

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -23 अंक -12 सितम्बर -II-2021



(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

Rs. 8.50

फरीदाबाद में ईश्वरीय सेवाओं के.....

50 वर्ष

'गोल्डन जुबली' का साक्षी बना डायमण्ड जुबली हॉल

शांतिवन-आबू रोड। फरीदाबाद, हरियाणा में ब्रह्माकुमारीज द्वारा ईश्वरीय सेवाओं के 50 वर्ष पूर्ण होने पर मुख्यालय के शांतिवन परिसर में 'गोल्डन जुबली' का कार्यक्रम बड़े ही हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी जी ने बधाई देते हुए कहा कि फरीदाबाद ईश्वरीय सेवाओं में अद्वितीय रूप से खड़ा है और सभी को ईश्वरीय प्रेम, शांति, खुशी और श्रेष्ठता का मार्ग दिखाते हुए उज्ज्वल चमक रहा है। ब्र.कु. मुन्नी दीदी, संयुक्त प्रशासिका ने कहा कि कोरोना काल के एक लम्बे कठिन समय के पश्चात् परिसर के डायमण्ड हॉल में इस गोल्डन जुबली का मनाया जाना एक बहुत ही खुशी की बात है। ब्र.कु. बृजमोहन भाई, अतिरिक्त महासचिव, ब्रह्माकुमारीज ने फरीदाबाद सेवाकेन्द्र तथा शुक्ला दीदी व उषा दीदी



द्वारा किये गये प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि इस सफलता की कहानी से हमें यही सीखने को मिलता है कि परमात्मा का वास्तविक, प्रेमपूर्ण और निरंतर स्मरण ही आध्यात्मिक पथ की प्राथमिक प्रेरणा है। ब्र.कु. शुक्ला दीदी, निदेशिका, ओ.आर.सी., गुरुग्राम जिन्होंने फरीदाबाद में ईश्वरीय सेवाओं की नींव रखी और साकार ब्रह्मा बाबा से

व्यक्तिगत रूप से प्रेम और पालना ली। उन्होंने कहा कि ईश्वर में दृढ़ निश्चय के साथ दृढ़ संकल्प, वरिष्ठों के दिशानिर्देशों और सलाह का पालन करते हुए मुझे आज इस मुकाम तक पहुंचने में मदद मिली। ब्र.कु. उषा दीदी, स्थानीय संचालिका, ब्रह्माकुमारीज, फरीदाबाद ने सभी का स्वागत करते हुए ईश्वरीय सेवा यात्रा में सहयोगी साथियों के प्रति आभार

व्यक्त किया। ब्र.कु. सुधीर, शांतिवन तथा ब्र.कु. कमल, नारनौल ने कार्यक्रम का संचालन किया। ब्र.कु. अजय ने सेवाओं की डॉक्यूमेंट्री दिखाई। मौके पर ब्र.कु. संतोष दीदी, संयुक्त प्रशासिका, ब्र.कु. आशा दीदी, निदेशिका, ओ.आर.सी., गुरुग्राम, ब्र.कु. शशि दीदी, संयुक्त प्रशासिका व अन्य वरिष्ठ भाई-बहनों सहित बड़ी संख्या में लोग उपस्थित रहे।

एक झलक...

शुक्ला दीदी व उषा दीदी को बैज व सौगात भेंट कर किया सम्मानित

फरीदाबाद में 1972 से 2021 तक की ईश्वरीय सेवा यात्रा की दिखाई गई डॉक्यूमेंट्री

सांस्कृतिक कार्यक्रम का हुआ आयोजन

हुई विशाल केक की कटिंग

मेडिटेशन ट्रेनिंग सेंटर का उद्घाटन



बिलासपुर-अशोक नगर। रघु विहार स्थित ब्रह्माकुमारीज भवन में 'मेडिटेशन ट्रेनिंग सेंटर' का उद्घाटन ब्र.कु. रमा दीदी, ब्र.कु. मधु दीदी, ब्र.कु. हेमा दीदी, ब्र.कु. विकास, ब्र.कु. आलोक, ब्र.कु. सुरेश आदि द्वारा किया गया। इस अवसर पर सेंटर का उद्देश्य बताते हुए ब्र.कु. बहनों ने कहा कि सभी मनुष्यों को मेडिटेशन के माध्यम से शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ बनाना एवं जीवन में आने वाली समस्याओं को सफलतापूर्वक समाप्त कर जीवन को तनावमुक्त सफलता की मूर्ति बनाना है। यहाँ लोगों को निःशुल्क मेडिटेशन सिखाया जाएगा जो उनके लिए बेहद लाभदायक होगा।

'एक पेड़ एक ज़िन्दगी' वृक्षारोपण कार्यक्रम

अजमेर-राज। ब्रह्माकुमारीज के चंद्रवरदाई नगर सेवाकेन्द्र एवं नगर निगम अजमेर के संयुक्त तत्वाधान में ब्रह्माकुमारीज की पूर्व अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका मनमोहिनी दीदी के पुण्य स्मृति दिवस पर किशनपुरा राजकीय विद्यालय फकीरा खेड़ा में 'एक पेड़ एक ज़िन्दगी' विषय पर आयोजित वृक्षारोपण कार्यक्रम में मुख्य अतिथि ब्रजलता हाड़ा, महापौर, नगर निगम, अजमेर ने कहा कि अगर एक पेड़ की रक्षा की जाये तो वह अनेक ज़िन्दगी बचाने का कार्य करेगा। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान की बहनें आध्यात्मिक शक्ति का स्रोत हैं और अगर ऐसे महान कार्य के लिए लोगों को जागरूक करेंगी तो अवश्य हम सभी प्रकृति का संतुलन बनाये रखने में कामयाब होंगे। ब्र.कु. योगिनी बहन ने कहा कि पेड़ हमें ऑक्सीजन देते हैं जो हमारे जीवन के लिए अति



आवश्यक है। इसीलिए उन्होंने सभी को अपने जन्मदिवस पर कम से कम एक वृक्ष लगाने और उसकी देखभाल का संकल्प करवाया। आरंभ में ब्र.कु. कल्पना बहन ने सभी का स्वागत किया। कार्यक्रम में शैलेश गर्ग, संस्थापक, एक पहल सेवा की, वार्ड पार्षद वसीम खान, प्रकाश सिंह राठौड़, प्राध्यापक, राजकीय स्कूल व ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

राजघराने के लोगों के लिए आध्यात्मिक प्रवचन कार्यक्रम का आयोजन

'आध्यात्मिकता' नकारात्मकता दूर करने की अचूक औषधि

अम्बिकापुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज के नव विश्व भवन चोपड़ापारा, अम्बिकापुर सेवाकेन्द्र में सरगुजा राजघराने के लोगों के लिए आयोजित विशेष आध्यात्मिक प्रवचन एवं ब्रह्माभोजन कार्यक्रम में वरिष्ठ कांग्रेस धौरपुर एवं राजकुमार कॉलेज के मेम्बर सुमेश्वर बाबा ने संस्थान के कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि लोगों को अपनी जीवनशैली में सकारात्मक विचारों का मनन करना

चाहिए और श्रेष्ठ कार्य करना चाहिए जिससे हमारे समाज के लोगों को एक नई दिशा मिलेगी। सरगुजा संभाग की सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी ने कहा कि वर्तमान समय मनुष्य को सबसे ज़्यादा आवश्यकता शांति की है। इसे प्राप्त करने का आधार है आध्यात्मिक बातों को सुनना और समझना। आध्यात्मिक बातें ऐसी अचूक औषधि है जिसके सुनने मात्र से ही हमारे अंदर

की निगेटिविटी अपने आप समाप्त होने लगती है, मेहनत नहीं करनी पड़ती। जब

हम परमात्मा को याद करते हैं तो जीवन में सहज ही सुख-शांति की अनुभूति



होती है। उन्होंने सभी को राजयोग मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति भी कराई। मौके पर जुगनू बाबा, अमित सिंहदेव, जनपद उपाध्यक्ष, लखनपुर, डॉ. विजय सिंहदेव बाबा प्रतापपुर, बलरामपुर के पूर्व उपाध्यक्ष शशि सिंहदेव व उनका परिवार, शैलेश सिंहदेव, जनपद उपाध्यक्ष सीतापुर तथा सरगुजा संभाग के करीब 50-60 राज घराने के लोग व ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

आपका आत्म-सम्मान तय करती

आपकी आत्म-छवि

कहते हैं, जो आप देते हैं, वैसा ही आप पाते हैं, जैसा आप खुद को देखते हैं, वैसा ही दूसरे आपको देखते हैं। एक नजरिये से देखा जाए तो हमें 85 फीसदी आनंद दूसरे लोगों के साथ सुखद सम्बंधों से मिलता है। दुर्भाग्य से, 85 फीसदी दुःख भी दूसरे लोगों से ही मिलते हैं। परंतु यहाँ गौर करने की बात यह है कि जो भी प्रतिक्रिया के रूप में हमें मिलता है, उसकी उत्पत्ति का केन्द्र हम स्वयं होते हैं। क्योंकि इस प्रतिक्रिया की उत्पत्ति का आधार ही हमपर निर्भर है। हम जैसा खुद को देखते हैं या सोचते हैं या व्यवहार करते हैं, वो ही परिणाम के रूप में हमें प्राप्त होता है।

लोक-व्यवहार में उत्कृष्ट बनना ज़रूरी है। अच्छी बात यह है कि यह योग्यता सीखी जा सकती है। शर्त सिर्फ इतनी है कि आपको भी वैसा ही व्यवहार करना होगा जैसा दूसरे लोकप्रिय लोग करते हैं। जो भी हमारे आदर्श, हमारे लोकप्रिय बने हैं, वे अपने आप को उसी रूप में देखते थे, तभी तो हम उनको उसी रूप में आज भी याद करते हैं। ये बात जब हम कर रहे हैं तो वही खिला हुआ, मधुर-स्मित और रूहानी स्नेह भरा चेहरा हमारे सामने आये बिना नहीं रहता, और वो हैं हम सबकी प्रिय, परम श्रद्धेय दादी प्रकाशमणि जी। जिनकी मुस्कान अनेकों के कष्ट व दुःख हर लेती थी, कड़ियों की बिगड़ी भी बन गई और जीवन की कठिनाइयाँ सरल व सहज हो गईं। ऐसा आपने भी अनुभव किया होगा, जो भी इनके सानिध्य या सम्पर्क में आये



डॉ. क. गंगाधर

होंगे।

मनोवैज्ञानिक हमें बताते हैं कि हम जो भी कार्य करते हैं, वह या तो अपने आत्म-सम्मान को बढ़ाने के लिए करते हैं या दूसरों से इसकी रक्षा करने के लिए करते हैं। हर व्यक्ति अपनी व्यक्तिगत महत्ता के एहसास के बारे में बहुत संवेदनशील होता है। आत्म-सम्मान का अर्थ ही यह है कि आप अपने बारे में कैसा महसूस करते हैं, खुद को कितना पसंद करते हैं, खुद से कितना प्रेम करते हैं। आत्म-सम्मान काफी हद तक आपकी आत्म-छवि से तय होता है। आपकी आत्म-छवि के तीन हिस्से हैं जो एक-दूसरे को स्पर्श करते हैं।

1. आत्म-छवि का पहला हिस्सा यह है कि आप खुद को कैसे देखते हैं। यानी कि आप अपने को कैसा महसूस करते हैं। आपका अपने प्रति आत्मविश्वास कितना है, जो आप अपने को देखते हैं। इससे काफी हद तक चलने, बोलने, व्यवहार करने व दूसरों के साथ बात करने का तरीका तय होता है।

2. आत्म-छवि का दूसरा हिस्सा यह है कि आपके हिसाब से दूसरे लोग आपको किस तरह से देखते हैं। यदि आप सोचते हैं कि दूसरे लोग आपको पसंद करते हैं, तो आप खुद को सकारात्मक अंदाज़ में देखते हैं और इससे आप अपना आत्म-सम्मान महसूस करते हैं। आपको अपने नज़रिये के बारे में या व्यवहार करने के तौर-तरीकों पर खुशी की अनुभूति होती है।

3. आत्म-छवि का तीसरा हिस्सा यह है कि लोग वास्तव में आपको किस तरह से देखते हैं और व्यवहार करते हैं। यदि आप स्वयं को आम आदमी मानते हैं और कुछ लोग आपसे मिलने पर ऐसा व्यवहार करते हैं जैसे आप मूल्यवान और महत्वपूर्ण हो, तो इसका आपकी आत्म-छवि पर सकारात्मक प्रभाव होता है। आप खुद को पहले से ज़्यादा पसंद करने और महत्व देने लगते हो। स्व के प्रति कॉन्फिडेंस में बढ़ोतरी होती है। और अच्छा करने का उमंग और उत्साह जगता है, और ज़्यादा बेहतर करने का हौसला भी बढ़ता है।

आपकी अपनी आत्म-छवि के कितने मायने हैं, वो हमारे जीवन को कितना प्रभावित करती है, आप जान ही गये होंगे। ये पढ़ने और समझने के बाद आपके अंदर भी ये भाव स्फुरित हो रहा है ना कि हम भी ऐसी स्वयंप्रिय, लोकप्रिय छवि बनायें। तो हम आपको एक सरल उपाय बताना चाहेंगे कि जैसे ही आप उठते हो तो बाहर जाने माना दफ्तर या कारोबार के क्षेत्र के लिए स्वयं को तैयार करते हो ना! पोशाक पहनते हो और अपनी छवि को आइने में देखते हो। करते हो ना रोज! उसी तरह अपने भीतर की छवि को भी संवारने के लिए खुद से संवाद कर खुद को श्रृंगारित करें। हमें किसी भी परिस्थिति में या सम्पर्क में आने वाले व्यक्ति के साथ बिना विचलित हुए शांति से पेश आना है। और अपनी शांति को हर हाल में अचल रखना है। जैसे हम स्वयं को प्रिय हैं, वैसा ही दूसरे के साथ भी हमें पेश आना है। तो आपकी छवि भी लोकप्रिय लोगों की श्रेणी में दर्ज हो जायेगी।

विजयी वही बनते जो परिस्थितियों का सामना करने में महान बनते



राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

अभी पुरुषार्थ की रेस चल रही है, कोई भी सम्पन्न सम्पूर्ण नहीं बने हैं। इसमें कोई महारथी हैं, कोई घोड़ेसवार हैं और कोई प्यादे भी हैं। लेकिन बाबा कहते हैं लास्ट सो फास्ट भी जा सकते हैं। अभी तक एक भी सीट फाइनल रिजर्व नहीं है। पहला और दूसरा नम्बर मम्मा और बाबा की सीट तो फिक्स है, तीसरे नम्बर से सब खाली हैं। अभी रेस चल रही है। सीटी बजेगी तो सभी को सीट मिलेगी तब सीट पर सब बैठेंगे। अभी सीटी नहीं बजी है। अभी तो सब दौड़ रहे हैं यानी पुरुषार्थ कर रहे हैं। सिवाए दो सीट के फाइनल के अभी बाबा ने अनाउन्स कुछ नहीं किया है। यानी सभी को चान्स है। करो नहीं करो वह आपकी मर्जी, लेकिन मार्जिन सभी को है।

भले हम लोग समझते हैं दादियाँ हैं ना वह तो आठ में आ ही जायेंगी, हम कहाँ जायेंगे! बाबा ने यह राज सुनाया था कि लास्ट सो फास्ट का एग्जाम्पल ज़रूर होना है। बाबा तो विदेशियों को भी कहता है। बाबा के अव्यक्त होने के बाद

विदेश में सेवाकेन्द्र खुले हैं लेकिन उन्हीं को भी कहता है कि कोई भी एग्जाम्पल बन सकता है। बनना है तभी तो बाबा कहता है ना लास्ट सो फास्ट। होना ही नहीं तो बाबा क्यों कहता। लेकिन कौन होना है, वह भी तो दिखाई देगा भी नहीं ना, अभी तो गुप्त होगा। तो कोई भी हो सकता है। पता थोड़े ही पड़ता है, माया के तूफान कभी-कभी अच्छे-अच्छे को भी ऐसे ले जाते हैं, यह भी समाचार बहुत सुनते हैं। इतना अच्छा जिसमें शक्य भी नहीं होगा वह शादी करके पूछ लटका करके आ रहे हैं। क्या करें? तो यह भी होता है, माया है ना माया पता नहीं क्या-क्या करा लेती है तो किसी की भी सीट मुकर्र नहीं है। सभी को चान्स है, कोई भी नम्बर ले सकता है। कोई भी महारथी बन सकता है। महारथी माना जो परिस्थितियों का सामना करने में महान आत्मा हैं, विजयी बनते हैं।

यह तो बाबा से पक्का कर लिया होगा कि करना ही है। कोई भी स्थूल या सूक्ष्म काम हो लेकिन करना ही है।

भगवान का बच्चा बनना
माना खुद सच्चा बनना

राजयोगिनी दादी जानकी जी

हम शब्दों में कैसे आऊँ, वाह बाबा वाह! कहने से क्या, क्यों से बच गये। जो हो रहा है, अच्छा हो रहा है। अमृतवेले के महत्व को जान जो बाबा के पास हाज़िर होते हैं उन्हें सुख मिलता इलाही है। अमृतवेले का सुख, फिर मुरली का वन्दरफुल महत्व है। यह जो बाबा के बोल हैं बच्चे यह ज्ञान गुह्य है, गोपनीय है, रहस्ययुक्त है। अमृत पी रहे हैं, पिला रहे हैं और कोई काम नहीं है।

मैंने देखा है 5 विकार काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार तो चले गये पर उनके बाल बच्चों में ईर्ष्या बहुत-बहुत अन्दर में परेशान करती है। दूसरों को आगे बढ़ता देख सहन नहीं होता। उनका ज्ञान-योग सब छूट जाता है। बाबा कहते बच्चे मायाजीत बनना हो तो विकर्माजीत बनो। जो बाबा ने कहा सतयुग में कर्म अकर्म हैं, कलियुग में कर्म विकर्म हैं और अभी श्रेष्ठ कर्म करने का समय है।

आत्मा के ज्ञान की गहराई में जाओ तब ही आत्म अभिमान बन सकेगा। मैं आत्मा हूँ ऐसे सिर्फ नहीं मन, बुद्धि, संस्कार हैं, यह शरीर की कर्मेन्द्रियाँ हैं। मैं आत्मा शरीर में हूँ, पर मुझ आत्मा को इस शरीर की विकारी कर्मेन्द्रियों के वश नहीं रहना है। मन, बुद्धि, संस्कार और पांच विकारों को जान परमात्म शक्ति ले इन विकारों पर जीत पानी है। दिन-रात यही धुन लगी हुई है मुझे मायाजीत बनना है। यह कर्मेन्द्रियाँ शान्त और श्रेष्ठ कर्म करने के लिए हैं इसके लिए मन शांत, बुद्धि शुद्ध हो। कर्मेन्द्रियों के कारण मन चंचल है। बुद्धि में ज्ञान को धारण करो, परमात्मा से योग लगाओ तो आत्मा में शक्ति आती है फिर सेवा की बात आती है। दिन-रात यही भावना है, यही स्वप्न है कि सबकी अन्त मते सो गते अच्छी हो। सबकी सद्गति हो वह सेवा कैसे होगी? मन्सा शुभ भावना से। निस्वार्थ भाव है, निष्काम सेवा है।

बाबा के अन्तिम महावाक्य हैं बच्चे निराकारी, निर्विकारी, निरहंकारी हो रहना। सेवा करते भी ऐसी स्थिति हो। ऐसे नहीं कि सेवा में ऐसा

बिजी हो जायें जो यह स्थिति बनाने का समय ही न मिले। अभी आप सभी के चिंतन मे एक ही बाबा हो और कोई चिंतन नहीं। मैं राइट हूँ, यह सिद्ध करना ज़रूरी नहीं है। सच, सच है। सच इतना सच है जो झूठ को खत्म करने वाला है। इतना सच्चा बाबा ने बनाया है जो मुझे पता ही नहीं है कि झूठ क्या होता है। जिनका सच्चा बनने का पुरुषार्थ कम है, उन पर बहुत तरस पड़ता है।

इस बारी बाबा ने 4-5 बारी कहा अचानक कुछ भी हो जाये, उसके पहले ऐसी सेवा कर लो। जो सेवा बाबा को करानी है, वह मुझे करनी है। मन्सा सेवा का अभ्यास बढ़ाना है। वाचा से ज्ञान थोड़ा दो, कर्मणा से, सम्बन्ध से गुणदान दो। सम्बन्धों में गुणों का पता चलता है। हम राजयोगी, राजत्रयि हैं, कर्मयोगी हैं, सतयुग की स्थापना करने के निमित्त हैं।

भक्त लोग लक्ष्मी-नारायण के मन्दिर में जायेंगे, हम भी जाते थे, दर्शन करते थे, पर यह कभी सोचा थोड़े ही था कि इन्होंने यह पद कैसे पाया! बाबा ने यह बताया, नर ऐसी करनी करे जो नर नारायण बन जाये, नारी लक्षण ऐसे धारण करे जो श्री लक्ष्मी बन जाये। तो हर एक को लक्ष्मी नारायण बनना है। लक्षण को कर्म में देखना है, कर्म में श्रेष्ठ कर्म की करनी दिखानी है। तो विकर्माजीत बनने के लिए अटेन्शन बहुत चाहिए। खुद के लिए शुभ चिंतन में रहना, औरों के लिए शुभ चिंतक बनना। यह क्यों बोलते हैं, क्या बोलते हैं... क्यों-क्या से बाबा ने छुड़ा दिया है। सिद्ध करने से कोई पता नहीं चलेगा, सच्चा है या झूठा है, सिद्ध करने की ज़रूरत नहीं है। सच्चाई में बल है। भगवान का बच्चा बनना माना खुद सच्चा बनना, तो ताकत आती है।

यह गीत बहुत प्यारा लगता है - बचपन के दिन भुला न देना...याद हमारी रूला न देना, लम्बे हैं जीवन के रास्ते, आओ चलो हम गाते हैंसते... कितना अच्छा है। देखो सारा लाइफ क्या किया? बचपन के दिन याद करो, बहुत अच्छी कहानियाँ हैं।

परिवर्तन का
आधार... निश्चय

परिवर्तन

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

एक बाबा ही हमारा संसार है, एक बाबा के सिवाए कोई संसार नहीं। ऐसा कोई संसार न बने जो फिर रोना पड़े। इसलिए



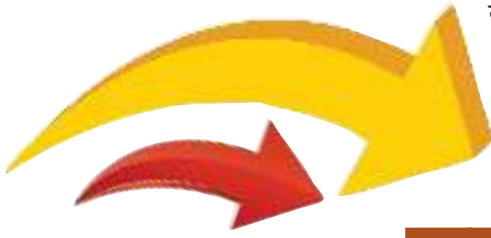
अपने आपसे पूछो कि नैया की पतवार अपने हाथ में है या बाबा के हाथ में है? अगर पतवार खिचैया को दिया तो खिचैया जहाँ भी ले जावे, फिर पतवार अपने हाथ में तो नहीं है। तो यह जीवन नैया की पतवार तेरे हाथों में है। तो अपने आपको देखो कि मुझे कहाँ तक निश्चय है। अगर निश्चय है तो परिवर्तन है? अगर परिवर्तन नहीं तो फिर निश्चय भी नहीं है। इस परिवर्तन की विधि है निश्चय और फिर निश्चय की विधि है- प्यार। अगर मेरा बाबा से प्यार है माना निश्चय है, अगर बाबा पर निश्चय है माना प्यार है। अगर निश्चय नहीं है, प्यार नहीं है तो फिर कुछ नहीं है। तो मेरा बाबा से कितना प्यार है? कितना बाबा से दुलार है? यह अपने-अपने अनुभव से पूछो।

किसी एक बात का भी संशय आया तो फिर उनकी अंत ही नहीं होती है फिर हर बात में सवाल, हर बात में संशय, हर बात में कमजोरी, हर बात में संस्कारों का टक्कर बढ़ता जाता है। फिर आखिर वह घड़ी आ जायेगी - कहाँ माया से हार खा लेंगे, फिर कहेंगे ठीक है, मेरे को मुश्किल लगता है फिर पुरानी दुनिया याद आयीगी, लौकिक याद आयेगा।

तो हर एक को अब यह पूछना है कि हम नटोमोहा हैं? या लौकिक में सम्बन्ध का आकर्षण या सूक्ष्म मोह तो नहीं है? आप मुये मर गयी दुनिया। बाबा ने शुरु में 14 साल की भट्टी में हम सबको यह पाठ ऐसा पक्का कराया जो कभी कोई संकल्प भी नहीं आवे। मैं समझती हूँ - कभी एक संकल्प भी नहीं आया होगा कि ऐसा भोजन बना है, जो मिला सो खाना है। बाबा जो खिलाये सो सही। चाहे दाल भात खिलाये, चाहे सूखा फुलका खिलाये, चाहे घी का हलवा खिलाये। हम हैं योगी लोग। हमारा मतलब योग से है और कोई बात से नहीं है। त्याग की भाषा वहाँ तक है।

बाकी यह प्रतिज्ञा पक्की हो कि बाबा हम आपके पक्के योगी बच्चे हैं, पवित्र हैं, पवित्र ही रहेंगे - यही प्रतिज्ञा सबको दिल से बहुत पक्की करनी है। जो इस प्रतिज्ञा में पक्के रहते हैं उन्हें बाबा की 100 गुणा दुआयें मिलती हैं। हाँ जी करने वाले को कहा जाता है आज्ञाकारी, उन पर माँ-बाप की दुआयें होती हैं क्योंकि आज्ञाकारी माना सपूत। तो सदैव आज्ञाकारी रहो। बाकी जो भी नियम मर्यादा है, इन मर्यादाओं को जीवन में श्रृंगार करते अपनी उन्नति करते रहो। और नशा रखो हम वही कल्प पहले वाले पाण्डव हैं, गोप हैं। गोप का अर्थ ही है जिससे भगवान से प्यार हो और कोई नहीं हो। गोप और गोपियाँ। तो कल्प पहले वाले गोप हो, पाण्डव हो। पक्के योगी, तपस्वी, त्यागी, वैरागी हो? यह सब सवाल खुद से पूछो और अपने आपको पक्का करो। सेवाधारी हो, कोई ईर्ष्या तो नहीं, कोई दुनिया याद तो नहीं आती? बुद्धि कहाँ बाहर तो नहीं जाती या भटकती है? चेक करो और चेंज कर लो। अभी समय है, नहीं तो पीछे पश्चाताप करना पड़ेगा।

संकल्प अच्चे संकल्पों में बिजी बनो तो खराब संकल्पों को छोड़ने में ईजी बन जायेंगे



वह जीवन में कभी न चल पायेगा और न बोल पायेगा। चलता पानी साफ रहता है। हवाई

रही है, गति रुक गयी है, इसका अर्थ है कि वह चल नहीं रहा है, बैठा हुआ है, उसका पुरुषार्थ रुक गया है। इसलिए न सिर्फ बुरे संकल्पों को रोको,

चलें.... तो आगे बढ़ें

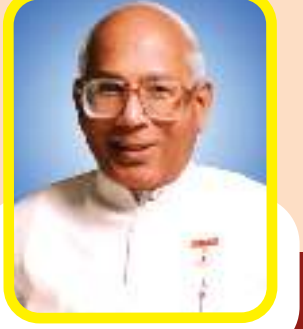
चलाना (क्रियेट)-ये भी एक शक्ति है। कई लोग कहते हैं हमारा मनन-चिन्तन नहीं चलता। बाबा कहते तो ठीक हैं कि विचार सागर मंथन करो लेकिन हमारी बुद्धि चलती ही नहीं, क्या करें। अरे भाई, अभ्यास करोगे तब तो चलेगी! कई बार गाड़ी धक्के से भी चल पड़ती है। उसी प्रकार, हमें विचार चलाने का अभ्यास करना चाहिए, तब तो बुद्धि चलेगी। अगर व्यक्ति ज्यादा समय चलेगा नहीं अथवा बोलेगा ही नहीं तो

जहाज भी पहले चलता है, बाद में रफ्तार तेज करता है, उसके बाद उड़ना शुरू करता है। बाबा भी कहते हैं, बच्चे, ज्ञान में तो चल रहे हो लेकिन किस गति से चल रहे हो, यह भी चेक करो। तीव्र पुरुषार्थ कर रहे हो या पुरुषार्थ कर रहे हो? पुरुषार्थ करना माना चलना। जिसकी उन्नति नहीं हो

साथ-साथ अच्छे विचारों को चलाओ, सोचो। बुद्धि में जितने अच्छे विचार चलेगे उतने आगे बढ़ेंगे। पुरुषार्थ की गति को भी तीव्र करो तब जाकर उड़ती कला प्राप्त करेंगे जैसेकि हवाई जहाज पहले चलता है, फिर तेज चलता है, बाद में उड़ जाता है। चलाना शब्द के कई अर्थ हैं। कई बार

हम किसी की, किसी बात को पकड़ कर बैठ जाते हैं कि उसने ऐसे मुझे कहा ही क्यों? हमने उसका बिगाड़ा ही क्या है? यह हमारे पीछे पड़ा ही क्यों है? कोई हल्का करने के लिए यह भी कहते हैं कि भाई, बात को पकड़ क्यों बैठे हो, कुछ चलाया भी करो, आप तो बात को पकड़ लेते हो। थोड़ा सरल बनो। बाबा कहते हैं, ईजी बनो और बिजी भी बनो। अच्छे संकल्पों में बिजी बनो और खराब संकल्पों को छोड़ने में ईजी बनो। ईजी बनोगे तो बिजी बनोगे। अगर बात को नहीं छोड़ोगे तो पड़े रहो बिस्तर पर। फिर डॉक्टर को ले आना पड़ेगा। वह हार्ट को देखेगा।

आप इस तरह बात को पकड़ कर बैठोगे तो यही हाल होगा। इसीलिए हरेक को जीवन में कुछ चलाने की शक्ति प्रयोग में लानी चाहिए। परिवार में सास ठीक है तो बहू ठीक नहीं, बहू ठीक है तो सास ठीक नहीं। कहीं बेटा ठीक नहीं, कहीं माँ ठीक है तो बेटा ठीक नहीं। लेकिन हमारे पास एडजस्ट होने की शक्ति अथवा चलाने की शक्ति होनी चाहिए। बाप ठीक नहीं, ऐसा समझकर कहाँ जाओगे? हिसाब-किताब था, तुम बेटे बन गये, वह बाप बन गया। दूसरे बाप को कहाँ से लाओगे? अब जो बात है उसको चलाओ, क्या करोगे? किसी के गले में ढोलक पड़ ही गया, तो क्या करोगे? बजाओ उसको, जैसे भी हो। इसी प्रकार, जीवन में किसी को कैसा भी व्यक्ति मिला, उसको चलाना सीखो, उसके साथ एडजस्ट होना सीखो। आप तो उसे परफेक्ट चाहते हो परन्तु इस दुनिया में कोई परफेक्ट तो है नहीं। आपकी मर्जी के मुताबिक कोई व्यक्ति आपको मिले-



ब.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

यह हो नहीं सकता। क्योंकि हरेक की योग्यता और शक्ति अलग-अलग होती है। ऐसा कोई भी व्यक्ति नहीं मिलेगा कि आप जैसे कहीं वैसा 100 प्रतिशत करे। इसलिए जीवन में, मनुष्य को जैसे भी है, जो भी है थोड़ा-बहुत एडजस्ट करना पड़ता है, टॉलरेट करना पड़ता है, चलाना पड़ता है। योगी बनना है तो कुछ चलना पड़ता है और कुछ चलाना पड़ता है, अपने को हल्का रखना पड़ता है।

इसको बाबा बोलते हैं, पास्ट को पास्ट करो और अपने को पास करने की कोशिश करो। अगर कोई बात को पकड़ कर बैठ जाओगे तो फेल हो जाओगे। सदा यह समझो कि मेरी परीक्षा हो रही है, मेरे पेपर्स चल रहे हैं। परीक्षा में यह नहीं पूछा जाता कि यह प्रश्न किसने निकाले हैं, क्यों निकाले हैं। जो भी प्रश्न आते हैं उनको पास करना है। अच्छा विद्यार्थी परीक्षा में जो प्रश्न आते हैं उनमें पास होने के प्रयत्न में रहता है। इसको भी चलाना कहते हैं। मनन-चिन्तन चलाओ, पुरुषार्थ तेज करो, याद की यात्रा पर चलो, पॉजिटिव विचार चलाओ। इसको हम कहते हैं, चलो और चलाओ। चलते-चलते, चलाते-चलाते पुरुषार्थ को तेज करो और उड़ती कला प्राप्त करो।



दिल्ली-पाण्डव भवन। केन्द्रीय रेल राज्यमंत्री तथा कोयला, खदान राज्यमंत्री रावसाहेब पाटिल दानवे को उनके दिल्ली स्थित निवास स्थान पर रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सविता दीदी। इस अवसर पर ब्र.कु. शिवानी बहन, ब्र.कु. कमल भाई तथा ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके उपस्थित रहे।



हजारीबाग-झारखण्ड। जिले के डी.सी. को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात व प्रसाद भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. हर्षा बहन।



मथुरा-रिफाइनरी नगर(उ.प्र.)। जिला अधिकारी नवनीत सिंह चहल,आई.ए.एस. को रक्षासूत्र बांधते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा बहन।



भरतपुर-राज. महाराजा श्री विश्वेन्द्र सिंह, पूर्व कैबिनेट मंत्री, राज. सरकार को शतायु का तिलक देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कविता दीदी तथा ब्र.कु. बबिता दीदी।



बीदर-कर्नाटक। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान मंच पर उपस्थित हैं राजयोगिनी ब्र.कु. सुमंगला बहन, राजयोगिनी ब्र.कु. सुनंदा बहन, डॉ. पी. विठ्ठलरेड्डी, एचओडी, केमिस्ट्री, बीवीबी कॉलेज, बीदर, हाउसेट्टी पाटिल, एडवोकेट, डॉ. हनमशेट्टी, शिवराज पाटिल, बिजनेसमैन तथा अन्य गणमान्य लोग।



दिल्ली-पाण्डव भवन। केन्द्रीय सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यम मंत्री, भारत सरकार तथा महाराष्ट्र राज्य के पूर्व मुख्यमंत्री नारायण राणे को उनके दिल्ली स्थित निवास स्थान पर रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सविता दीदी। इस अवसर पर ब्र.कु. शिवानी बहन, ब्र.कु. कमल भाई तथा ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके उपस्थित रहे।



इंदौर-म.प्र। ओमप्रकाश भाईजी सभागृह में इंदौर जेन की कुमरियों के लिए आयोजित भट्टी कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. हेमलता दीदी, जबलपुर कटंगा कॉलोनी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विमला दीदी, कोटा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला बहन, ब्र.कु. प्रेमलता बहन, ब्र.कु. अनिता बहन, खण्डवा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शक्ति बहन तथा ब्र.कु. उषा बहन।



दिल्ली-मानस कुंज। उत्तर भारत के गांव की सबसे बड़ी 360 की खाप के प्रधान नियुक्त होने पर चौधरी सुरेन्द्र सोलंकी को स्थानीय ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर ब्र.कु. शक्ति बहन तथा ब्र.कु. सुदेश बहन द्वारा सम्मानित किया गया एवं रक्षासूत्र बांधा गया।



फतेहाबाद-हरियाणा। वैष्णो देवी मंदिर में पौधारोपण करते हुए मंदिर की प्रधान बहन मंजू चोपड़ा, ब्र.कु. मोहिनी बहन, ब्र.कु. संगीता बहन तथा अन्य।



रूपबास-भरतपुर(राज.)। सीनियर डॉ. शैलेन्द्र श्रीवास्तव, हड्डी रोग विशेषज्ञ, डॉ. अभिषेक, श्रीमति अनीता वर्गीश तथा समस्त नर्सिंग स्टाफ के साथ वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. कविता दीदी तथा ब्र.कु. बबिता दीदी।



बारडोली-रामनगर(गुज.)। बारडोली के टी.डी.ओ. नटुभाई बोरिचा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अरुणा बहन।

कर्मों का खेल कोई समझ नहीं सकता...



- ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

ये जो कर्मों की गुह्य गति है ना वो कोई भी समझ नहीं सकता। मान लो एक व्यक्ति कसाई है और कसाई एक जानवर को मारता है। अब उसने जानवर को मारा उसने तो पाप कर्म किया। उसने तो माँस को बेचा एक दुकान वाले को। तो दुकानदार भागीदार बन गया। दुकान वाले ने मान लो होटल वाले को बेचा तो होटल वाला भागीदारी में आ गया। अब होटल में कोई फंक्शन है और वहाँ पचास लोग भोजन खाते हैं और उस माँस को भी खाते हैं, तो वो पचास लोग उस और भागीदारी में जुड़ जाते हैं। इसीलिए जब उस कर्म का सेटलमेंट करने का समय आता है, वो पचास जहाँ इक्ठे होते हैं, वो संजोग जो बनता है तभी कर्म का सेटलमेंट होने लगता है।

कैसे होता है कि वही जानवर दूसरे जन्म में पुनः अपनी उसी योनि में जाता है। इसी तरह मनुष्य भी अपनी योनि में मनुष्य ही बनता है। और वो कसाई मान लो कि दूसरे जन्म में एक बस का ड्राइवर बना और बस का ड्राइवर बन करके वो बस चलाता है और बहुत स्पीड से जा रहा है फिर वही

जानवर बहुत स्पीड से दौड़ता हुआ आता है रास्ते में अचानक और उसको बचाने के लिए ड्राइवर अपना बैलेंस खो देता है और कई बार हम देखते हैं कि बस ब्रीज पर थी और वो बस दीवार तोड़ कर नीचे नदी में गिरती है और जो भी लोग उसमें होते हैं वो घायल हो जाते हैं। तब सभी कहते हैं कि एक ड्राइवर की गलती से पचास पैसंजर जो बैठे थे उनको फल भोगना पड़ा, नहीं। वास्तव में ये सभी उस कर्म के भागीदार थे। इसीलिए सेटलमेंट करने का समय आया तो वही जानवर उसका हिसाब लेता है लेकिन ये कर्मों की गति बहुत गुह्य है जिसको समझ पाना बहुत मुश्किल है।

कर्म के भागीदारी नहीं है वो अगले स्टॉप पर उतर गया। लेकिन वो जो बैठे थे, जो घायल हुए वो वही थे जो उस कर्म की भागीदारी में जुटे हुए थे।

इंसान जो कर्म करता है उसका फल उसको भोगना ही पड़ता है। चाहे अच्छा कर्म करो उसका भी फल मिलता है और जो बुरा कर्म करता है उसका भी फल भोगना ही पड़ता है। कई बार भागीदारी सिर्फ दो व्यक्तियों के बीच में भी हो सकती है। कई बार भागीदारी ज़्यादा लोगों के बीच में भी होती है। और वही सब जब संजोग आता है तब वो होनी, होनी ही होती है। उस होनी को कोई टाल नहीं सकता। इसीलिए कहा जाता कि होनी को कोई चेंज



जो पचास लोग बैठे थे वो वही थे जिसने उस जानवर का माँस खाया था उस होटल में। आश्चर्य की बात लगेगी। लेकिन जिसका हिसाब नहीं था मान लो उस कर्म के भागीदारी में हिसाब नहीं था तो ऊपर से बस गिरने के बाद भी उसको खंरोच तक नहीं आती है। जो उस कर्म के भागीदारी नहीं हैं वो कुछ कारण से बस को मिस कर देता है। किसी कारण घर से लेट हो गया तो बस मिस हो गई। जो उस

नहीं कर सकता।

ये इसीलिए कहा गया है कि मनुष्य जब फल भोगता है तो उस समय पता ही नहीं चलता कि कैसे फल मिलना है। लेकिन मनुष्य जो कर्म करता है उसका फल आज नहीं तो कल मिलना ही है। उसको कोई टाल नहीं सकता। इसीलिए हमें अपने जीवन में जैसे कहते हैं ना फूंक-फूंक कर कदम रखना, बस वैसे ही हमें अपने कर्मों पर ध्यान देना है।



मुम्बई-विले पारले। विख्यात फ़ोर्ब्स मैगज़ीन ने डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके और डॉ. ब्र.कु. सुवर्णा द्वारा भारत के प्राचीन राजयोग के प्रचार और प्रसार के लिए किए गए कार्यों को स्थान दिया है। इस मैगज़ीन की कॉपी फिल्म अभिनेत्री मनीषा कोईराला को भेंट करते हुए डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके तथा डॉ. ब्र.कु. सुवर्णा। मौके पर वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. क्रीना दीदी उपस्थित रहीं।



ब्यावरा-म.प्र। हरियाली पर्व के उपलक्ष्य में वृक्षारोपण करते हुए एस.डी.एम. जूही गर्ग, पूर्व विधायक नारायण सिंह पवार, पंडित आचार्य सतीश नागर, ब्र.कु. तेजस्वी बहन, पूर्व नगरपालिका अध्यक्ष राधे कृष्ण बडोनी तथा अन्य गणमान्य लोग।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें....

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,

पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510

सम्पर्क - M- 9414006096, 9414182088,

Email-omshantimedia@bkkivv.org

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

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

बैंक ड्राफ्ट (पेबल एर शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

For Online Transfer

SBI ACCT. NO. - 30826907041

IFSC - CODE - SBIN0010638

सूचित अवश्य करें...



नकारात्मकता का अंत....

रावण का अंत



आज की दुनिया जहाँ पर इतने सारे मनुष्य आत्माओं का निवास है, और सभी किसी न किसी बात में थोड़े-बहुत उदास हैं। उदासी का कारण अगर आप जानना चाहें तो ज्यादातर जो है उनके पास, उससे वो संतुष्ट नहीं हैं। जो नहीं है, वही चाहिए। और जो नहीं है, उसके लिए विकारों का सहारा माना झूठ बोलना, चोरी करना, धोखा देना, ऊपर-नीचे करना, ये सारी चीजें करते हैं। कथाओं में प्रचलित मान्यता है, जब रामचन्द्र जी ने अयोध्या लौटने के बाद राज्य व्यवस्था सुदृढ़ की, उसके बाद उन्होंने गुरु वशिष्ठ से आज्ञा लेकर कहा कि अब हमारे जाने का समय आ गया है। तो उसी समय उनके बहुत सारे प्रजाजन वहाँ पहुँच जाते हैं और कहते हैं कि प्रभु, आप हमें छोड़कर न जाइये, तब राम सोचने लगते हैं कि अब क्या करें! तब गुरु वशिष्ठ ने राम को समझाया कि आप परेशान न हों, इन सभी ने भी आपके लिए आपके राज्य में रहते हुए बहुत सारी चीजों का अर्थात् भोग-विलास का त्याग किया, अपनी सुख-सुविधाओं को छोड़कर सिर्फ आपका कार्य मर्यादा पूर्वक करते रहे। ये सभी भी देवता कुल के ही हैं, इस समय मनुष्य रूप में आपके साथ सहयोगी थे। तो इस कथा से एक बात पूरी तरह से साबित होती है कि राम(परमात्मा) का कार्य करने के लिए हम सभी को भी जो यह छोटी-छोटी इच्छाएँ हैं, छोटी-छोटी कामनाएँ हैं, इन सबका त्याग करना अति आवश्यक है। समय की गति

तीव्रता से बढ़ रही है, और इन इच्छाओं के बदले में हमारे संकल्पों की एक बहुत बड़ी फहरिस्त जो नकारात्मकता को दावत दे रही है। आप सबको ज्ञात हो कि रावण का अर्थ ही है रूलाने वाला, रुदन करने वाला। तो रूलाना कौन है हमें, जब हमारी इच्छाएँ पूरी नहीं होती हैं, कामनाएँ पूरी नहीं होती हैं। और इन इच्छाओं और कामनाओं में सिर्फ और सिर्फ विकार है क्योंकि ये दूसरे के लिए है, स्वार्थ के लिए है। कुछ भी परमार्थ के लिए नहीं है। तो बात भाव की ही है, जब इस दुनिया में सभी आए हैं, सभी का कर्म और सबका भाग्य निश्चित रूप से उनके साथ होगा ही। फिर भी स्वार्थ के वश हम सबके अंदर जो भाव उत्पन्न होते हैं, उससे नकारात्मकता इतनी तीव्रता से फैलती है, कि एक व्यक्ति का एक नकारात्मक संकल्प हजारों व्यक्ति को ऐसा बनने के लिए मजबूर कर देता है। कहा जाता है कि रावण को जब रामचन्द्र जी तीर से मार रहे थे तो उसका गला कटता था, फिर जुड़ जाता था। तो गला कटना और जुड़ना, ये निशानी है कि एक दिन हम संकल्प करते हैं कि आज से हम यह कार्य नहीं करेंगे, लेकिन अगले ही पल कहीं आस-पास किसी को ये करते देख लिया, या कहीं पढ़ लिया या सुन लिया, तो वैसा करते ही हमारे अंदर वो भाव उत्पन्न हो जाते हैं। माना पुनः सिर लग गया। इसको आम भाषा में हम देह-भान या देह-अभिमान कहते हैं। मतलब

छोटा-सा एक सुराक भी मिला, छोटा-सा एक अनुभव भी हुआ, तो वो अनुभव भी हमारे सिर को पुनः जीवित कर देता है। इसीलिए उसे जड़ से सुखाने के लिए दृढ़ता के संकल्प को लाना पड़ता है। तो रावण अमर नहीं था। लेकिन उसकी नकारात्मकता का बल उसको नकारात्मक रूप से अमर बना देता है। ऐसे ही हम सभी आज दुनिया के लोग हैं। चारों तरफ सिर्फ नकारात्मकता ही है। सकारात्मक व्यक्ति अगर सोचना भी चाहे तो भी वो उस माहौल में रहकर वैसा ही सोचता है। इसलिए अगर हमको सच में रावण से युद्ध करना है, या सच में विकारों से जीतना है या सच में रोने से बचना है, रूलाने से बचना है, शक्तिशाली बनना है, तो जड़ से सकारात्मक संकल्पों की नींव डालें। इसीलिए उसमें नाभी में तीर मारते हुए दिखाया गया माना एकदम बीज या जड़ में इतने सकारात्मकता के भाव भर जायें कि वो नकारात्मकता पूरी तरह से सूख जाये और एक नया जीवन मिले। तो हर एक आत्मा आज इस तरह से अपना जीवन व्यतीत कर रही है। उसमें से चंद लोग हैं जो बहुत अच्छा सोच रहे हैं, अच्छी तरह से अपने ऊपर काम भी कर रहे हैं। लेकिन अगर पूरी दुनिया में इस भाव को लाना है तो हमें निरंतर सकारात्मक संकल्पों का एक जखीरा तैयार करना होगा। समय बदलेगा और रावण का अंत निश्चित है।

दिल की बात



आज अमृतवेला के पावन क्षणों में मुझे शिवबाबा के यह मधुर महावाक्य याद आए.... मीठे बच्चे! माया को वश करने का मंत्र है मनमनाभव, यही मंत्र तुम्हें पवित्र बना देता है। याद की यात्रा ही सेपटी का नम्बरवन साधन है। इसी याद से ही तुम्हारे चरित्र सुधरते हैं। याद से ही पतित कर्मन्द्रियां शांत हो जाती हैं। याद से ही तुम सतोप्रधान बनेंगे। सदा स्वस्थ रहेंगे, याद में समाई हुई आत्मा के चेहरे से अलौकिक नूर बरसता है। जो बच्चे निरन्तर परमात्मा की याद में रहते हैं वह विनाश में विनाश को नहीं पाएंगे लेकिन स्वेच्छा से शरीर छोड़ेंगे। मैं विनाश लीला के समय मास्टर विश्वकल्याणकारी की स्टेज पर स्थित होकर अपना पार्ट बजाने वाली साक्षी दृष्टा आत्मा हूँ। विनाश हो रहा है। कहीं बॉम्ब ब्लास्ट, कहीं भूकंप, कहीं बाढ़ तो कहीं मारकाट मची हुई है। हर तरफ मौत के नजारे हैं। ऐसे में प्रभू के परवाने, फरिश्ते रूप में विवरण कर रहे हैं और शांति की, शीतलता की, शक्ति की किरणें बिखेर रहे हैं। मैं आत्मा दुःखी-अशांत आत्माओं को शक्तिशाली दृष्टि दे रही हूँ। बाबा के फरिश्ते बच्चों की दृष्टि पड़ने से दुःखी-अशांत आत्माएं अपनी पीड़ाओं से छूटकर मुक्ति, जीवन मुक्ति को पा रही हैं। ऐसे समय में मनुष्य आत्माओं द्वारा किया गया छोटे से छोटा पाप कर्म, सूक्ष्म से सूक्ष्म छिपा हुआ विकर्म भी एक भयानक रूप में उनके सामने आ रहा है।

आत्माएं अपने पापों से मुक्त होने का उपाय कर रही हैं। पर कोई भी उपाय उन्हें मुक्त नहीं कर पा रहा, अब तो बस एक ही दर है जो इन दुःखी आत्माओं को मुक्ति, जीवन मुक्ति की राह दिखाने में मग्न है, वह है परमात्मा का द्वार।

परमात्मा दुलारे बच्चे दुःखों के हल्के से सेंक से अखूते हैं। प्रकृति के पांच तत्व हम विश्व सेवाधारियों की सहायता कर रहे हैं। यहाँ एक तरफ मौत के नजारे हैं वहीं बाबा के लाडले बच्चे फरिश्ते रूप में समस्त आत्माओं को साकाश दे रहे हैं। आत्माएं अपने ज्योति स्वरूप में अपने ज्योति के देश परमधाम घर की राह पाकर घर लौट रही हैं...मुक्त हो रही हैं।



पानीपत-हरियाणा। ज्ञान मानसरोवर में निर्मित दादी जानकी पॉजिटिव हेल्थ केयर सेंटर में आये रणबीर गंगवा, डिप्टी स्पीकर विधान सभा, हरियाणा, संजय भाटिया, मेम्बर ऑफ पार्लियामेंट, लोक सभा, करनाल, बच्चन सिंह आर्य, पूर्व मंत्री, हरियाणा आदि गणमान्य लोगों के साथ ब्र.कु. सरला दीदी, क्षेत्रीय संचालिका, ब्रह्माकुमारी तथा ब्र.कु. भारत भूषण, निदेशक, ज्ञान मानसरोवर। इस हेल्थ केयर सेंटर में अभी तक लगभग 13 हजार मरीज स्वास्थ्य लाभ ले चुके हैं और यहाँ आस-पास के लोगों का मुफ्त में जाँच होता है और मुफ्त दवाइयों दी जाती हैं।



अहमदनगर-महाराष्ट्र। समाज सेवी श्री अन्ना हजारों को उनके रोज़ेगनसिद्धि स्थित निवास स्थान पर रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. राजेश्वरी बहन। इस मौके पर ब्र.कु. सुप्रभा तथा ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके उपस्थित रहे।



जलगांव-महाराष्ट्र। जिला पाचोरा तहसील के कलमसारा गाँव में राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी के नेता अशोक दादा चौधरी एवं उनकी धर्मपत्नी राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी जलगांव जिला की अध्यक्ष वंदना ताई चौधरी से ज्ञान चर्चा करने के पश्चात् उनको मधुबन का ईश्वरीय प्रसाद देते हुए ब्र.कु. दत्तु भाई, शांतिवन।



भादरा-राज.। डॉ. राजेश को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. चन्द्रकान्ता बहन। साथ हैं ब्र.कु. विजय बहन।



पटना-कंकड़ बाग। विश्व हिन्दू परिषद के नये राष्ट्रीय अध्यक्ष बनने पर पदम श्री पुरस्कार से सम्मानित डॉ. रविन्द्र नारायण सिंह को गुलदस्ता भेंट कर बधाई देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. संगीता बहन।



नामली-म.प्र.। नगर परिषद नामली के हरदेश्वर महादेव मंदिर में हर घर तुलसी पौधा वितरण कार्यक्रम में वृक्षारोपण करते हुए श्री श्री 1008 मंगलदास महाराज, श्री श्री 1008 पंडित दिनेश व्यास, ब्र.कु. सविता बहन, ब्र.कु. संगीता बहन तथा अन्य।

हरी लौकी... स्वास्थ्य को भी कर दे हरा-भरा

सब्जी मंडी में हरी सब्जियों को देख कर आँखों को सुकून मिलता है। ये सब्जियाँ शरीर को फायदे पहुंचाती हैं। हरी सब्जियों में शामिल लौकी खाने के फायदे अनगिनत हैं। इसे कई राज्यों में घीया के नाम से भी जाना जाता है। वैसे कुछ लोगों को लौकी से परहेज होता है। लेकिन हम आपको लौकी खाने के फायदे बतायेंगे तो लौकी खाने के फायदे के बारे में बात करने से पहले जानते हैं कि लौकी में कौन-कौन से तत्व पाए जाते हैं जो स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होते हैं।

लौकी(घीया) में कई तरह के पौष्टिक तत्व पाए जाते हैं जिससे लौकी खाने के फायदे शरीर को मिलते हैं। बात की जाए अगर इसमें मौजूद पोषक तत्व की

तो सौ ग्राम लौकी में 15 ग्राम कैलोरी, एक ग्राम फैट और 96 प्रतिशत जलीय तत्व पाए जाते हैं। साथ ही लौकी में फाइबर, आयरन, राइबोफ्लेविन, जिंक, थायमिन, मैग्नीशियम जैसे कई न्यूट्रिएंट्स पाए जाते हैं। इसमें विटामिन ए, विटामिन सी पर्याप्त मात्रा में होते हैं। जिससे शरीर में होने वाली कई कमियों को दूर किया जा सकता है। तो जानते हैं लौकी खाने के फायदे -



वजन कम करने में

अगर आप वजन कम करना चाहते हैं तो लौकी का जूस रोज पीना शुरू कर दें। इससे कुछ ही दिनों में आपको फर्क समझ में आने लगेगा। इसमें पाया जाने वाला फाइबर और वसा की कम मात्रा भोजन को पचाने के साथ-साथ शरीर में ऊर्जा को बनाए रखने का भी

काम करते हैं।

दिल की सेहत के लिए

लौकी खाने के फायदे आपके दिल को भी मिलते हैं। इसके सेवन से आपके ब्लड लिपिड का लेवल संतुलित होता है, जो हृदय के लिए फायदेमंद होता है। इसमें पाए जाने वाले एंटीऑक्सीडेंट, एंटीहाइपरलिपिडेमिया और एंटीहाइपरग्लाइसेमिक गुण शरीर को लाभ पहुंचाते हैं।



डायबिटीज में लौकी खाने के फायदे

लौकी खाने का फायदा मधुमेह के रोगियों को भी मिलता है। डायबिटीज की दवा के साथ-साथ मधुमेह के घरेलू उपचार के रूप में इसका उपयोग किया जा सकता है। इसमें एंटी डायबिटीज गुण पाए जाते हैं, जो ब्लड में ग्लूकोज के स्तर को कम करने में सहायक होते हैं। साथ ही इसके सेवन से इंसुलिन सीरम बढ़ने में मदद मिलती है। एक गिलास लौकी का जूस खाली पेट पीने से शुगर बैलेंस रहती है।

कब्ज से राहत

कब्ज से संबंधित समस्या को दूर करने में लौकी मदद



करती है। लौकी में मिलने वाले पानी और फाइबर की मात्रा पाचन तंत्र को सक्रिय बनाती है। जिससे पेट फूलना और कब्ज की समस्या से निजात मिलती है। इसमें मौजूद पानी और फाइबर दोनों ही शरीर को ठंडक पहुंचाते हैं। लौकी का रस गर्मी में लू से बचाता है।



यूरिन इंफेक्शन में राहत

यूरिनरी डिस्ऑर्डर(जैसे यूरिन ट्रेक्ट इंफेक्शन) से जुड़ी समस्याओं को ठीक करने के लिए लौकी का सेवन किया जा सकता है। इस हरी सब्जी में विटामिन ए, विटामिन बी, मिनरल, विटामिन सी, आयरन की मात्रा प्रचुर होती है। साथ ही लौकी के बीज में एंटीबायोटिक गुण होते हैं, जो यूटीआई के घरेलू उपाय के रूप में अच्छे काम करते हैं।

लौकी खाने के फायदे लिवर को भी

लिवर में सूजन के इलाज के लिए लौकी के जूस का इस्तेमाल किया जा सकता है। इससे लिवर की सूजन कम होती है।



स्किन के लिए फायदे

लौकी खाने के फायदे त्वचा को भी मिलते हैं। इसमें



एंटीबैक्टीरियल गुण खराब बैक्टीरिया को त्वचा से दूर रखने का काम करते हैं। वहीं लौकी की एंटीऑक्सीडेंट प्रॉपर्टीज त्वचा को चमकदार बनाती हैं। लौकी का जूस पीने से स्किन में ग्लो आने के साथ ही पिम्पल्स आदि की समस्या भी धीरे-धीरे ठीक हो जाती है।

लौकी के नुकसान

जिस तरह से लौकी खाने के फायदे हैं वैसे ही इसके कुछ नुकसान भी हो सकते हैं। इसका रस या सब्जी कड़वी लग रही है तो इसका सेवन न करें क्योंकि कड़वे स्वाद वाली लौकी से पाचन तंत्र को नुकसान पहुंचता है। ऐसा लौकी में टेरेपेनॉयड नामक विषाक्त यौगिक जमा हो जाने की वजह से होता है।

अगर आप इसके जूस का सेवन करते हैं तो इसमें भी थोड़ा सतर्क रहने की जरूरत है। जूस के लिए छोटी लौकी जिनमें बीज न हो उनका यूज करें। साथ ही जूस को देर तक रख कर न पिएं। ये शरीर को फायदा पहुंचाने के बजाय नुकसान पहुंचा सकता है।

उपरोक्त दी गई जानकारी चिकित्सा सलाह का विकल्प नहीं है। अगर आपको लौकी पसंद नहीं है या फिर लौकी से आपको एलर्जी है तो लौकी को खाने के पहले एक बार एक्सपर्ट से राय जरूर लें।



वडोदरा-मंगलवाड़ी(गुज.)। कॉन्वेंट ऑफ जिसस एंड मैरी गर्ल्स हाई स्कूल की 75वीं वर्षगांठ एवं 75वें स्वतंत्रता दिवस(डायमण्ड जुबली) के उपलक्ष्य में आयोजित 'सर्वधर्म सम्मेलन' के दौरान सर्व धर्म प्रतिनिधियों एवं महानुभावों के साथ मंच पर उपस्थित हैं स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी।



टूंडला-रामनगर(उ.प्र.)। बैंक टूंडला ब्रांच मैनेजर रोहित सिसोदिया, नवभारत टाइम्स और राजस्थान पत्रिका के ब्यूरो चीफ अरुण रावत, एडवोकेट चोब सिंह, ग्राम प्रधान नगला दल दामोदर सिंह तथा ग्राम प्रधान बसई राजेन्द्र सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. विजय बहन, ब्र.कु. रेखा बहन तथा ब्र.कु. तनु बहन।



नई दिल्ली। टोक्यो ओलम्पिक्स 2020 के सिल्वर पदक विजेता रसलर रविकुमार दहिया को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित करने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके तथा ब्र.कु. सुनीता बहन। साथ ही उन्हें ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् माउण्ट आबू आने का निमंत्रण भी दिया गया। इस अवसर पर ब्र.कु. संजय भाई, ब्र.कु. पिकी बहन व अंतर्राष्ट्रीय कोच अनिल मान उपस्थित रहे।



शहारा-गुज.। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् उपस्थित हैं मामलतदार मेहुलभाई भरवाड, तालुका विकास अधिकारी जरीना बेन अन्सारी, पी.आई. एच.सी. राठवा, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रतन बहन तथा ब्र.कु. जया बहन।



तखतपुर-छ.ग.। राजयोग शिविर कराने के पश्चात् समूह चित्र में सभी पार्षद गण, भाजपा महामंत्री नयन लाल साहु, ब्र.कु. ममता, ब्र.कु. छाया तथा अन्य।

कर्म • » परमात्मा हमारे कर्म नहीं करेंगे वो हमें कर्म करने की शक्ति देंगे

हम सोचते हैं कि जो भी होता है, भगवान की मर्जी से होता है। ठीक भी है। कौन करेगा, वे ही तो करेंगे। इसलिए हम रोज उनसे कहते हैं, हे भगवान मेरी समस्या ठीक कर दो। क्या भगवान हमारी समस्या ठीक कर सकते हैं? माल लो हमारे जीवन की समस्या है कि मुझे यह टेबल उठानी है। तो क्या मैं परमात्मा से कहूँ कि हे परमात्मा, टेबल उठा दो। उठेगी टेबल? नहीं। हम तो रोज उसे यही सब कहते हैं, तबीयत ठीक कर दो, बच्चे को पास करा दो, बच्ची की शादी करा दो, मेरा ट्रांसफर रुकवा दो। हमें यह पता है कि भगवान से हमें क्या मिल सकता है और क्या नहीं।

परमात्मा हमारे कर्म नहीं करेंगे। वे हमें सही कर्म करने की शक्ति देंगे, ज्ञान देंगे। जैसे एक बच्चे को होमवर्क करना है तो मम्मी-पापा उसका होमवर्क नहीं कर सकते। तो जब भी हम परमात्मा को याद करें या पूजा करें तो ये नहीं कहें कि मेरा यह काम करा दो, बल्कि कहें कि मुझे यह काम करने की शक्ति दें। अभी हम रोज उनसे कहते हैं कि मेरा ये काम कर दो। पंद्रह-बीस दिन हो गए, टेबल ही नहीं उठी। फिर कोई आकर मुझे कहता, आप इनसे नहीं, इनसे मांगो। तो हम इनको याद करना बंद कर देते हैं, किसी और की पूजा करना शुरू कर देते हैं।

अगर भगवान में हमारा विश्वास है, अपने माता-पिता में विश्वास हो तो हम परेशान नहीं होंगे। जैसा कर्म होता है, वैसा ही फल मिलता है। अगर ये स्पष्ट हो गया तो कभी भी हमारी ऊंगली न ऊपर की ओर जाएगी और न किसी और की ओर। अगर मैं अच्छा व्यवहार कर रही हूँ और फिर भी मेरे साथ गलत कर रहा है, तो उसका कारण कौन है? अगर कोई मुझे धोखा दे रहा है, तो कारण कौन? मेरी सेहत ऊपर नीचे हो रही है तो इसका कारण कौन



ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जानिए कर्म की शक्ति

है? इससे भी महत्वपूर्ण है कि इसका निवारण कौन करेगा। हमें जीवन में इस लाइन को पकड़कर रखना है, जैसा कर्म वैसा फल।

जैसा कर्म होता है, वैसा ही फल मिलता है। अगर ये स्पष्ट हो गया तो कभी भी हमारी ऊंगली न ऊपर की ओर जाएगी और न किसी और की ओर।

जो कुछ हम सोचते हैं, बोलते हैं, करते हैं, वो है हमारा कर्म। जो हमारे साथ होता है, जीवन में जो परिस्थितियाँ आती हैं, लोग हमारे साथ जो व्यवहार करते हैं, वो है हमारा भाग्य। मैं इनसे कैसे बात करूँ ये है हमारा कर्म। ये हमसे कैसे बात करें, वो है मेरा भाग्य। दोनों के बीच में क्या संबंध है? जैसा कर्म होता है, वैसा भाग्य बनता है। हम जो कर्म करते हैं वो हमें दिखाई नहीं देता है, लेकिन भाग्य दिखाई देता है। जो हमारे साथ हो रहा है वह दिखाई देता है।

उदाहरण के लिए मेरे सामने घड़ी है। मैंने ये घड़ी उठाकर आपकी तरफ फेंकी। ये है मेरा कर्म। अब जो मैंने दिया, वापस भी वही

आने वाला है। लेकिन मुझे सिर्फ यह दिखाई देता है कि वहाँ से घड़ी आ रही है। हम चाहते हैं फूल, लेकिन आ रही है घड़ी। इसी तरह अगर कोई सबके सामने मुझे बहुत कुछ बुरा कह दे। मैं कहती हूँ इन्होंने मेरी बेइज्जती कर दी। मैं बिना उन्हें समझे नाराज हो जाती हूँ। या फिर मान लें कि मेरे हाथ में एक काले रंग की गेंद है। मैंने सामने दीवार पर फेंकी, जो वापिस आ रही है। तो वैसे ही कोई मेरे पास काले रंग की बॉल भेज रहा है, यानी मेरी बेइज्जती कर रहा है। वो काले रंग की गेंद सामने से आ रही है, वो घड़ी सामने से आ रही है, वो बेइज्जती सामने से आ रही है, वो धोखा सामने से आ रहा है, तो हम क्या करें! हम उनसे कह सकते हैं कृपया ऐसा न करें। हमारे कहने से वे रुक सकते हैं, लेकिन हम नाराज हो जायेंगे। वहाँ से काली गेंद आ रही थी, हमने भी वापस काली गेंद फेंक दी। इस तरह से ये युग कलियुग बन गया।

अब हमें सतयुग बनाना है। काली गेंद आ रही थी, हमने भी काली भेजी, कलियुग बन गया। इस क्षण मेरे पास विकल्प है कि मैं उनको समझकर, उनकी कमजोरी और दर्द जानकर, वो जैसे हैं, उनको वैसे स्वीकार करूँ। इससे मेरा मन शांत हो जाएगा। मेरे मन में यह सवाल नहीं उठेगा कि मेरे साथ ही बार-बार ऐसा क्यों करते हैं। वो ऐसा व्यवहार करेंगे, तो क्या हम उनसे प्यार से बात कर सकते हैं? अगर हम उनसे प्यार से बात करेंगे तो फायदा किस-किस का होगा? पहले तो मेरा अपना मन ठीक रहेगा, दूसरी मेरी सेहत ठीक रहेगी, उस ऊर्जा का प्रभाव हमारे मन पर नहीं पड़ेगा, चौथा उनकी भी सेहत ठीक रहेगी। सबका लाभ होगा। इसी से तो सतयुग आएगा।

एक नई सोच

{ आत्मविश्वास }

परनिंदा या आलोचना न करें, दूसरों के दोष निकालने की आवश्यकता नहीं है, ये आदतें उन्नति में बाधक सिद्ध होती हैं, ईर्ष्या मनुष्य को उसी तरह से खाती है जैसे कीड़ा कपड़े को धीरे-धीरे कुतरता है, दूसरे के सुख में सुख का अनुभव करें, दुःख में सहानुभूति दें।

प्रेम जीवन की समस्त कठिनाईयों तथा समस्याओं को आत्मसात कर लेता है, सदैव स्वस्थ रहने के लिए तथा सही मायनों में खुश रहने के लिए, प्रेम करें, हमेशा आत्मविश्वासी रहें, आत्मविश्वास जीवन के हर क्षेत्र में सफलता के लिए आवश्यक है, हमेशा आत्मविश्वास ही काम आता है। दूसरों के हित में अपना हित देखें, किसी के दुःख में काम आने के लिए अपने सुख का त्याग कर दें यही सच्ची सेवा है। दूसरों की सेवा करें, तभी परमपिता परमात्मा जो हम सभी आत्माओं के पिता हैं वो हमसे खुश होंगे।



अम्बातलावडी-सूरत(गुज.)। स्वतंत्रता दिवस की शुभ संध्या पर आयोजित कार्यक्रम में शहर की प्रथम नागरिक मेयर श्रीमति हेमालि बहन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सोनल बहन। कार्यक्रम में एम.एल.ए. कांतिभाई, ब्र.कु. मयूरी बहन, ब्र.कु. गायत्री बहन तथा अन्य गणमान्य अतिथियों सहित बड़ी संख्या में शहर के लोग उपस्थित रहे।



व्यारा-गुज.। नगरपालिका प्रमुख सेजल बहन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. दीपा बहन।



मुन्द्रा-कच्छ(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा मुन्द्रा एक्विजम वियरहाउस में आयोजित 'नशा मुक्ति' कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. विजय तथा ब्र.कु. आमोद।



मथुरा-रिफाइनरी नगर। मथुरा जेल अधीक्षक ब्रजेश कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कृष्णा बहन।



बीदर-कर्नाटक। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् रामचन्द्रन आर., आई.ए.एस., डिप्टी कमिश्नर, बीदर तथा डॉ. रुद्रेश एस. घाली, एडिशनल डिप्टी कमिश्नर, बीदर को ईश्वरीय सौगात व प्रसाद भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. सुमंगला बहन तथा राजयोगिनी ब्र.कु. सुनंदा बहन।

परमात्म ऊर्जा

सफलता प्राप्त करने का साधन...स्मृति

जैसे राजपूत होते हैं, वह जब युद्ध के मैदान में जाते हैं तो भले कैसा भी कमजोर हो उनको अपने कुल की स्मृति दिलाते हैं। राजपूत ऐसे-ऐसे होते हैं, ऐसे होकर गये हैं, ऐसे होकर गये हैं, ऐसे-ऐसे करके गये हैं, ऐसे कुल के तुम हो - यह स्मृति दिलाने से उन्होंने में समर्थी आती है। सिर्फ कुल की महिमा सुनते-सुनते स्वयं भी ऐसे महान बन जाते हैं। इस रीति आप सूर्यवंशी हो, वो सूर्यवंशी राज्य करने वाले क्या थे? कैसे राज्य किया और किस शक्ति के आधार पर ऐसा राज्य किया? वह स्मृति और साथ-साथ अब संगमयुग के ईश्वरीय कुल की स्मृति। अगर यह

दोनों ही स्मृति बुद्धि में आ जाती है तो फिर समर्थी आ जाती है। जिस समर्थी से फिर माया का सामना करना सरल हो जाता है। सिर्फ स्मृति के आधार से। तो हर कार्य में सफलता प्राप्त करने के लिए क्या साधन हुआ? स्मृति से अपने में पहले समर्थी को लाओ। फिर कार्य करो। तो भले कैसा भी कमजोर होगा लेकिन स्मृति के आधार से उस समय के लिए समर्थी आ जायेगी। भले पहले वह अपने को उस कार्य के योग्य न समझते होंगे लेकिन स्मृति से वह अपने को योग्य देखकर आगे के लिए उमंग उत्साह में आयेगे।

याद नहीं तो प्राप्ति का अनुभव नहीं



सदा याद में रहने से जो भी प्राप्ति है, उसका अनुभव कर सकते हो। याद नहीं तो प्राप्ति का अनुभव नहीं। सदा प्राप्ति के नशे में रहो मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। शक्तियां बाप की प्रॉपर्टी है तो बच्चे का उस पर अधिकार है।

सदैव एक मंत्र याद रखो - बाप को दिल का सच्चा साथी बनाकर रखेंगे तो सदा अनुभव करेंगे खुशियों की खान मेरे साथ है। सदा इस संग का रूहानी रंग लगा रहेगा। क्योंकि बड़े से बड़ा संग 'सर्वशक्तिवान' का है। सत्संग की महिमा है तो सदा बुद्धि द्वारा सत् बाप, सत् शिक्षक, सत् गुरु का संग करना- यही 'सत्संग' है। इस सत्संग में रहने से सदा हर्षित और हल्के रहेंगे। किसी भी प्रकार का बोझ अनुभव नहीं होगा।

निश्चय बुद्धि हो- यह तो ठीक है। लेकिन निश्चय का रिटर्न है- बाप को सदा का साथी बनाकर रखना। पल-पल बाप का साथ हो। सदा साथ के अनुभव से सम्पन्न का अनुभव करेंगे। ऐसे लगेगा जैसे भरपूर हैं। जब बाप को अपना बनाया तो बाप का जो भी है, सब अपना हो गया।

सदा ईश्वरीय नशे में और भविष्य देवपद के नशे में रहते हो? संगमयुग की प्रालम्ब क्या है? बाप को पाना। और भविष्य की प्रालम्ब देवपद पाना। तो दोनों प्रालम्ब की स्मृति रहती है?

जिसको बाप मिल गया उसको नशा कितना होगा, बाप से ऊपर और कुछ नहीं! बाप मिला सब कुछ मिला। सदा याद में रहने से जो भी प्राप्ति है, उसका अनुभव कर सकते हो।

याद नहीं तो प्राप्ति का अनुभव नहीं। सदा प्राप्ति के नशे में रहो मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। शक्तियां बाप की प्रॉपर्टी हैं तो बच्चे का उस पर अधिकार है। अधिकारी बच्चों के मन से सदैव यही गीत निकलेंगे जो पाना था पा लिया।

किसी भी प्रकार का विघ्न रास्ते आवे तो निर्विघ्न रहने का तरीका आ गया है? विघ्न को हटाना सहज है वा मुश्किल? जब बाप का साथ छोड़ते तो मुश्किल लगता। अगर बाप साथ रहे तो कोई मुश्किल नहीं। बाप का साथ छोड़ने से कमजोर हो जाते। कमजोर को छोटी बात भी बड़ी लगती। बहादुर को बड़ी बात भी छोटी लगती। जब बाप साथ देने के लिए तैयार है, लेने वाले न लें तो बाप क्या करे? किनारा नहीं करो तो सदा सहज लगेगा।

कथा सरिता



मानव जब जोर लगाता है, पत्थर पानी बन जाता है। हम सब लोग यह जानते हैं कि अगर इंसान कोई भी काम को ठान ले तो वह कर सकता है। लेकिन अगर वह काम मन से किया जाये तो और अच्छा होता है। आप लोगों को मैं एक उदाहरण देता हूँ कि जैसे कि रस्सी के बार-बार घिसने से कुएं पर निशान बन जाता है। लेकिन यह काम एक बार करने पर कभी नहीं होता है। इसके लिए आप को लगातार लगना पड़ता है तभी आप कुछ कर सकते हैं।

हिटलर का नाम तो आपने सुना ही होगा, उसने एक बहुत ही अच्छी बात बोली थी कि अगर आप को रेस जीतना है तो पहले उसमें भाग लेना सीखो। जो रेस में पार्टिसिपेट नहीं करता है वो रेस कभी नहीं जीत सकता। हिटलर की बात बिल्कुल सही है, अगर आप जीवन में लड़ना नहीं सीखेंगे तो आप कभी भी जीवन

में आगे नहीं बढ़ सकते।

हम सब में बहुत लोग हैं जो तब तक संघर्ष करते हैं जब तक उनको उनकी मंजिल नहीं मिल जाती और कुछ लोग हैं जो थोड़ा परेशानी होने पर ही हार मान कर छोड़

कमजोर लोग लड़ते हैं।

जो इंसान अपने जीवन में परेशानी नहीं देखता है वह इंसान जीवन को सही से समझ ही नहीं पाता और कभी जब मुसीबत आती है तो हार मान जाता है। इसलिए इंसान को दोनों पहलू में जीना सीख लेना

संघर्ष



देते हैं। जीवन में आप को अपने लिए खुद लड़ना पड़ता है तभी आप कुछ कर सकते हैं, दूसरों के सहारे तो

चाहिए। जीवन में तब तक लड़ो जब तक आप को अपनी मंजिल मिल न जाये।

एक बार की बात है। एक बड़े पर्वत पर दो चींटियाँ रहती थीं। उन दोनों में से एक पूर्वी चोटी पर और एक पश्चिमी

मिठास लाओ। तुम्हारी बाकी की जिंदगी संवर जाएगी।

दूसरी चींटी ने सहर्ष उसका निमंत्रण



संस्कार

चोटी पर। साथ ही एक का घर शक्कर की खान में था जबकि दूसरी नमक की खान में रहती थी।

एक दिन शक्कर की खान वाली चींटी ने दूसरी चींटी से कहा कि बहन तुम कहाँ इस नमक की कड़वी खान में पड़ी हो- मेरे साथ चलो, वहाँ केवल शक्कर ही शक्कर है। खाकर अपना मुँह मीठा करो और अपने जीवन में भी

स्वीकार किया और बड़े सवेरे ही वह पहली चींटी के घर जा पहुँची।

पहली चींटी ने उसे घूम-घूम कर शक्कर की पूरी खान दिखाई और कहा, बहन मन भर शक्कर खाओ, यहाँ किसी चीज की कोई कमी नहीं है, तुम चिंता मत करना।

दूसरी चींटी दिन भर इधर-उधर भागती रही लेकिन उसे कहीं भी शक्कर नहीं

मिली। अंत में थक हारकर शाम को पहली चींटी दूसरी चींटी से यह कहकर चली गई कि तुमने मुझे बहुत बड़ा धोखा दिया। यदि शक्कर तुम्हारे पास नहीं थी तो फिर तुमने मुझे निमंत्रण क्यों दिया?

वहीं पास के ही एक आश्रम में एक साधु अपने शिष्य के साथ रहते थे जिन्होंने दोनों चींटियों के पूरे प्रसंग को जान लिया था।

शिष्य ने पूछा- गुरुदेव, शक्कर की खान में घूमने पर भी उस चींटी को शक्कर का पता क्यों नहीं चला? ये बात मेरी समझ में नहीं आई।

साधु मुस्कराकर बोले, बात यह थी पुत्र कि वह चींटी अपने मुँह में नमक का टुकड़ा दबाए हुए थी और उसी वजह से उसे मिठास का आभास नहीं हो पाया क्योंकि जो लोग अपने कुसंस्कार और गलत आचरण को नहीं त्यागते अथवा आत्म चिंतन द्वारा अपनी बुराइयों को दूर नहीं करते, वे परमात्मा के समीप होते हुए भी उसके प्यार से वंचित रह जाते हैं। इसलिए कुछ नया पाने के लिए पुराना हटाने का नियम अनिवार्य और अटल है।

आवश्यक सूचना

ग्लोबल स्कूल ऑफ नर्सिंग, शिवमणि होम के नजदीक, तलहटी आबू रोड के लिए 3 नर्सिंग ट्यूटर्स मेल/फोर्मेल की अतिशीघ्र आवश्यकता है। योग्यता: मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से बी.एस.सी. नर्सिंग/पोस्ट बेसिक बी.एस.सी. नर्सिंग कार्यानुभव: नर्सिंग स्कूल/कॉलेज से कम से कम 2 वर्ष का टीचिंग/क्लीनिकल एक्सपीरियंस संपर्क करें : मो. : 7986387688 ई.मेल: ghsn.abu@gmail.com



भानपुरी। ब्रह्माकुमारीज के भानपुरी ग्राम गीता पाठशाला के वार्षिकोत्सव पर हरियाली उत्सव मनाया गया तथा साथ ही दादी प्रकाशमणि जी के पुण्य स्मृति दिवस के उपलक्ष्य में ऑक्सीजन देने वाले विभिन्न पौधों का गांव के रोड के दोनों किनारों पर रोपण किया गया। इस मौके पर ब्र.कु. सरिता दीदी, सरपंच जानकी साहू, पंच कौशल्या साहू, ब्र.कु. योगेश्वरी बहन, रामभरोसा भाई, के.आर. बांकडे जी, पूर्णिमा बहन, रामगोपाल भाई, बी.आर. चंद्राकर, निर्मलकर जी, छबिलाल भाई तथा ग्रामवासी।



यह समझ में आ जायेगा कि हमारे से कहाँ गलती हो रही है, कहाँ भूलें हो रही हैं।

किसी प्रतिक्रिया का चयन करते समय अगर आप एक पल के लिए रुक जायें और दो कदम पीछे जाकर अपने उन चुनावों को एक बार देख लें, तो केवल इतना करने से ही आप अंजाने में की गई प्रतिक्रिया की समूची प्रक्रिया को सजग होकर देख सकते हैं। सजग होकर अपने चयन का यह तरीका आपको बहुत शक्ति देगा। जब भी आप कोई कर्म करना चुनते हैं, कुछ भी, तब आप खुद से दो बातें पूछ सकते हैं : पहली बात, 'जो कर्म करना मैं चुन रहा हूँ, उसके परिणाम क्या होंगे?' इतना मात्र करने से ही अपने मन में आप तुरंत जान जायेंगे कि वे क्या होंगे। दूसरी

पहले क्षण भर सोचें... फिर अपनी प्रतिक्रिया चुनें

अगर हम जीवन में सुख पाना चाहते हैं तो सुख के बीज बोना सीखना चाहिए। कर्म का अर्थ ही है कि कर्म करने के साथ-साथ आप उसका फल भी चुन रहे होते हैं। आप भी, और मैं भी, अवश्य ही, और हमेशा ही। भल आप कुछ भी कर रहे हों, उसका फल आप निर्धारित कर रहे होते हैं। अपने जीवन के हर पल हम ऐसी स्थिति में रहते हैं जहाँ कुछ न कुछ चयन करने के, कुछ न कुछ चुनने के अवसर हमारे सामने उपस्थित रहते हैं। कुछ चयन तो हम सजग रूप से करते हैं, जबकि बाकी चयन हम गफलत में ही कर लिया करते हैं। कर्म-सिद्धान्त को समझने और उसका अधिकतम प्रयोग करने का सबसे अच्छा तरीका है अपने उन चयनों के प्रति सजग रहना जो कि हम लगभग हर पल ही कर रहे होते हैं।

अगर मैं आपका अपमान करता हूँ तो संभव है कि आप अपमानित महसूस करना चुनेंगे। अगर मैं आपकी प्रशंसा करता हूँ तो बहुत संभव है कि आप खुश होना चुनेंगे। जरा सोचिए, है तो यह आपका ही चयन। मैं आपका अपमान कर सकता हूँ, लेकिन फिर भी आप यह चुन सकते हैं कि खुद को अपमानित महसूस ही न

करें। दूसरे शब्दों में, हम में से अधिकांश लोग स्वाभाविक रूप से और अंजाने ही ऐसी प्रतिक्रिया करने वाले होते हैं, जिनके भड़कने का बटन लोगों व हालातों के हाथ में रहता है। तब कभी आपके मुख से ये बोल अवश्य निकलते हैं, क्या करूँ, परिस्थिति ही ऐसी थी। मजबूरन ऐसा मुझे करना पड़ा। होता है ना ऐसा? रूसी मनोवैज्ञानिक पावलोव ने यह प्रयोग करके दिखाया था कि अगर आप अपने कुत्ते को कुछ खाना देने से पहले घंटी बजाने लगे तो फिर जब भी आप घंटी बजायेंगे तो तुरंत ही उसके मुँह से लार आने लगेगी, क्योंकि उसके मुँह में लार आना, घंटी से जुड़ गया होता है। हमारी प्रतिक्रियाएँ लोगों और परिस्थितियों द्वारा भड़काई गई प्रतीत होती हैं, लेकिन हम भूल जाते हैं कि हमारी प्रतिक्रियाएँ भी तो वह चयन हैं जो हम जीवन भर, पल-प्रतिपल स्वयं करते रहते हैं। आप थोड़ा-सा सोचिए, ऐसे दिन में कितने अवसर आते हैं, कितने पल आते हैं, जहाँ हम ये भूल जाते हैं कि परिस्थिति व व्यक्ति के प्रति प्रतिक्रिया करने के पहले चयन का बटन हमारे हाथ में है। आप एक दिन अपने आप से संकल्प करें और तटस्थ रहकर ऑब्जर्व करें तो आपको

बात, 'जो कर्म करना मैं चुन रहा हूँ, वह क्या मुझे और समाज को सुख देगा?' अगर इसका उत्तर 'हाँ' में आये तो आगे बढ़िये। लेकिन, इसका उत्तर अगर 'ना' में आता है तो उसे मत चुनिये। यह एकदम सीधी-सरल बात है।

जो लोग अपने दुःख का रोना रोते हैं, भाग्य कोसते थकते नहीं, उन लोगों को यह अच्छी तरह से समझ लेना चाहिए कि कहीं न कहीं मुझसे ही हुई भूल व गलती का परिणाम है। और आपको भी समझ में तो आ रहा है ना! अगर आप इसकी जिम्मेवारी स्वयं पर लेते हैं तो इस कुचक्र से मुक्त हो सकते हैं। मनोवैज्ञानिक का कहना है, सुबह उठते ही पहले दस मिनट में जो भी आप विचार करेंगे, उसे आपका मन उसी रूप में ग्रहण कर लेगा। भले वह अच्छा हो या बुरा हो। नतीजन वे विचार आपकी दिनचर्या को प्रभावित किये बिना नहीं रहेंगे। इसलिए हमें अपनी चयन-प्रक्रिया को सुदृढ़ बनाना है और नकारात्मकता से मुक्ति पाना है, तो हमें चयन-प्रक्रिया के प्रति सजग रहना ही होगा। आप करके देखिये। आप में वो शक्ति आ जायेगी, जो आपको हमेशा ही तरोताजा और उमंग-उत्साह से भरपूर रखेगी।

! यह जीवन है !

जीवन में कठिनाईयों का आना ये बताता है कि हम लगातार अपनी मंज़िल की ओर बढ़ रहे हैं, तो हार नहीं खाना।

उदाहरण के तौर पर जिस तरह से जब हम कपड़े धोते हैं ना, तो उसे बगैर प्रेस किये बिना नहीं पहनते और अगर कपड़ों में ज़्यादा सिलवटें हों तो प्रेस ज़्यादा गर्म करते हैं। जिससे सिलवटें निकल जाती हैं। उसी तरह ईश्वर हमारी आत्मा को जब प्रेस करते हैं तो उसके ऊपर से कर्म रूपी सिलवटें हटाने के लिए अलग-अलग तरह की गर्माहट देते हैं, इसलिए हमें घबराना नहीं चाहिए! अगर हम बहुत ज़्यादा परेशानी में हैं तो समझ लेना चाहिए कि कोई सिलवट गहरी होगी, जिसे निकालने के लिए ईश्वर ने प्रेस की गर्मी बढ़ाई हुई है, ऐसी कठिन घड़ी के बाद हमारी आत्मा ईश्वर को मिलने लायक बन जाती है।



मथुरा-रिफाइनरी नगर। एस.एस.पी. गौरव ग़ोवर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कृष्णा बहन।



सांगरपुर-म.प्र। प्राचीन कल्याण जी राव मंदिर में सात दिवसीय शांति अनुभूति कार्यक्रम के समापन अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. भाग्यलक्ष्मी बहन, ब्र.कु. प्रीति बहन, राज्य कर्मचारी संघ के जिलाध्यक्ष धर्मेन्द्र वर्मा, मंदिर के पंडित जी तथा समस्त भजन मंडली की माताएं।



राजकोट-गुज. अवधपुरी तथा रणछोड़ नगर सेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित अलौकिक रक्षाबंधन कार्यक्रम में रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् मेहमानों के साथ ब्र.कु. रेखा बहन तथा ब्र.कु. शीतल बहन।



मीरगंज-बिहार। मनमोहिनी दीदी के 38वें पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धा सुमन अर्पित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. उर्मिला बहन तथा मातायें।



सिवानी मंडी-हरियाणा। नव नियुक्त वाइस चेयरमैन रमेश पोपली एवं उनकी धर्मपत्नी आशा पोपली को ईश्वरीय सौगात भेंट कर बधाई देते हुए ब्र.कु. राजिन्दर बहन।



भरतपुर-राज.। पी.सी. वेरवाल, आई.ए.एस. आयुक्त, भरतपुर को ज्ञानचर्चा के पश्चात् ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रवीणा बहन तथा ब्र.कु. गीता बहन।



टूंडला-रामनगर(उ.प्र.)। भारत के 75वें स्वतंत्रता दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. विजय बहन, ब्र.कु. रेनु बहन, ब्र.कु. राखी बहन, जनक देवी, विमला देवी, विजय देवी, कुसुमा देवी, तमन्ना कुमारी आदि उपस्थित रहे।



सोनगढ़-गुज. रक्षाबंधन का आध्यात्मिक रहस्य समझाने के पश्चात् नगर पालिका के कंस्ट्रक्शन ऑफिसर एवं अग्रणी व्यापारी अमित भाई अग्रवाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अरुणा बहन।



टम्पा-फ्लोरिडा(यू.एस.ए.)। गेनेसविले में आयोजित हरे कृष्णा फेस्टिवल में 'ऑर्थोडॉक्स स्पीरिटुअल लीडरशिप' विषय पर ऑनलाइन अपना वक्तव्य देने के लिए ब्र.कु. शिरीन, कोऑर्डिनेटर, ब्रह्माकुमारीज, टम्पा को आमंत्रित किया गया। इस मौके पर गौड़ वैष्णव आदेश के कई सन्यासी भी उपस्थित रहे।



‘राम’ आत्मा राम का मर्म है

कश्मकश की स्थिति में आ सकता है और शक कर सकता है! एक देवता को यह शांति भी

नहीं देता। तो निश्चित रूप से यह मनुष्य की बात होगी, क्योंकि आत्मा को भी राम कहा जाता है, आत्मा राम। परमात्मा के संदर्भ में भी परमात्मा

को राम के साथ जोड़ा गया, परमात्मा राम। तुलसीदास जी ने हमेशा तीन राम की चर्चा की है। कहते थे, एक राम दशरथ का बेटा, जो दशरथ के बेटे श्री राम हैं, वो अलग हो गए, मतलब देहधारी मनुष्य की बात हो गई। दूसरा राम-आत्मा राम और तीसरा राम परमात्मा राम। तो जो देहधारी मनुष्य राम है, माना आत्मा राम जब देह लेता है श्रेष्ठता के आधार से, तो वो श्री राम बनता है। अब वही श्री राम माना आत्मा राम आज कलियुग में बहुत छोटी-छोटी बातों पर, इधर-उधर का सुनकर भ्रम की स्थिति में आ जाता है, परेशान हो जाता है, सम्बंध तोड़ लेता है, सम्बंधों में बिखर जाता है, सबके साथ रहते हुए भी अपनी नेचर वैसी बना लेता

है। इसी आत्मा राम की कहानी (कन्ययुजन की स्थिति) को ही तुलसीदास जी ने रामचरितमानस में चित्रित किया है। और वो चित्रण इस तरह से हो गया कि श्री राम, जो अयोध्या के राजा थे, वो एक धोबी के ताना मारने से सीता की अग्नि परीक्षा लेने लगे। यहां धोबी का सीधा-सा अर्थ है कि जो निचले तबके का है, छोटी सोच वाला है, अपने संकल्पों में जिसके बल नहीं है, जो नकारात्मक भाव से



ग्रसित है, जो अवसाद से ग्रसित है, जो विकारों से त्रस्त एवं तनावग्रस्त है। ऐसे लोगों को धोबी कहा गया है। तो हम सभी भी बिना विचार किये, बिना विवेक शक्ति का इस्तेमाल किये, बिना सबसे राय-मशवरा किये निर्णय ले लेते हैं। इसलिए हे राम के स्वरूपों! थोड़ा विचार करके देखो, कि

घटना हमारे से शुरू होती है और हमारे पर ही खत्म होती है। समाज हमारे लिए निर्णय नहीं ले सकता कि हमें ऐसा करना चाहिए। प्रजातंत्र आज है, तो इसका मतलब ये नहीं है कि समाज हमेशा ऐसा ही रहा है। तभी तो आज इतनी बुराइयां हैं, इतनी तकलीफें हैं, क्योंकि आज समाज निर्णय ले रहा है आत्मा राम का, कि आपको ऐसा करना चाहिए।

‘रामायण’ चरित्र है हमारे कर्मों का। कोई ऐसे रामचन्द्र जी, जो देवता हों, वो ऐसा निर्णय ले ही नहीं सकते। और आज हम सारे समाज के सो कॉलड कहे जाने वाले मेधावी लोग, पढ़े-लिखे लोग रामचरितमानस का उदाहरण देकर उन सारे कर्मों को अंजाम देते हैं जो राजा राम ने कभी किया ही नहीं होगा। तो ये विचारणीय प्रसंग है। इसलिए आत्माओं को राम की व्यथा देखकर दुःखी होने की जरूरत नहीं है, बल्कि हर मनुष्य आत्मा को स्वयं में विराजित, अपने आत्मा राम को चेक करने की जरूरत है कि मैं कहीं समाज की सोच के साथ तो नहीं चल रहा हूँ! क्योंकि समाज में नकारात्मकता और बुराई भरी हुई है, तो वो तो विकार युक्त निर्णय ही लेंगे ना!

तो हे मानस प्रेमियों! थोड़ा-सा अपनी सोच के दायरे को बड़ा करो, अनुभव से देखो, परखो, समझो कि आज का कलियुग, जिसमें हम सभी हैं, उसमें इस सोच को देखते हुए भी कई बार हमारे मुंह से यही निकलता है कि कब रामायण

आयेगा। तो ऐसे राम के राज्य में तो कोई भी ऐसा खिटपिट करने वाला, गलत कृत्य करने वाला, अविवेकी नहीं होगा, ये पक्का है। जरूर ये बातें थोड़ी-सी अटपटी, ऊपर-नीचे लग रही होंगी, लेकिन हैं बिल्कुल सही।

तो इस दशहरे पर आत्मा राम को रावण रूपी नकारात्मकता से, विकारों से छुड़ाने का प्रयास करें, इसको जलायें, ना कि स्थूल रावण को जलाकर दशहरा मनायें। इसीलिए कहा गया कि राम नाम में ज्यादा ताकत है, न कि राम में। क्योंकि राम भगवान का नाम है, ना कि राम भगवान हैं। इसीलिए दुनिया में राम शब्द को दैहिक श्री राम के साथ जोड़ा जरूर, लेकिन उस राजा राम को भी पत्थर पर ‘राम’ लिखना पड़ा ताकि वो पत्थर विषय-वासनाओं रूपी सागर पर तैरने लगे, डूब न जायें। तो इससे क्या सिद्ध होता है कि राम भगवान का नाम है, ना कि राम भगवान हैं।

राम से बड़ा राम का नाम का मतलब आत्मा राम जरूर शक्तिशाली रही होगी, तभी तो उसकी चर्चा है, तभी तो उसपर काव्य हैं, महाकाव्य हैं। तो आने वाले समय में हम सभी को यदि समय से पहले समय को बदलना है, तो आत्मा राम पूरी तरह से जागृत होनी चाहिए और उस परमात्मा राम से जुड़ाव भी होना जरूरी है। तभी संभव है समय परिवर्तन और तभी विजयादशमी के साथ हम न्याय कर पायेंगे।



डॉ. कु. अनुज, दिल्ली

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न : मैं डॉक्टर हूँ और मैं आई सर्जन की पढ़ाई पढ़ रही हूँ। मुझे ज्ञान से जुड़े सात साल हो गये हैं। मेरी समस्या ये है कि वचन में मेरे मम्मी-पापा मुझे बहुत डांटते और मारते थे। मेरे मम्मी-पापा भी डॉक्टर हैं, जिससे वो बहुत बिजी होने की वजह से ना तो वो मुझे अपना समय दे पाये और न ही कभी प्यार से बात की। पर इसका इफेक्ट मेरे ब्रेन पर बहुत ज्यादा पड़ा है। मैं बहुत डरने लग गई हूँ छोटी-छोटी बातों पर। और मैं अपनी पढ़ाई पर कॉन्संट्रेट भी नहीं कर पा रही हूँ। कृपया बतायें मैं क्या करूँ?

उत्तर : ये बहुत से केस होते हैं कि बच्चों को प्यार नहीं मिलता। माँ-बाप बहुत बिजी रहते हैं। तो बच्चे फिर और जगह प्यार की तलाश करते हैं या ये माँ-बाप की डांट जो है उन्हें भयभीत कर देती है। तो मैं आपको ये कहना चाहूँगा कि आप पहला तो ये संकल्प करें कि स्वयं भगवान मेरा साथी है। ठीक है आपको लौकिक माँ-बाप से प्यार नहीं मिला। आप अपने पारलौकिक पिता से प्यार लेती रहें। रोज सवेरे उठकर उनसे बातें किया करें। उनसे नाता जोड़ लें कि तुम ही मेरे सच्चे मित्र हो, मात-पिता हो तो उनकी ओर से प्यार की फीलिंग आपको आने लगेगी। आपका चित्त आनंदित होने लगेगा।

आप बिल्कुल भी भयभीत न हों। आप रोज सवेरे उठकर ये संकल्प किया करें मैं सर्वशक्तिवान की संतान मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। निर्भय हूँ ये रोज सात बार करूँगे। और मैं आपको कहूँगा कि अपने माँ-बाप को सच्चे मन से क्षमा कर दें। और उसके साथ उनको थैंक्स दो कि तुमने हमें पाला-पोसा, तुमने हमें यहाँ तक पहुँचाया। मेरे मात-पिता तुम दोनों को बहुत-बहुत धन्यवाद। तो आपको जो भय है वो भी समाप्त हो जायेगा और आपकी एकाग्रता भी सुन्दर हो जायेगी। रोज 15 मिनट सवेरे और 15 मिनट शाम को मेडिटेशन करें। और अपने को स्वमान दें कि मैं स्वराज्यधिकारी हूँ, मन-बुद्धि की मालिक हूँ। अपनी बुद्धि को कमांड दें। और प्रोग्रामिंग दें कि हे मेरी बुद्धि जो मैं पढ़ूँ वो सब याद कर लेना। तुमको आज कॉलेज में जो पढ़ाया जाये तुम उन सबको ग्रहण कर लेना। और एग्जाम के समय इमर्ज कर लेना। दो बार सवेरे-शाम ये प्रैक्टिस भी कर लेंगी। इससे आपका चित्त शांत हो जायेगा।

प्रश्न : मेरा नाम किरण है। मैं कोलकाता से हूँ। मुझे हर चीज़ से डर लगता है। घर से बाहर निकलती हूँ तो भी एक भय सा बना रहता है। और ट्रेन में सफर करने में भी मुझे बहुत डर लगता है और जो छोटे-छोटे जीव जन्तु हैं

उनसे भी मेरे जीवन में बहुत ज्यादा डर बना रहता है। मैं इस डर से बहुत ज्यादा परेशान हूँ। कृपया बतायें कि मैं इस डर से कैसे मुक्ति पाऊँ?

उत्तर : एक तो डर और दूसरा परेशान। वास्तव में ये जो डर है पूर्व जन्मों से आया है। कुछ न कुछ ऐसी घटना उनके साथ हुई हैं मान लो कुत्ते ने काट लिया और बहुत कष्ट हो गया। सांप ने काट लिया और उसका जहर चढ़ गया। बहुत उपचार हुआ उसकी

मन की बातें

- राजयोगी डॉ. कु. सूर्य



मृत्यु हो गई या आग में जल गया वो व्यक्ति किसी भी तरह से। तो वो भय उनके सब्कोन्शियस माइंड में भरा रहता है। वो जहाँ भी जायेंगे, ट्रेन में भी बैठेंगे तो लगेगा कि कहीं गिर न जाऊँ। तो अपने को निर्भय बनाने के लिए मैं आत्मा हूँ, देह से न्यारी हूँ। मैं आत्मा अजर-अमर-अविनाशी हूँ। एक तो प्रैक्टिस आपको करनी होगी। और दूसरा जब आप घर से बाहर निकलें तो दो मिनट शांति में बैठो। और संकल्प करें कि मेरे साथ तो सर्वशक्तिवान है। वो हज़ार भुजाओं सहित मेरे साथ है। मैं स्वयं भी मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। और जहाँ भगवान साथ हो वहाँ मेरा कुछ बिगड़ेगा ही नहीं। रोज सवेरे उठकर 21 बार ये संकल्प करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। लास्ट में संकल्प करें कि मैं निर्भय हूँ। भय से मुक्त हूँ। 21 बार ये संकल्प करने के पश्चात् आपके सब्कोन्शियस माइंड में जो भय समाया हुआ है वो धीरे-धीरे निकल जायेगा। और फिर आप अपने जीवन की यात्रा का आनंद ले सकेंगी।

प्रश्न : मेरा नाम अभिजिया है। बाबा ने कहा है कि किसी को दुःख नहीं देना। लेकिन मेरे पति मेरे कारण बहुत दुःखी रहते हैं। और मुझे ऐसा लगता है कि क्योंकि मैं पवित्रता का पालन करती हूँ, शायद इस कारण वो बहुत दुःखी रहते हैं। तो क्या ये मेरे से पाप हो रहा है उनको दःख देने का?

उत्तर : एक सत्य मार्ग पर चलने के लिए किसी को

दुःख हो भी जाता है तो मान लीजिए हमारे भारत में विभिन्न धर्मों में बड़े-बड़े लोग हो गए, उदाहरण महात्मा बुद्ध का ले लें। उन्होंने गृह त्याग किया। माँ-बाप दुःखी हो गए, पत्नी थी, बच्चा था। समझ सकते हैं कि कितने दुःखों की लहर उनके अन्दर आई होगी कि एक कहाँ राजकुमार जंगलों में भटक रहा होगा। क्या-क्या सोच के वो दुःखी हो रहे होंगे। अब उनके दुःख को देखकर मान लो महात्मा बुद्ध जी वापिस आ जाते कि मेरे माँ-बाप तो बड़ा दुःखी हो रहे हैं, मुझे ये सब नहीं करना है। तो आज उनके माध्यम से जो संसार में बौद्ध धर्म फैला, जिससे लोगों को एक मध्यम मार्ग जानने को मिला, जिससे अनेकों को सुख मिला। अनेकों का कल्याण हुआ वो न हो पाता। और आपकी जो प्योरिटी है वो प्रभु की आज्ञा के आधार पर अपनाई गई है। आपकी प्योरिटी तो संसार के कल्याण के लिए है। प्रकृति को फिर से बल प्रदान करने के लिए है। इसलिए एक व्यक्ति की चिंता छोड़ कर, विश्व कल्याण का मार्ग जो आपने चुना है उसकी ओर अग्रसर होना चाहिए। और उन्हें भी रोज 10 मिनट किसी भी टाइम प्योर वायब्रेशन दें। ताकि उनका मन भी पवित्र बनने के लिए तत्पर हो उठे। उनकी वासनायें शांत होंगी तो वो भी सुखी हो जायेंगे।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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



दिमाग के सकारात्मक पहलुओं में बदलाव करें

एक टाइम जोन से दूसरे टाइम जोन में यात्रा करने वाले लोगों को अक्सर जेट लैग की समस्याओं से जूझना पड़ता है। परदेश में न सिर्फ माहौल में ढलने में वक्त लगता है, बल्कि दिन-रात से भी तालमेल बिठाना पड़ता है। इस प्रक्रिया में भी वक्त लगता है।

एक बार दलाई लामा से उनके शिष्य

हावर्ड सी कटलर ने पूछा कि खुशी का अर्थ सिर्फ दया आदि जैसी अधिक मानसिक अवस्था विकसित करना है तो इतने सारे लोग दुःखी क्यों हैं? दलाई लामा का उत्तर था कि सच्ची खुशी पाने के लिए अपने दृष्टिकोण में, अपनी सोच में बदलाव लाने की जरूरत है। लेकिन इन बदलावों में समय लगता है। जैसे-जैसे समय बीतता है, आप सकारात्मक बदलाव ला सकते हैं।

प्रतिदिन जब आप उठते हैं, तो आप सोचते हुए सकारात्मक प्रेरणा पैदा कर सकते हैं कि, 'मैं इस दिन को अधिक सकारात्मक तरीके से बिताऊंगा। मुझे यह दिन बर्बाद नहीं करना है।' जैसे कि पूर्व में मुझे किसी को दुःख पहुंचता था, बातों-बातों में चिड़-चिड़ापन हो जाना, बेतुकी बातों में समय गंवाना, व्यर्थ बातों में उलझना। इन जैसी हरकतों को कंट्रोल



कर अपना सकारात्मक रुख एहतियात करना होगा। उसके बाद रात को सोने से पहले, देखिये कि आपने दिन भर क्या किया और खुद से पूछिए, 'क्या मैंने आज का दिन उसी तरह बिताया, जैसा मैंने सोचा था?'

अगर सब कुछ उसी तरह हुआ तो आपके लिए यह खुशी की बात होगी। यदि उस तरह नहीं हुआ तो आपको दुःख होगा और आप उसकी समीक्षा करेंगे। इस तरह के तरीकों की मदद से आप धीरे-धीरे अपने दिमाग के सकारात्मक पहलुओं को मजबूत कर सकते हैं।

हम सुबह-सुबह सकारात्मक संकल्प क्रियेट करें कि : हमें किसी को दुःख नहीं देना है, सुख बांटना है। सबके प्रति, मानवमात्र के लिए, प्रकृति के प्रति, छोटे-बड़े प्राणी-पक्षी व संसार के हर क्षेत्र के प्रति शुभ

व कल्याण अर्थ संकल्प। तो 'लॉ ऑफ कर्मा' के अनुरूप आपको वो ही मिलेगा जो आपने दूसरों को दिया है। 'देना ही लेना है' इस फिलॉसफी को अपनाना है। आप प्रत्येक दिन को इस तरह बिताते हैं तो आपकी खुशी बढ़ती जायेगी। आप सकारात्मक ऊर्जा से भरते जायेंगे। और जहाँ सकारात्मक शक्ति है वहाँ सार्थकता है, और वहाँ सफलता परछाई की तरह आपके साथ होगी ही।

आप चाहे जो भी काम कर रहे हों, ऐसा कुछ नहीं है, जो लगातार मेल-जोल और प्रशिक्षण से आसान नहीं हो सकता। प्रशिक्षण द्वारा हम खुद को बदल सकते हैं।

सोच-विचार बदला, व्यवहार बदला। सकारात्मक संकल्प के बीज जहाँ भी पड़ेंगे, वहाँ सुखद फल अवश्य मिलेंगे। सोच-प्रक्रिया को सकारात्मक बनाने का दृष्टिकोण रखना होगा। चाहे घड़ी-भर आपको कठिन लग सकता है, पर अपने सकारात्मक सोच पर कायम रहने पर आपका ब्रेन वैसा ही बन जायेगा। प्रयत्न करने पर गहरे और विशाल समुंदर को भी तैराक पार कर लेता है। बस हमें सिर्फ इतना ही करना है, सुबह किये संकल्प, रात को सोने के पहले खुद से पूछना है कि 'क्या मैंने आज का दिन उसी तरह बिताया, जैसा मैंने सोचा था?'

शक्तिशाली है यहाँ का वातावरण



भरतपुर-राज. ब्रह्माकुमारीज के विश्व शांति भवन में संस्थान की पूर्व अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दीदी मनमोहिनी के 38वें पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में जिला कलेक्टर हिमांशु गुप्ता ने कहा कि यहाँ का शुद्ध एवं शांत वातावरण शक्तिशाली है। दीदी मनमोहिनी का जीवन अनेकों आत्माओं के लिए प्रेरणा स्रोत रहा, जिसके आधार पर उन्होंने पूरे विश्व को ईश्वरीय योजना की प्रेरणा प्रदान की। राजयोगिनी ब्र.कु. कविता बहन ने कहा कि दीदी मनमोहिनी कृष्ण की सच्ची गोपिका थीं। दीदी ने जो कारवां बनाया, हम उसकी कड़ी बनकर यज्ञ की मर्यादाओं पर चलते रहेंगे। बृज विश्वविद्यालय के उपकुलसचिव अरुण कुमार पांडेय ने कहा कि मैं यहाँ आकर

बहुत खुश हूँ और खुद से यही आश रखता हूँ कि जो भी मुझे यहाँ से मिला, जो भी प्राप्ति हुई, उसे आत्मसात कर सकूँ। अर्चना बंसल व हरिओम जी ने अपनी कविता के माध्यम से दीदी को भावांजलि अर्पित की। भी अपने विचार व्यक्त किये। तत्पश्चात् सभी मेहमानों ने मनमोहिनी दीदी के चित्र पर श्रद्धा सुमन अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। इस दौरान जिला कलेक्टर और सभी मेहमानों को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर धर्मेन्द्र कुशवाहा, जुगल किशोर सैनी, रणवीर, मंजू सिंघल, वीना खंडेलवाल, ब्र.कु. प्रवीणा बहन, ब्र.कु. पावन बहन, ब्र.कु. संस्कृति बहन, ब्र.कु. प्रेम बहन, ब्र.कु. जयसिंह भाई, बंटू भाई, इंदु बहन आदि मौजूद रहे।



सांरंगपुर-म.प्र. लायन्स क्लब में नवीन सदस्यों के शपथ ग्रहण समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. भाग्यलक्ष्मी बहन। मंचासीन हैं नवीन अध्यक्ष लॉयन रूपा बारकिया, सचिव, विनय रीना परिहार, कोषाध्यक्ष, ममता शर्मा, शपथ अधिकारी मनीष विजयवर्गीय तथा अन्य सदस्य। पूर्व बार अध्यक्ष पी.एस. मंडलोई, हिन्दू उत्सव समिति के पूर्व अध्यक्ष रमेश चंद्र वर्मा, पूर्व नगर पालिका अध्यक्ष ललित पालीवाल, पूर्व रीजन चेयरपर्सन महेश शर्मा भी मौके पर उपस्थित रहे।



दिल्ली-मजलिस पार्क। स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर सेवाकेन्द्र में नवनिर्मित 'तपस्या कुटीर' का उद्घाटन करते हुए एमसीडी, दिल्ली के चेयरमैन नवीन त्यागी। तत्पश्चात् आयोजित कार्यक्रम में चेयरमैन सहित डॉ. अग्रवाल, निगम पार्षद गरिमा गुप्ता, आजादपुर मंडी विपणन अध्यक्ष सुरेन्द्र कोहली, सरकार द्वारा सम्मान प्राप्त कवयित्री संध्या जी, ब्र.कु. राजकुमारी दीदी, ब्र.कु. शारदा बहन तथा अन्य सभी भाई-बहनों ने मिलकर राष्ट्र ध्वज लहराया। इस अवसर पर सभी को ईश्वरीय रक्षासूत्र भी बांधा गया।



राजयोगिनी शारदा दीदी, सिरौही, राज.

माउण्ट आबू। मधुबन मुख्यालय द्वारा आबू के डिस्ट्रिक्ट सिरौही में 1976 से सेवाओं का प्रारंभ हुआ। उसी समय दीदी-दादी जी की प्रेरणा से शारदा बहन और अरुणा बहन वहाँ की सेवाओं के निमित्त बनीं।

शारदा बहन जिनकी आयु करीब 74 वर्ष थी। आप शीतलता की देवी थीं, आपने अपनी साइलेंस की शक्ति द्वारा वहाँ के ऑफिसर्स पर रूहानी पालना की बहुत अच्छी छाप डाली। आपने 1969 में ज्ञान प्राप्त करते ही ईश्वरीय सेवाओं में स्वयं को समर्पित कर दिया। पहले पटना फिर दिल्ली शक्तिनगर तथा अन्य सेवाकेन्द्रों पर सेवायें देने के पश्चात् 1976 से सिरौही में रहकर सेवायें दे रही थीं। आपको शुगर तथा हार्ट की थोड़ी तकलीफ थी। अन्त तक सेवायें करते हुए 12 अगस्त सतगुरुवार को सवेरे तैयार होकर मुस्ली पढ़ी, भोग बनवाया, उसके पश्चात् कुछ तकलीफ महसूस हुई और सवेरे 8.45 बजे अचानक साइलेंट हार्ट अटैक से आप अपनी 74 वर्ष की यात्रा पूरी कर अपना पुराना शरीर छोड़ बापदादा की गोद में चली गईं। आपने दो दिन पहले सभी भाई-बहनों को राखी भी बांधी। आप बहुत निर्मानचित्त, शान्त स्वभाव, मधुर भाषी होने कारण सबको बहुत स्नेह की पालना देती रहीं।

उनके पार्थिव देह को सिरौही से शांतिवन लाया गया, यहाँ कुछ मुख्य भाई-बहनों ने अपनी स्नेह श्रद्धांजलि अर्पित की। उसके पश्चात् आबू के ग्लोबल हॉस्पिटल में एक रात रखा गया। 13 अगस्त को उनके लौकिक सम्बंधियों के पहुंचने पर मधुबन के चारों धाम की यात्रा कराते हुए आबू में ही सवेरे 10.30 बजे अंतिम संस्कार किया गया। ऐसी स्नेही समर्पित बुद्धि आत्मा को हम सब अपनी स्नेह श्रद्धांजलि अर्पित करते हैं।



शांतिवन-आबू रोड। राजस्थान बाल अधिकार संरक्षण आयोग तथा ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वाधान में चल रहे बाल कल्याण समिति के अध्यक्षों, किशोर न्याय बोर्ड के सदस्यों के लिए आयोजित दो दिवसीय 'बाल एकाग्रता व संस्कारित बच्चों पर आत्मबोध' सेमिनार में कलेक्टर भगवती प्रसाद, माउंट आबू के डी.एफ.ओ. विजय शंकर पांडेय, बाल संरक्षण आयोग की अध्यक्ष संगीता बेनीवाल, राज्य बाल संरक्षण अधिकार आयोग के सदस्य सचिव महेन्द्र सिंह, ब्रह्माकुमारीज के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय, क्षेत्रीय निदेशक पवन पुनिया, बाल कल्याण समिति नागौर के अध्यक्ष मनोज, सिरौही बाल कल्याण समिति अध्यक्ष रतन बाफना, प्रकाश माली समेत अन्य गणमान्य लोग मौजूद रहे।



खाचरौद-म.प्र. नगर पालिका की एस.डी.एम. जिम्मी बहोती को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् प्रसाद देते हुए ब्र.कु. अनीता बहन, इंदौर। साथ हैं ब्र.कु. सविता बहन तथा ब्र.कु. किरण बहन।

अपनी मानसिकता को सकारात्मक रखे युवा

भीनमाल-राज.। ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं युवा प्रभाग द्वारा यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट के तहत 'भर लो उड़ान, छू लो आसमान' विषयक ऑनलाइन वेबिनार में मुख्य अतिथि भारत सरकार के युवा मामलों एवं खेल मंत्रालय के उपक्रम नेहरू युवा केन्द्र संगठन, राजस्थान के उपनिदेशक श्यामसिंह राजपुरोहित ने कहा कि युवा अपनी मानसिकता सकारात्मक रखें एवं जागृत होकर कुशल विकास के सभी प्रोजेक्ट का लाभ उठाएं। उन्होंने यूथ विंग के प्रयासों की सराहना करते हुए अपने आबू प्रवास के संस्मरणों को याद किया। ब्र.कु.

जीतू, फैकल्टी, यूथ विंग, माउंट आबू ने 'यूथ फॉर ग्लोबल पीस' प्रोजेक्ट की विस्तृत

राजकीय इंजीनियरिंग कॉलेज, अहमदाबाद ने विस्तार पूर्वक युवाओं को बताया कि किस

राजस्थान के 14 जिलों के 'युवा भारत' के प्रभारी नरेन्द्र जी आस्था ने पतंजलि विद्यापीठ के रोजगार संबंधी अवसर की चर्चा करते हुए युवाओं को योग से जुड़कर अपनी शक्तियों का संवर्धन करने की बात कही। भीनमाल नगरपालिका के पूर्व चेयरमैन एवं भाजपा के राजस्थान कार्यकारिणी सदस्य सावलराम देवासी ने भारत के युवाओं को स्किल्स से जुड़ने के लिए तत्पर रहना जरूरी बताया। कार्यक्रम का संचालन करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन ने सभी का स्वागत व धन्यवाद किया एवं योगाभ्यास कराया।



जानकारी देते हुए एक्टिविटीज से जुड़ने के लिए युवाओं का आह्वान किया। डॉ. इंद्रजीत त्रिवेदी, प्रोफेसर, चांदखेड़ा

तरह वे अपनी स्किल्स का प्रयोग कर धन उपार्जन कर सकते हैं एवं आगे बढ़ सकते हैं। पतंजलि योगपीठ के



नई दिल्ली। टोक्यो ओलम्पिक्स 2020 के ट्रैक एंड फील्ड एथलीट प्रतिस्पर्धा में भाला फेंककर स्वर्ण पदक जीतने वाले खिलाड़ी नीरज चोपड़ा को ब्र.कु. सुनीता बहन और महाराष्ट्र के डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके ने सम्मानित किया। साथ ही उन्हें रक्षासूत्र बांधकर, ईश्वरीय संदेश व सौगात भेंट करने के पश्चात् उन्हें माउण्ट आबू आने का निमंत्रण भी दिया। इस अवसर पर ब्र.कु. संजय भाई और ब्र.कु. पिकी बहन उपस्थित रहे। अंजू बाबी जॉर्ज के बाद विश्व चैम्पियनशिप स्तर पर एथलेटिक्स में स्वर्ण पदक जीतने वाले वह दूसरे भारतीय हैं।

'एक पहल' और कई समस्याओं का हल

नांदेड़-महा.। ब्रह्माकुमारीज के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के तहत शाश्वत यौगिक खेती करने वाले किसानों ने एक

मिसाल कायम की है। नांदेड़ जिले के ग्राम मालेगांव के ब्रह्माकुमारीज से जुड़े किसानों ने गरीब और आर्थिक रूप से

शेतकरी फार्मर प्रोड्यूसर कंपनी एक ऐसी कंपनी है जो किसानों को ऑर्गेनिक फल, सब्जी, दालें, अनाज,

होकर आज क्षेत्र में सैकड़ों किसान शाश्वत यौगिक खेती कर रहे हैं। इसके साथ ही उन्होंने आसपास के गांवों के

अन्य कंपनियों को भी मिली प्रेरणा...

किसान भगवान भाई इंगोले की पहल से प्रेरित होकर कई फार्मिंग प्रोड्यूसर कंपनियां भी आगे आई हैं। अपने-अपने स्तर पर इस पहल के तहत बड़ी संख्या में किसानों को लाभ मिल रहा है। इसका फायदा कमजोर तबके के लोगों को मिल रहा है।

किसानों को कर रहे प्रशिक्षित...

इसके साथ ही ओम ऑर्गेनिक कंपनी द्वारा किसानों को प्रेरित करने के लिए समय प्रति समय प्रशिक्षण दिया जाता है। साथ ही बंजर और अनुपयोगी भूमि को फसल बोने के उपयुक्त बनाया जाता है। जिसमें किसी भी तरह का केमिकल उपयोग नहीं होगा है।

ब्रह्माकुमारीज से जुड़े किसानों की 'ट्रैक्टर हमारा-डीजल तुम्हारा' की पहल से...

राज्य के अन्य किसानों को भी मिल रही राहत

किसानों के मध्य बढ़ रही एकता और भाईचारा

मुख्य धारा से जुड़ सकेंगे किसान



किसान के हाथ में जैविक फसलों का दाम तय करना

सबसे बड़ी बात जैविक-यौगिक पद्धति से उत्पादित फल, सब्जी और अनाज का मूल्य निर्धारित करने का अधिकार खुद किसानों को होता है। इसके लिए उन्होंने नांदेड़ जिले में बकायदा दो बाजार शुरू किया है, जहाँ से जैविक उत्पादों की बिक्री की जाती है। जिससे किसानों का टाइम बच जाता है।

कमजोर किसानों के लिए 'ट्रैक्टर हमारा-डीजल तुम्हारा' अभियान शुरू किया है, ताकि गरीब किसान आसानी से अपनी फसलों की बुवाई कर सकें। इस अभियान के तहत किसान को अपनी फसल की दोबारा बुवाई के लिए ट्रैक्टर में सिर्फ डीजल डालना होता है। इस पहल से हजारों किसानों को राहत महसूस हो रही है।

मालेगांव निवासी किसान भगवान इंगोले ब्रह्माकुमारी संस्थान से लंबे समय से जुड़े हैं। वह शाश्वत यौगिक खेती पद्धति की बदौलत आज न केवल सफल किसान हैं, बल्कि अच्छा-खासा मुनाफा भी कमा रहे हैं। उनकी सफलता से प्रेरित

गेहूँ, ज्वार और सोयाबीन की पैदावार में अहम भूमिका निभा रही है। 'ट्रैक्टर हमारा डीजल तुम्हारा' अभियान किसानों में काफी लोकप्रिय रहा। प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना में भी किसानों को बीमा का आवेदन पत्र भरने में भी एफडीओ का अच्छा काम रहा है। आत्महत्या ग्रस्त किसानों के परिवारों को राहत दी जाती है जो ब्रह्माकुमारीज आध्यात्मिकता के आधार पर नैतिक मूल्यों को बढ़ावा देकर आधुनिक खेती करने के लिए सिखाती है। मैं इस प्रोजेक्ट के उज्ज्वल भविष्य की कामना करता हूँ। - **रवि कुमार सुखदेव, जिला कृषि अधिकारी नांदेड़ महाराष्ट्र**

निर्व्यसनी और राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करने वाले किसानों का एक गुप बनाकर ओम ऑर्गेनिक कंपनी शुरू की है। इस कंपनी में जुड़े सभी किसान इसके लाभ में बराबर के भागीदार हैं। किसानों की इस पहल को देखते हुए महाराष्ट्र सरकार उन्हें कृषि भूषण पुरस्कार से सम्मानित भी कर चुकी है। कंपनी का मकसद है गरीब और आर्थिक रूप से कमजोर किसानों को सहारा देकर उन्हें सशक्त और मजबूत बनाना। जिसमें ये कंपनी सतत प्रयासरत है।

ओम ऑर्गेनिक फार्मिंग

यह किसानों का संगठन है। भारत

'ट्रैक्टर हमारा-डीजल तुम्हारा' योजना सराहनीय पहल है। ऐसे कार्यों से समाज में एक-दूसरे की मदद का भाव पैदा होता है। किसानों में एकता होती है। मालेगांव के किसानों की इस पहल से आसपास के अन्य किसान भी प्रेरणा ले सकेंगे। साथ ही कमजोर तबके के किसान मुख्यधारा से जुड़ सकेंगे।

- **ब्र.कु. सुनंद, नेशनल कोऑर्डिनेटर, कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग**

कोरोना के चलते अन्य वर्ग के साथ किसान भी प्रभावित हुए हैं। ऐसे समय में छोटे किसानों की मदद के लिए ओम ऑर्गेनिक फार्मिंग टीम ने मदद के हाथ बढ़ाए हैं। इससे दूसरे किसानों को संबल मिलेगा। हमें विश्वास है कि यह अभियान बहुत लाभदायी साबित होगा। - **ब्र.कु. दशरथ, कोऑर्डिनेटर, प्रभाग, महाराष्ट्र**

ओम ऑर्गेनिक फार्मिंग के किसानों की पहल किसानों के लिए बहुत मददगार साबित हो रही है। इससे किसानों में एक-दूसरे की मदद का भाव जागृत होता है। इसका श्रेय ब्रह्माकुमारी संस्थान को जाता है। - **अनिल बाबुराव इंगोले, सरपंच, मालेगांव**

मध्यस्थों से किसानों को बचाना

किसानों को मध्यस्थों से बचाने के लिए सीधे ग्राहकों तक माल पहुंचाया जाता है। इससे किसानों को फसल का सही दाम मिल रहा है। ओम ऑर्गेनिक फार्मिंग से जुड़े किसान अपनी खेती में डालने के लिए उर्वरक खुद ही तैयार करते हैं। यौगिक खेती द्वारा उत्पादित हल्दी, गुड़ और दालें ऑनलाइन ऑर्डर लेकर घर पहुंचाने की सुविधा दी जाती है।

- **ब्र.कु. भगवान इंगोले, नांदेड़, महा.**
- **मो. : 9421295984**