

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -23 अंक - 11 सितम्बर -I-2021



(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

Rs. 8.50

ई-कॉन्फ्रेंस 'सशक्त भारत की शान-आत्म निर्भर किसान'

योग की स्थिति में स्थित हो खेत में करें काम : ब्र.कु. शिवानी

कृषि क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज़ का कार्य सराहनीय : गडकरी

माउण्ट आबू-राज. ब्रह्माकुमारीज़ के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग द्वारा 'सशक्त भारत की शान-आत्म निर्भर किसान' विषय पर आयोजित दो दिवसीय ई-कॉन्फ्रेंस को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. राजू, वाइस चेयरपर्सन, एग्रीकल्चर एंड रूरल डेवलपमेंट विंग, ब्रह्माकुमारीज़ ने कहा कि दो दिवसीय कॉन्फ्रेंस के दौरान ब्रह्माकुमारीज़ के वरिष्ठ भाई-बहनों एवं शाश्वत यौगिक फार्मिंग प्रोजेक्ट के सदस्यों के अनुभवों से

अवश्य ही सभी अपनी आध्यात्मिक उन्नति और शाश्वत यौगिक खेती का नया तरीका सीख सकेंगे। ब्र.कु. बृजमोहन, अतिरिक्त सचिव, ब्रह्माकुमारीज़ ने कहा कि शाश्वत यौगिक खेती से कई किसानों को अपनी खेती को बेहतर बनाने में लाभ मिला और ये साइंटिफिकली प्रूवेन है और कई गांवों और कृषि विश्वविद्यालयों द्वारा अपनाया भी गया है। ब्र.कु. सरला दीदी, चेयरपर्सन, प्रभाग ने कहा कि हमें किसानों के मन को आध्यात्मिक रूप से सशक्त करना



होगा, ताकि वे अच्छे संस्कार खुद में धारण कर खुद को आत्मनिर्भर बना सकें। ब्रह्माकुमारीज़ के 'सस्टेनेबल यौगिक फार्मिंग' प्रोजेक्ट का उद्देश्य कम लागत में अधिक और गुणवत्ता युक्त उत्पादन को बढ़ावा देना है। राजयोगिनी ब्र.कु. शिवानी दीदी, राजयोग प्रशिक्षिका एवं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ने कहा कि किसान की सूक्ष्म से सूक्ष्म मानसिक स्थिति का उत्पादन पर प्रभाव पड़ता है और भोजन का हमारे अस्तित्व पर बहुत प्रभाव पड़ता है। उन्होंने किसानों का

आह्वान करते हुए कहा कि योग की स्थिति अर्थात् खुद को हमेशा परमात्मा के साथ अनुभव करते हुए खेत में काम करें, इस स्थिति के साथ उगाया हुआ अनाज या उपज हमें उच्च व श्रेष्ठ वायुब्रेशन तथा बेहतर पोषण देगा। ब्र.कु. राज दीदी, क्षेत्रीय संयोजिका, प्रभाग, नई दिल्ली, ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी, हांसी, हरियाणा, वीरेन्द्र कुमार सिसोदिया, डिप्टी डायरेक्टर एग्रीकल्चर, लखनऊ, ब्र.कु. मृत्युंजय, एक्जीक्यूटिव सेक्रेटरी, ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. बंदी विशाल तिवारी, असिस्टेंट डायरेक्टर, एग्रीकल्चर

केलाश चौधरी, मिनिस्टर ऑफ स्टेट फॉर एग्रीकल्चर एंड फार्मर्स वेल्फेयर, भारत सरकार ने कहा कि कृषि को उन्नत बनाने के लिए ऐसे कोरोना महामारी के समय में भी ये संस्थान किसानों के साथ खड़ा है। हमारी सरकार ने किसानों को आत्मनिर्भर बनाने और उनकी आय को दोगुना करने के लिए विभिन्न कदम उठाए हैं और इन प्रयासों को सफल बनाने का यदि कोई कार्य कर रहा है तो वो है ब्रह्माकुमारीज़। उन्होंने अपने माउण्ट आबू दौरे का अनुभव साझा करते हुए कहा कि वहाँ टिकाऊ जैविक यौगिक खेती की जा रही है। ये कृषि क्षेत्र को बढ़ावा देने की राह है।

डिपार्टमेंट, ब्र.कु. संतोष दीदी, सह प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. तृप्ति, राष्ट्रीय संयोजिका, प्रभाग, ब्र.कु. गीता, भीनमाल आदि ने भी कॉन्फ्रेंस को सम्बोधित किया। ब्र.कु. सुमंत, मुख्यालय संयोजक, प्रभाग ने सभी का शामिल होने हेतु धन्यवाद किया।



प्रधानमंत्री जी के आत्मनिर्भर भारत की संकल्पना का अर्थ है कि हमारे ग्रामीण क्षेत्र, किसान तथा गरीब व्यक्ति सभी आत्मनिर्भर हों। गांवों में पर्याप्त मात्रा में पानी की कमी की समस्या, फसल दांव की समस्या, हानिकारक कीटनाशकों व रासायनिक उर्वरकों से खेतों को पहुंचने वाले नुकसान की समस्या, इन सभी समस्याओं का एक मात्र उपाय जैविक खेती ही हो सकता है। किसानों को आत्मनिर्भर बनाने की राह में ब्रह्माकुमारी संस्थान इस ई-कॉन्फ्रेंसिंग को लेकर आगे आया और यहाँ तो पहले से ही कृषि और कृषक की स्थिति सुधारने के लिए शाश्वत यौगिक खेती की जा रही है और इसे बढ़ावा दिया जा रहा है, जो बहुत ही उत्तम और सराहनीय कार्य है - सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी।

'वर्तमान' सबसे महत्वपूर्ण : उषा सिंह

सभी वक्ताओं ने 'हलचल में अचल' रहने के दिए टिप्स

नई दिल्ली-लोधी रोड। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'हलचल में अचल' विषय पर आयोजित ई-संगोष्ठी में उषा सिंह, निदेशक, मानव संसाधन, एच.आर., मॉडल लि., भारत सरकार ने टॉलस्टॉय की कहानी का उदाहरण देते हुए बताया कि हमारा वर्तमान क्षण ही सबसे महत्वपूर्ण क्षण होता है, जो हमारे सामने होता है वही व्यक्ति सबसे महत्वपूर्ण होता है और जो आप कर रहे हैं वही महत्वपूर्ण कार्य है। यदि हम इन

हैं तो दरवाजे-खिड़कियाँ बंद करनी पड़ती हैं। ठीक उसी तरह जीवन यात्रा में भी कोई ऐसी चीज़ हो तो उसे देखकर अपने मन के द्वार पर अटेंशन रूपी पहरा लगा देना चाहिए ताकि उसकी अनुमति लिए बिना कोई व्यर्थ अंदर न आ सके। यदि हम ऐसी आदत बना लेते हैं तो हलचल में अचल रह सकेंगे। ब्र.कु. पीयूष, क्षेत्रीय संयोजक, वैज्ञानिक एवं अभियंता प्रभाग, दिल्ली ने कहा कि कोई भी समस्या अनंत काल तक नहीं चलती। परीक्षा आती है तो चली भी जाएगी। हम जितना व्यायाम करते, शरीर उतना ही शक्तिशाली बनता है। वैसे ही मन को जितना शांत रखते, वह उतना ही शक्तिशाली बनता है। सुबह उठते ही और रात को सोने से पहले थोड़ी देर मेडिटेशन करने से मन शक्तिशाली बनता है।

स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गिरिजा बहन ने कहा कि हलचल में अचल बने रहने के लिए हमें एकाग्रचित्त होना पड़ता है। आंतरिक हलचल का प्रभाव हमारे बाह्य जीवन को प्रभावित करता है। बाह्य हलचल में चलायमान होने से हलचल और गंभीर होती जाती है। इसलिए हमें अचल रहना ही है।



तीन बातों को अपने जीवन में उतार लें तो फिर किसी भी प्रकार की हलचल में अचल रहना संभव हो जाएगा। ब्र.कु. गंगाधर, संपादक, ओम शान्ति मीडिया, माउण्ट आबू ने कहा कि जिस प्रकार ए.सी. कोच में यात्रा करने की शर्तें होती हैं कि दरवाजा अच्छे से बंद हो, बैठने का स्थान साफ-सुथरा हो। अगर गर्म हवा आ रही

'ब्रह्माकुमारीज़ विराज प्रोफाइल्स मैनेजमेंट सेंटर' का उद्घाटन

मुम्बई-महा. ब्रह्माकुमारीज़ विराज प्रोफाइल्स मैनेजमेंट सेंटर का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. योगिनी दीदी, उपक्षेत्रीय संचालिका, विले पार्ले एंड नेशनल कोऑर्डिनेटर, बिजनेस एंड इंडस्ट्री विंग, ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. मीरा दीदी, उपक्षेत्रीय संचालिका, सांताक्रूज, नीरज कोचर, चेयरमैन एंड मैनेजिंग डायरेक्टर, विराज प्रोफाइल्स तथा पूजा मेहरा, कंपनी की एक्जीक्यूटिव डायरेक्टर एवं नीरज कोचर की बेटी। मौके पर टी.बी. ठाकुर, प्रेसीडेंट, जी.आर. इंजीनियरिंग कॉलेज एंड चेयरमैन, चिनमय मिशन बोइसर तारापुर, जनार्दन सांखे, चार्टर्ड इंजीनियर आर्किटेक्ट एंड वाइस चेयरमैन, चिन्मय विद्यालय, एम.एन. वर्मा, ए.जी.एम. एच.आर., तारापुर एटॉमिक पावर स्टेशन तथा अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।



विराज इंडस्ट्रीज़, बोइसर के नज़दीक प्रकृति के बीच 11 एकड़ में फैला हुआ है ब्रह्माकुमारीज़ विराज प्रोफाइल्स मैनेजमेंट सेंटर।

अपने बच्चों को समझें माता-पिता : सेठिया

भीनमाल-राज. ब्रह्माकुमारीज़ के यूथ विंग एवं स्थानीय सेवाकेन्द्र द्वारा नेशनल पेरेंट्स डे पर 'वर्तमान चुनौतियों में माता-पिता की भूमिका' विषय पर आयोजित ऑनलाइन वेबिनार में सुप्रसिद्ध मोटिवेशनल स्पीकर विक्रम सेठिया, कोलकाता ने पेरेंट्स को बच्चों को समझने का, बच्चों के साथ अच्छा वक्त बिताने का और अपने स्वयं के जीवन को उदाहरण स्वरूप बनाने का आह्वान किया। ब्र.कु. गीता बहन ने राजयोग अभ्यास के द्वारा परम पिता से जुड़कर उनकी आज्ञाकारी संतान बनने तथा उनसे शक्ति लेकर अपने घर को सुखी एवं शांतमय बनाने का

पुरुषार्थ करने की बात कही तथा सभी वक्ताओं का अभिवादन किया। बहन कीर्ति वाजपेई, प्रिन्सीपल, राजकीय मॉडल इंग्लिश स्कूल ने विद्यार्थियों के माता-पिता के अनुभवों को साझा करते हुए बताया कि घर का वातावरण बच्चों के दिमाग पर प्रभाव डालता है, इसलिए बच्चों को घर में स्वस्थ वातावरण देना चाहिए। दीपक वाघ, एच.पी. मैनेजर, मुम्बई एवं भारत नागोरी, अहमदाबाद ने भी अभिभावकों की भूमिका पर बात की। कुछ प्रश्नों के उत्तर भी वक्ताओं ने दिए। वेबिनार का सफल संचालन हर्षा लापसिया, मुम्बई ने किया।



योग करते रहिये, परमात्मा मिलेंगे

‘थक मत जाना, लगातार प्रयास करते रहना, अपनी कोशिशों को कभी विराम मत देना, ‘मैं’ हूँ और सही ढंग से खोजने पर मिल ही जाऊंगा। ऐसा हर धर्म के अगुआओं ने कहा है। इससे पक्का आश्वासन है कि परमात्मा है, और मिल भी जायेगा।’

जब हम इस दिशा में आगे बढ़ते हैं तो दिशा सही हो और उस लक्ष्य को पाने की बर्निंग डिजायर (तीव्र लगन) हो। साथ में स्पीड भी हो। जब हम ऐसी सोच रखते हैं तो सबसे पहले हमें जो हाथ लगेगा वो उल्टा होगा। जैसे समुद्र मंथन में अमृत से पहले विष निकला था। ईश्वर की खोज में निकलेंगे तो सबसे पहले मिलेंगे बाहर के हालात, जो अनुकूल भी हो सकते हैं और प्रतिकूल भी। उसके बाद शरीर मिलेगा, उसमें भी स्त्री-पुरुष का झंझट होगा। इससे आगे बढ़ेंगे तो मिलेगा मन यानी गंदगी का ढेर। इससे और आगे जाना है। आगे आत्मा से साक्षात्कार होगा और अगले कदम पर प्रतीक्षा कर रहे होंगे परमात्मा।

हम जब इस ओर कदम बढ़ाते हैं, तब सही मायने में हम ठीक होते हैं। वरना तो हम जिस तरह से जी रहे थे उसमें



डॉ. कु. गंगाधर

कोई अवरोध नहीं था, क्योंकि जिस वातावरण का प्रवाह था, उसी प्रवाह में हम भी बह रहे थे, तो मुश्किल नहीं लगती थी और जब भी हमने परमात्म-प्राप्ति की ओर आगे बढ़ने की कोशिश की तो हमें उस प्रवाह से विपरीत दिशा में जाना पड़ा और हमें मुश्किल अनुभव होने लगा।

परंतु यदि हम गौर से सोचें और समझें तो हमें लगेगा कि अब हम सही दिशा में आगे बढ़ रहे हैं।

हमें यह मुश्किल क्यों लगता है, क्योंकि हम जिन मान्यताओं में पले-बढ़े हैं और जिस वातावरण में हम जी रहे हैं उससे हटकर हमें चलना होता है। अगर इस कंडीशन को फॉलो नहीं करेंगे तो हमने जो सोचा है वहाँ तक पहुँच कैसे सकेंगे! जैसे एक स्टुडेंट जब अपना लक्ष्य लेकर पढ़ाई करता है तो कई चीजों को उसे छोड़ना पड़ता है। जैसे कि खेलकूद को नियम में बांधना, दोस्त, टीवी, मोबाइल और सोशल मीडिया से अपने आप को बचाना। और हाँ, आलस्य और बुरी आदतों को भी छोड़ना होगा, अपनी डाइट को ठीक करना होगा जिसके लिए जीभ के स्वाद को भूलना होगा। अगर हम अपने लक्ष्य के प्रति दृढ़ता से रहेंगे, अपने लक्ष्य के प्रति दृढ़ नहीं हैं तो हम पहले ही कदम पर हालातों से घबरा जायेंगे। बहुत कम लोग आत्मा तक आते हैं और उनमें भी कम ही होंगे जो आत्मा को पार कर मुझ परमात्मा तक आ पायेंगे।

हम वास्तव में अपने लक्ष्य के प्रति गंभीर हैं, तो हम आपको एक बहुत ही सरल उपाय बताना चाहते हैं। इसमें कुछ भी छोड़ने की बात नहीं है। यहाँ तो अपने आप से जुड़ने की बात है। अपने को देखना, समझना, अपनी खूबियों को पहचानना, विशेषताओं का आंकलन करना, साथ ही साथ परमात्म-प्रदत्त शक्तियों को समझना। एक ही मात्र ‘मनुष्य’ प्राणी है जिसमें सही क्या और न-सही क्या, इसकी परख करने की योग्यता है, और किसी में नहीं। और ये सब करने के लिए वास्तविकता को समझना और उसपर कायम रहने के लिए लगातार प्रयास करते रहना, इसी का नाम योग है। योग हमारी थकान मिटाता है। साथ ही सही कोशिशों से हमारा उमंग-उत्साह भी बढ़ाये रखता है। इसी तकनीक को हम राजयोग भी कहते हैं, जिसमें शरीर, आत्मा और परमात्मा से रूबरू होना या मिलना होता है। यह एक ही सही तकनीक है जो हमारी थकान मिटाये परमात्मा तक पहुँचाती है। बस... करना है, तो उसी दिशा में, उसी विधि-विधान से हमें आगे बढ़ते हुए हौसला बनाये रखना है। ठीक है ना! आप करके देखिये, आप पायेंगे कि आप करने लगेंगे, तभी आपको लगेगा कि अब हम सही मायने में अपने व दूसरों के साथ न्याय कर रहे हैं।



पुखरायों-कानपुर देहात(उ.प्र.)। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ममता बहन, ब्र.कु. अनुपम भाई व अन्य भाई-बहनों सहित सेवाकेन्द्र का कुशल समाचार लेते हुए भारत के महामहिम राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद जी।

संस्कारों में परिवर्तन तब आयेगा जब ‘मैं’ और ‘मेरा’ जायेगा



जो निर्विकल्प है वो निष्कामी है। कभी भूल से विकल्प आया तो निष्कामी नहीं है। ऐसी सेवा में सफलता बहुत है। एक ही टाइम में कमाई भी सहज हो रही है, सफल भी हो रहा है, जमा भी हुआ पड़ा है।

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

सेवा कितनी भी हो पर पुरुषार्थ की लगन में वन परसेंट भी कमी न हो, इससे माला में आ जायेंगे। पुरुषार्थ में कभी भी दिलशिकस्त नहीं होना। लगन से पुरुषार्थ कंटीन्यू है तो खजाना जमा होता जाता है। मनमनाभव की स्थिति में रहने की प्रैक्टिस है तो न अपनी कम्पलेंट रहती है, न उनकी कोई कम्पलेंट करता है। अन्दर ही अन्दर संस्कारों को बदलने का पुरुषार्थ करना है। इसके लिए अलग से टाइम नहीं चाहिए। जो संकल्प काम के नहीं हैं, उनमें अपने को बिजी नहीं करना है। कभी अशान्त व उदास नहीं होना है। कभी उलझन में, मूँझा हुआ नहीं, तो खजाने सफल होते हैं।

मन मेरा मनमनाभव है, तो मध्याजीभव है। यही सारे ज्ञान का सार है। कम से कम मन बाबा में लगा हुआ हो। मन में शक्ति आ गई तो बुद्धि यह नहीं कह सकती कि मन भटकता है। फिर लक्ष्य सामने आया कि मुझे यह बनना ही है। बाबा बना रहा है मुझे बनना है, यह बात हमको भूले नहीं। यही आधार है हमारी लाइफ का।

मेरा बाबा बेहद का है, वर्सा भी बेहद का मिलता है। सेवा भी बेहद की है, जब बुद्धि हदों के पार बेहद में है, तो बुद्धि ठीक काम करती है। संस्कारों में परिवर्तन तब आयेगा जब ‘मैं’ और ‘मेरा’ जायेगा। नहीं तो ऐसे कड़े संस्कारों ने सारा माथा ही खराब कर दिया है। सच्चाई और प्रेम से व्यवहार में रहना मुश्किल लगता है। ब्राह्मण लाइफ में फरिश्ता रूप क्या होता है, अनुभव है? ब्राह्मण लाइफ है सेवाधारी। जो निर्विकल्प है वो निष्कामी है। कभी भूल से विकल्प आया तो निष्कामी नहीं है। ऐसी सेवा में सफलता बहुत है। एक ही टाइम में कमाई भी सहज हो रही है, सफल भी हो रहा है, जमा भी हुआ पड़ा है। यह कोई चेंकिंग की बात नहीं है। अटेन्शन है लेकिन टेन्शन से फ्री हैं। आत्म अभिमानी स्थिति में हैं, योगयुक्त हैं फिर ड्रामा अनुसार युक्तियुक्त ही एक्ट चलेगी। कुछ भी ऊपर-नीचे नहीं हो सकता क्योंकि ईश्वरीय सेवा है। बाबा ने निमित्त बनाया है। बुद्धि में कोई प्रकार की हलचल नहीं है, नाउम्मीदी नहीं है।

साइलेंस में जाना है तो दिल में, मन में कुछ भी नहीं रखो तो फिर देखो बाबा कैसे शक्ति भरता है, उसका अनुभव करो।

जो ज्ञान की गहराई में जाते वही त्यर्थ और निगेटिव से मुक्त होते

राजयोगिनी दादी जानकी जी

यह साधन कहते हैं मेरे ऊपर भरोसा नहीं रखो, अपनी साधना अच्छी करते रहो। साधन निमित्त मात्र है, साधना तो गुप्त, सहज, इतनी अच्छी है जो बाबा भी हमारी बात सुन लेता है और हम भी बाबा की बात सुन लेते हैं। एक-दो की बात भी सुन लेते हैं, समझ जाते हैं इतनी साइलेंस पावर है। साइलेंस पावर क्या है? साइलेंस से पावर कैसे आती है? थोड़े समय के लिए भी कभी किसी कारण से पीसलेस बन जायें तो साइलेंस पावर नहीं कहेंगे। कोई भी घड़ी ऐसी न आ जाये जो मैं पीसलेस बनूँ। सदा पीसफुल रहूँ। ज्ञान सागर बाबा, पतित पावन बाबा उसको ब्रह्मा बाबा कैसे मंथन करके सरल रूप में समझाता है जो कि बच्चे समझ सकें क्योंकि ब्रह्मा बाबा जानता है कि हर एक की बुद्धि कैसी है! शिवबाबा ने इस अनुभवी रथ का आधार लिया है। दुनिया क्या है, सम्बन्ध क्या हैं, सब बातों का अनुभवी है।

मम्मा 17 वर्ष की उम्र में बाबा की बन गई, बाबा 60 वर्ष के थे तब शिवबाबा इसमें आ गये। मम्मा का बोलना, चलना अच्छा बड़ा रॉयल था, हम तो भोली भाली उनके सामने डर लगता था। बाबा ने मीठा-मीठा ज्ञान सुनाके हमको मोहित कर लिया। शुरू में मम्मा युक्ति से एक बार आई, मम्मा के परिवर्तन को देख सबके कान खुल गये। यह कैसे आई? बाबा ने जैसे अंधकार से निकाल लिया। कहा बच्ची तुम कौन हो, क्या बनने वाली हो? सीधा ही कहा तुम राधे हो ना! कृष्ण की बनेगी ना, बस वह समझ गई और कृष्ण की राधे हो गई। बाबा ऐसी-ऐसी बातें सुनाता है, जो आत्मा को अन्दर से लगता है बरोबर यह ठीक है। बाबा जो मुरली चलावे, मम्मा हबहू सुना देती। बाबा का लिखा हुआ हम पीछे पढ़ते थे। लेकिन मम्मा उसी समय रिपीट कर देती थी, उसमें कुछ भी अपना मिक्स नहीं करती।

मम्मा ऐसा चुपके-चुपके गीत बना करके बाथरूम में गाती थी, हम बाहर से सुनते थे। मम्मा बाबा के प्यार में दुनियावी सब बातें सहज भूल गईं। तो बाबा हमसे क्या चाहता है? बच्चे भी ऐसे मिसाल बनें। सब कहें अरे! यह बदल गये।

अमृत और विष में कितना अंतर है! अमृत जीयदान देता है, विष जीवघात कर देता है। निगेटिव, खराब विचार पॉयजन का काम करते हैं। पॉजिटिव विचार अमृत का काम करते हैं, उसमें दवा भी है तो दुआ भी है। जो ज्ञान की गहराई में जाते हैं वह व्यर्थ, निगेटिव से मुक्त हो जाते हैं, साधारणता चली जाती है। विचारों में श्रेष्ठता आ जाती है। दिल को कोई बात अच्छी लगी तो दिमाग ठण्डा हो गया। ज्ञान को ग्रहण करने की शक्ति बढ़ने से अन्दर से सफाई हुई तो सच्चाई काम करने लगी। बुद्धि में जो किचड़ा भरा हुआ था वो पूरा साफ हो गया। परमात्मा जो सत्य ज्ञान दे रहा है वो बुद्धि में भरता जा रहा है। बुद्धि ने उसको समझ करके उसको यूज किया तो मन शान्त हो गया।

तो ज्ञान जब अन्दर चला जायेगा तो लगेगा इन जैसा तो कुछ है ही नहीं। ज्ञान पहले दिल को अच्छा लगता है फिर दिल द्वारा बुद्धि को अच्छा लगता है। तो दिलखुश मिठाई का भोग बाबा को लगाओ। बाबा की खुशी में हम खुश और आप सब खुश हो गये तो उसमें हम खुश, इससे दिल मजबूत है, दिमाग ठीक है। साइलेंस में जाना है तो दिल में, मन में कुछ भी नहीं रखो फिर देखो बाबा कैसे शक्ति भरता है, उसका अनुभव करो। अगर कोई बात समझ नहीं आती है तो माइन्ड न करो। दिल से बाबा के दूर न हो जाओ। फिर यही फिक्क रहता है कि कोई बाबा की दिल से दूर न हो जाये। बाबा के समीप होगा, समाने होगा तो कभी न कभी, कोई न कोई बात आज नहीं तो कल ग्रहण करने की शक्ति बढ़ेगी।

संगमयुग का विशेष खजाना- अतीन्द्रिय सुख



• खजाना

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

बाबा ने हम सबको यही कंगन बांधा है कि तुम्हें अपनी मन्सा वृत्ति से वायुमण्डल को बदलने की सेवा करनी है, इसके लिए एक सेकण्ड में अपने संकल्पों को एकाग्र करो। अपनी श्रेष्ठ स्थिति और पावरफुल वृत्ति द्वारा ऐसा वायुमण्डल बनाओ। एक सेकण्ड में निराकारी, आकारी, साकारी बनो।



बाबा के कई बच्चे ज्ञानी तो बने हैं पर ज्ञान स्वरूप नहीं। ईश्वरीय लगन की कमी के कारण अनेक विघ्न आते हैं। परमात्म प्यार का अनुभव कम है। मूल तो बाबा का इशारा है कि एक सेकण्ड में संकल्पों को एकाग्र करो, ऐसी अपनी श्रेष्ठ ऊँची स्थिति बनाओ। यह बहुत बड़ी मंजिल है। एक सेकण्ड में संकल्पों को एकाग्र करने का अभ्यास हो तो कभी ऊँची स्थिति से नीचे की स्थिति में, वातावरण के प्रभाव में नहीं आ सकते। अगर अभी तक भी आते हैं तो इससे सिद्ध है कि एकाग्रता की शक्ति कम है। जो निराकारी, आकारी और साकारी स्थितियों में सदा रहते हैं वही मन्सा सेवा कर सकते हैं। इसके लिए कोई विधि विधान बनाओ। योग में बैठते तो हो लेकिन पावरफुल स्थिति में स्थित होकर बैठो जो शक्ति जमा हो और सारा दिन वही शक्ति काम में आये। ऐसे मास्टर सर्वशक्तिवान की स्थिति का अनुभव करो।

संगमयुग का विशेष खजाना है अतीन्द्रिय सुख। तो निरन्तर उस सुख की अनुभूति में रहो। इसके लिए न्यारे और प्यारे बनो। हमारी सबके प्रति यही शुभ भावना है कि अकेले में तो भले अभ्यास करते, कमाई करते लेकिन सारे संगठन को उसका सहयोग मिलना चाहिए। ऐसा गुप बनाओ जो एक-दो की मदद से ऐसा वायुमण्डल बन जाए, जिससे आने वाले भी अनुभव करें कि यहाँ हर एक परमात्म प्यार में, अतीन्द्रिय सुख की अनुभूतियों में मगन हैं, इसके लिए प्रैक्टिस करनी है सेकण्ड में फुलस्टॉप लगाने की। एकाग्र होकर वतन में बैठ जाओ। जिसको बाबा कहते निरन्तर याद करो।

कर्म करते भी हम निरन्तर योगी रहें, इसकी प्रैक्टिस करो। कम से कम रोज 6 घंटा इस अभ्यास के लिए समय निकालो, दिनचर्या बनाओ। चलते-फिरते, कर्म करते भी अपनी ऐसी स्थिति बनाकर रखो। सारे दिन में 4 पहर, 6-6 घंटे की होती हैं तो एक पहर का यह पुरुषार्थ हो। इसका हर एक कंगन बांधो। जैसे बाबा ने कहा है सुबह 4 से 8 बजे तक किसी विशेष व्यवहार में नहीं आओ, उस समय मौन में रहो, फिर रात्रि के समय भी मौन में रह सकते इसलिए हमारा विचार है कि खास 21 दिन का ऐसा प्रोग्राम बनाओ।

अब बाबा सभी बच्चों को यही इशारा कर रहा है कि बच्चे अब उपराम बनो। जीवन की यह अन्तिम यात्रा है, इसलिए बाबा के सभी ब्राह्मण बच्चे व्यर्थ से मुक्त हो उपराम बन जाओ। अपने संकल्प, श्वास समय को सफल कर लो, व्यर्थ नहीं जाने दो।

नियंत्रण

जिसमें जितनी बुराई को रोकने की शक्ति होती है उतना वह अच्छा कहलाता है

शक्ति आपके पास ही है बस प्रयोग करें



ब.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

कुछ शक्तियां ऐसी हैं जो हरेक में हैं लेकिन उनका प्रयोग नहीं हो रहा है। अगर प्रयोग हो भी रहा है तो ठीक तरीके से नहीं हो रहा। अगर हम चिंतन करेंगे तो पायेंगे लगभग 16 ऐसी शक्तियां हरेक में पाई जाती हैं चाहे वो ज्ञानी हो या अज्ञानी, हरेक में होती हैं। फर्क सिर्फ इतना है कि दुनिया वाले उनका उल्टा प्रयोग करते हैं। जिससे वे पतन की ओर जा रहे हैं। परन्तु बाबा(परमात्मा) हमें उनको अच्छाई की ओर ले जाने के लिए बताते हैं, उनसे हमारी उन्नति हो रही है। उन 16 शक्तियों में से आज हम एक शक्ति के बारे में आपको बतायेंगे जोकि हमारे जीवन में हर मोड़ पर उसकी ज़रूरत होती है।

रोकना(पॉवर ऑफ कंट्रोल):- हरेक में रोकने की शक्ति है। आप चाहें तो कोई काम कर

सकते हैं और चाहें तो रोक सकते हैं। यह शक्ति छोटे बच्चे में भी है। वो चाहे तो चल सकता है, चाहे तो रुक सकता है। कर्म की प्रवृत्ति करना और बन्द करना, ये योग्यतायें हरेक में हैं। लेकिन इन योग्यताओं का कोई सदुपयोग कर रहा है, कोई दुरुपयोग कर रहा है। बाबा जिन शक्तियों का प्रयोग करने के लिए कहता है वो यह है कि व्यर्थ संकल्पों को रोक दो, लीकेज को बन्द करो। मुख्य पुरुषार्थ यह है कि क्या करना है, क्या नहीं करना है। धर्म का सबसे बड़ा प्रश्न भी यही है। आध्यात्मिकता भी बताती है कि क्या करो और क्या न करो। हरेक में यह क्षमता है कि सोचकर क्या करना है और क्या न करना है। जब मनुष्य बुरे संकल्प करता है तो उसमें अन्दर से एक आवाज़ आती है कि यह काम नहीं करना चाहिए। अगर इस आवाज़ को सुनकर वह



अपने को रोक लेता है तो वह अच्छा इन्सान कहलाता है। जिसमें जितनी बुराई को रोकने की शक्ति होती है उतना वह अच्छा कहलाता है और जो नहीं रोक सकता है, जो मन पर नियंत्रण नहीं कर सकता, वह बुरा आदमी कहलाता है। इसलिए बाबा कहते हैं, आपके अन्दर यह शक्ति है, इसका प्रयोग करो। पुराने ज़माने में लोग क्या करते थे, धन-सम्पत्ति को ज़मीन में दबा कर रख देते थे कि चोर न ले जायें। लेकिन उससे कुछ फायदा तो होता नहीं था। आजकल लोग क्या करते हैं, धन को प्रयोग में लाते हैं। बैंक में फिक्स करके रखते हैं, कोई व्यापार में लगाते हैं। उससे कमाते हैं। उसी प्रकार हम भी अपनी इस शक्ति को काम में लायें। यह जो रोकने की शक्ति है इसको हमें व्यर्थ को रोकने के लिए, लीकेज को रोकने के काम में लगाना चाहिए।

समाप्ति ही सम्पूर्णता की निशानी है। जितना-जितना आपकी लीकेज कम होती जा रही है, समाप्त होती जा रही है, तो समझो आपकी सम्पूर्णता समीप आ रही है। समाप्ति कैसे होगी? जब आप निगेटिविटी को

रोकना शुरू करेंगे।

अगर व्यर्थ संकल्प और निगेटिव संकल्प वेग से चलते रहेंगे और नहीं रोकेंगे तो वे समाप्त कैसे होंगे? इसलिए देखिये यह रोकने की शक्ति कितनी जबरदस्त शक्ति है! लेकिन हम इसका इस्तेमाल करते ही नहीं। कई लोग कहते हैं, छोड़ो जी, हमने बहुत सह लिया, बहुत बर्दास्त किया, यह हमें समझता ही क्या है! रोज़ हमें यह तंग करता है, आज उसको हम सबक सिखा ही देंगे। अगर हम कार चला रहे हैं, सामने कोई चट्टान है, पेड़ है, गड्ढा है फिर भी हम सोचें कि छोड़ो जी, रोज-रोज हम ही हट जाते हैं, आज इसको हम सबक सिखा देंगे। ऐसे कहकर गाड़ी नहीं रोकें अथवा दिशा नहीं बदलें तो क्या होगा? सिर किसका टूटेगा? गाड़ी किसकी टूटेगी? इसलिए पहले-पहले हमें रोकने की शक्ति का प्रयोग ठीक रीति से करना होगा।

आप समझ ही गये होंगे कि रोकने की शक्ति हमारे जीवन में कितना महत्व रखती है। हर कदम पर हमें उसकी ज़रूरत पड़ती है। इसे सही दिशा में प्रयोग करें, उपयोग करें तो हम क्या से क्या नहीं बन सकते! अन्यथा तो गाड़ी का ब्रेक फेल हो जाने पर क्या नतीजा होगा ये हम भली भाँति जानते ही हैं। हमें अपने जीवन में हर घड़ी इसे सही उपयोग करने की आदत बना लेनी चाहिए।



जादौन नगर-राज। ब्रह्माकुमारीज जादौन नगर के सानिध्य में कार्यरत प्रेम निकेतन कन्या होस्टल सूर्यनगर तारों की कूट, जयपुर में चन्द्रशेखर गुर्जर, उपनिदेशक, देवस्थान विभाग, जयपुर राज. के सेवानिवृत्ति के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में उनके साथ उपस्थित हैं राजयोगिनी ब्र.कु. पूनम दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. सनुसूईया दीदी, विशिष्ट अतिथि डॉ. अर्चना शर्मा, पूर्व उपाध्यक्ष एवं चेयरपर्सन, मीडिया प्रदेश कांग्रेस समिति, जयपुर राज. तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।



भादरा-राज। चिकित्सक दिवस पर विवेकानंद स्वास्थ्य सेवा समिति हॉस्पिटल में डॉक्टरों को सम्मानित करने के पश्चात् प्रभु स्मृति में ब्र.कु. चन्द्रकान्ता बहन, डॉ. महावीर जाखड़, डॉ. सारिका तिवारी, डॉ. आनंद गौड़, डॉ. मनीष, वाइसचेयरमैन दयानंद, हॉस्पिटल उपाध्यक्ष जगदीश गर्ग तथा अन्य।



धमतरी-छ.ग। गुरु पूर्णिमा के अवसर पर ब्र.कु. सरिता बहन को उनके द्वारा की जा रही सामाजिक, आध्यात्मिक सेवाओं के लिए भारतीय जनता युवा मोर्चा की ओर से सम्मानित करते हुए जय हिन्दुजा, मेम्बर ऑफ स्टेट वर्किंग कमेटी, बी.जे.वाय.एम. तथा राजीव सिन्हा, फॉर्मर हेड, बी.जे.वाय.एम.। मौके पर कुलेश सोनी, मेम्बर ऑफ द स्टेट इकोनॉमिक सेल ऑफ बीजेपी, लक्ष्मण गौतम, पुष्पेन्द्र वाजपेयी, रिकी गणवानी, निखिल वरदानी आदि उपस्थित रहे।



मिआमी-फ्लोरिडा(यू.एस.ए.)। ब्रह्माकुमारीज के मेडिटेशन सेंटर द्वारा 'क्वांटम हीलिंग: द हार्ट इन वेलबीइंग' विषय पर आयोजित ऑनलाइन कन्वर्सेशन में शामिल हुए ब्र.कु. डॉ. श्वेतांक, डॉ. कनिष्ठा अग्रवाल तथा अन्य।



राँची-हरमू रोड (झारखण्ड)। राजभवन में झारखण्ड के राज्यपाल रमेश बैस को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निर्मला दीदी। साथ हैं ब्र.कु. शीला दीदी तथा ब्र.कु. प्रदीप भाई।



आगरा-पीपल मंडी (उ.प्र.)। नवनियुक्त न्याय एवं कानून राज्यमंत्री एस.पी. सिंह बघेल को उनके दिल्ली आवास पर जाकर बधाई देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सूर्यमुखी बहन, ब्र.कु. दर्शन बहन, ब्र.कु. ममता बहन तथा अन्य। साथ ही उन्हें मधुबन आने का निमंत्रण भी दिया गया। इस मौके पर श्रीमति मधु बघेल भी उपस्थित रहीं।



डग-राज। खानपुर विधायक व पूर्व संसदीय सचिव नरेन्द्र नागर, विधायक कालूराम वर्मा, भाजपा जिला उपाध्यक्ष हड़मंत सिंह सोलंकी, भाजपा मंडल अध्यक्ष गोविंद सिंह परिहार, मंडल महामंत्री सूर्य प्रकाश शर्मा, पिपलिया सरपंच तुफान सिंह व भाजपा महिला मोर्चा मंडल महामंत्री मीना पवार के स्थानीय ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पहुंचने पर ब्र.कु. नेहा बहन तथा ब्र.कु. सीमा बहन ने सभी का सम्मान किया।



हाथरस-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए ब्र.कु. सीता दीदी तथा अन्य भाई-बहनें।



दुर्ग-छ.ग.। विधायक अरुण वारा को कैबिनेट मंत्री का दर्जा मिलने पर गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब्र.कु. रूपाली बहन।



बेलगाम-कर्नाटक। ब्रह्माकुमारीज के बेलगाम सबजोन की ओर से गन्ने की फसल पर चर्चा करने हेतु आयोजित ई-कॉन्फ्रेंस में उपस्थित रहे ब्र.कु. अंबिका दीदी, ब्र.कु. शांता दीदी, साईटिस्ट एस.एस. नूली, कृषक सुरेश देसाई व लक्ष्मण देवपुजे, शेखर भाई तथा अन्य।

मेडिटेशन माना ही मन को मित्र बनाना



- ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

ओम - 9 का शेष...

मन को मित्र बनाना माना ही उस बहुत सुन्दर आध्यात्मिक जगत के दृश्य को उसके सामने ले आये। आध्यात्मिक जगत के दृश्य ले आना माना ये नहीं कि उसके लिए हमें कोई अपना घर संसार छोड़ना होगा, हमें कोई अपनी ज़िम्मेवारियों को छोड़ना होगा। हमें कोई अपने कर्तव्य को छोड़ना होगा। क्योंकि अक्सर मनुष्य इसी बात से डर जाता है कि कहीं आध्यात्मिकता की ओर गए और हम संसार से विरक्त हो गए और अपने ज़िम्मेवारियों से, कर्तव्यों से दूर होते गए तो हमारा घर-गृहस्थ कैसे चलेगा! नहीं कहीं दूर नहीं जाना है। उसी के बीच में रहना है लेकिन दिन भर में थोड़े समय के लिए इन सब बातों से अपने मन को फ्री करो। और कुछ आध्यात्मिक चिंतन में उसको लगाओ। मन को कुछ अच्छा खुराक दो। जिस खुराक के माध्यम से मन को आनंद का अनुभव भी हो और मन को महसूस हो कि वो आनंद एक अल्युजन था जिसके पीछे वो दौड़ रहा था, भाग रहा था। जिसे वो पकड़ नहीं सका, अनुभव नहीं कर सका। पूर्ण रिति से तृप्त नहीं हुआ। लेकिन इस आध्यात्मिक जगत के आनंद को जब वो अनुभव करता है तो एक आत्मिक तृप्ति

अनुभव होती है। इसीलिए भगवान ने अर्जुन को गीता में ये नहीं कहा कि हे अर्जुन! तुम्हें अपने घर बार को छोड़ना होगा। अपनी ज़िम्मेवारियों को छोड़ना होगा, अपने रिश्ते-नातों को छोड़ना होगा, अपने कर्तव्यों को छोड़ना होगा, नहीं। इन सबके बीच में रहते हुए कर्म कुशल होना होगा।

कुशलता गुणों से आती है। सद्गुणों से आती है। कुशलता, आध्यात्मिक गुणों को जब हम शामिल करते हैं, श्रेष्ठ भावनाओं को जब हम शामिल करते हैं उसी से अनुभव होती है। आज उस श्रेष्ठ भावना के बदले मनुष्य अपने जीवन में परेशानी

कर रहा है। तो इसीलिए छोड़ना नहीं है परंतु सद्गुणों में मन को ले चलना है और बहुत सुन्दर तरीके से उस गृहस्थ जीवन को, उस कर्तव्य को निभाना है। अर्थात् बहुत सुन्दर तरीके से अपने मन को एक ऐसा आनंद का अनुभव देते जायें जो व्यक्ति के अन्दर वो कुशलता आ जाये, वो क्षमतायें उसके अन्दर आ जायें। सद्गुणों की, श्रेष्ठता की और उसी से जब अपने गृहस्थ को चलाना शुरू करता है तब मन बहुत अच्छी तरह से व्यवहार कुशल, कर्म कुशल होकर अपने परिवार को भी सहजता से पाल सकता है।

इसीलिए आवश्यकता इस बात की है कि छोड़ने से कुछ हासिल नहीं होता है, इसीलिए मन को समझाना होता है। और मन को जब समझा देते हैं तो धीरे-धीरे मन समझदार भी बन जाता है और उस डिफरेंस को महसूस करता है और तब मन बहुत सहजता से मित्र बनने लगता है जब ये सिंक्रेट समझ लेता है कि गृहस्थ व्यवहार को चलाना ही है चाहे विकृति के आधार से पर चलायें, सद्गुणों के आधार पर चलायें लेकिन च्वाइस हमारी अपनी है। लेकिन जब सद्गुणों को लेकर हम चलाते हैं तो बहुत सुन्दर व्यवहार, कुशलता हमारे अन्दर आ जाती है। और उसी से देखा जाता है कि बस ये तो कोई बड़ी बात नहीं थी।

दिनभर की दिनचर्या का प्रभाव ही मेडिटेशन के ऊपर पड़ता है। तो चलिए अपने मन को समझाते हैं। पिताश्री ब्रह्मा बाबा रोज अपनी दरबार लगाते थे और आत्मा राजा बन करके मन मंत्री से पूछते थे कि हे मंत्री! आज तेरी कारोबार कैसी चली? कहीं कोई इंद्रियों ने तूझे धोखा तो नहीं दिया! तो हमें भी ऐसे ही मेडिटेशन में अपनी दरबार लगानी होगी।



का अनुभव क्यों कर रहा है? क्योंकि कहीं न कहीं उसके मन में इतना स्वार्थ भर गया है। इतना लोभ और मोह के वश वो जीने लगा है तभी अनेक प्रकार की परेशानियों का अनुभव करता है। सद्गुणों के बदले अनेक प्रकार की विकृतियां उसके अन्दर आ गई हैं। इसीलिए परेशानी का अनुभव



पूर्णा-परभणी (महा.)। मैत्री दिन के अवसर पर नेशनल डॉस अवॉर्ड प्राप्त विद्यार्थियों कु. आर्या, कु. श्रवण तथा कु. गायकवाड का सत्कार करने के पश्चात् उपस्थित हैं विशाल कदम, शिवसेना जिला प्रमुख, जगदीश जोगदंड, पत्रकार, डॉ. इंगोले, एडवोकेट लोखंडे, अध्यक्ष, वकील संघ, पूर्णा, अंभोरे जी. भा. ज. प. श्रीमति ठाकुर तथा ब्र.कु. प्रणिता दीदी, संचालिका, ब्रह्माकुमारीज, आनंद नगर, पूर्णा।



दिल्ली-हरिनगर। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् तमिलनाडु स्पेशल पुलिस कमान्डेंट सैथिल कुमार के साथ ब्र.कु. सारिका, ब्र.कु. रंजन तथा ब्र.कु. राजेन्द्र।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें....

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स नं - 5, आबू रोड (राज.) 307510
सम्पर्क - M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkkiv.org

सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये,

कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर वा

बैंक ड्राफ्ट (पेयबल ए. शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

For Online Transfer

SBI ACCT. NO. - 30826907041

IFSC - CODE - SBIN0010638

सूचित अवश्य करें...



एक नायक से सिद्धि विनायक की ओर

सबके घर की स्थिति, परिस्थिति किसी भी त्योहार या किसी भी देवी देवता के आधार से है या वास्तु-विज्ञान के आधार से है या ज्योतिष-कर्मकाण्ड के आधार से है? एक छोटा बच्चा जब जन्म लेता है, जिस माता-पिता के पास आता है, उस घर की जो भी मनोस्थिति हो, मनोदशा हो, परिस्थिति हो, चार-पाँच साल तक तो उसका उसे कुछ एहसास ही नहीं होता, क्योंकि उसके माता-पिता उसको हर चीज़ उसके हिसाब से उपलब्ध कराते हैं। लेकिन जैसे-जैसे हम बड़े होते जाते हैं, परिस्थितियाँ हमारे ऊपर हावी होती हैं, तो हम सभी उन बातों से अपने आपको जोड़ते हैं, जो हमारी स्थिति को बिगाड़ रही हैं। ऐसा सबको लगता है। उसके बाद सभी लोग सहारे लेना शुरू करते हैं वास्तु, ज्योतिष और उसके साथ जुड़ी हुई चीज़ों का। और समय-समय पर जो त्योहार आते हैं, जो जहाँ जिसको मानता है, उसके साथ जुड़ना शुरू करता है। तो संसार एक चाल से चलना शुरू कर देता है कि आप इनकी पूजा करो, इनका व्रत रखो तो मनोकामनायें पूरी हो जायें। अब यहाँ एक बात आती है कि जो जिस देवता का व्रत रख रहा है, वो उसके एक गुण को लेकर रख रहा है जैसे शीतला देवी के व्रत से यह फायदा है, दुर्गा जी के व्रत से यह फायदा है, गणेश जी के व्रत से यह फायदा है। सभी कहते हैं, गणेश की पूजा करने से सारे विघ्न नष्ट हो जाते हैं। अब गणेश की पूजा से विघ्न नष्ट हो रहे हैं, यह बात कुछ अजीब-सी लगती है, क्योंकि गणेश जी तो एक मूर्ति है, और मूर्ति में आपकी श्रद्धा है। श्रद्धा और भावना तो हम क्रिये कर रहे हैं कि इनकी पूजा करने से हमारे विघ्न नष्ट हो जायेंगे। तो संकल्प भी हम कर रहे हैं, भावना भी हम ही रख रहे हैं, सोच भी हम ही रहे हैं। तो आप देखो, सिद्धि कहाँ से आ रही है? ये विघ्न या निर्विघ्न स्थिति कहाँ से बन रही है? हमारे संकल्पों से बन रही है। तो मनुष्य की आज की स्थिति असमंजस वाली है। शायद इसीलिए



गणेश जी की धड़ और गणेश जी का सर मनुष्य और जानवर के साथ जोड़ दिया गया है। मतलब स्थिति-परिस्थिति बदलने का जो भाव है मनुष्यों का, वो इस तरह से दर्शाया गया है। इसीलिए आप बड़े ध्यान से जब इनका चित्र देखेंगे तो इन चित्रों के जो भाव हैं एक-एक, इन भावों के साथ भी निर्विघ्न स्थिति को दर्शाया जाता है और दुनिया का सबसे बुद्धिमान जानवर हाथी को माना जाता है जो एक साधारण इंसान के साथ रहता है। लेकिन उस हाथी जैसी स्थिति में अगर... कहा जाता है कि एक छोटी-सी चींटी जैसा भी कोई उल्टा-पुल्टा संकल्प चल जाये तो व्यक्ति को मौत के घाट सुला देता है। इसलिए हम सभी जितने भी अच्छी तरह से व्रत और उपवास करने वाले लोग हैं, उन्हें ये सोच लेना चाहिए, समझ लेना चाहिए, जान लेना चाहिए कि हमारे संकल्पों के आधार से विघ्न आते हैं और हम अच्छे संकल्पों से निर्विघ्न बनते हैं। तो अगर

मुझे सिद्धि विनायक की स्थिति बनानी है, सिद्धि स्वरूप बनना है तो एक छोटा-सा गलत संकल्प भी हमें धराशायी कर सकता है। इसलिए जितने अच्छे-अच्छे संकल्प, जितनी अच्छी-अच्छी हमारी सोच, जितनी देर हमारा अच्छा सोचने का कार्य होता है, उतने दिन तक, उतने समय तक हमारे घर की हमारी स्थिति और परिस्थिति निर्विघ्न बनी रहती है। कोई एक महीना, दो महीना या दस दिन पूजा करने वाली बात नहीं है, आप दस दिन पूजा करते हुए अच्छे संकल्प चलायेंगे, लेकिन उसके बाद फिर वैसा ही सोचने लग जायेंगे। इसलिए संकल्पों का जो उतार-चढ़ाव है, वो ही हमारे आस-पास विघ्न पैदा करता है। तो हर एक नायक सिद्धि विनायक है। और वो सिद्धि आपने प्राप्त की हुई है, बस थोड़ा-सा अपने आप को समझाओ, बार-बार अच्छा सोचने का संकल्प करो ताकि सब अच्छा हो जाये।

दिल की बात



शिवबाबा की समझानी को हम अंदर तक धारण करें कि अगर कोई भी बात आती है, तो मुझे अंदर जाना, अपने भीतर देखना है। मुझे परिस्थिति नहीं देखनी, अपनी पाँवर को देखना है कि मैं क्यों हिल रहा हूँ? और जितना गहराई तक हम अपने अंदर इस बात को समा लेते हैं, उतना ही हम समझ पाते हैं कि अगर कुछ भी बात आने पर मैं मन से हिलता हूँ, विचलित होता हूँ, तो इसका मतलब मैं ही कमजोर हूँ, और मुझे खुद को ही ठीक करना है, मुझे बाहर नहीं देखना ठीक होने के लिए, दूसरे की तरफ ध्यान ही नहीं देना। तो जितनी ये बात मेरे अंदर तक पक्की हो जायेगी, उतना ही मैं पाँवरफुल बनता जाऊंगा।

अमृत का काम होता है, शुद्ध करना। ज्ञान भी अमृत ही है जो कि आत्मा को पावन बनाता है, अगर वह दिल में समा जाए तो ज्ञान मन की मैल को धो, आत्मा को शुद्ध बनाता है।

अगर किसी का कल्याण चाहते हो, तो सबसे पहले अपना कल्याण कर लो। क्योंकि स्वयं के कल्याण में ही सबका कल्याण समाया हुआ है। पर होता क्या है! हम खुद समझें-न-समझें, परंतु दूसरों को समझानी देने में हमें बहुत मज़ा आता है। क्योंकि ज्ञान सुनाना हमें सहज लगता है, और स्वयं का परिवर्तन करना मुश्किल। इसलिए हम सहज रास्ता पकड़ लेते हैं और स्व को परिवर्तन कर नहीं पाते।

ये संकल्प ही गलत है कि मैं किसी का कल्याण कर रहा हूँ। हम जो कुछ भी करते हैं, वह स्वयं के लिये ही करते हैं। क्योंकि कर्म से भाग्य बनता है। और अगर हमारे संकल्प में ही ये आ गया कि मैं किसी का कर रहा हूँ, तो वहीं पर हमारा भाग्य रुक जाता है। क्योंकि तब हममें स्वार्थ भाव आ गया कि मैं कर रहा हूँ। ये संकल्प ही निगेटिव है।



जशनपुर-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा बल्लापुर कैम्पस में आयोजित पौधारोपण कार्यक्रम में शरीक हुए कलेक्टर महादेव कावड़े, सी.एस.एच.ओ. डॉ. पी. सुधार, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरिता बहन, रायगढ़ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. चित्रा बहन, ब्र.कु. राधिका, ब्र.कु. बेबी तथा अन्य।



रतलाम-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज के राजीव गांधी सिविक सेंटर सेवाकेन्द्र पर माणक चौक थाने के टी.आई. दिलीप राजोरिया को ज्ञानचर्चा के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मनोरमा दीदी। साथ हैं ब्र.कु. पूजा, ब्र.कु. आरती, टी.आई. साहब की बहन रेखा चौबे तथा जीजा राजाराम चौबे।

विचारों पर नियंत्रण ही हमारे चरित्र को स्वरूप देता है

कई शोध अध्ययनों का निष्कर्ष है कि विचार ही पावर है। विचार ही जीवन का अंग बनकर चरित्र को विशेष स्वरूप प्रदान करते हैं और चरित्र ही हमारी आदतों पर, इच्छाशक्ति पर नियंत्रण रखता है। चरित्र के मुताबिक ही हमारे काम होते हैं। विचारों में डर, शंका या फिर विश्वास, जो भी मौजूद होगा। हमारा चरित्र भी उसी प्रकार से आकार लेना शुरू कर देगा। अमेरिकन प्रोफेसर डॉ. बारबरा फ्रेड्रिक्सन ने सालों तक सकारात्मकता पर शोध किया। वह लिखती हैं कि विचारों पर नियंत्रण न हो या उनका प्रवाह नकारात्मकता की ओर हो, तो एक समय के बाद इसके दुष्प्रभाव न सिर्फ आपके जीवन, कामकाज बल्कि स्वास्थ्य में भी नज़र आने लगते हैं।

मशहूर लेखक विद्वान स्टेट मॉड्रेन कहा करते थे आशा और निराशा के दो रूप हैं। और इनमें से एक तीसरा रूप निकलता है, वह है अभिलाषा का। आशा और अभिलाषा किसी वस्तु को, आकृति को गीली मिट्टी में तैयार करके उसे सांचे में ढाल देती है। और कर्म जीवन में उसे सफेद पत्थर जैसा साकार, पक्का बनाकर प्रकट कर देता है। हमारा विश्वास वह उम्मीद और आशा है। दुनिया में ऐसी कोई खुशी नहीं जिसके लिए आपकी आत्मा बेचैन हो और वह आपको न मिले। लेकिन मनचाही खुशी तभी मिलेगी, जब आप खुद को उसके लिए योग्य बनाएंगे। इसलिए अपने विचारों पर नियंत्रण रखना ज़रूरी है। अविश्वास हमारा सबसे बड़ा दुश्मन है। कोरी कल्पना से कुछ नहीं



होने वाला। कल्पना, आशा, विश्वास और परिश्रम मिलकर ही सफलता का दरवाजा खोलते हैं।

अस्थमा के रोगी, जरूर खायें ये चीज़ें

कोरोना वायरस से पीड़ित व्यक्तियों में सांस की समस्या (श्वास-प्रणाली की समस्यायें) की बातें सामने आ रही हैं। उन लोगों पर वायरस का प्रभाव ज्यादा हो रहा है जो सांस से संबंधित बीमारियों से जूझ रहे हैं या जिनको और कोई गंभीर बीमारी है। आपको बता दें कि अस्थमा लंबे समय तक

विटामिन-सी में एंटी ऑक्सीडेंट भरपूर मात्रा में पाया जाता है, जो फेफड़ों की सुरक्षा करने और उन्हें मजबूत बनाने में मददगार होता है। जो लोग अधिक विटामिन-सी युक्त चीजों का सेवन करते हैं उन्हें अस्थमा का अटैक आने का खतरा कम होता है, अस्थमा के रोगियों को संतरा, ब्रोकली,

जाना जाता है। तुलसी में एंटी ऑक्सीडेंट गुण भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। ऐसे में चाय में दो से तीन पत्ते तुलसी के डालकर पीने से अस्थमा के मरीजों में अटैक की आशंका कम हो जाती है। तुलसी शरीर के इम्यून सिस्टम को बेहतर बनाती है, साथ ही तुलसी मौसमी बीमारियां जैसे फ्लू और सर्दी-खांसी में भी राहत देती है।

अस्थमा एक ऐसी बीमारी है जो इंसान को अंदर से घायल कर देती है, अस्थमा का अटैक आने से इंसान अंदर से एकदम टूट जाता है। कोरोना काल में तो अस्थमा के रोगियों को खुद का ज्यादा ध्यान रखने की जरूरत है।



चलने वाली बीमारी है, जिसे लंबे समय तक इलाज की जरूरत होती है।

अस्थमा में सांस लेने में दिक्कत, सीने में दर्द, खांसी और घरघराहट होती है। इस अटैक का मुख्य कारण शरीर में मौजूद बलगम और संकरी श्वासनी है लेकिन इसके अलावा अस्थमा के अटैक के कई बाहरी कारण भी होते हैं, जिस वजह से दमे का अचानक अटैक पड़ता है, ऐसे में रोगियों को इहेलर लेने के लिए कहा जाता है, साथ ही अस्थमा के रोगियों को हेल्दी डाइट भी लेनी चाहिए, आइए आपको बताते हैं कैसा होना चाहिए अस्थमा रोगियों का डाइट प्लान: -

विटामिन-सी से भरपूर फूड्स

कीवी को डाइट में शामिल करना चाहिए।

शहद और दालचीनी का करें इस्तेमाल

वैसे तो अस्थमा रोगियों को शहद और चीनी का उपयोग सीमित मात्रा में ही करना चाहिए लेकिन अस्थमा के मरीजों के लिए शहद और दालचीनी का सेवन काफी लाभदायक होता है रात में सोने से पहले दो से तीन चुटकी दालचीनी के साथ एक चम्मच शहद मिलाकर नियमित रूप से लेने से फेफड़ों को आराम मिलता है, साथ ही लंग्स से जुड़ी बीमारियां भी दूर होती हैं।

तुलसी है फायदेमंद
तुलसी का आयुर्वेदिक औषधि के रूप में

नियमित रूप से खाएं दाल

विभिन्न प्रकार की दालों को प्रोटीन का अच्छा स्रोत माना जाता है। काला चना, मूंग दाल, सोयाबीन और अन्य कई ऐसी दालें हैं जो हेल्थ के लिए फायदेमंद होती हैं। ये दालें फेफड़ों को मजबूत बनाती हैं और उन्हें संक्रमण से बचाती हैं। ऐसे में अस्थमा के मरीजों को दालों का सेवन नियमित रूप से करना चाहिए। इसके अलावा दालों के सेवन से पाचन शक्ति भी मजबूत होती है।

हरी सब्जियों का करें सेवन

फेफड़ों के लिए हरी सब्जियां काफी फायदेमंद होती हैं। हरी सब्जियों को खाने से फेफड़ों में कफ जमा नहीं हो पाता जिससे अस्थमा के रोगियों को अटैक आने जैसी आशंकाएं कम हो जाती हैं। हरी सब्जियों का सेवन करने से इम्यून सिस्टम भी बेहतर होता है।

(इस लेख में दी गई जानकारीयों और सूचनाएं सामान्य जानकारी पर आधारित हैं। इन पर अमल करने से पहले संबंधित विशेषज्ञ से संपर्क अवश्य कर लें।)

.....



सुन्नी-शिमला। ज्ञान चर्चा के पश्चात् नवनियुक्त महामहिम राज्यपाल राजेन्द्र विश्वनाथ अल्लेकर, हिमाचल प्रदेश को राज भवन में ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शकुन्तला एवं ब्र.कु. रेवा दास। इस अवसर पर गौरव ए.डी.सी., जयंत शर्मा प्रेस सेक्रेटरी, प्राईवेट सेक्रेटरी, चीफ सेक्योरिटी ऑफिसर तथा राजभवन के अन्य स्टाफ भी मौजूद रहे।



औरंगाबाद-महा. सिल्लोड सिटी स्कैन सेंटर के उद्घाटन कार्यक्रम में शरीक हुए राज्य के महसूल तथा ग्रामविकास मंत्री अब्दुल सत्तार, स्थानीय ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. छाया दीदी, नगर परिषद की नगर अध्यक्ष राजश्री निकम, उपनगर अध्यक्ष समीर भाई, सुमन हॉस्पिटल के सर्वेसर्वा निलेश मिरकर, चाफे सर तथा अन्य।



भीनमाल-राज. श्री क्षेमकरी माता मंदिर के प्रांगण में उपखंड प्रशासन भीनमाल तथा संयुक्त व्यापारी महासंघ द्वारा कोरोना महामारी के दौरान दिए गए सहयोग के लिए शॉल, अभिनंदन पत्र तथा स्मृति चिन्ह देकर ब्र.कु. गीता बहन को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर उप जिला कलेक्टर ओमप्रकाश माजरा, नगर पालिका उपाध्यक्ष प्रेम राज बोहरा, प्राथमिक स्वास्थ्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. दिनेश बिश्नोई, संयुक्त व्यापारी महासंघ अध्यक्ष नरेश अग्रवाल, विकास अधिकारी आशुतोष जी, अधिशासी अधिकारी राकेश जी आदि कई गणमान्य अधिकारी उपस्थित रहे।



झज्जर-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र पर आयोजित निःशुल्क नेत्र चिकित्सा कैम्प में 80 लोगों ने अपनी आँखों की जाँच करवाई। इस अवसर पर ब्र.कु. संतोष बहन, ब्र.कु. भावना बहन उपस्थित रहे एवं सम्बोधित किया। आई क्यू सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल झज्जर के सदस्य सीनियर ऑप्टम मो. वसीम, काउंसलर मीनाली पाराशर को वर्कर सन्नी ने अपना सहयोग दिया।



कुरुक्षेत्र-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज यूथ विंग के 'यूथ फॉर ग्लोबल पीस' प्रोजेक्ट के अंतर्गत 'कौशल विकास' विषय पर युवा भाई-बहनों के लिए आयोजित ऑनलाइन पेंटिंग प्रतियोगिता के पुरस्कार वितरण कार्यक्रम में आये मुख्य अतिथि जिला शिक्षा अधिकारी अरुण आशिरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरोज दीदी।



आगरा-उ.प्र. चिकित्सक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा रेनबो हॉस्पिटल में आयोजित 'सम्मान समारोह' में अस्पताल प्रमुख डॉ. जयदीप मल्होत्रा, वरिष्ठ न्यूरोसर्जन डॉ. आर.सी. मिश्रा, निदेशक डॉ. नरेन्द्र मल्होत्रा, डॉ. केशव मल्होत्रा, डॉ. राजीव लोचन शर्मा, डॉ. वंदना कालरा, डॉ. मनप्रीत शर्मा, डॉ. शेमी बंसल, डॉ. पायल सक्सेना, डॉ. विश्वदीपक, डॉ. अनीता आदि डॉक्टरों को शॉल, स्मृति चिन्ह एवं प्रसाद भेंट कर सम्मानित करते हुए पीपल मण्डी सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. ममता बहन तथा शाहगंज सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. दर्शन बहन तथा अन्य ब्र.कु. बहनें। मौके पर बिजनेस हेड प्रदीप कंडारी, केशवेन्द्र सिसोदिया, राजीव कुमार सिंह आदि मौजूद रहे।



राजकोट-रविरत्नापार्क। गुरु पूर्णिमा के अवसर पर स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. नलिनी दीदी को सम्मानित करने एवं उनसे ब्लेसिंग लेने के पश्चात् उपस्थित हैं कमलेश मिरानी, बी.जे.पी. प्रेसीडेंट, विक्रम भाई, दक्षा बहन, कॉर्पोरेटर तथा अन्य कॉर्पोरेटर्स व बी.जे.पी. मेम्बर्स।

आत्मा बीज है....

हमारे जीवन का

हम बचपन से सुनते आये हैं, 'मन जीते, जग जीते। मन जीते ये समीकरण ही गलत है। तो फिर जीवन में कुछ न कुछ तो होना ही है। आपको याद होगा, जब हम स्कूल में परीक्षा देने जाते थे तो समीकरण पहली लाइन में ही लिखनी पड़ती है। हम खुश होकर आ जाते थे कि हमने तो बहुत सारे पन्ने भर दिए, अब अच्छे नम्बर मिलेंगे। तो टीचर कहते थे कि ये क्या किया, पहली लाइन में समीकरण ही गलत लिखा। तो मैंने आगे तुम्हारा पेपर देखा ही नहीं। हमें बड़ों ने सिखाया था मन जीते, जग जीते। जब मन जीते, जग जीते होता है तो हमें थोड़ा-सा ध्यान अपने मन पर भी देना चाहिए। उसी तरह संकल्प से सृष्टि होती है, सृष्टि से संकल्प नहीं। ध्यान हमें संकल्प पर देना था लेकिन हमने ध्यान सृष्टि पर दिया। ये सोचकर कि संकल्प स्वतः अच्छे चल जायेंगे। संकल्प से सिद्धि होती है। तो हमें अपने संकल्प के ऊपर ध्यान देना था।

फोन पर जब मैसेज आते हैं तो हम उसको फॉरवर्ड करते हैं। लेकिन जीवन में कभी उस समीकरण को इस्तेमाल नहीं करते हैं। क्योंकि मन में उसका दृश्य नहीं था और दूसरा इक्वेशन गलत था। हमने समझा था कि बाहर सब परफेक्ट होगा तो अंदर स्वतः ही परफेक्ट होगा। सही सोच सिर्फ कोविड के बारे में नहीं चाहिए बल्कि जीवन के हर दृश्य में चाहिए। अगर मैं कोविड के बारे में ही सोचूं और बाकी चीजों के बारे में नहीं तो भी मन के अंदर बहुत सारे दाग लग जाएंगे, चोटें लग जाएंगी। कई पुरानी चोटें भी होंगी जो अभी तक ठीक नहीं हुई हैं। वो आज भी दर्द कर रही हैं। जब मन में कोई चोट हो तो उसका असर शरीर के स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। इसलिए कोविड के समय हम महसूस कर रहे हैं कि मन और शरीर दोनों को पावरफुल रखना है। हमें सही सोचना सिर्फ कोविड की परिस्थिति के लिए नहीं है बल्कि



डॉ. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जीवन की हर बात के लिए और बीती हुई बातों के लिए भी सही सोचना है। अर्थात् कोई भी बात जो बीत गई है लेकिन उस समय हमने गलत सोच लिया था, वो बीता हुआ दर्द हमें कहीं पकड़े हुआ है। हमें सिर्फ शरीर को सुरक्षित नहीं करना है, बल्कि मन को दूसरे के संक्रमण से सुरक्षित करना है।

बीज की ऊर्जा सिर्फ बीज के अंदर नहीं रहती है। उसकी ऊर्जा पूरे वृक्ष हो जाती है।

और मन को फिट रखने के लिए पुरानी चोटें भी खत्म करनी पड़ेंगी। माना इस समय हमें बहुत शक्तिशाली होने की जरूरत है।

जीवन आत्मा से स्टार्ट होती है। आत्मा बीज है हमारे जीवन का। बाकी जीवन वृक्ष है। सबकुछ बाहर जो दिखाई देता है वो वृक्ष है। चलते-फिरते हम गार्डन में जाते हैं, वहाँ कितने सारे पेड़-पौधे दिखाई देते हैं। हम यही कहते हैं फूल कितने सुंदर हैं। इसकी खुशबू कितनी अच्छी है। ये फल कितना अच्छा लगा है। इसका रंग कितना अच्छा है। हमने ये कभी नहीं बोला कि इसका बीज कितना अच्छा होगा, दुनिया में भी नहीं बोला। उसी तरह हमारे जीवन में भी ऐसे ही हो गया। किसी ने आत्मा रूपी बीज के बारे में बात नहीं की। कहते हैं ये कितने सुंदर दिखते हैं,

इनका मकान कितना सुंदर है, इनका काम कितना सुंदर है। इनके बच्चे कितने अच्छे हैं। वृक्ष के बारे में हर कोई महिमा करता है। महिमा तो सबको अच्छी लगती है। इस बीच बीज (आत्मा) अंदर से थोड़ा-थोड़ा नजरअंदाज हो रहा था। कुल मिलाकर जब बीज नजरअंदाज होने लगा तो उसका नतीजा वृक्ष पर दिखाई देना शुरू हो जाएगा। ये कोविड से पहले ही दिखाई देना शुरू हो चुका था। शरीर के स्वास्थ्य के लिए हम अच्छा खाना खाते हैं, बोतलों से पानी पीते हैं, ऑर्गेनिक खाना ढूंढते हैं, व्यायाम करने के लिए कितनी सारी जगहें खुल गईं, इतना सब करने के बाद भी प्रश्न उठता है कि क्या हम शारीरिक रूप से स्वस्थ हैं? क्या कोई दवा नहीं लेनी पड़ती? ऐसा हुआ? नहीं हुआ ना! तो सबसे पहला असर बीज का इस वृक्ष (शरीर) पर दिखता है।

आत्मा रूपी बीज से जो हम हर विचार पैदा करते हैं उसके वायब्रेशन इस शरीर रूपी वृक्ष को मिलते हैं। आज हमें जीवन का ये समीकरण अपने मन में अच्छी तरह से फिट कर लेना है कि मन में हम जो सोच रहे हैं वह सिर्फ मन में ही नहीं रहता है। उसकी तरंगें पूरे शरीर को मिलती हैं। तो मैंने जो-जो मन में पकड़कर रखा हुआ है चाहे वो दर्द हो, कोई गिल्ट हो, मेरे सँ कोई गलती हुई हो, किसी ने कुछ गलत किया हो, वो गुस्सा पकड़कर रखा हो, कभी-कभी तो किसी के लिए कोई नफरत भी पकड़कर रखी होती है। कभी-कभी किसी से उदासी, नाराजगी रह जाती है। अब वो सब जो पकड़कर रखा हुआ है वो सिर्फ आत्मा में नहीं रहता है, ये बीज है। बीज की ऊर्जा सिर्फ बीज के अंदर नहीं रहती है। उसकी ऊर्जा पूरे वृक्ष हो जाती है। उसी तरह मनुष्य के बीज की ऊर्जा भी सिर्फ मन में ही नहीं रहती, बल्कि पूरे शरीर को जाती है।

एक नई सोच

{ किस्मत के रचयिता }

**प्रभु प्रिय आत्मन,
कर्म का फल ही किस्मत है। जिस प्रकार रेडियो, टीवी की तरंगें हवा में होती हैं, किन्तु वे पकड़ में तब आती हैं जब हम उस फ्रीक्वेंसी पर टीवी या रेडियो को सेट करते हैं। इसी प्रकार हमारे हर एक बोल, हमारे विचारों तथा कर्म की तरंगें हवा में मौजूद रहती हैं अर्थात् वह ऊर्जा अपने लक्ष्य तक पहुंचती है और इस पहुंचने की क्रिया के बाद प्रतिक्रिया के रूप में हमारे पास वापिस भी आती है। तब ऊर्जा को हम किस्मत का नाम देते हैं, यानी करते समय जो कर्म हैं, लौटते समय वही ऊर्जा किस्मत बन जाती है।**

अपनी उस किस्मत के रचयिता हम खुद हैं। क्योंकि विचार आत्मा में ही भरे रहते हैं, जो इसी जन्म में या अगले जन्म में हमारी किस्मत के रूप में सामने आते हैं।



रतलाम-म.प्र. राजीव गांधी सिविक सेंटर में पौधारोपण से पूर्व प्रकृति को सकाश देते हुए ब्र.कु. मनोरमा दीदी, ब्र.कु. पूजा, ब्र.कु. आरती, मानसी केसवानी, बुटीक डिजाइनर, श्वेता सोनी, ब्यूटीशियन, अरविंद सोनी, समाजसेवी, ललित केसवानी, व्यवसायी तथा राजेश मोडीया, मोदी केयर मार्केटिंग।



भरतपुर-राज. हिमांशु गुप्ता, आई.ए.एस., जिला कलेक्टर को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. कविता दीदी तथा ब्र.कु. गीता बहन। साथ हैं के.के. गोयल, ए.डी.एम. भरतपुर।



झज्जर-हरियाणा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् पुलिस अधीक्षक राजेश दुग्गल को ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. भावना बहन।



रशिया। 'साधना, सेवा, सिद्धि' विषय पर आयोजित एनुअल रिजनल रिट्रीट में रशिया, सी.आई.एस. व बाल्टिक कंट्रीज, यूक्रेन, मंगोलिया, जॉर्जिया तथा मोल्दोवा के 65 ब्रह्माकुमारी सेंटर्स के समर्पित सेवाधारी भाई-बहनें शामिल हुए। रिट्रीट में राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. सुधा दीदी, राजयोगी ब्र.कु. विजय भाई, ब्र.कु. संतोष दीदी आदि वरिष्ठ भाई-बहनों ने ज्ञान के विभिन्न विषयों पर विस्तार से समझाया तथा अपने अनुभव सभी के साथ साझा किये।

परमात्म ऊर्जा मैं सफलता का सितारा हूँ

अपने आपको सफलता के सितारे हैं - ऐसे अनुभव करते हो?

जहाँ सर्वशक्तियाँ हैं, वहाँ सफलता जन्मसिद्ध अधिकार है। कोई भी कार्य करते हो, चाहे शरीर निर्वाह अर्थ, चाहे ईश्वरीय सेवा अर्थ। कार्य में कार्य करने के पहले यह निश्चय रखो। निश्चय रखना अच्छी बात है लेकिन प्रैक्टिकल अनुभवी आत्मा बन 'निश्चय और नशे में रहो।' सर्वशक्तियाँ इस ब्राह्मण जीवन में सफलता के सहज साधन हैं। सर्व शक्तियों के मालिक हो इसलिए किसी भी शक्ति को जिस समय ऑर्डर करो, उस समय हाज़िर हों। जितना-जितना मास्टर सर्वशक्तियान की सीट पर सेट होंगे उतना सर्वशक्तियाँ सदा ऑर्डर में रहेंगी। थोड़ा भी स्मृति की सीट से नीचे आते हैं तो शक्तियाँ ऑर्डर नहीं

मानेंगी। सर्वेन्त भी होते हैं तो कोई ओबिडिएन्ट होते हैं, कोई थोड़ा

ऊपर-नीचे करने वाले होते हैं। तो आपके आगे सर्वशक्तियाँ कैसे हैं? ओबिडिएन्ट हैं या थोड़े देर के बाद पहुंचती हैं? जैसे इन स्थूल कर्मेन्द्रियों को, जिस समय, जैसा ऑर्डर करते हो, उस समय वो ऑर्डर से चलती हैं? ऐसे ही ये सूक्ष्म शक्तियाँ भी आपके ऑर्डर पर चलने वाली हों। चेक करो कि सारे दिन में सर्वशक्तियाँ आपके ऑर्डर पर होंगी तब ही अन्त में भी आप सफलता को प्राप्त कर सकेंगे। इसके लिए बहुतकाल का अभ्यास चाहिए। तो इस वर्ष में ऑर्डर पर चलाने का विशेष अभ्यास करना। क्योंकि विश्व का राज्य प्राप्त करना है ना! विश्व राज्य अधिकारी बनने के पहले स्वराज्य अधिकारी बनो।

» अभी नहीं तो कभी नहीं «



किसी भी विधि से कमजोरी को मिटाना ही है - यह दृढ़ संकल्प करो। स्वयं पर और समय पर कोई भरोसा नहीं है। अब नहीं तो कब नहीं अर्थात् जो करना सो अभी करना है।

अगर अभी तक भी कन्ट्रोलिंग पॉवर नहीं होगी तो फाइनल रिजल्ट में क्या होगा? फाइन भरने के लिए धर्मराजपुरी में जाना पड़ेगा। यह सजायें फाइन हैं। रिफाइन बन जाओ तो फाइन नहीं भरना पड़ेगा। अपना फाइनल फैसला कर लिया है कि अभी फाइलों के भण्डार भरे हुए हैं? खाता क्लियर हो गया है या मस्तक के टेबल पर यह नहीं किया है- ये फाइलें रही हुई हैं? यह करना चाहिए, यह चाहिए तो नहीं भरी पड़ी हैं? पुराने वर्ष के साथ पुराना खाता खत्म किया! या नये साल में भी पुराने खाते को जमा करके लम्बा किया है? क्या किया है? अगर अब तक भी पुराने खाते का हिसाब-किताब चुक्ता न कर बढ़ाते चलेंगे तो रिजल्ट क्या होगी! जितना पुराना खाता चलाते रहेंगे उतना ही चिल्लाना पड़ेगा। यह चिल्लाना बड़ा दर्दनाक है। एक-एक सेकण्ड एक वर्ष के समान अनुभव होगा। इसलिए अभी

भी 'शिव मंत्र' द्वारा समाप्ति कर दो। अभी कईयों के खाते क्लियर नहीं हैं। अब तक पुराने-पुराने दाग भी कईयों के रहे हुए हैं। रबड़ भी लगाते हैं, फिर दाग लगा देते हैं। कईयों का तो पहले छोटा दाग है लेकिन छिपाते-छिपाते बड़ा कर दिया है। कई छिपाते हैं और कई चालाकी से अपने को चलाते हैं- इसलिए गहरा दाग होता जाता है। जैसे बहुत गहरा दाग होता है तो जिस चीज पर दाग होता है वही फट जाती है - चाहे कागज़ पर हो, चाहे कपड़े पर हो। वैसे यहाँ भी गहरे दाग वाले को दिल फाड़कर रोना पड़ेगा - यह मैंने किया, यह मैंने किया! ऐसे दिल फाड़ कर रोना पड़ेगा। अगर एक सेकण्ड भी वह दृश्य देखो तो विनाशकाल से भी दर्दनाक है, इसलिए सच्चे बनो, साफ बनो। बापदादा को अभी भी रहम आता है, इसलिए रोज अपनी राजदरबार लगाओ। कचहरी करो। चेक करने से चेंज हो जायेंगे।

कथा सरिता



एक गांव के पास एक खेत में सारस पक्षी का एक जोड़ा रहता था। वहीं उनके अंडे थे। अंडे बड़े हुए और समय पर उनसे बच्चे निकले। लेकिन बच्चों के बड़े होकर उड़ने योग्य होने से पहले ही खेत की फसल पक गयी। सारस बड़ी चिंता में पड़े कि किसान खेत काटने आवे, इससे पहले ही बच्चों के साथ उसे वहां से चले जाना चाहिए और बच्चे उड़ नहीं सकते थे। सारस ने बच्चों से कहा- "हमारे न रहने पर यदि कोई खेत में आवे तो उसकी बात सुनकर याद रखना।"

एक दिन जब सारस चारा लेकर शाम को बच्चों के पास लौटा तो बच्चों ने कहा- "आज किसान आया था। वह खेत के चारों ओर घूमता रहा एक-दो स्थानों पर खड़े होकर देर तक खेत को घूरता रहा। वह कहता था कि खेत अब काटने के योग्य हो गया है। आज चलकर गांव के लोगों से कहूंगा कि वह मेरा खेत कटवा दें।"

सारस ने कहा- "तुम लोग डरो मत! खेत अभी नहीं कटेगा अभी खेत कटने में देर है।"

कई दिन बाद जब एक दिन सारस शाम को बच्चों के पास आए तो बच्चे बहुत घबराए थे - "वे कहने लगे कि अब हम लोगों को यह खेत झटपट छोड़ देना चाहिए। आज किसान फिर आया था, वह कहता था कि गांव के लोग बड़े स्वार्थी हैं। वह मेरा खेत कटवाने का कोई प्रबंध नहीं करते। कल मैं अपने भाइयों को भेजकर खेत कटवा लूंगा।"

सारस बच्चों के पास निश्चिंत होकर बैठा और बोला - "अभी तो खेत कटता नहीं दो-चार दिन में तुम लोग ठीक-ठीक उड़ने लगोगे, अभी डरने की आवश्यकता नहीं है।"

कई दिन और बीत गए। सारस के बच्चे उड़ने लगे थे और निर्भय हो गए

है। दूसरे स्थान पर उड़ चलो। कल खेत अवश्य कट जायेगा।" बच्चे बोले- "क्यों? इस बार खेत कट जाएगा यह कैसे?"

सारस ने कहा- "किसान जब तक गांव वालों और भाइयों के भरोसे था तो खेत के कटने की आशा नहीं थी। जो दूसरों के भरोसे कोई काम छोड़ता है उसका काम नहीं होता, लेकिन जो

अपना काम स्वयं करें



थे। एक दिन शाम को सारस से वे कहने लगे- "यह किसान हम लोगों को झूठ-मूठ डराता है। इसका खेत तो कटेगा नहीं, वह आज भी आया था और कहता था कि मेरे भाई मेरी बात नहीं सुनते सब बहाना करते हैं। मेरी फसल का अन्न सुखकर झर रहा है। कल बड़े सवें में आऊंगा और खेत काट लूंगा।"

सारस घबराकर बोला - "चलो जल्दी करो। अभी अंधेरा नहीं हुआ

स्वयं काम करने को तैयार होता है उसका काम रुका नहीं रहता। किसान जब स्वयं कल खेत काटने वाला है, तब तो खेत कटेगा ही।"

अपने बच्चों के साथ सारस उसी समय वहाँ से उड़कर दूसरे स्थान पर चला गया।"

सीख :- हमें दूसरों के भरोसे रहने के बजाय स्वयं का काम स्वयं ही करना चाहिए।



बुराई के आगे अच्छाइयों को छोटा न करें

एक राजा था। उसने 10 खूंखार जंगली कुत्ते पाल रखे थे। जिनका इस्तेमाल वह लोगों को उनके द्वारा की की गयी गलतियों पर मौत की सजा देने के लिए करता था।

एक बार राजा के एक पुराने मंत्री से कोई गलती हो गयी। अतः क्रोधित होकर राजा ने उसे शिकारी कुत्तों के सम्मुख फेंकने का आदेश दे दिया।

सजा दिये जाने से पूर्व राजा ने मंत्री से उसकी आखिरी इच्छा पूछी। "राजन! मैंने आज्ञाकारी सेवक के रूप में आपकी 10 सालों से सेवा

की है। मैं सजा पाने से पहले आपसे 10 दिनों की मोहलत चाहता हूँ।" मंत्री ने राजा से निवेदन किया। राजा ने उसकी बात मान ली। दस दिन बाद राजा के सैनिक मंत्री को पकड़ कर ले आये और राजा का इशारा पाते ही उसे खूंखार कुत्तों के सामने फेंक देते हैं। परंतु यह क्या कुत्ते मंत्री पर टूट पड़ने के बजाय अपनी पूंछ हिला-हिला कर मंत्री के ऊपर कूदने लगते हैं और प्यार से उसके पैर चाटने लगते हैं।

राजा आश्चर्य से यह सब देख रहा

था। उसने मन ही मन सोचा कि आखिर इन खूंखार कुत्तों को क्या हो गया है? वे इस तरह क्यों व्यवहार कर रहे हैं?

आखिरकार राजा से रहा नहीं गया। उसने मंत्री से पूछा, "ये कुत्ते तुम्हें काटने की बजाय तुम्हारे साथ खेल क्यों रहे हैं?"

"राजन! मैंने आपसे जो 10 दिनों की मोहलत ली थी, उसका एक-एक क्षण मैं इन बेजुबानों की सेवा करने में लगा दिया। मैं रोज इन कुत्तों को नहलाता, खाना खिलाता व हर तरह से उनका ध्यान रखता। ये कुत्ते खूंखार और जंगली होकर भी मेरे दस दिन की सेवा नहीं भूला पा रहे हैं, परंतु खेद है कि आप प्रजा के पालक होकर भी मेरी 10 वर्षों की स्वामिभक्ति भूल गये और मेरी एक छोटी-सी त्रुटि पर इतनी बड़ी सजा सुना दी!"

राजा को अपनी भूल का एहसास हुआ, उसने तत्काल मंत्री को आजाद करने का हुक्म दिया और आगे से ऐसी गलती न करने की सौगंध ली।

सीख :- किसी की हजार अच्छाइयों को उसकी एक बुराई के सामने छोटा न करें। सहनशीलता के साथ-साथ क्षमाशीलता की भावना रखें।

हौसला बढ़ाने के लिए बस इसे याद करें...



- और अपना हौसला बढ़ाइये।
1. चिंता मत करो, मैं सर्वशक्तिवान हूँ, मैं असम्भव को सम्भव बना सकता हूँ।
 2. मेरी नज़र सदा तुमपर है, मैं समझता हूँ, तुम्हारे सारे दर्द, संघर्ष, सबकुछ ठीक हो जायेंगे।
 3. किसी भी बात के लिए, परिस्थितियों के कारण खुद को नीचे मत आने दो क्योंकि परिस्थितियाँ तो थोड़े समय के लिए हैं लेकिन मैं तो सदा के लिए तुम्हारे साथ हूँ।
 4. एक कदम हिम्मत का बढ़ाओ, मैं तुम्हारी तरफ हजार कदम बढ़ाऊँगा।
 5. जो भी कुछ होना था हो चुका, अब आगे बढ़ो, मैं तुम्हें शक्ति दूँगा।
 6. मैं खुद तुम्हें गाड़ करूँगा और पार ले जाऊँगा, अतः विघ्नों से घबराना नहीं, वह तो सिर्फ रास्ते के पत्थर हैं, हमें सफलता की ओर ले जाने के लिए।
 7. हर बात मुझे सौंप निश्चित हो जाओ। जिसे तुम हल नहीं कर सकते, मैं उन सब को ठीक कर दूँगा।
 8. मेरी सुरक्षा का हाथ हमेशा तुम्हारे सर पर है, अनावश्यक भय पैदा मत करो।
 9. रोज़ मुझसे शांति में बैठकर बातें करो, मैं तुम्हें सुनूँगा और तुम्हारी बातों का जवाब भी दूँगा।
 10. अपने सर पर बोझ लेकर मत चलो, मैं तुम्हारे सारे बोझ सम्भाल लूँगा, तुम हल्के हो जाओ।
 11. अगर तुम्हें कोई नहीं समझता है तो भी चिंता मत करो, मैं तुम्हें समझता हूँ, तुम कभी भी अकेले नहीं हो।
 12. मैं सदा तुम्हारा साथी हूँ, तुम्हें कभी नहीं छोड़ूँगा, तुम दूसरों के बारे में कभी नहीं सोचना।
 13. दिल से मुझे याद करो, मैं हजार भुजा सहित सर्वशक्तियों के साथ मदद के लिए तुम्हारे साथ हूँ। पढ़ते-पढ़ते आपको क्या हुआ! आप कैसा महसूस कर रहे हैं? चल पड़े ना, खुशी का फुहार छूट गया ना! ऐसा है हमारा भोलानाथ अपना परमपिता। ताजगी भी आ गई, शक्ति भी आ गई और हौसला भी बढ़ गया। ठीक कह रहे हैं ना हम! बस... आप अपने प्रियतम के साथ ऐसे ही पेश आइये, वो हर मोड़ पर आपकी मदद के लिए तैयार हैं।

कई बार जीवन में ऐसा भी मोड़ आता है कि सबकुछ होते हुए भी मन में जैसे ठहराव-सा लगता है। उबासी और उदासी, कुछ न कर पाने की स्थिति हो जाती है। न मन लगता है और न ही कुछ सूझता है। ऐसे में हम क्या करें जो हम अपने आप को फिर से तरोताजा महसूस करें और अपनी रफ्तार को गंतव्य स्थान तक पहुंचाने की दिशा में गति दें। आपने भी कभी अपने जीवन में ऐसे अनुभव किये होंगे कि जहाँ मन में न तो कुछ चलता है, न ही कुछ क्रियेत कर पाते हैं। होता है ना ऐसा! ऐसे में हमने अपने जीवन के जो उसूल बनाये हैं, उस डायरी को खोलकर देखना चाहिए कि हमारे पास क्या-क्या है और हमारे साथ किस-किस का संग है, सम्बंध है, उसे स्मृति में लाना चाहिए। जब हम आध्यात्मिक मार्ग को अपनाकर आगे चले थे,

उस वक्त की स्वीट मेमोरी को अपने सामने लाना चाहिए। आध्यात्मिकता में हमारा कनेक्शन सर्वोच्च, सर्वशक्तिवान से हुआ और उनके साथ हमारे कई वायदे भी हुए। तो ऐसे वक्त पर हमें उन वायदों की डायरी को खोलकर देखना चाहिए। खोलते ही आप उन वायदों पर नज़र दौड़ायेंगे तो आपका हौसला बढ़ जायेगा। आपने जो भगवान के साथ वायदा किया और भगवान ने जो आपके साथ वायदा किया, उसका जब सिमरण करेंगे, मन के पर्दे के सामने लायेंगे तो मन एक प्रसन्नता और ताजगी महसूस करेगा और आप खुशी से रोमांचित हो जायेंगे। आप करके देखिये। भगवान ने हमसे जो वायदे किये, जिन वायदों से हमारा हौसला बढ़ा था और हम आगे बढ़े थे, उन वायदों के कुछ बिन्दु हम आपके समक्ष रखते हैं। आप उन्हें दोहराइये

! यह जीवन है !

दुःख में सुख खोज लेना, हानि में लाभ खोज लेना, प्रतिकूलताओं में भी अवसर खोज लेना, इस सबको सकारात्मक दृष्टिकोण कहा जाता है। जीवन का ऐसा कोई बड़े से बड़ा दुःख नहीं जिससे सुख की परछाईयों को ना देखा जा सके। जिन्दगी की ऐसी कोई बाधा नहीं, जिससे कुछ प्रेरणा ना ली जा सके। रास्ते में पड़े हुए पत्थर को आप मार्ग की बाधा भी मान सकते हैं, और चाहें तो उस पत्थर को सीढ़ी बनाकर ऊपर भी चढ़ सकते हैं। जीवन का आनन्द वही लोग उठा पाते हैं, जिनका सोचने का ढंग सकारात्मक होता है। इस दुनिया में बहुत लोग इसलिए दुःखी नहीं कि उन्हें किसी चीज़ की कमी है; अपितु इसलिए हैं कि, उनके सोचने का ढंग नकारात्मक है। सकारात्मक सोचो, सकारात्मक देखो। इससे आपको अभाव में भी जीने का आनन्द आ जायेगा। आपकी खुशी इस बात पर निर्भर नहीं करती कि आपके पास कितनी सम्पत्ति है। अपितु इस बात पर निर्भर करती है कि आपके पास कितनी समझ है।



महोबा-उ.प्र.। विश्व प्रकृति संरक्षण दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा एकता पैलेस में 'प्रकृति संरक्षण से संस्कृति संरक्षण की ओर' विषय पर आयोजित सम्मेलन में उपस्थित रहे चित्रकूट धाम मंडल प्रभारी राजयोगिनी ब्र.कु. दुर्गेश नंदनी बहन, ब्र.कु. सुधा बहन, ब्र.कु. निधि, ब्र.कु. रुपाली, ब्र.कु. अपर्णा सहित गणमान्य लोग।



सांगानेर-जयपुर(राज.)। कन्हैया लाल नागर जी ने ब्रह्माकुमारीज को ईश्वरीय सेवाओं के विस्तार हेतु शिक्षा-सागर स्थित टोल टैक्स-टॉक रोड, सांगानेर जयपुर में 40/60 आकार की भूमि प्रदान की। जिसका पेपर ब्र.कु. अमिता बहन तथा ब्र.कु. सीता बहन को देते हुए नागर जी तथा उनका परिवार।



झोझूकलां-हरियाणा। अम्बेडकर भवन में अम्बेडकर समिति, ग्रामीण विकास परिषद तथा ब्रह्माकुमारीज के 'मेरा भारत हरित भारत' अभियान के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित पौधारोपण कार्यक्रम में उपस्थित रहे ब्र.कु. वसुधा दीदी, क्षेत्रीय संचालिका, ब्रह्माकुमारीज, अनिल डूडी, सुपरीन्टेंडेंट ऑफ पुलिस तथा अन्य। इसके साथ ही अभियान के अंतर्गत तिवाला गांव में आयोजित कार्यक्रम में मनोज दलाल, एच.सी.एस. ऑफिसर, राजेन्द्र कुमार, हेड, रूरल डेवलपमेंट काउंसिल, बिशन आर्य, संयोजक सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।



सूरतगढ़-राज.। ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर भारत विकास परिषद की ओर से आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित रहे डॉ. के.एल. बंसल, संरक्षक, भा.वि.प., रमेश अश्वनी, अध्यक्ष, भा.वि.प. तथा परिषद के अन्य सदस्यों सहित सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी बहन तथा अन्य। परिषद की ओर से सेवाकेन्द्र पर समर्पित ब्र.कु. भाई-बहनों को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया गया। साथ ही आर.ए.एस. में चयनित ब्र.कु. प्रगति को भी सम्मानित करते हुए बधाई दी गई।



जितूर-महा.। विश्व पर्यावरण के निमित्त वृक्षारोपण करते हुए वन अधिकारी कृष्णा थोरे, छाया थोरे तथा स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुमन बहन।

नवरात्रि के नये आयाम

इस बार हो जाये शायद कुछ ऐसा चमत्कार नवरात्रि में। हमारा जो मन है वो समाज के बहुत सारे दायरों में बंधा हुआ है।

आज हम आपसे कुछ ऐसी बातें करने जा रहे हैं जो समाज के लिए थोड़ा-सा जरूर कड़वा होगा, लेकिन सच्चा है। हम सभी चाहे वैशाख की नवरात्रि आये, चाहे सावन की। इन दोनों में एक चीज कॉमन है कि हम पांच-पांच महीने में, छह महीने में अपने आपको तैयार करते हैं उन बातों के लिए ताकि दुर्गा के लिए या फिर और देवियों के लिए कुछ ऐसी मांगनी रखी जाये। उनके सामने कुछ ऐसी बातें रखी जायें ताकि वो हमारी मांग पूरी कर सकें। और हम उन नौ दिनों के लिए प्रतीक्षा भी करते हैं। निश्चित रूप से जरूरी भी है। और हम करते भी रहते हैं। ऐसा भी नहीं है कि हम उसको छोड़ देते हैं। लेकिन एक कुंवारी कन्या और आज का समाज जिसमें बड़े-बड़े पूजा करने वाले, पाठ करने वाले समाज को नई-नई बातें, ऊंची-ऊंची बातें सिखाने वाले सब कुछ कर रहे हैं। और देवियों के सामने भी जब जाते हैं हमेशा कहते हैं कि हमारी दृष्टि, हमारा मन, हमारा भाव सबके लिए समान हो। भक्ति में भी एक चीज

गाई जाती है उनकी, लेकिन आप एक चीज सोच के देखो जिस दुर्गा की, जिस काली की, कात्यायनी की या जिसकी भी हम पूजा कर रहे हैं, जिसके लिए भी ये व्रत, उपवास रख रहे हैं ये सारी चीजें क्या फलीभूत होंगी?



अगर हमारी दृष्टि, वृत्ति में परिवर्तन न हो तो! क्योंकि जिन देवियों की आप पूजा करते हो ना वही वो देवियां हैं, घरों में कहा जाता है कि एक कुंवारी कन्या 21 कुल का उद्धार करती है। आज वो कुंवारी कन्या कराह रही है। परेशान है, दुःखी है। हम अपने घर की देवी को पूरी तरह से असुरक्षित करके अपनी सुरक्षा के लिए वैष्णो दर्शन के लिए जाते हैं, विंध्याचल जाते हैं, ज्वाला देवी पर जाते हैं इतनी सारी जगहों पर जाते हैं। लेकिन क्या हमारी श्रद्धा, हमारा भाव, फलीभूत होगा! या कहें कि हमारी दुआ कबूल होगी! या हम जायेंगे तो लोग, देवी हमारा भाव समझेगी!

हम सभी एक वायब्रेशन से जीने वाले लोग हैं। हम सभी के अन्दर एक भाव होता है। और भारत में भावनायें बसती हैं लेकिन जब तक घर ही हमारा ठीक न हो, घर के लोग ही हमें पसन्द न करें तो बाहर के लोग पसंद करके क्या करेंगे! एक घर की जो भी छोटी-छोटी बच्चियां हैं, उन बच्चियों को आप ध्यान से देखो।

एकदम असुरक्षित हैं। न पिता से सुरक्षित, न बेटा से सुरक्षित, न भाई से सुरक्षित, न चाचा-चाची से सुरक्षित। सब कोई डर-डर के जी रहा है, कराह रहा है तो इस समय जो आने वाला है पर्व नवरात्रि का, क्या एक नये तरीके से हम इसको नहीं मना सकते! उन देवियों को, उस घर की एक-एक बच्चियों को अपने सामने बिठाकर, उनके सामने... जितने भी हमसे उल्टे-पुल्टे कर्म हुए हैं, ऐसी कोई बातें हुई हैं जिससे हमारे अन्दर ऐसे-ऐसे भाव उत्पन्न हुए हैं उसके लिए क्षमा मांगें। उनके सामने क्षमा मांगकर इस बात से बाहर निकलें।

हम सच में जो हैं वो बताते और जताते नहीं हैं। बस नौ दिन व्रत रख लिया, उपवास रख लिया लेकिन विकारों का तो सन्यास या उपवास नहीं किया ना! तो हे मानव! एक जागृति लाओ। मन की जागृति लाओ ताकि समाज आपको हमेशा याद करे। जब तक आप सबके दिल में नहीं बसेंगे तो कोई भी देवी-देवता की पूजा-अर्चना करना, या कोई भी नवरात्रि का व्रत, उपवास रखना हमारे लिए शायद शोभनिक नहीं होगा।

तो आने वाला समय आपको याद रखे उसके लिए सम्मान करना शुरू करो। आपकी श्रद्धा और आपका भाव नैचुरल पहुंच जायेगा उस देवी और देवता के पास, जिसे आप भाव से याद करते हैं। समाज कभी भी इस बात को समझे या न समझे तो आने वाला समय हम सबको जरूर समझा देगा। चारों तरफ हाहाकार मचा हुआ है। सब लोग पूजा भी कर रहे हैं, सारा कुछ कर रहे हैं लेकिन फिर भी असुरक्षित हैं। तो इस नवरात्रि में कुछ अलग तरीके से, जितनी भी हमारे सामने दृष्टि और वृत्ति की बात आती है, हमारा भाव आपके सामने हर कोई खुल के जिये इस तरह का कोई चमत्कार अगर कर दें आप तो शायद आपके जीवन में भी चमत्कार होने लग जायेंगे। तो इस बार का हमारा भाव यही है और यही शिकायत कि हम चाहे कितना भी घंटी बजा लें, चाहे कितना भी अगरबत्ती जला लें और कितना भी ऊंचे-ऊंचे स्वरों में आरती और वंदना गा लें लेकिन जब तक मन साफ नहीं होगा तब तक कोई भी देवी और देवता जो इतने पवित्र हैं, उनके इतने पवित्र भाव हैं वो हमको क्या देंगे। तो चलें इस अभियान में जुटें।



ब.कु. अनुज, दिल्ली

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न : मैं उज्जैन से हूँ। मेरी शादी को नौ साल हो गये हैं। मेरा एक आठ साल का बेटा है। पहले ही दिन से मेरी मेरे पति से नहीं बनती। मेरे मन में उनके लिए लवफुल फीलिंग्स नहीं हैं। उनकी छोटी-सी गलती पर भी मैं बहुत बैडली रिएक्ट करती हूँ। वो बहुत अच्छे इंसान हैं, मेरी हर बात को सहजता से लेते हैं, सहन कर लेते हैं। मेरे बेटे के लिए भी मैं जैसी फीलिंग्स नहीं है कि उसे प्यार करूँ, पालना दूँ। मैं पिछले कुछ समय से ब्रह्माकुमारीज के सम्पर्क में आई हूँ तो अभी मैं बहुत गिल्ट फील करती हूँ कि मैं ऐसी क्यों हूँ? मैं कैसे खुद में परिवर्तन लाऊँ?

उत्तर : ये बहुत बड़ी चीज है कि आपने रियलाइज किया कि गलती आपकी है। पति तो जैटल है, बहुत कुछ सहन कर लेता है। आपने अपने को परिवर्तन करने की इच्छा जाहिर की है ये आपकी महानता है। लेकिन आपके अन्दर प्यार की फीलिंग नहीं है न पति के लिए और न ही बच्चे के लिए। तो बिल्कुल स्पष्ट है कि आपको माँ-बाप का प्यार न मिला हो। या आपने स्टूडेंट लाइफ में जिससे भी प्यार किया हो उससे आपको धोखा मिला हो। लम्बाकाल हो सकता है पूर्व जन्मों में आपके साथ ऐसी कोई घटना घटी हो। नहीं तो बच्चे को तो कौन माँ प्यार नहीं करती तो निश्चित रूप से आपको बदलने की जरूरत है। अभी आप ब्रह्माकुमारीज के कॉन्टैक्ट में आई हैं धीरे-धीरे ज्ञान लें और अपने ज्ञान का विकास करें। सवेरे उठते ही आपको क्या करना है आपको उठते ही ऐसा संकल्प करना है कि मैं भगवान की संतान हूँ। वो प्यार का सागर है। मैं भी प्रेम स्वरूप हूँ। भगवान मातृ शक्ति को कहता है कि तुम एक-दो बच्चों की माँ नहीं, तुम तो जगत मातायें हो। तो आप इस कॉन्शियसनेस को बढ़ायें। मैं जगतमाता हूँ। मैं भगवान की संतान हूँ तो मेरे पास प्यार का भंडार है। मुझे पूरे संसार को प्यार बांटना है। बार-बार ये संकल्प करते रहें। सोचिए अगर वो आपको प्यार न करे तो कैसे लगेगा! मुझे भी अपने बच्चे और पति को बहुत प्यार करना है। उन्हें गुड फीलिंग देनी है। आपको ये रोज प्रैक्टिस करनी होगी। तो नैचुरली कुछ ही समय में आपकी भावनायें बदलेंगी। और परमात्म प्यार आपके मानस पटल पर, आपके हृदय में समा जायेगा।

प्रश्न : मैं करनाल से हूँ। मेरे बड़े भाई की उम्र 30 से ज्यादा है। वो कुछ भी काम नहीं करना चाहता। उसके भविष्य को लेकर सभी चिंतित रहते हैं, उसके लिए क्या किया जाये?

उत्तर : ये क्या है कर्मों की गुह्य गति को अगर हम ध्यान में लायें तो वो आत्मायें आपसे हिसाब-किताब लेने आयेंगी। किसी ने हमको बहुत खिलाया-पिलाया हो, कोई कर्ज हमने लिया हो तो ये सब हिसाब-किताब चुकू होने के तरीके हैं। इन्हें हमें स्वीकार कर लेना चाहिए। परन्तु ये आवश्यक है कि वो बच्चा थोड़ा एक्टिव बने और कुछ कार्य करे। नहीं तो इससे जीवन डल हो जाता है। अगर आप योग अभ्यास

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य



करते हैं तो आप उस आत्मा को एक घंटा योग के अच्छे वायब्रेशन्स दें। 21 दिन तक आपको ये करना है। ताकि वो कर्मों का हिसाब-किताब चुकू हो जाये। जिसके कारण उसकी ये मनोस्थिति बनी। और दूसरा रोज सवेरे उठकर सबकॉन्शियस माइंड का प्रयोग उन पर करें। जब वो सोये हों उनको आत्मा देखकर तीन मिनट गुड वायब्रेशन दें और उसके बाद उनसे माइंड टू माइंड बात करेंगे। तुम बहुत अच्छी आत्मा हो, तुम बहुत एक्सपर्ट हो, तुम तो बहुत अच्छे काम करते हो। चलो अपने जीवन को संवारो। एक्टिव हो जाओ। अब कुछ अच्छे-अच्छे काम करो। आप कुछ काम करेंगे तो आपको खुशी होगी। तो उनका सबकॉन्शियस माइंड जग जायेगा। ब्रेन को जगायेगा और उसके अन्दर इच्छा पैदा होगी कि मैं कुछ करूँ।

प्रश्न : मेरा नाम सोनल है। मैं नासिक से हूँ। मैं चार साल से ब्रह्माकुमारीज से जुड़ी हुई हूँ। मेरी प्रॉब्लम ये है कि मुझे अच्छी जॉब नहीं मिल रही है, बहुत कोशिशों के बाद कुछ नहीं हो रहा है। अगर कहीं जॉब मिलती भी है तो जो बेसिक जरूरतें हैं वो पूरी नहीं हो रही हैं। मैं क्या करूँ कृपया करके सुझाव बतायें?

उत्तर : ये तो क्लीयर है कि जो व्यक्ति योग्य हो, जिसने बहुत अच्छी एजुकेशन प्राप्त की हो तो वो जरूर चाहेंगा कि उसे कोई अच्छी जॉब मिले। लेकिन कुछ मनुष्य के पास्ट कर्म और कुछ निगेटिव थॉट्स,

कुछ उसके अपने मन की उलझनें उसकी सफलता में बाधा बनती हैं। मैं आपको यही कहूँगा कि आप अपने मन को शांत करें। और अपने मन को पॉजिटिविटी से भरें। जो आपकी जरूरतें हैं वो अपने परमपिता को समर्पित कर दें कि मेरी ये योग्यतायें हैं, ये मेरी नीड हैं मैं आपको ये समर्पित कर रही हूँ। अब आप ही रास्ता निकालो। पहले ये अच्छी मनोस्थिति बनाएं। क्योंकि मनोस्थिति श्रेष्ठ होते ही परिस्थितियां बदल जाती हैं। मैं आपको एक योग की विधि भी बता देता हूँ, आप सवेरे उठते ही सात बार संकल्प करें मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, विघ्नविनाशक हूँ और सफलतामूर्त हूँ। क्रम वाइस करना है। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ वो शक्तियां एक्टिव हो जायेंगी। मैं विघ्नविनाशक हूँ, वो शक्तियां विघ्नों को नष्ट करने लगेगी। सफलतामूर्त हूँ तो सफलता की ओर ले चलेंगी। फिर एक घंटा 21 दिन तक आपको योगाभ्यास भी करना है। ये तीनों ही संकल्प करके योगाभ्यास बहुत अच्छा हो, पावरफुल हो। जब आपका योग का अनुभव अच्छा होगा तो निश्चित रूप से आपको गॉडली ब्लैसिंग्स मिल जायेंगी। और आपके टैलेंट और एजुकेशन के अनुसार अच्छी जॉब भी मिल जायेगी।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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



जीवन में भावनायें आपका सच्चा जीपीएस



हमारे
जीवन का हर
सही फैसला हमारे अंदर से
आया है। दिल से निकला है। और हर
गलत निर्णय अपने दिल की आवाज़
अनसुनी करने के कारण हुआ है।

सीखने के लिए इस दुनिया में बहुत सारे सबक हैं। अगर हम इस दुनिया को एक स्कूल की तरह मानते हैं और अपने जीवन को एक क्लास रूम की तरह तो हम अपने अंदर कई सारी सकारात्मक ऊर्जा भर सकते हैं। स्कूल में हम पढ़ाई के लिए अर्थात् सीखने के लिए जाते हैं, जिससे हमारे जीवन में बेहतरी की बढ़ोतरी होती है। आप जब क्लास रूम में बैठते हैं, जो भी ब्लैक बोर्ड से पढ़ाया जाता है, वह आपके सीखने के लिए होता है। और जब इस मनोवृत्ति से आप वहाँ हैं तो आपकी समझ और परिपक्व होती जाती है। जो पहले आप नहीं जानते थे, वो वहाँ जानते भी हैं और समझने भी लगते हैं। इतना तक ही नहीं, पर इसका उपयोग और प्रयोग कब, कहाँ और कैसे करना है, ये भी तौर-तरीके सीख जाते हैं।

परंतु एक बात और भी हमारे जहन में रहती है कि हम जिस भाव-वश कोई भी कार्य करते हैं, वो भी हमारे व्यक्तित्व को प्रभावित करता है। हम जब अपने अंदर की आवाज़ सुनते हैं और फिर कार्य करते हैं

तो हर कार्य में हम सफल अवश्य होते हैं और हमें संतोष भी होता है। अंतरमन की आवाज़ एक तरह से जीपीएस का कार्य करती है। जब आप अपने अंतरमन की आवाज़ को दरकिनार करते हैं तभी ही परिणाम दुःखदायी होता है। क्योंकि आपने अपने भीतर की आवाज़ को न सुना तो बेचैनी बढ़ती है और बेचैनी में किये हुए कार्य से सौ प्रतिशत फल प्राप्त नहीं होता। आपकी भावनाएं वाकई जीवन में आपको राह दिखाने वाली सच्ची जीपीएस होती है। आप कब और क्या करना चाहते हैं और क्या नहीं, आपको भावनात्मक रूप से गाइड करने वाला सिस्टम बता देगा। तरीका यह है कि अपना ईगो दूर रखें और अंतरमन की बात सुनना शुरू कर दें। हमारे जीवन का हर सही फैसला हमारे अंदर से आया है। दिल से निकला है। और हर गलत निर्णय अपने दिल की आवाज़ अनसुनी करने के कारण हुआ है।

अगर कुछ सही नहीं लगता तो हरगिज़ न करें। सिर्फ यही एक सबक आपको

जिन्दगी में कई तकलीफों से बचायेगा। यहाँ तक कि किसी चीज़ पर संदेह भी है तो उसे न करें और न कहें। जब आप अपने अंतरमन की आवाज़ को जीवन का पथ-प्रदर्शक बनायेंगे तब न सिर्फ आपकी निजी जिन्दगी बेहतर होगी बल्कि कामकाजी दुनिया की प्रतिस्पर्धा में भी आप आगे होंगे। 'ए होल न्यू माइंड' किताब में लेखक लिखते हैं कि हम नये दौर में प्रवेश कर रहे हैं। वह कहते हैं कि वह समय दूर नहीं, जब सिर्फ तर्कपूर्ण, नियम-कायदे पर आधारित सोच ही मायने नहीं रखेंगे, अपितु सहानुभूति, खुशी, उद्देश्य और आंतरिक विशेषताएं उत्कृष्ट मूल्य साबित होंगी। हम जिस दौर से गुज़र रहे हैं उसमें

सब पूर्ववत मान्यताओं से भिन्न हैं। अगर हम पहले वाली सोच के आधार पर जीवन जीते हैं तो सुख, शांति हमसे दूर ही रहेगी। न सफल होंगे और न ही संतुष्ट।

ये विशेषतायें तब और निखरकर सामने आयेंगी, जब आप जिस काम को चाहते हैं वही करना शुरू कर दें, अपने काम में अपना सबकुछ झोंक दें- अपनी विशेषज्ञता के साथ इमोशनस भी। अगर वाकई में आप उड़ना चाहते हैं तो अपनी ताकत अपने जुनून के पीछे लगाइये। अपने अंतरमन की आवाज़ की कद्र करें। आप जिन्दगी के आखिर में पैसों के साथ जीवन का अर्थ भी तो चाहते हैं, जिनपर आप भरोसा करें, जो आपकी कद्र करे। ऐसा तभी होगा जब आप अंदरूनी तौर पर अमीर होंगे। तो जब आप हमेशा दुनिया को एक स्कूल की तरह और अपने जीवन को, जैसे कि क्लास रूम में हैं, ऐसे एहसास के साथ जीना आरंभ कर देंगे, तब ही आपके अंतरमन का जो जीपीएस है, वो सही और सटीक आपको आपकी कामयाबी तक पहुंचायेगा।



उज्जैन-म.प्र.। गुरु पूर्णिमा के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज के शिवदर्शन धाम, ऋषिनगर सेवाकेन्द्र पर ब्र.कु. उषा दीदी का सम्मान करते हुए पूर्व केन्द्रीय मंत्री डॉ. सत्यनारायण जटिया, म.प्र. भाजपा के बोर्ड मेम्बर प्रदीप व्यास, पार्षद संतोष व्यास तथा पंडित दीनदयाल उपाध्याय मंडल उज्जैन के अध्यक्ष प्रदेश कुलकर्णी अपने सभी मंडल सदस्यों के साथ।



आगरा-उ.प्र.। रोटरी क्लब के 26वें इंटरनेशनल कार्यक्रम का होटल हॉल्लिडे इन में आयोजन किया गया व ब्रह्माकुमारीज, आगरा पीपल मण्डी को आमंत्रित किया गया। डिस्ट्रिक्ट गवर्नर मुकेश सिंघल व उनकी धर्मपत्नी तथा नवनियुक्त प्रेसिडेंट राजकुमार सुराना व उनकी धर्मपत्नी ने गुलदस्ता भेंट कर ब्र.कु. ममता बहन व ब्र.कु. रीना बहन का स्वागत किया।



भरतपुर-रूपवास(राज.)। सेवाकेन्द्र के वार्षिकोत्सव कार्यक्रम में अमर सिंह जाटव, विधायक, रूपवास बयाना को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता। साथ हैं पार्षदगण तथा ब्र.कु. मिट्ठन।



रूरा-कानपुर देहात(उ.प्र.)। सेवाकेन्द्र पर दाँतों के फ्री-चेकअप कैम्प के उद्घाटन पश्चात् डॉ. मानवेन्द्र सिंह, डेंटिस्ट को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रीति बहन तथा ब्र.कु. प्रेम बहन। साथ हैं डॉ. सुरेन्द्र तिवारी, त्रिभुवन सिंह, बांकलाल यादव, श्रवण गुप्ता तथा अन्य।



दिल्ली-हरिनगर। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् तमिलनाडु स्पेशल पुलिस कमान्डेंट सैथिल कुमार के साथ ब्र.कु. सारिका, ब्र.कु. रंजन तथा ब्र.कु. राजेन्द्र।



दिल्ली-लोधी रोड। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर 'योग: कर्मसु कौशलम्' विषय पर आयोजित ई-संगोष्ठी में उपस्थित रहे सुप्रसिद्ध पर्यावरणविद् डॉ. राजेन्द्र सिंह, रेमन मैग्सेसे पुरस्कार से सम्मानित, भारत के जल पुरुष एवं तरुण भारत संघ के संस्थापक अध्यक्ष, प्रेरक वक्ता ब्र.कु. पीयूष, ब्र.कु. उर्मिल बहन, निदेशिका, ब्रह्माकुमारीज, पालम विहार, गुरुग्राम तथा ब्र.कु. गिरिजा बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका।



वडोदरा-मंगलवाड़ी(गुज.)। वडोदरा महानगर पालिका तथा श्री राम महिला मंडल द्वारा महिलाओं के लिए आयोजित ब्लड ग्रुप तथा हिमोग्लोबिन चेकअप कैम्प के उद्घाटन अवसर पर उपस्थित हैं डेप्युटी मेयर नंदा बहन जोशी, ब्र.कु. राज दीदी तथा अन्य गणमान्य लोग।



चनावे-बिहार। सेवाकेन्द्र के तृतीय वार्षिकोत्सव कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. अंगूर बहन, ब्र.कु. कान्ति बहन, ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. पूनम बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।



सांरंगपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज की पूर्व अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका मनमोहिनी दीदी के पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीदी को श्रद्धा सुमन अर्पित करते हुए कर्मचारी संघ के जिला अध्यक्ष धर्मेन्द्र वर्मा, वरिष्ठ व्यापारी नरेन्द्र मकोडिया, न्याय विभाग में पदस्थ अनिल गुप्ता, ब्र.कु. भाग्यलक्ष्मी दीदी, ब्र.कु. प्रीति बहन तथा अन्य भाई-बहनें।



कोहिमा-नागालैंड। ब्रह्माकुमारीज के 85वीं वार्षगांठ पर अंगामी पब्लिक ऑर्गनाइजेशन हॉल में 'ग्लोबल कोऑपरेशन फॉर ए बेटर वर्ल्ड' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित रहे वी.शशांत शेखर, प्रिन्सीपल सेक्रेटरी, पार्लियामेंटरी अफेयर्स, गवर्नमेंट ऑफ नागालैंड, डॉ. केपेलहाउसी टेह्रुजा, प्रेसीडेंट, अंगामी पब्लिक ऑर्गनाइजेशन, जोनस यंथन, वाइस प्रेसीडेंट, लोथा होहो, कैरोल लोथा, सीनियर मेम्बर, पीस चैनल नागालैंड तथा ब्र.कु. रूपा, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्रह्माकुमारीज। ब्र.कु. चार्ली हॉग, कोऑर्डिनेटर, ब्रह्माकुमारीज, ऑस्ट्रेलिया तथा राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी, यूरोप व मिडल ईस्ट स्थित ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों की निदेशिका ने भी विडियो द्वारा अपनी शुभकामनायें दीं।

माउण्ट आबू प्रवास के दौरान गुजरात के पूर्व उपमुख्यमंत्री नरहरी अमीन पटेल ने कहा...

सार्वभौमिक धर्म के नए युग का सूत्रपात यहाँ



ईश्वरीय ज्ञान चर्चा के पश्चात् परिजनों के साथ नरहरी अमीन पटेल, श्रीमति पटेल, ब्र.कु. चन्द्रिका दीदी, ब्र.कु. शशिप्रभा दीदी, ब्र.कु. शीलू दीदी, ब्र.कु. डॉ. प्रताप मिश्रा, ब्र.कु. गंगाधर, ब्र.कु. शशिकांत तथा अन्य।

माउण्ट आबू-पांडव भवन। गुजरात के पूर्व उपमुख्यमंत्री, राज्यसभा सदस्य नरहरी अमीन पटेल ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संगठन के संस्थापक ब्रह्माबाबा ने जो ज्ञान दिया वह मानव मात्र को आलोकित करने में सक्षम है। यहां चित्र के स्थान पर चरित्र, व्यक्ति के स्थान पर व्यक्तित्व की उपासना होती है, जो अपने आप में अनुकरणीय है। वास्तविक अर्थ में धर्म संयम, सदाचार, शाकाहार, वसुधैव कुटुम्बकम की शिक्षा देते हुए आत्मभाव उत्पन्न करता है। धर्म को बिना किसी द्वेष-भाव व आडंबर के मंदिर, मस्जिदों के बाहर लाकर एक सार्वभौम क्षेत्र में

लाने का जो इतिहास रचकर नए युग का सूत्रपात यहाँ देखा गया है वो भी अद्वितीय नहीं अनुकरणीय भी है। माउण्ट आबू प्रवास के दौरान ब्रह्माकुमारीज के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय पाण्डव भवन में उन्होंने अपने ये विचार व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि भारतीय संस्कृति की साख को फिर से विश्व में कारगर तरीके से स्थापित करने के लिए ब्रह्माकुमारी संगठन की ओर से किए जा रहे प्रयास सार्थक सिद्ध हो रहे हैं। **ब्रह्माकुमारीज की सह प्रशासिका ब्र.कु. शशि दीदी** ने कहा कि जीवन में स्थाई सुख-शांति के लिए मन का पालन-पोषण श्रेष्ठ विचारों से किया

शांति स्तंभ पर चढ़ाए फूल, ध्यान भी किया

इस मौके पर राज्यसभा सदस्य नरहरी अमीन पटेल ने अपने परिजनों के साथ ब्रह्माकुमारी संगठन के संस्थापक प्रजापिता ब्रह्मा बाबा की स्मृति में बने शांति स्तंभ पर पुष्प अर्पित कर वहाँ पर विश्व कल्याण के कार्य के लिए अंकित महावाक्यों की जानकारी ली तथा ध्यान किया। ब्रह्मा बाबा के कमरे, तपस्यास्थली कुटिया, साधना कक्ष हिस्ट्री हॉल का अवलोकन करते हुए संस्थान की विश्वव्यापी गतिविधियों की जानकारी ली।

जाना चाहिए। **शिक्षा प्रभाग उपाध्यक्ष एवं वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. शीलू दीदी** ने कहा कि पवित्रता के बिना चेतना की अनुभूति व अध्यात्म की गहराई को नहीं समझा जा सकता। इस मौके पर **ग्लोबल अस्पताल निदेशक डॉ. प्रताप मिश्रा** ने भी अपने विचार सभी के समक्ष रखे।

मन व तन दोनों को शक्तिशाली बनाता है राजयोग : सिंहदेव

अम्बिकापुर-छ.ग.। स्थानीय सेवाकेन्द्र में आगमन पर आयोजित कार्यक्रम में माननीय कैबिनेट मंत्री टी.एस. सिंहदेव, स्वास्थ्य एवं पंचायत विभाग, छ.ग. शासन ने कहा कि वर्तमान समय चल रहे इस कोरोना महामारी के दौर में हर व्यक्ति डरा हुआ, चिंतित

विधि द्वारा इस समस्या पर बहुत हद तक काबू पाया जा सकता है। **सरगुजा संभाग की सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी** ने बताया कि राजयोग के निरंतर अभ्यास से हमारे अंदर एक सकारात्मक भाव उत्पन्न होता है और सकारात्मक ऊर्जा में हीलिंग



है। ऐसे समय में मनोवैज्ञानिक संतुलन बनाये रखना इस बीमारी के इलाज का एक अहम हिस्सा है। उन्होंने अपने अनुभव से बताया कि इस परिस्थिति में मन का संतुलन बनाये रखने के लिए योग करना बहुत कारगर उपाय है। योग या राजयोग विधि के द्वारा हम जो मानसिक शांति प्राप्त करते हैं वो मन की शक्ति तन को भी शक्तिशाली बना देती है। इसी योग

एनर्जी होती है। जिससे किसी भी तरह के मन के रोग या तन के रोग से काफी हद तक मुक्ति पायी जा सकती है। मौके पर माननीय मंत्री एवं उनके साथियों को ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित किया गया। विनोद जी, निजी सचिव, जे.पी. श्रीवास्तव, प्रदेश कांग्रेस उपाध्यक्ष, द्विनेन्द्र मिश्रा, प्रदेश कांग्रेस महासचिव सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

‘स्वास्थ्य’ मनुष्य की सबसे बड़ी पूंजी कारगर है ‘जीरो ब्लैकआउट सॉल्यूशन’



कादमा-हरियाणा। ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र में आयोजित निःशुल्क स्वास्थ्य जाँच शिविर का उद्घाटन करने के पश्चात् **डॉ. वसुधा बहन** ने कहा कि एक स्वस्थ मनुष्य ही स्वस्थ समाज का निर्माण कर सकता है। स्वास्थ्य मनुष्य की सबसे बड़ी पूंजी है क्योंकि स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन वास करता है, जिससे उसकी सोच सकारात्मक होती है और सकारात्मकता से ही समाज का सही विकास हो सकता है। इस मौके पर जी.के. सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल दादरी के डॉक्टरों ने सेवायें प्रदान कीं। **डॉ. गौरव कालरा, न्यूरो सर्जन एवं डॉ. कृष्ण कन्हैया, मेडिसिन** ने लोगों के स्वास्थ्य की जाँच

की जिसमें अस्थमा, दमा व मौसमी बीमारी का चेकअप किया गया और उन्हें व्यसन, धूल-मिट्टी आदि से बचने की सलाह दी गई। उन्होंने हार्ट पेशेन्ट्स को डाइट चार्ट के बारे में विस्तार से बताया। डॉ. कृष्ण ने स्वस्थ रहने के लिए सैर करने तथा हल्की एक्सरसाइज करने को कहा।

डॉ. सुभाष ने लोगों को मेडिटेशन व नियमित एक्सरसाइज करने के लिए कहा। इस अवसर पर 95 लोगों की स्वास्थ्य जाँच के साथ-साथ निःशुल्क शुगर व ईसीजी की जाँच की गई तथा निःशुल्क दवाइयाँ दी गई। **ब्र.कु. ज्योति बहन** ने कहा कि ज़्यादातर बीमारियाँ हमारे मन में उपजती हैं, अतः मन को सकारात्मक दिशा देने के लिए हमें हर रोज मेडिटेशन की आवश्यकता है। शिविर में मनीषा, सीमा स्टाफ नर्स के साथ दीपक, नितिन का विशेष सहयोग रहा। मौके पर श्री राधा कृष्ण गौशाला अध्यक्ष सेठ पवन रामप्रताप कादमावाला, सतवीर शर्मा, कमल सिंह, कृष्ण कुमार, रामेश्वर, ईश्वर सिंह मैनेजर आदि उपस्थित रहे।

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। भारत की पहली मेगा वाट स्केल हाइब्रिड एनर्जी स्टोरेज परियोजना के अनावरण के पश्चात् **ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. सी.ए. बृजमोहन** ने कहा कि विज्ञान मेकैट्रॉनिक्स ने ब्रह्माकुमारीज को यह जीरो ब्लैकआउट सॉल्यूशन पेश किया जिसे रिट्रीट सेंटर ने एक विकल्प के रूप में चुना है, जो लंबी अवधि के लिए नई-नई लिथियम बैटरी के साथ मौजूदा पुरानी बैटरी का उपयोग करते हुए ग्रिड के विफल होने पर एक सुचारु पावर ट्रांजिशन को सुनिश्चित करता है। **ओ.आर.सी. निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी** ने कहा कि यह अनूठी परियोजना परिसर में बहुत अधिक मूल्य जोड़ेगी और हमें समाज को व्यापक और निर्बाध सेवाएँ प्रदान करने में सक्षम बनाएगी। इसके तहत हम शांतिपूर्वक और प्रकृति के साथ एक स्थायी तरीके से सद्भाव में रह सकते हैं। **डॉ. राशि गुप्ता, प्रबंध निदेशक, विज्ञान मेकैट्रॉनिक्स**, जिन्हें प्यार से ‘भारत की बैटरीवाली’ के रूप में जाना जाता है ने कहा कि इस ऊर्जा भंडारण प्रणाली के उपयोग ने यह सुनिश्चित

किया है कि ग्रिड समता पर ऊर्जा की लागत प्राप्त करने के लिए अतिरिक्त आवश्यकता के समय मौजूदा संसाधनों का अधिकतम उपयोग हो। मौके पर संस्थान के वरिष्ठ भाई-बहनों सहित के.एस. पोपली, कंसलटेंट टू इंटरनेशनल सोलर



अलायंस, ब्र.कु. टी.के. सिंह, डायरेक्टर, इलेक्ट्रोमेक कंट्रोल्ल्स, ई.एम.सी., टोबियास विंटर, डायरेक्टर एट ईडो जर्मन एनर्जी फोरम एस.ओ., डोइचे, जी.आई.जेड, जी.एम.बी.एच., सुब्रमण्यम पुलिपका, सी.ई.ओ., एन.एस.ई.एफ.आई., रेजी पिल्लई व अध्यक्ष, ईडिया स्मार्ट ग्रिड फोरम आदि गणमान्य ऑनलाइन व ऑफलाइन उपस्थित रहे।

डॉक्टरों डे पर ‘डॉक्टरों’ का हुआ सम्मान

ब्रह्माकुमारीज ने जन सेवा हेतु जीवन की आहुति देने वाले डॉक्टरों को दी श्रद्धांजलि

इंदौर-प्रेम नगर(म.प्र.)। राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस पर स्थानीय ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर डॉक्टरों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में **पश्चिम क्षेत्र की मुख्य संचालिका ब्र.कु. शशि दीदी** ने कहा कि जब हम अपने घरों में सुरक्षित रूप से बंद होकर बैठे थे, तब यह डॉक्टरों और स्वास्थ्य कर्मी अपने घरों से बाहर आकर, अपने परिवार के लोगों को छोड़कर हमारे परिवार के लोगों को बचाने में अपना योगदान दे रहे थे और कई डॉक्टरों ने



तो दूसरों की जान बचाते अपनी जान की भी आहुति दे दी। दीदी ने सभी डॉक्टरों का कोरोना महामारी में अथक

सेवाओं के लिए आभार माना व जान गंवाने वाले डॉक्टरों को श्रद्धांजलि अर्पित की। इस मौके पर **डॉ. रशिता**

कापड़िया, स्त्री रोग विशेषज्ञ एवं प्रसूति चिकित्सक ने बताया कि संतुलित आहार एवं नियमित व्यायाम हमारे शारीरिक स्वास्थ्य के लिए लाभकारी है। उन्होंने मन को सदा खुश रखने के लिए प्रैक्टिकल टिप्स दिए। **डॉ. अंतिम के. जैन, डिप्लोमा इन एक्ज्यूटिव/एक्ज्यूटिव, एमएससी इन योग, एक्सटर्नल थेरेपिस्ट, एम.डी. ई.एच., योगा एंड नेचुरोपैथी स्पेशलिस्ट** ने एक्ज्यूटिव के प्रैक्टिकल टिप्स देते हुए इससे दिमाग को कैसे सशक्त बनायें ये

बताया। साथ ही उन्होंने तनाव मुक्त रहने के लिए राजयोग मेडिटेशन सीखने के लिए सबका आह्वान किया क्योंकि मेडिटेशन से हमारी विल पावर बढ़ती है। **चन्दन मेलवानी, सॉफ्टवेयर इंजीनियर** ने सभी को राजयोग मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराई। **ब्र.कु. यश्विनी दीदी** ने सभी को शॉल, श्रीफल एवं गुलदस्ता भेंट कर स्वागत व सम्मानित किया तथा मंच का संचालन **ब्र.कु. शारदा दीदी** ने किया।