदौर-सुदामा नगर से.डी(म.प्र.)। 71 न. मूक बधिर स्कूल में 'चरित्र निर्माण से स्वर्णिम विश्व निर्माण' के अंतर्गत बच्चों के लिए आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. दामिनी दीदी, ब्र.कु. शैल दीदी, ब्र.कु. प्रकाश भाई, शिक्षकगण व बच्चे उपस्थित रहे।



साईखेड़ा-नरसिंहपुर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा शिक्षक दिवस पर शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में नगर परिषद अध्यक्ष श्रीमति स्वाति अग्रवाल, शिक्षक बेनी प्रसाद पांडे, रामस्वरूप बसेडिया, राजेन्द्र दुबे, भानू राजपूत, हल्केवीर पटेल, अजय तिवारी, देवेन्द्र बसेडिया व अन्य शिक्षकों सहित गाडवारा क्षेत्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला दीदी, ब्र.कु. वंदना बहन व अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



महेंद्रगढ़-छ.ग.। शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में विकास खंड शिक्षा अधिकारी गिरीश कुमार कुरचानियां, शासकीय विवेकानंद महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. सरोज बाला श्याम विनोई, केन्द्रीय विद्यालय झगड़ाखंड के प्राचार्य वाई.के. सोलंकी, शासकीय बालक उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के प्राचार्य संजीव सिंह, हाईयर सेकेंडरी स्कूल लालपुर की प्राचार्य सुदीपा शर्मा, विजय एजुकेशन सोसाइटी सचिव संजय सेंगर, वरिष्ठ राजयोगी प्रशिक्षिका ब्र.कु. माधुरी बहन, ब्र.कु. चितरेखा बहन, ब्र.कु. अनिता बहन सहित 80 शिक्षाविद।

ਰੂਹਾਨੀ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ



समाज को आकार देने के लिए सरकार बनाई जाती है, और सरकार स्थूल रूप से अलग-अलग माध्यमों से हर एक चीज को आकार देती है। जिसमें अलग-अलग तरह के समाज के जो पहलू हैं वो एक तरह से आप कह सकते हैं कि उनको बल मिलता है। सारे पहलुओं को एक साथ पिरोने के लिए इतने सारे संस्थायें एक साथ जुड़कर काम करती है। जिससे उन पहलुओं को चार चांद लगाया जाता है। उन पहलुओं पर काम किया जाता है, लेकिन जब व्यक्ति को रोटी भी चाहिए, कपड़ा भी चाहिए, मकान भी चाहिए, दुकान भी चाहिए। बहुत सारी ऐसी चीजों की जब जरूरतें पड़ती हैं तो उसकी खानापूर्ति के लिए वो काम करता है। मतलब

जो कार्य निःस्वार्थ भाव से समाज के हित के लिए होगा उसके अन्दर कमाने का भाव पैदा होता है वैसे ही उसके अन्दर विकृति पैदा होनी शुरू हो जाती है।

समाज में उन्नति के लिए सब लोग कहते हैं कि अगर, छोड़ा घास से दोस्ती कर लेगा तो खायेगा क्या ! लेकिन इतना उल्टा ब्यान है इस ब्यान को थोड़ा सीधा देखो कि घोड़े की घास से दोस्ती है तो अच्छे से खायेगा ना ! बल्कि वो उस बात का वायब्रेशन कितना सुन्दर होगा। लेकिन अगर उसे पता चल जाये कि ये व्यक्ति मेरे पास सिर्फ और सिर्फ लोभवश, मोह वश जुड़ा हुआ है। लोभ वश खासकर जुड़ा हुआ है तो उस व्यक्ति के वो व्यक्ति कितने दिन तक साथ

में रह पायेगा ! तो सारे स्लोगन लोगों ने अलग-अलग तरीके से यूज किये हैं। मतलब उसमें भी स्वार्थ छिपा हुआ है। काम के पीछे भी और काम न करने के पीछे भी। इसका जो सबसे प्रबल कारण है वो ये कि शायद आज मनुष्य इस अंधी दौड़ में उन पहलुओं को दरकिनार कर बैठा है जो हमारे लिए जरूरी है। आपको पता हो कि जो पहलू सबसे ज्यादा मायने रखता है हमारे लिए वो है आध्यात्मिक पहलू। जिसमें व्यक्ति शारीरिक रूप से कार्य तो कर रहा है, लेकिन जो मानसिक रूप से विकसित न हो, मानसिक रूप से स्वस्थ न हो तो उसके लिए आध्यात्मिकता बहुत जरूरी है। तो कहा जाता है कि समाज में जो सामाजिक

कार्यकर्ता हैं, जो समाज को कुछ देने के लिए अपना कार्य कर रहे हैं उन लोगों के अन्दर किसी भी तरह का भेदभाव, किसी भी तरह का तनाव नहीं हो सकता। अगर तनाव है, भेदभाव है तो जिस कार्य के वो निमित्त हैं उसके अन्दर भी तरंगों का प्रभाव होता है, वायब्रेशन सही नहीं होते। सबकुछ वैसे काम नहीं करेगा जैसे वो करना चाहता है। तो अगर कोई ट्रस्टी है, अगर कोई समाज को कुछ देना चाहता है, समाज के साथ कार्य करना चाहता है, समाज के साथ जुड़ना चाहता है तो उसको किसी भी तरह का तनाव नहीं हो सकता। अगर तनाव है तो जरूर नाम-मान-शान और सम्मान का भाव है। तो जब हम शांत मन से, सुखी मन से, पवित्रता के भाव से, भाव शब्द को आपको यहाँ पकड़ना है। इस भाव से जब हम कार्य करते हैं तो उसमें रूहनियत भर जाती है। और उस रूहनियत की खुशबू से हरेक आत्मा बड़ी तृप्त होती है। जैसे आपने मार्केट में कोई प्रोडक्ट बनाया लेकिन बड़े ही शांत भाव से बनाया कि ये जहाँ भी जायेगा तो इसे लोग बड़ी शांति से यूज करेंगे। इससे सुख लेंगे मतलब मैं सुखदाई भाव से कोई चीज बना रहा हूँ तो उसमें सुख, शांति, प्रेम, पवित्रता भी जा रहा है। और जहाँ-जहाँ उस प्रोडक्ट को लोग यूज करेंगे जिस कार्य के आप निमित्त होंगे, अगर कोई मकान बना रहा है कुछ भी ऐसा काम कर रहे हैं तो उसमें भी वो वाले वायब्रेशन पड़ जायेंगे। और उसमें जो रहेगा उसमें वो रूहनियत फील करेगा। इसलिए हम सभी रूहानी सोशल वर्कर क्यों न बनें। सोशल वर्क भी हो जायेगा, रूहनियत भी उसमें शामिल हो जायेगी। दोनों के सम्मेलन से समाज कितना

स्वस्थ और
सुन्दर होगा।
इस स्वस्थ
और सुन्दर
समाज की
परिकल्पना
पर मात्मा
हमसे कर
रहे हैं और
कह रहे हैं कि



» ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

आप ही इसको साकार कर सकते हो। तो साकार करने के लिए चाहे वो दुनिया की सामाजिक संस्थाएँ हों या फिर कोई भी ऐसी गवर्नमेंट की संस्था हो। सभी ऐसी संस्थाओं को इसके साथ कार्य करने से हमको जल्दी सफलता मिलेगी और हम जो चाहते हैं वो कर भी लेंगे। समय की मांग है कि हम सभी, सभी को शक्ति दें, प्रेम दें, स्नेह दें, निःस्वार्थ भाव से सेवा करें ये है शांति और सुखमय संसार बनाने का आधार। और यही सच्चाई से एक सोशल वर्क कहा जायेगा जिसमें हम सभी को वो दें जो उनको कभी नहीं मिलता। जैसे कहीं कोई कार्य करने जाता है किसी ऑफिस में जाता है तो वहाँ भी उसको झिड़क मिल रही है, डांट मिल रही है। प्यार नहीं मिल रहा है। एक तरह से व्यक्ति मशीन की तरह काम कर रहा है। घर आता है फिर जाता है। उसको लगता है कि शायद यही जीवन है, लेकिन अगर उसमें शांति, सुख और प्रेम नहीं है तो पैसा और रूतबा किस काम का। इसीलिए हम सबको रूहानी सोशल वर्कर बनने की जरूरत है। जहाँ हर चीज एक साथ एक दुकान पर मिल जाती है। तो आओ चलें इस दौड़ में हम शामिल हो जायें!

उपलब्ध पुस्तकें
जो आपके जीवन को
बदल दें



प्रश्न : मेरा नाम चिन्मयी है। मैं 38 वर्ष की हूँ। मेरी कोई संतान नहीं है। मेरे पास एक बाल गोपाल है मतलब कृष्ण की मूर्ति है। मैं उसे अपना बच्चा मानती हूँ। कुछ बोलते हैं कि बाल गोपाल होने की वजह से मेरा कोई बच्चा नहीं हो रहा है। क्या ये सच है? डॉक्टर को भी दिखाया तो वो भी कुछ कहते नहीं हैं। एक महीने से मैं रोज़ राजयोग का अभ्यास कर रही हूँ। मुझे इस स्थिति को थोड़ा-सा स्पष्ट करके बतायें।

उत्तर : बाल गोपाल घर पर रखने से, उसे अपना बच्चा मानने से बच्चा नहीं हो रहा है ऐसा कोई सिद्धांत नहीं है। बच्चा नहीं हो रहा है ये कोई शारीरिक कारण भी हो सकता है। आजकल मेडिकल बहुत आगे जा चुकी है। असम्भव को सम्भव कर देती है। जो करना उचित हो वो तो आपको करना ही चाहिए, लेकिन आप बाल गोपाल को अपना बच्चा मानती हैं ये भी सुन्दर बात है। अभी आप एक मास से राजयोग का अभ्यास कर रही हैं तो आप अच्छे से समझ ही गयी होंगी कि हमें भगवान से ही सारे सम्बन्ध जोड़ने हैं। वो हमारा सखा भी है, प्रियतम भी है, परमपिता भी है, परमशिक्षक, परमसद्गुरु भी है, वो सच्चा मित्र भी है, खुदा दोस्त भी है। जो भी नाता हम उससे जोड़ना चाहें वो नाता हम जोड़ सकते हैं। इसलिए अपने परमपिता को जो निराकार सत्ता है राजयोग में सिखाया जाता है उसको ही अपना बच्चा बना लें। और भगवान जिसका बच्चा बन जाये तो उसका जीवन तो आनंद से भर जायेगा। और वो ऐसा बच्चा है जो सदा साथ देगा। ऐसे बहुतेरों के अनुभव हो चुके हैं। वो मुक्तिधाम में भी ले जायेगा और जीवनमुक्तिधाम में भी। हम मानते हैं कि एक माँ के लिए उसका बच्चा होने की खुशी क्या होती है। उसके लिए वो ही सबकुछ होता है। अगर वो भी हो तो बहुत अच्छा और न हो तो भगवान को ही अपना बच्चा बना लें तो वो ही सब सुख प्रदान करने लगता है।

प्रश्न : मैं एक कुमार हूँ और मन खाली-सा रहता है। इस कारण से उमंग-उत्साह कम रहता है। मन बाबा के सिवाए कहीं ओर न लगे हमेशा उन्हीं के साथ रहूँ, हमेशा कम्बाई रहूँ इसके लिए मैं क्या पुरुषार्थ करूँ?

उत्तर : ये कुमार और कुमारियों को ये खालीपन और अकेलापन भासता अवश्य है और इसका बिल्कुल सूक्ष्म कारण जाना जाये तो ये होती है अन्दर की सूक्ष्म इम्युरिटी (अपवित्रता)। ये जो एज होती है मनुष्य के युवाकाल की, इसमें वासनायें भी फुल फोर्स से काम करती हैं। और जब वो तृप्त नहीं होती तो मनुष्य को खालीपन लगता है। किसी को डिप्रेशन में ले जाती है, किसी को अकेलेपन की फीलिंग होती है। किसी

को खुशी नहीं होती। सबकुछ तो अच्छा है, कोई कारण ही नहीं है पर मन प्रसन्न नहीं है ऐसी फीलिंग युवाकाल में हार्मोनल चेंजेस होने के कारण कुछ लोगों को होती है। ऐसे में आप ईश्वरीय महावाक्यों का अध्ययन करके चिंतन कर लिखना प्रारम्भ करें। जैसे खुश रहने के बीस प्वाइंट्स। शक्तिशाली बनने की दस प्वाइंट्स, अपने जीवन को स्पिरिचुअलिटी से भरने के लिए दस सिद्धांत। तो आपको बहुत जरूरत है ज्ञान चिंतन की। ईश्वरीय ज्ञान में मुझे क्या-क्या मिला। इस संगमथ्य पर मैंने क्या-क्या देखा तो इससे

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य



मन आनंदित रहेगा। ज़रूरत इस चीज़ की होती है युवकों को कि वो ज्ञान का चिंतन करें इससे मन आनंदित रहेगा। आनंद खुशी से भी बहुत बड़ी चीज़ है और ये ख़ालीपन आपका सदा के लिए समाप्त हो जायेगा। अगर आध्यात्मिक मार्ग में न हो तो ये मार्ग कहीं न कहीं कठिन प्रतीत होता है।

प्रश्न : मैं 28 साल का एक कुमार हूँ। हम दो भाई मिलकर तीव्र पुरुषार्थ का ज्वन तो बहुत बनाते हैं लेकिन प्रैक्टिकल में ला नहीं पाते। अमृतवेला हमारा रोज़ मिस होता है। मुटली मैं रोज़ सुनता हूँ लेकिन मैं उसका रस नहीं ले पाता हूँ। कृपया कुछ समाधान बतायें।

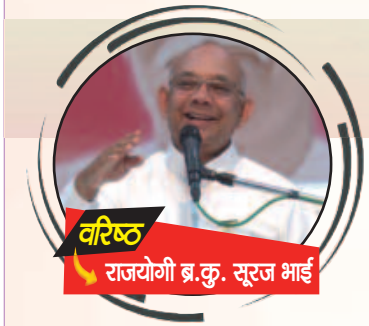
उत्तर: हमारे जो पुरुषार्थ के प्लान हैं उसके लिए एक शब्द याद रखेंगे सिम्पल एंड प्रैक्टिकल। हम ऐसा प्लान न बनायें जो दो ही दिन किया जाये। हम ऐसा सिम्पल और छोटा-सा प्लान बनायें जो लम्बे काल तक चले। मुरली सुनने के कई अच्छे तरीके हैं। मुरली को एंजॉय करने का एक तो पहला तरीका ये अपना लें कि स्वयं भगवान मुझ आत्मा से बातें कर रहा है। मुझे कुछ स्मृतियां दिला रहा है। मुझे कुछ कह रहा है। मेरी सोई शक्तियों को जगा रहा है। मेरी सोई हुई चेतना को जागृत कर रहा है। ये साथ-साथ फील करें और अपने को उस जागृति में लाते रहें। इससे सवेरे का महावाक्य सुनने का जो समय है ये सचमुच हमारे लिए एक वरदान बन जायेगा। और जो एनर्जी आपको इससे मिलेगी वो सारा दिन चलेगी। दूसरी बात आपको

मुरली के अच्छे-अच्छे प्वाइंट्स लिख लेने चाहिए। चाहे आप ऐसा करें कि मुरली ध्यान ये सुनें और मुरली के बाद 15 मिनट निकालकर आप उसका सार लिखें कि आज मुरली में शिव बाबा ने क्या कहा? तो इस अटेंशन से जब आप मुरली सुनेंगे तो मुरली आपके लिए एक बहुत सुन्दर रस बन जायेगी। ज्ञान का चिंतन आपको शक्ति प्रदान करने लग जायेगा। इससे आपकी मेमोरी पॉवर भी अच्छी बढ़ेगी। और आप सारा दिन उमंग-उत्साह में रहेंगे। हम तीव्र पुरुषार्थ के प्लान बनाने की बात कर रहे थे तो जैसा हम सप्ताह का पुरुषार्थ सबको भेजते हैं तो ऐसा एक श्री प्लान आप लोगों को सप्ताह के लिए या पंद्रह दिन के लिए बना लेना चाहिए। ये नहीं कि मैं अभी आठ घंटे योग कर लूंगा। ऐसा नहीं मुझे अपने योग का चार्ट सारे दिन में दो घंटे करना है। मुझे आज पांच बार सभी को आत्मिक दृष्टि से देखना है। आज मुझे स्वमान का ये अभ्यास दस बार करना है। और रात को अपने को मार्क्स दे दिया जाये कि 100 में से मैं अपने को इतने मार्क्स देता हूँ। पंद्रह दिन के बाद फिर चेंज कर दें। नई-नई प्वाइंट्स मिलती रहेंगी। तो एक सिम्पल और प्रैक्टिकल प्लान बनायें। ये भी न सोचें कि मुझे 2 बजे उठना है बाबा ने कहा है कि जो महायोगी हैं वो तो 2 बजे उठते हैं। आप चार बजे ही उठें। क्योंकि युवकों को अच्छी नींद की भी जरूरत होती है।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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





संकल्पों को बनायें पावरफुल

का कोई इरादा नहीं, लेकिन मनुष्य जो सेंसिटिव है वो ज़्यादा सोचता है। ये बार-बार मुझे बोलते हैं, ये बार-बार मेरा अपमान करते हैं। ये शायद मुझे खुश नहीं देखना चाहते। इससे कैसे छुटकारा पाऊं। इससे तो अच्छा मर जाऊं। क्या-क्या सोचने लगता है मनुष्य! और एक संकल्प उठते ही उसके साथ दूसरा, तीसरा, फिर चौथा... और हजारों संकल्प चल जाते हैं। चारों ओर का वातावरण कमजोर हो जाता है और जो लोग सेंसिटिव हैं उन्हें जानना चाहिए इससे उनकी सेंसिटिविटी और बढ़ती जायेगी। मन और निर्बल होता जायेगा, उनका मन और कमजोर होता जायेगा। इसलिए ये बात बहुत पक्की कर दें कि मन की शक्ति सबसे बड़ी शक्ति है।

फीलिंग आना तो जैसे आधी मृत्यु है। ज़्यादा सोचने की आदत को लगाम लगायें। हमें जब चाहे कोई परेशान कर दे हम ऐसे कमजोर क्यों बनें!

आज मनुष्यों के जीवन में संबंधों में टकराव के कारण बहुत व्यर्थ बढ़ गया है। हमें चिंतन करना है कि हमारे संबंध बड़े महत्वपूर्ण चीज है। टकराव, इससे हम इन संबंधों के रस को, संबंधों के सुखों को नष्ट न होने दें। सब जानते हैं, सबको कहीं न कहीं अनुभव है अगर संबंधों में टकराव है, पति-पत्नी के बीच में टकराव है, बाप-बेटे के बीच में टकराव है या बहनों-बहनों के बीच में टकराव है, सास-बहू के बीच में, ननंद-भाभी के बीच में सभी इन चीजों को जानते हैं। यदि टकराव है तो जीवन का सुख समाप्त हो जाता है। बुद्ध भी मलीन होने लगती है, भारी होने लगती है। उसपर एक दबाव बना रहता है। कई तो कहते हैं कि इच्छा होती है कि भाग जायें यहाँ से कहीं। सुख नहीं मिल रहा है। रात-दिन आपको कोई कुछ बोल रहा है, पीछे ही पड़ा है। उन्होंने कसम खा ली है कि आपको सुख-चैन से सोने ही नहीं देंगे। उसके बोल व्यर्थ संकल्पों को बहुत बढ़ावा देते हैं। मनुष्य सोचता ही रहता है, सोचता ही रहता है। उसके बोल ज़्यादा याद रहते हैं भगवान के बोल भूल जाते हैं। तब मनुष्य सोचता है कि मैंने इसका क्या बिगाड़ा है। कई केस तो ऐसे होते हैं कि ये व्यक्ति उस व्यक्ति को जो बहुत बोल रहा है उसको सहयोग देता है, सम्मान करता है। प्यार भी देने की कोशिश करता है, लेकिन मौका मिलते ही वो व्यक्ति आलोचना करने में, बुरा बोलने में, अपमान करने में चूकता नहीं है। ऐसे में क्या करें? व्यर्थ संकल्प बहुत चल जाते हैं। और मनुष्य उनको कंट्रोल नहीं कर पाता। हम अपने को सरलचित्त बनायेंगे।

अब व्यर्थ तो बहुत चलता है। मनुष्य न जाने क्या-क्या सोचता है, लेकिन हमें तो उसका समाधान भी करना है न! संबंधों को मधुर बनाना है और अपने मन को भी शांत करना है। तो हमें एक तो दूसरों की बातों को हल्के में लेना चाहिए। कई इतने सेंसिटिव होते हैं कि ज़रा-सा कोई कुछ कह देता है तो उन्हें अपमान फील होता है। तो ज़्यादा सोचने लगते हैं। दूसरे का अपमान करने

बाइबिल में तो ये लिख दिया कि तुम्हारे सामने अगर एक पहाड़ है और तुम दृढ़ संकल्प कर दो पक्के, सच्चे मन से कि ये चार फुट पीछे खिसक जाये बशर्ते तुम्हारे मन में ज़रा भी संशय न हो। सोचने से पहले ही संशय हो जाता है कि तुम क्या सोच रहे हो भला पहाड़ भी खिसका करता है! मन की शक्ति जबरदस्त है। अगर अपने में और अपने संकल्पों में पूर्ण विश्वास हो तो हम बहुत कुछ बदल सकते हैं। तो हमें इतना सेंसिटिव नहीं होना है कि दूसरा ज़रा-सा कुछ कहे और हम परेशान हो जायें। हमें बहुत पावरफुल बनना है। याद रखें जिन्हें स्वयं भगवान मिल गया हो, जिन्हें स्वयं भगवान सम्मान दे रहा हो मनुष्यों का सम्मान लेकर क्या करेंगे! और ये अपमान की फीलिंग वास्तव में देह अभिमान का प्रत्यक्ष प्रैक्टिकल, बाह्य स्वरूप है। मान लीजिए आप किसी के पास गये उसने ये कहने में कि भाई जी

बैठ जाओ एक मिनट लगा दिया। आपको अपमान फील होगा कि देखा हम तो इतनी दूर से आये बैठने को भी नहीं कह रहे हैं। मान लो वो किसी काम में बिजी हैं, या ख्याल से उतर गया अपमान की फीलिंग आ जायेगी। बाहर निकल जायें इससे। शिवबाबा ने हमें बहुत सारे स्वमान दिए हैं और ये याद रखना कि जो स्वमान में बहुत अच्छी तरह स्थित हो जाते हैं उन्हें न तो अपमान की फीलिंग होती और सम्मान परछाई की तरह उनके पीछे आता है। और तीसरी बात उनका सूक्ष्म अभिमान भी धीरे-धीरे समाप्त होने लगता है। हम अपने स्वमान को बढ़ाएं। भगवान ने हमें टाइटल दिया है कि तुम मास्टर सर्वशक्तिवान हो इसका अर्थ है मैंने तुम्हें अपनी सारी शक्तियां दे दी हैं। तुम भी बहुत शक्तिशाली हो। स्वीकार कर लें। अभ्यास करने से सेंसिटिविटी समाप्त होती जायेगी।

जिन लोगों के पास फीलिंग बहुत होती है वो कभी न तो खुश रह सकते और न ही जीवन में बड़ा काम कर सकते। न वो संगठन में रह सकते, न वो सफलता की ओर आगे बढ़ सकते। फीलिंग तो भगवान ने कहा कि ये तो जैसे आधी मृत्यु है। ज़्यादा सोचने की आदत को लगाम लगायें। हमें जब चाहे कोई परेशान कर दे हम ऐसे कमजोर क्यों बनें! हम ऐसे पावरफुल बनें जो संसार हमें परेशान करे लेकिन हम परेशान होंगे ही नहीं।

एक ही ये पावरफुल संकल्प अनेक व्यर्थ संकल्पों को समाप्त कर देगा। फीलिंग की जो बीमारी है इससे बाहर निकलने का पावरफुल संकल्प करें कि भगवान मुझे मिल गया, उसका सत्य ज्ञान मुझे मिल गया। उससे मेरा नाता जुड़ गया। वो मेरा साथी बन गया। मुझे भी उस जैसा पावरफुल बनना है। अगर मैं इतनी कमजोर रही तो वो मुझे देखकर क्या कहेगा! क्या सोचगा कि ये मेरे बच्चे हैं! फिर ये क्या करेंगे संसार में जिन्हें इतनी फीलिंग्स है। तो आओ हम सभी इस तरह के व्यर्थ संकल्पों को आज विदाई दे दें। अपने श्रेष्ठ स्वमान में स्थित हो जायें। स्वमान से पावरफुल संकल्प मन में आते रहेंगे। इन संकल्पों से फैलने वाले वायब्रेशन से चारों ओर के वातावरण को भी चार्ज करेंगे, हमारे ब्रेन को भी पावरफुल बनायेंगे, और अपने कार्यों को भी सफल करेंगे।



मुम्बई-बोरीवली ईस्ट। ब्रह्माकुमारीज के प्रभु उपवन सेवाकेन्द्र में युवाओं के लिए आयोजित 'मूड मैप्स : वेयर आई एम गोइंग?' विषयक कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. दिव्यप्रभा दीदी, ऑथर एंड मोटिवेशनल स्पीकर डॉ. अनु मेहता, डीप थिंकर एंड आरडेंट लर्नर गिरजा गोपीनाथ, भाजपा यूथ विंग मुम्बई के प्रेजिडेंट तजिंद्र सिंह तेहवाना, ब्र.कु. रितु बहन, ब्र.कु. कविता बहन, ब्र.कु. संध्या बहन सहित 350 युवाओं ने भाग लिया।



छतरपुर-किशोर सागर (म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा शिक्षक दिवस पर शिक्षाविदों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन, जिला परियोजना समन्वयक आर.पी. लखेर, प्रभारी प्राचार्य शासकीय शिक्षा महाविद्यालय छतरपुर डॉ. रेखा शर्मा, प्राचार्य शासकीय उत्कृष्ट विद्यालय क्रमांक 1 एस.के. उपाध्याय, प्राचार्य शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय क्रमांक 2 डॉ. पुष्पा शशि सिंह, एमएलबी प्राचार्य सविता अग्रवाल, उप प्राचार्य सीएम राइज स्कूल राजकुमार शर्मा, ब्र.कु. रमा बहन, ब्र.कु. रीना बहन तथा अन्य भाई-बहनों सहित 300 शिक्षकगण उपस्थित रहे।



धमतरी-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा इंजीनियर दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित त्रिदिवसीय 'सेल्फ इंजीनियरिंग' कार्यक्रम में इंजीनियर एस.सी. राजहंस, अध्यक्ष, छत्तीसगढ़ डिप्लोमा अभियंता संघ, इंजी. वी.के. शर्मा, कार्यपालन अभियंता, छ.ग. राज्य विद्युत वितरण क., इंजी. अशोक कुमार गुप्ता, कार्यपालन अभियंता, मंडी बोर्ड बिलासपुर, राजयोगिनी ब्र.कु. सरिता दीदी, ब्र.कु. प्राजक्ता बहन, कामिनी कौशिक सहित 60 इंजीनियर्स उपस्थित रहे।



बेंगलुरु-कुमारा पार्क (कर्नाटक)। श्री बेंगलूर वैष्णव समाज गांधीनगर बेंगलूर में श्री बेंगलूर वैष्णव समाज महिला मंडल के लिए आयोजित 'हाऊ टू डेवलप सेल्फ कॉन्फिडेंस' कार्यक्रम में वक्ता राजयोगिनी ब्र.कु. पवित्रा बहन, कम्मानहल्ली, वैभा वालिया, प्रेसिडेंट महिला मंडल, हर्षमबेन भ्रथ, वाइस प्रेसिडेंट महिला मंडल, अल्कसेन पटेल, सेक्रेटरी महिला मंडल, सुजाता जुरगेश, ज्वाइंट सेक्रेटरी महिला मंडल, मंजू मेर, ट्रेजरेर महिला मंडल, डजसेन दारी, ज्वाइंट ट्रेजरेर महिला मंडल तथा अन्य महिलाओं सहित अन्य ब्र.कु. बहनें उपस्थित रहीं।



राजनांदगांव-छ.ग.। शिक्षक दिवस के अवसर पर 'स्वर्णिम भारत के लिए नई शिक्षा' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पा बहन, विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी वाई.डी. साहू, दिग्विजय कॉलेज की प्रोफेसर नीलू श्रीवास्तव, महेश श्रीवास्तव, डी.के. वर्मा तथा अन्य।



पुणे-रविवारपेठ (महा.)। ब्रह्माकुमारीज एवं सेवा गणेश मित्रमंडल ट्रस्ट के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित गणेश उत्सव के दौरान सेवा गणेश मित्रमंडल ट्रस्ट के अध्यक्ष शिरीष मोहिते को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रोहिणी बहन।



रीवा-म.प्र.। शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. पंकज श्रीवास्तव, अतिरिक्त संचालक उच्च शिक्षा रीवा, डॉ. सुधा सोनी, डॉ. बी.पी. पटेल, डॉ. अनामिका दुबे, डॉ. प्रदीप सिंह, शाहिद परवेज, अमरनाथ तिवारी, डॉ. विकास श्रीवास्तव, ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी, राजभान पटेल तथा बड़ी संख्या में शिक्षकगण मौजूद रहे।



जावद-नीमच (म.प्र.)। नगर परिषद के नवनिर्वाचित पार्षदों के स्नेह मिलन समारोह में मंचासीन हैं बायें से ब्र.कु. सुरेन्द्र भाई, ब्र.कु. सविता दीदी, भाजपा मण्डल अध्यक्ष सचिन गोखरू, सरवानिया नगर परिषद के अध्यक्ष रूपेन्द्र जैन तथा सभा में अन्य समस्त पार्षद व नगर के गणमान्य नागरिक।



सेंधवा-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा पुलिस विभाग के कर्मचारियों के लिए आयोजित 'अलविदा तनाव-खुशनुमा जीवन' कार्यक्रम के अवसर पर तनावमुक्त विशेषज्ञ राजयोगिनी ब्र.कु. लक्ष्मी बहन को शॉल व श्रीफल से सम्मानित करते हुए थाना प्रभारी राजेश यादव। साथ हैं ब्र.कु. अन्नपूर्णा बहन, ब्र.कु. छाया बहन तथा अन्य।



जितेंद्र सिंह सोमवंशी, सृजन कॉलेज के असिस्टेंट प्रो. मयंक मनावत, आई.टी.आई. कॉलेज के प्रो. असलम मंसूरी, असिस्टेंट प्रो. अदिति, टाटा कंसलटेन्सी सर्विस सिस्टम इंजीनियर डीकी राठौर, ब्र.कु. संगीता बहन एवं ब्र.कु. आरती बहन।

नामली-शिक्षक कॉलोनी (म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र में विश्व अभियंता दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दौरान समूह चित्र में सृजन कॉलेज के असिस्टेंट प्रो.

संत सम्मेलन • ब्रह्माकुमारीज संस्थान के शांतिवन में अखिल भारतीय भगवद्गीता महासम्मेलन का भव्य आयोजन

केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान ने किया शुभारंभ

शांतिवन-आबू रोड। 'वर्तमान नाजुक समय के लिए गीता के भगवान की श्रीमत्' विषय पर आयोजित पाँच दिवसीय महासम्मेलन का शुभारंभ करने के पश्चात् इस अवसर पर देशभर से आए संत-महात्माओं, महामण्डलेश्वरों को सम्बोधित करते हुए

अन्य धर्म कोई 2500 वर्ष, 1500 वर्ष और 1200 वर्ष पूर्व ही आए हैं, लेकिन हमारी सनातन संस्कृति सबसे प्राचीन है। **राज्यपाल ने यह भी कहा-** **कल्याण ही सभी वेदों-शास्त्रों का एक सार** गीता में कहा गया है कि जहां योगेश्वर

अनेकता में एकता लाने का कर रहे प्रयास राज्यपाल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज के राजयोगी भाई-बहनें दुनियाभर में अनेकता में एकता लाने का प्रयास कर रहे हैं। ये जिस समर्पण भाव से विश्व सेवा में जुटे हैं वह सराहनीय है। इतनी बड़ी संस्था का



ब्रह्माकुमारीज संस्था विश्वभर में लोगों को सात्विकता अपनाने की दे रही है शिक्षा: डॉ. रामविलास दास

महासम्मेलन के दौरान 'गीता में वर्णित युद्ध अहिंसक' विषय पर आयोजित सत्र को सम्बोधित करते हुए अयोध्या से आए राम मंदिर आंदोलन से जुड़े व रामजन्मभूमि मंदिर ट्रस्ट के सदस्य डॉ. रामविलास दास



वेदांती ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज ने शुद्ध सात्विक बनाने का कार्य न केवल भारत में बल्कि पूरे विश्व में किया है। यहां से लोगों को शुद्ध सात्विक भोजन ग्रहण करने और जीवन में सात्विकता अपनाने की शिक्षा दी जा रही है। इस संस्था ने पूरे विश्व में जो कार्य किया है वह किसी और ने नहीं किया है।

इस मौके पर कर्नाटक से आई गीता विदुषी राजयोगिनी ब्र.कु. वीणा बहन, मुंबई की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. कुती बहन, दिल्ली की ब्र.कु. सपना बहन आदि ने भी अपने विचार रखे।

ददी रतनमोहिनी जी का अभिवादन करते हुए राज्यपाल



महासम्मेलन में देशभर से आए संत-महात्माओं का चंदन की माला, शॉल और गुलदस्ते से स्वागत किया गया। मधुरवाणी ग्रुप ने स्वागत गीत प्रस्तुत किया। मुंबई से ब्र.कु. अरिमता बहन, अहमदाबाद की डॉ. ब्र.कु. दामिनी बहन, ब्र.कु. युगरतन भाई, ब्र.कु. अर्चना बहन आदि ने मधुर आध्यात्मिक गीत प्रस्तुत कर समां बांध दिया। इस दौरान यदा-यदा ही धर्मस्य ग्लानि.... पर सुंदर नाट्य प्रस्तुति दी गई।



केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान ने कहा कि भारत का धर्म ही आध्यात्मिकता है। हमारी सभ्यता और संस्कृति आत्मा से परिभाषित होती है न कि वेशभूषा, रंग और धार्मिक पूजा-पाठ की विधियों से। संतों के साथ बैठने से अनासक्ति पैदा होती है। उन्होंने कहा कि भारतीय परंपरा वैदिक काल से है। बाकी

कृष्ण होंगे, योगेश्वर कृष्ण अर्थात् जहां ज्ञान, प्रज्ञा होगी वहां आत्मसुख हासिल होगा। गीता में कहा गया है और सभी वेदों का सार यही है कि हमें जीवन में ज्ञान प्राप्त करना चाहिए और दूसरों के साथ बांटना चाहिए ताकि उनका भी कल्याण हो। ऐसे ही ज्ञान को बांटने का कार्य ब्रह्माकुमारीज के राजयोगी भाई-बहनें बखूबी कर रहे हैं।

संचालन हमारी बहनों, मातृशक्तियों द्वारा किया जा रहा है, जो नारी शक्ति की महिमा बताता है। संस्थान के अति. महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने बताया कि भगवान कहते हैं सृष्टि के अंत में मैं ऐसा यज्ञ रचना हूँ जिसमें देवी-देवता बनने की शिक्षा दी जाती है। भगवान ने गीता में कहा है कि जिसके कर्म ब्रह्मा के समान अर्थात्

दिया। प्रभाग की उपाध्यक्ष ब्र.कु. गोदावरी दीदी ने सभी अतिथियों का सम्मान किया। मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. रामनाथ भाई ने सभी का आभार ज्ञापित किया। इस दौरान 'गीता में वर्णित युद्ध अहिंसक नहीं अहिंसक' विषय पर शोधपत्र प्रस्तुत करने वाले सुरेश डांगी को ब्रह्माकुमारीज की ओर से राज्यपाल ने एक लाख रुपए का नकद पुरस्कार प्रदान किया।



10 कुमारियां विश्व कल्याण हेतु शिव को हुई समर्पित

विश्व शांति सरोवर में 5000 लोग इस ऐतिहासिक पल के बने साक्षी

नागपुर-महा। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के जामठा स्थित विश्व शांति सरोवर में आयोजित कार्यक्रम में 10 कुमारियों ने अपना जीवन विश्व कल्याण के लिए परमात्मा शिव को अर्पित करने का निर्णय लिया। इस अवसर पर माउण्ट आबू से आई ब्रह्माकुमारीज संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी ने समर्पित होने वाली कुमारियों को समर्पित जीवन का महत्व तथा जिम्मेदारियों से अवगत कराते हुए कहा कि वफादार बनकर रहना है, ईमानदारी से चलना है। अपने हर संकल्प, बोल और आंतरिक ऊर्जा को ईश्वरीय सेवाओं में सफल करना है। उन्होंने कहा कि इस समर्पित जीवन में सदा खुश, सदा संतुष्ट रहना है। सबको

ये हैं वे भाग्यशाली कुमारियां

नागपुर से ब्र.कु. हर्षाली बहन, ब्र.कु. गायत्री बहन, ब्र.कु. त्रिवेणी बहन, ब्र.कु. आशा बहन, ब्र.कु. करिश्मा बहन, ब्र.कु. गायत्री बहन, ब्र.कु. अंकिता बहन, गोंदिया से ब्र.कु. सुनीता बहन, वर्धा से ब्र.कु. तृप्ति बहन तथा वरठी से ब्र.कु. हेमा बहन ने परमपिता शिव परमात्मा को अपने जीवनसाथी के रूप में स्वीकार किया।

दुआएं देनी हैं और लेनी हैं। उन्होंने समर्पित जीवन के मूल मंत्र से अवगत कराते हुए समर्पित जीवन का दृढ़ता से पालन कर ईश्वरीय मर्यादाओं पर चलने के लिए प्रतिज्ञायें कराईं।

नागपुर की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. रजनी दीदी ने शब्दों द्वारा सभी का स्वागत किया। मौके पर माउण्ट आबू से आये ब्र.कु. देव भाई, ब्र.कु. प्रकाश भाई व अन्य भाई-बहनों सहित गुजरात अहमदाबाद से ब्र.कु. नेहा बहन, ब्र.कु. शालिनी बहन, मुम्बई से डॉ. प्रवीण कुमार जैन, डॉ. मीता मेहता तथा विशेष रूप से शिवकिशन अग्रवाल व प्रो. हल्दीराम भुजियावाला सपरिवार उपस्थित रहे। इस दौरान सांस्कृतिक कार्यक्रमों का भी आयोजन हुआ।

‘खेलेगा भारत तो खिलेगा भारत’ अखिल भारतीय अभियान का शुभारंभ

नई दिल्ली। आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में 'खेलेगा भारत तो खिलेगा भारत' विषय को लेकर ब्रह्माकुमारीज के खेल प्रभाग द्वारा रोहिणी स्थित सेवेन सीज होटल सभागार में अखिल भारतीय अभियान का शुभारंभ हुआ। इस मौके पर भाजपा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष श्याम जाजू ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज द्वारा दिये जा रहे आध्यात्मिक ज्ञान और राजयोग की शिक्षा से जीवन में सकारात्मक परिवर्तन संभव है। इसे खिलाड़ियों को जरूर अपनाना चाहिए।

खिलाड़ियों का मनोबल बढ़ाने एवं उनकी योग्यताओं का सम्मान करने हेतु पूरे वर्ष देश भर में चलेगा यह अभियान

कार्यक्रम में अर्जुन अवॉर्ड तथा अन्य खेल खिताब जीतने वाले अनेकों खिलाड़ियों को किया गया सम्मानित

के अध्यक्ष डॉ. बसवराज राजनृथि ने कहा कि परमात्मा द्वारा सिखाये जा रहे गीता ज्ञान व सहज राजयोग के नियमित अभ्यास से ही खिलाड़ियों में ऊँचे लक्ष्य को प्राप्त करने की हिम्मत, हौसला और योग्यताएं विकसित होंगी।

आधार है उनका उत्तम स्वास्थ्य, मनोबल और आत्मबल। संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. शशि प्रभा दीदी, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा भाई, हैदराबाद से स्पोर्ट्स विंग की वाइस



खेल उप निदेशक संजय अंबस्ता ने कहा कि खिलाड़ियों को जी-तोड़ मेहनत के साथ ही सभी ब्रह्माकुमारी बहनों का आशीर्वाद चाहिए जो ये सिखाती हैं कि किस तरह हम परमात्मा के साथ से अपनी हर मुश्किल को बहुत छोटा कर सकते हैं। खेल प्रभाग

पार्लियामेंट्री कमेटी के अध्यक्ष तथा सांसद डॉ. अमर पटनायक ने कहा कि आध्यात्मिकता, खेल में सकारात्मक प्रतिस्पर्धा को बढ़ाती है। जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्र.कु. शिवानी बहन ने कहा कि खिलाड़ियों को अपने क्षेत्र में सफलता के शिखर पर पहुंचाने का

चेयरपर्सन ब्र.कु. कुलदीप बहन, संस्थान के सिक्योरिटी सर्विस विंग की वाइस चेयरपर्सन ब्र.कु. शुक्ला दीदी ने भी अपने विचार रखे। मौके पर अंतर्राष्ट्रीय रेफरी एवं न्यायाधीश (मुक्केबाजी) ब्रिगेडियर विक्रम सिंह तथा अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।