

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -24

नवम्बर - I - 2022



अंक - 15

माउण्ट आबू

Rs.-10

ब्रह्माकुमारीज नागपुर विदर्भ क्षेत्र की सेवाओं की स्वर्ण जयंती में पंजाब के राज्यपाल बनवारी लाल पुरोहित व महाराष्ट्र के उप मुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस हुए शामिल

ब्रह्माकुमारीज का सिद्धांत बनायेगा भारत को विश्वगुरु : राज्यपाल

नागपुर-मह। मध्य भारत में स्थित संतरा नगरी, नागपुर में ब्रह्माकुमारीज के विदर्भ क्षेत्र की सेवाओं के 50 साल पूर्ण होने के उपलक्ष्य में स्वर्ण महोत्सव तथा विश्व शांति सरोवर का चौथा वर्धापन दिन और विदर्भ की वरिष्ठ ब्रह्माकुमारी बहनों का सम्मान समारोह विश्व शांति सरोवर के हारमनी हॉल में बड़ी धूमधाम से मनाया गया। करीब 4000 से भी अधिक लोग कार्यक्रम में शरीक हुए। राष्ट्रगान के साथ हुआ कार्यक्रम का शुभारंभ।

इस मौके पर महाराष्ट्र के माननीय उपमुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस ने कहा कि हारमनी सभागृह में भव्यता भी है, दिव्यता भी है, सादगी और शुद्धता का अहसास भी है। नहाने से शरीर शुद्ध होता है। मन की शुद्धता साबुन या शैम्पू से नहीं होती, मन की शुद्धता होती है विचारों की सफाई से। और ब्रह्माकुमारीज में किए जा रहे विचारों



उन्होंने कहा कि समाज में फैली विकृतियों के अंधकार को दूर करने का कार्य ब्रह्माकुमारीज द्वारा किया जा रहा है। ये न सिर्फ सराहनीय बल्कि अनुकरणीय भी है।

सफलता अवश्य मिल ही जाती है। विजय दर्दा,चेयरमैन लोकमत मीडिया लिमिटेड ने संस्थान की सराहना करते हुए कहा कि यह एक ऐसी संस्था है जिसे महिलायें संचालित करती हैं। जहाँ स्त्री शक्ति है वहाँ कार्य सफल होते हैं। ब्रह्माकुमारीज की केवल भारत में ही नहीं लेकिन सारे विश्व में इसकी शाखायें हैं जो निःस्वार्थ भाव से

कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय भाई ने सभी अतिथियों को मोमेंटो प्रदान कर सम्मानित किया तथा ब्रह्माकुमारीज विश्व शांति सरोवर,नागपुर की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. रजनी दीदी व सहसंचालिका मनीषा दीदी ने सभी का स्वागत किया। इस मौके पर माननीय उपमुख्यमंत्री की धर्मपत्नी श्रीमति अमृता



से मन शुद्ध होगा। उप मुख्यमंत्री ने कहा कि भारतीय संस्कृति में सिखाया गया है की धन-सम्पत्ति से अधिक महत्त्वपूर्ण हमारा चरित्र है। आज भारत को हम एक शांतिपूर्ण, एक अग्रदूत, विश्वगुरु के रूप में देखना चाहते हैं। इस कार्य में ब्रह्माकुमारीज का बहुत बड़ा रोल है। आगे

यहाँ के विचारों का भारत के विश्व गुरु बनने में बड़ा योगदान रहेगा। ब्रह्माकुमारीज की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी ने सभी मेहमानों का स्वागत करते हुए कहा कि हम सब एक हैं एक पिता कि संतान हैं, एक मत पर चलते हैं तो सर्व के सहयोग से शुभकार्य में

कार्यक्रम में विदर्भ क्षेत्र के सभी मुख्य राजयोगिनी बहनों का किया सम्मान

इस कार्यक्रम में ब्र.कु. सीता दीदी,अमरावती, ब्र.कु. रुक्मिणी दीदी,अकोला, ब्र.कु. इन्द्रा दीदी, अमरावती, ब्र.कु. बिंदु दीदी,वरुड, ब्र.कु. रत्नमाला दीदी,गोंदिया, ब्र.कु. मंगला दीदी,यवतमाल, ब्र.कु. जयमाला दीदी, हिंणगघाट, ब्र.कु. नलिनी दीदी,गडचिरोली, ब्र.कु. शोभा दीदी भंडारा, ब्र.कु. प्रेमप्रकाश भाई,नागपुर जिनको परमात्म संदेश देते हुए 50 वर्ष पूरे हुए, का सम्मान हुआ।

सेवायें करते हुए विश्व बंधुत्व का वातावरण बना रही हैं। अजय संचेती,पूर्व मंत्री ऑफ पार्लियामेंट ने कहा कि यहाँ आकर मन को बहुत संतोष मिला और शांति मिली। यह ब्रह्माकुमारीज का ही प्रभाव है। इंसान का मन पवित्र कैसे बने इसकी शिक्षा यहाँ दी जाती है। संस्थान के

फडणवीस भी उपस्थित रहीं तथा मनभावन गीत की प्रस्तुति भी दी। कार्यक्रम में चंद्रशेखर बावनकुळे,अध्यक्ष,भाजपा महाराष्ट्र राज्य, मोहन मते,आमदार,नागपुर, किरट भंसाली,कोषाध्यक्ष भाजपा, शीलू दीदी, मेडिकल डायरेक्टर ग्लोबल हॉस्पिटल माउण्ट आबू डॉ. प्रताप मिश्रा

मह।महि म राज्यपाल बनवारीलाल पुरोहित, पंजाब ने स्वर्ण जयंती की बधाई देते हुए यहाँ के आध्यात्मिक म्यूजियम की सराहना की और सबको देखने का आग्रह किया और कहा कि यहाँ की टीम ने ऐसा वातावरण बनाया है कि अभी हमें सतयुग देखने को मिल रहा है। भारत को आज़ाद हुए 75 वर्ष हो रहे हैं, भारत को विश्व गुरु बनाने का आह्वान भी करते हैं, सपना भी देखते हैं। यहाँ की सादगी एवं श्रेष्ठ विचारों का सिंचन जो मानव समाज को दिया जा रहा है, काबिले तारीफ है। उन्होंने मुख्यालय माउंट आबू की स्मृतियों को तरोताज़ा करते हुए कहा कि वहाँ की सारी व्यवस्थाएँ, खाना, वातावरण की बहुत सराहना की। वहाँ का आध्यात्मिक जीवन सभी को अवश्य देखना चाहिए। आपके सिद्धांत को धारण करने से ही भारत विश्वगुरु बनेगा। राष्ट्र चमकेगा, भारत चमकेगा।

आदि शामिल रहे। मुंबई से ब्र.कु. निंकुंज भाई,नेशनल को-ऑर्डिनेटर, ब्रह्माकुमारीज मीडिया उपस्थित रहे। इस अवसर पर सबको बधाई देते हुए सुप्रसिद्ध बॉलीवुड सिंगर हरीश मोयल ने अपने गीतों से सभा को मंत्रमुग्ध किया। इस अवसर पर दिवंगत ब्र.कु. पुष्पा रानी दीदी के संस्मरण में नृत्यनाटिका भी प्रस्तुत की गई। तथा उनकी वंदना में दैवी नृत्य भी प्रस्तुत किया।

सोच को सकारात्मक बनाकर वातावरण को प्रदूषण मुक्त बनायें

कल्पतरु परियोजना के तहत पौधारोपण कार्यक्रम

मोहाली-पंजाब। आज़ादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर प्रोजेक्ट के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज सुख-शांति भवन फेज 7 मोहाली तथा पर्यावरण संरक्षण सोसाइटी मोहाली के संयुक्त तत्वाधान में सैकड़ों ब्रह्माकुमार व ब्रह्माकुमारियों के साथ पर्यावरण संरक्षण सोसाइटी फेज 9 व गेटवे सिटी सैक्टर 119 की जनता ने मिलकर अनेक पौधे लगाए। इस अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में

मोहाली,रोपड़ क्षेत्र के राजयोग केन्द्रों की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. प्रेमलता दीदी ने कहा कि कई लोग पर्यावरण की परवाह किये बिना पेड़ों की कटाई कर प्रकृति के स्वरूप को ही बिगाड़ रहे हैं जिससे कई प्रकार की पर्यावरण समस्याओं को बढ़ावा मिल रहा है। इससे जल व वायु प्रदूषित होती है तथा मानव व अन्य प्राणियों के जीवन पर बुरा असर पड़ता है। उन्होंने आगे कहा कि इसके पीछे मुख्य कारण मानसिक प्रदूषण अथवा लोभ वृत्ति है। असल में हमारी आंतरिक सोच का असर बाह्य वातावरण



पर पड़ता है इसलिए मन को साफ रखने की ज़रूरत है। उन्होंने जोर देकर कहा कि राजयोग व आध्यात्मिक ज्ञान से मानव की नकारात्मक सोच को सकारात्मक

बनाया जा सकता है और प्रदूषण मुक्त वातावरण बनाने हेतु हर व्यक्ति को कम से कम एक पौधा लगाने का लक्ष्य अवश्य रखना चाहिए। इस अवसर पर उन्होंने

पौधे लगाने व उनके संरक्षण की सभी को शपथ भी दिलाई। राजयोगिनी ब्र.कु. रमा दीदी ने कहा कि धरती हमारी माँ जीवनदायिनी है, जो हमारी पालना

करती है किंतु मानव से कुछ भी नहीं लेती। ऐसी धरती माता का संरक्षण व संभाल करना हमारा फर्ज है। कल्पतरु पौधारोपण द्वारा पर्यावरण को संजीवनी प्राप्त होगी तथा मानव जीवन व पर्यावरण में संतुलन बनाने में मदद मिलेगी। वातावरण ठीक करने के लिए मानव को स्वार्थ को त्यागने की ज़रूरत है। ब्र.कु. सुमन बहन ने राजयोग की व्याख्या विस्तार से की तथा इसका अभ्यास भी कराया और कहा कि इससे मानव की आंतरिक ऊर्जा बढ़ती है, गुणवत्ता व कार्यक्षमता का विकास होता है।

परमात्मा के भी अरमान हैं आप से...

हमारे अंतर मन की चाहत थी कि भगवान के दर्शन हो जाएं बस! मेरा जीवन धन्य हो जाए। दिल की चाह भगवान ने न सिर्फ सुन ली किंतु उनके दर्शन भी हुए, हमें भी दर्शनमूर्त बनाया। आखिर वो तो भगवान है ना! हमने दिल से एक कदम आगे बढ़ाया, बाबा ने हजार गुणा कदम आगे बढ़ाये। तभी तो उन्हें भगवान कहते हैं। भोलानाथ कहते हैं। हमारा भी सौभाग्य है, उनसे रूबरू भेंट हुई, मिलन हुआ। हम धन्य हो गये। पर ज़रा सोचें भगवान की भी कुछ आशा होगी ना! क्या हम भगवान के अरमान पूरे कर सकते हैं? जिसमें हमारा भी अरमान समाया हुआ है?

ये संगमयुगी जीवन जो हीरे तुल्य है इसको ऐसे ही समाप्त कर दिया तो क्या किया? सब कुछ लुटाके होश में आये तो क्या फायदा? हर कोई चाहता है मेरा जीवन विशेष हो। बाबा (शिव परमात्मा) कहते हैं हर ब्राह्मण आत्मा विशेष है। भगवान सत्य स्वरूप है इसलिए उनके बोल भी सत्य हैं। उनका एक-एक अक्षर सत्य है। मिश्री को आप जिधर से भी चखेंगे उसमें मिठास ही होगी, नमकीन नहीं होगी। मिश्री का स्वभाव ही यह है, स्वरूप भी यह है। सत्य स्वरूप



ब.कु. गंगाधर

भगवान, उनके द्वारा कही हुई हर बात सत्य है। वह हमें कहता है कि आप मेरे विशेष बच्चे हैं। आप सबमें विशेषताएँ हैं क्योंकि करोड़ों में से आप एक हैं। आपको मैं उनमें से चुन-चुनकर लाया हूँ। भगवान का हमारे लिये एक प्लैन (योजना) है। वह चुनकर ऐसे ही तो नहीं लाया है! हम कोई चीज दृढ़कर लाते हैं या बाज़ार से खरीद कर लाते हैं तो हमारे मन में कोई उद्देश्य होता कि इसको ऐसे प्रयोग करेंगे या इससे ऐसा काम लेंगे। भगवान तो परम बुद्धिमान है, उन जैसे बुद्धिमान तो कोई है ही नहीं। वह बुद्धिमानों का भी बुद्धिमान है। वह हमें लाया है करोड़ों में से, वह भी सिक से, प्यार से। वह भविष्य सृष्टा भी है। कई बार कहा जाता है कि प्राचीन ऋषि-मुनी भविष्य दृष्टा थे, लेकिन उन्होंने भविष्य देखा भी था क्या! चलो, मान भी लेते हैं थोड़ा बहुत देख भी लिया होगा, परंतु भविष्य सृष्टा तो नहीं थे! उन्होंने कोई सतयुग की स्थापना तो नहीं की! युग परिवर्तन तो नहीं किया! मनुष्य मात्र के भाग्य की रेखा तो नहीं बदली! परंतु परमात्मा तो विधि के विधाता हैं। नये जग के निर्माता हैं। अगर उन्होंने हमें चुना है, तो किस उद्देश्य से चुना है? उनको नये जगत का निर्माण करना है इसलिए चुनकर लाया है। उनके मन में भी यही है कि नये जगत के लिए इनको लायक बनाऊंगा। ये उनके ही मन में है। भगवान का संकल्प अटल है, उसका जो चिंतन होता वह अमर चिंतन होता है, अमोघ (अचूक, अव्यर्थ), चिंतन होता है। उसके रास्ते को कोई पहाड़ मोड़ नहीं सकता, कोई तूफान रोक नहीं सकता। सारे मनुष्य एक तरफ हो जायें, लेकिन भगवान का संकल्प व्यर्थ नहीं जा सकता, खाली नहीं जा सकता। उसका हर एक तीर अचूक है, निशाने पर ही बैठता है। क्योंकि वह सर्वशक्तिवान है, परम पवित्र है और भविष्य को स्पष्ट रूप से जानता है, देखता है। वैसे ही करने में समर्थ है, इसलिए उसका वार कैसे खाली जा सकता है? वह स्वयं कह रहा है कि आप मेरे बच्चे हैं, मैं स्वयं आपको लेकर आया हूँ। शेर का बच्चा, शेर ही होगा ना! ऐसे ही सर्वशक्तिवान का बच्चा मास्टर सर्वशक्तिवान ही होगा ना!

बाबा यह भी कहते हैं कि सतयुग के निर्माण के लिए आप विधायक (लॉ मेकर्स) हो। तो लॉ मेकर्स विधि निर्माता को 'मनु' कहते हैं, जिसने मनुस्मृति लिखी। उसने और भी ग्रंथ लिखे हैं, लेकिन उन में से 'मनु स्मृति' प्रसिद्ध है। धर्म क्या है, अधर्म क्या है, मनुष्य को क्या करना चाहिए जो नियम हैं, मर्यादाएँ हैं, द्वापरयुग से चले आते हैं, उनको मनु ने लिपि-बद्ध किया जिसका नाम हुआ 'मनु स्मृति'। आज तक लोग उसे धर्मशास्त्र मानते हैं। उसके अनुसार ही ब्राह्मण लोग, पण्डित-पण्डे-पुजारी वर्ग चलते हैं। नियम बनाने वालों को 'मनु' कहते हैं।

परमात्मा का फरमान है कि यही मेरे बच्चे जो विधायक हैं, श्रेष्ठ दुनिया के निर्माण में अहम रोल निभाने वाले हैं, पूर्वज हैं, सर्वविघ्नहर्ता हैं, सारी सृष्टि से दुःखों के नामों-निशान मिटाने वाले हैं। ऐसी उम्मीद हमारे प्यारे बाबा ने हममें रखी है। दुनिया की अंतिम अहुति में चारों ओर आग लगी है, शीतल जल डालने वाले, हर एक को ठंडक की छाया देने वाले यही बच्चे हैं। उन सबका भी भाग्य जगाने वाले हैं। ऐसे श्रेष्ठ अरमान हम पर रखे हैं जिसमें हमारा भी अरमान समाया हुआ है उसे पूरा करेंगे ना! क्या कह रही आपके दिल की धड़कनें, हम नहीं करेंगे तो और भला कौन करेगा! ये तो हमारा परम सौभाग्य है, परमात्मा की उम्मीदों पर खरा उतर बाबा के दिल तख्त पर बैठ जायें। यह अवसर व्यर्थ ना चला जाये।

परिवर्तन का प्रैक्टिकल सबूत हमें देना है...

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

बाबा ने हर स्थान पर कैसे अपने बच्चों को ईश्वरीय सेवा के निमित्त बनाया है, वो इस संगठन को देख स्पष्ट समझ सकते हैं। और हम सबका लक्ष्य एक ही है कि हमें स्व परिवर्तन से विश्व का परिवर्तन करना है। यह बहुत बड़ा ठेका है, सब ठेकेदार बैठे हैं। इसको निभाने के लिए समय प्रति समय बापदादा हमें इशारा देते रहते हैं। अब उन इशारों को, उस लक्ष्य को लक्षण के रूप में प्रत्यक्ष करना है। हरेक जो भी निमित्त बने हुए विशेष आत्मयें हैं वो यह जरूर समझते हैं कि हमें परिवर्तन होना ही है और विश्व को भी परिवर्तन करना ही है। लेकिन बाबा आजकल हमारी चलन और चेहरे से प्रत्यक्ष रूप देखने चाहते हैं क्योंकि लोग आजकल ज्ञान को इतना कैच नहीं कर सकते हैं जितना चेहरे और चलन से कैच कर सकते हैं। हमारी आंतरिक भावनायें, आन्तरिक स्मृति-स्वरूप का हरेक को अनुभव है लेकिन बाबा कहते हैं जब बाप की प्रत्यक्षता होगी तब विश्व परिवर्तन होगा।

तो आप सभी यह लक्ष्य तो रखते ही हो कि बाबा को प्रत्यक्ष करना ही है, यह पक्का है? करना ही है, होना ही है या हो जायेगा... समय आयेगा अपने आप हो जायेगा यह तो नहीं सोचते हो? हमें करना है। इस कार्य में मैं अर्जुन हूँ, हरेक यह समझकर आगे बढ़ करके बाबा को प्रत्यक्ष करें। और बाबा ने भी यही कहा कि बहुत समय से बाबा वायदे कराते रहते हैं और बच्चे भी वायदे सदा लिख करके देते ही हैं। तो बाबा यही चाहता है कि मेरी एक ही आशा है और उस आशा के दीपक तो हम सब हैं ही। तो सभी मिलकर ऐसा संगठन बनाओ जो कोई भी आवे तो ऐसा

समझे कि यह दुनिया में रहते हुए कोई साधारण मनुष्य नहीं हैं, यह कोई अलौकिक हैं। अलौकिक आत्मा का हर कर्म ऑटोमेटिकली अलौकिक हो जायेगा, तो अभी लक्ष्य और लक्षण में आप देखें कि उसमें अभी तक अन्तर है या समान हो गये हैं? जैसे बाबा कहते मेरा एक-एक बच्चा राजा बच्चा है, तो राजा का अर्थ ही है कंट्रोलिंग पॉवर और रूलिंग पॉवर। तो बाबा यही चाहता है कि इसमें पहले खुद को प्रत्यक्ष करके फिर बाबा को प्रत्यक्ष करें। इस संकल्प को साकार करना ही है। आप पाण्डव नहीं करेंगे तो कौन करेगा? ऐसे दृढ़ संकल्प के द्वारा हम हलचल में आने के बजाय अचल बन जायें। अचल बनकरके बाबा की आशाओं को प्रत्यक्ष कर्म में लायें। संकल्प तो करते हैं लेकिन कर्म में भी वही संकल्प प्रैक्टिकल में आये, उसका अटेन्शन रखकर के हम बाबा को दिखायेंगे कि बाबा, अभी जो आप चाहते हैं, जो उम्मीदें हमारे में रखते हैं, वो हम प्रैक्टिकल कर रहे हैं। लेकिन उसमें भी देखना है कि एक-दो के तरफ देखते भी आत्मा रूप का पाठ बहुत पक्का करना है। यह आत्मा बाबा का बच्चा है। पुरुषार्थी महारथी है। उस दृष्टि से हम एक-दो में संगठन में चलेंगे और अभ्यास करेंगे और बार-बार अपने को चेक करेंगे।

तो हमें यह करना है कि मैं आत्मा और यह मेरे साथी कर्मचारी कर्मन्द्रियां जो हैं, उसको चला करके बाबा ने जो हमें साक्षीदृष्टा का तख्त दिया है, उस पर बैठ करके खेल देखने का अभ्यास करें। समय हमारा सदा ही याद में और फरिश्ते की लाइफ में जाये। परिवर्तन का प्रैक्टिकल हम सबूत दें।

सिम्पल बात को बड़ी नहीं बनाओ... बड़ी को छोटी बना दो

राजयोगिनी दादी जानकी जी

बाबा बहुत अच्छा है, क्यों? हमारा बाप टीचर बन गया, कभी बोलता विचार सागर मंथन करो, कभी बोलता बुद्धि को सतोप्रधान बनाओ। कभी कुछ, कभी कुछ बाबा ऐसा बताता है ताकि हम बिज्जी रहें, अच्छे से अच्छे ज्ञान को धारण करो। इम्पॉसिबल बात को बाबा पॉसिबल कर देता है। बुद्धि सालिम (सम्पूर्ण) है, बाबा बहुत अच्छा है। एक बाबा दूसरा न कोई तो विक्री है। व्हाय नहीं कहना है, ऐसे बनना है। विजडम माना शॉर्टकट वे है, सिम्पल वे सिर्फ सैमुल बनना है, वर्ड ऑफ विजडम। कैसे करूँ, क्या करूँ, अभी सुबह-शाम हरेक देखें, मेरी ऐसे नहीं बोलो। सिम्पल बात को बड़ी बात नहीं बनाओ। बड़ी को छोटी बना दो तो दोष नहीं है और औरों का दोष निकालके छोटी बात को बड़ा बनाया तो मेरा दोष हो जायेगा। ऐसा यह क्यों करता?

सम्भलके बोल, यह सोचो भी नहीं, मुख से नहीं बोलो। यह वर्डस मुख से निकलता है तो विजडम कैसी है, कितनी है, अन्दर रहते हुए भी अन्तर्मुखी है तो वो से दिखाई पड़ता है। अन्दर के चेहरे से दिखाई देता है। इसलिए बुद्धि को सतोगुणी से सतोप्रधान बना दो। थोड़ा भी सोचने, बोलने में एक्ज्यूट नहीं है तो बाबा देखेगा मैं कुछ और चाहता हूँ यह करता कुछ और है। बात को थोड़ा भी बनाने में नुकसान है, बड़ी को छोटा बनाने में बहुत फायदा है। मुख से शब्द ऐसे निकलें जो

20 साल पहले वाले शब्द भी याद आवें तो खुशी की आवाज निकले क्योंकि संगमयुग का महत्त्व है। जितनी पढ़ाई उतनी कमाई। अन्दर संकल्प की जो शुद्धि है ना, वह औषधि है। यह औषधि जो जितना यूज करता है उसके लिए उतना अच्छा होगा। अन्त मते तक बाप, टीचर, सतगुरु तीनों को खुश करना है तो धर्मराज को भी खुश करो। मेरे से तीनों खुश हैं, यही विजडम है। तीनों को खुश करना माना धर्मराज को खुश करना। है रूप तीन ही लेकिन उसके अन्दर में धर्मराज छिपके ऐसा बैठा है, विजडम। कैसे करूँ, क्या करूँ, अभी सुबह-शाम हरेक देखें, मेरी खुशी गुम क्यों हुई? धर्मराज ने सजा दी। अभी देता है थोड़ा कान पकड़के सावधान करने के लिए, जो बाबा ने कहा था मुरली सुनने समय अगर बुद्धि इधर-उधर गयी तो योग नहीं है।

देखा जाता है सुनता यहाँ है, पर बुद्धि बाहर है तो बात अन्दर नहीं गयी इसलिए बाहर में सबके साथ रहते हुए भी अन्तर्मुखी है तो वो सदा सुखी है। मेरे संग सेवा करने वाले भी सुखी हों। परमात्मा तो सबको सुख-शान्ति में सम्पन्न बना देता है माना सुख शान्ति ही सम्पत्ति है। तो विजडम बाबा की है, सुनने वाले आप हैं, अगर आप न सुनते तो मैं कोई काम की नहीं होती। अपनी बुद्धि को अभिमान से फ्री रखो। अपमान की फीलिंग कभी न आवे, यह मंज़िल ऊंची है।



असुर संहारिनी, भक्तों की रक्षा करने वाली- शिव शक्तियां

सर्वशक्तिवान बाप ने गुप्त रूप में हम शक्तियों को शक्ति दी है। असुर संहारिनी, भक्तों की रक्षा करने वाली हम सब शिव शक्तियां हैं। शिव शक्ति अर्थात् शिव परमात्मा से प्राप्त हुई शक्ति जिससे हम असुर संहारिनी बने हैं। स्वयं से अथवा सारे विश्व से आसुरी वृत्तियों को समाप्त करने का काम हमारा है। शक्तियों का ही गायन है असुर संहारिनी, दूसरे तरफ शीतला देवी का भी गायन है। तो सभी को भक्तों का आहवान सुनाई दे रहा है? भक्त हमें पुकार रहे हैं, चिल्ला रहे हैं ओ माँ, ओ माँ... इन शक्तियों को ब्रह्मचारिनी कन्या ही दिखलाया है। आज जब मैं आपके सामने आई तो मैं भक्तों की आवाज़ सुनकर आई थी। प्यारे बाबा के गुण गा रही थी- ओ सर्वशक्तिवान बाबा, आपने हमें कितना गुप्त रूप में रखा है, जिनका आज भक्त गायन कर रहे हैं। स्वयं से पूछना है- क्या मैं वही पतित संस्कारों को संहार करने वाली शक्ति हूँ? शक्तियों को सहस्र भुजाधारी दिखलाते हैं, तो क्या हम ऐसी शक्तियां हैं?

सवेरे योग में यही महसूस हो रहा था कि हमारे हाथ में ज्ञान के अस्त्र-शस्त्र हैं, योग का स्वदर्शन चक्र है। दैवी गुण रूपी कमल फूल है, भिन्न-भिन्न भुजा में भिन्न-भिन्न अस्त्र-शस्त्र

हैं। ये हमारा यादगार है कि हम सदा शस्त्रधारी भुजायें हैं। कोई भुजा हिलती-डुलती तो नहीं है? बाबा ने हमें अष्ट शक्तियां दी हैं। क्या ऐसे कहेंगे कि 6 शक्तियां तो हैं, दो नहीं हैं? हम असुर संहारिनी हैं तो स्वयं में देखो कि आसक्ति रूपी असुर तो नहीं हैं? मान-शान रूपी असुर तो नहीं हैं?



हम सबका उद्धार करने वाली उद्धारमूर्त शक्तियां हैं तो हमारे में सर्व के प्रति स्नेह, सहयोग की भावना रहती है या किसी के प्रति घृणा की, ईर्ष्या की, नफरत की भावना भी रहती है? हमें बाबा से सर्व शक्ति लेकर सबको जीयदान देना है, प्राणदान देना है।

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

मोह रूपी असुर तो नहीं है? शक्तियां कहे मेरे में छोटा-मोटा असुर है तो क्या उन्हें असुर संहारिनी कहेंगे? शक्तियां जितनी संहारी हैं उतनी कल्याणी हैं। निर्भय, निर्वैर हैं। हमारे में भय है? हमारा किसी से वैर है? शक्तियों की महिमा में ऐसा नहीं कहा जाता है कि भक्तों की वैरी हैं, नहीं। असुरों की संहारी भक्तों की रखवाली करने वाली हैं। हम सबका उद्धार करने वाली उद्धारमूर्त शक्तियां हैं तो

हमारे में सर्व के प्रति स्नेह, सहयोग की भावना रहती है या किसी के प्रति घृणा की, ईर्ष्या की, नफरत की भावना भी रहती है? हमें बाबा से सर्व शक्ति लेकर सबको जीयदान देना है, प्राणदान देना है। शान-गायन आधाकल्प से भक्त गाते हैं। जब ऐसी ऊंची सीट पर बैठ अपना यादगार देखते तो बाबा के गुण गाते। जग मेरे मान-शान का गायन करता, मेरे बोल के साथ मेरा गायन है। हमें कहा ही गया है जगत अम्बा, दुर्गा काली, शक्ति। मैं जगत की माँ हूँ, सब मेरे लिए छोटे बच्चे हैं क्योंकि बाबा कहते कि बिचारों को यही ज्ञान नहीं है कि इनका बाप कौन है। बिचारे उनको कहा जाता है, जिनको ज्ञान

नहीं। बाबा ने हमें त्रिकालदर्शी, महान से महान बनाया है, कितनी ऊंची सीट पर बाबा ने बिठाया है।

भाषण करने से पहले देखो मेरी स्टेज ठीक है, जो भक्त मेरा साक्षात्कार करें! जब तक हम स्वयं की सीट पर या स्टेज पर नहीं बैठे हैं तब तक हम दूसरों की क्या सेवा करेंगे! अगर सदा मेरी वह स्थिति नहीं तो भक्त मेरा क्या साक्षात्कार करेंगे? सबको सर्विस का बहुत शौक रहता है, जोश रहता है। सेवा के साथ-साथ स्वयं के स्थिति की सीट भी ठीक है? जैसे लॉ और लव का बैलेन्स, जीवन में बराबर रखते हैं, वैसे सेवा के साथ-साथ स्वयं की स्टेज है? प्लैन बनायेंगे तन-मन-धन से सर्विस में लग जायेंगे, परन्तु कई बार अपनी स्टेज खो बैठेंगे। उसको भाषण के लिए कहा मुझे नहीं कहा, इसे सब चान्स देते हैं, मुझे नहीं। बड़े का मान रखते हैं, छोटों का नहीं। पता नहीं कितने सवाल सर्विस की स्टेज के साथ उठाते हैं। गये स्टेज तैयार करने और अपनी स्टेज खराब कर दी। उस समय अपनी स्टेज को तैयार करने का नहीं रहता। अरे तुम अपना रिकार्ड क्यों खराब करते हो? सदा ये सोचो हम गॉडली स्टूडेंट हैं। सब सबजेक्ट में हमारा बैलेन्स बराबर हो।

आत्मा-दर्शन, परमात्म-दर्शन, सृष्टि चक्र-दर्शन, कर्म-दर्शन इत्यादि को जानने के बाद स्थितप्रज्ञ दर्शन को जानना अत्यन्त आवश्यक है क्योंकि इससे

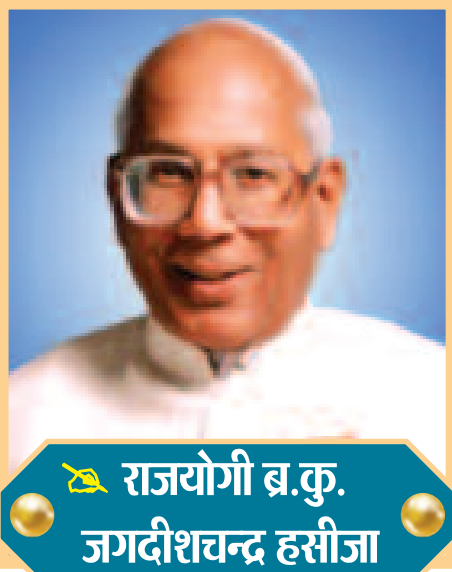
ही आत्मा लक्ष्य-सिद्धि की ओर बढ़ती है। वास्तव में पूर्वकथित सभी दर्शनों की उपयोगिता भी स्थितप्रज्ञ सिद्धि को प्राप्त करने में ही समाई हुई है। यदि हमारी प्रज्ञा स्वरूप-स्थिति नहीं होती और परमपिता परमात्मा की स्मृति में भी स्थित नहीं होती बल्कि चलायमान बनी रहती है तो फिर बाकी सभी दर्शनों का आत्मिक लाभ क्या है? अध्यात्म का मुख्य प्रयोजन बुद्धि की साम्य अवस्था अथवा मन की स्थिरता को प्राप्त करना ही तो है। हमारे पुरुषार्थ का लक्ष्य यही तो है कि हमारा मन एक ऐसे निर्मल झील की तरह हो जाए जिसमें न लहरें उठ रही हों और न बुलबुले पैदा हो रहे हों बल्कि जो शीतल और शांत हो।

यह बात तो समझना कठिन नहीं है कि 'स्थितप्रज्ञ' वह है जो निंदा-स्तुति, मान-अपमान, हानि-लाभ, सफलता-असफलता में एक समान रहता हो। जो साक्षी हो कर कर्म करता है और सृष्टि रूपी खेल में खिलाड़ी की भाँति भाग लेते हुए भी जय-पराजय को खेल का ही एक भाग मानता है और दोनों हालतों में द्रव्य रहित रहता है, वही स्थितप्रज्ञ है। जिसकी स्थिति में - उतार-चढ़ाव नहीं आता बल्कि जो एकरस और लवलीन स्थिति में सदा आनंद विभोर महसूस करता है, वही तो स्थितप्रज्ञ है। परंतु प्रश्न तो यह है कि ऐसी अवस्था प्राप्त कैसे हो?

स्थितप्रज्ञता का आधार है- संतुष्टता
ध्यान देने पर हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं कि स्थितप्रज्ञ वही हो सकता है जो सर्वदा और सर्वथा संतुष्ट हो। जो संतुष्ट नहीं होगा, वह अवश्य ही हानि, पराजय, तिरस्कार, इत्यादि अप्रिय अवसरों पर शोक, चिंता, भय, दुःख, पीड़ा, खिन्नता, उत्तेजना इत्यादि उपलब्धियों के बावजूद भी उनकी और अधिक आक्रांत करता होगा और सफलता, प्रशंसा, विजय, यश इत्यादि उपलब्धियों के बावजूद भी उनकी और अधिक आकांक्षा करता होगा। इस प्रकार, असंतुष्ट व्यक्ति तो सदा चिंता, भय, शोक आदि की मझधार में ही हिचकोले खाता रहता है। वह सच्चे सुख की सांस तो ले ही नहीं सकता। वह शायद बहुत कम ही समय सन्तुष्टता के सुख का अनुभव लेता होगा। उसे शायद यह अनुभव होगा ही नहीं कि संतुष्टता का स्वाद सब स्वादों

स्थितप्रज्ञ दर्शन से लक्ष्य सिद्धि

से निराला है; उसका सुख संसार भर के इन्द्रियों पदार्थों से प्राप्त होने वाले सभी सुखों के समूह से भी न केवल अधिक है बल्कि महान है और उन सभी से अलग ही प्रकार का है, इन्द्रियातीत है और मानसिक तथा बौद्धिक स्तर का ही है जिसकी उपलब्धि महायोगी ही को होती है।



राजयोगी ब.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

संतुष्टता का आधार क्या है?

अब प्रश्न यह है कि यदि स्थितप्रज्ञ का आधार संतुष्टता है तो संतुष्टता का आधार क्या है? अपने अनुभव का विश्लेषण करने पर हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं कि संतुष्टता का आधार 'त्याग' है। यदि हम त्याग न करें तो हमारी सारी इच्छायें तो पूर्ण हो ही नहीं सकतीं और इच्छाओं के रहते हुए हम सर्वथा संतुष्ट हो ही नहीं सकते क्योंकि कोई न कोई इच्छा अपूर्ण रहेगी और अपूर्णता का एहसास हमें खटकेगा। जैसे दीमक लकड़ी को खा जाती है और उसे खोखला कर देती है, वैसे ही इच्छायें भी संतुष्टता को खा जाती हैं। इच्छा उत्पन्न ही वहाँ होती है जहाँ किसी चीज का अभाव हो और जहाँ किसी चीज की प्राप्ति का प्रश्न हमारे सामने हो। अभाव का खटकना ही तो असंतुष्टता है अथवा अभाव की अनुभूति और असंतुष्टता ये दोनों सहोदर ही तो हैं। इसलिए, जो व्यक्ति स्थितप्रज्ञ होना चाहता है उसे समझ लेना चाहिए कि संतुष्टता और त्याग के बिना स्थितप्रज्ञता

को प्राप्त करने की कोशिश करना एक ऐसे ही प्रकार का प्रयास है जैसे कि वायु और ऑक्सीजन के बिना जीवित रहने का प्रयास

करना। स्थितप्रज्ञ वही है जो "इच्छा मात्रम् अविद्या" के अर्थ के अनुरूप जीवन जीता है। साथ ही हमें यह भी समझ लेना चाहिए कि त्याग के बिना संतुष्टता प्राप्त करना भी ऐसा ही है जैसे इन्द्रिय सुख के द्वारा इन्द्रियातीत आनंद को प्राप्त करने की कामना करना। जो त्याग नहीं कर सकता, वह लोभी होता है या विषय का दास होता है। जिसमें लोभ हो, उसमें मन में क्षोभ (विचलित) अवश्य पैदा होता है और जिसके मन में मोक्ष हो वह भला साम्य अवस्था में कैसे हो सकता है? अतः यह निश्चय हुआ कि त्याग वृत्ति से संतुष्टता की स्थिति की प्राप्ति होती है।

त्याग का आधार क्या है?

प्रश्न उठता है कि त्याग का आधार क्या है? अनुभव से विदित होता है कि 'त्याग' का आधार है 'वैराग्य'। जब तक मनुष्य की मनोवृत्ति में गहराई से वैराग्य की जागृति न हो तब तक वह चेतन अथवा अर्ध-चेतन मन से, अथवा जागृत अवस्था में या स्वप्न अवस्था में विषय पदार्थों के रस के अनुराग में पड़ कर उनको ही पाने का प्रयत्न करता रहेगा क्योंकि उनका रस उसके मन को अपनी ओर खींचता है। किंतु वैराग्य तब उत्पन्न होता है जब विवेक के जागृत होने से हाथ के कंगन की तरह ये स्पष्ट हो जाता है कि विषय क्षण-भंगुर हैं, परिवर्तनशील हैं और ये भोक्ता को भी भोग डालते हैं और इस तमोगुणी कलिकाल की इस अंतिम वेला में ये अपनी जर्जर स्थिति को प्राप्त हो चुके हैं और अपनी निकृष्ट अथवा तुच्छ अवस्था में हैं। वैराग्य तब उत्पन्न होता है जब हम भली-भाँति समझ जाते हैं कि कलियुग के इस अंतिम वेला की प्रकृति और संग साज-सज्जा सार-हीन है, रस-रहित अथवा मृग-तृष्णा के समान है। जब राजयोगी के मन में निश्चय हो जाता है कि आनंद का सार ईश्वरीय स्मृति ही में है और वह आनंद ही रस-राज है तब उसका मन इस संसार के विषय पदार्थों से स्वतः ही और सहज ही ऐसे ही हट जाता है जैसे दिन के प्रकाश में मनुष्य यह देखकर कि ये सरकारी नोट नहीं हैं बल्कि बच्चों को खुश करने के लिये किसी कंपनी द्वारा छपा हुआ 500 का नोट है, उस नोट को मूल्यवान नहीं समझता, न ही उससे आकर्षित अथवा प्रभावित होता है।



कुशीनगर-उ.प्र.। राजस्थान के राज्यपाल कलराज मिश्र को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीरा बहन तथा अन्य ब्र.कु.भाई-बहनें।



सारनाथ-वाराणसी(उ.प्र.)। सेवाकेन्द्र पर आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम में जौनपुर की राज्यसभा सांसद सीमा द्विवेदी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए पूर्वी उ.प्र. एवं पश्चिम नेपाल की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी। इस मौके पर संस्थान के क्षेत्रीय प्रबंधक राजयोगी ब्र.कु. दीपेंद्र भाई, जौनपुर के जिला भाजपा उपाध्यक्ष उपाध्याय जी, वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. पंकज भाई, वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. विपिन भाई, ब्र.कु. तापोशी बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



कुराली-मॉडल टाउन(पंजाब)। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा के स्वागत में आयोजित कार्यक्रम में हरमेश राणा, प्रेसिडेंट, म्युनिसिपल काउंसिल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. रमा दीदी। साथ हैं ब्र.कु. स्वराज बहन, ब्र.कु. राजिन्दर बहन तथा ब्र.कु. शिवानी बहन।



दिल्ली-पीतमपुरा। 'इम्पॉर्टेंट ऑफ राजयोगा इन अ फैमिली' विषय पर कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में मंचासीन हैं बायें से ब्र.कु. डॉ. मंजू गुप्ता, सीनियर गायनेकीलॉजिस्ट, ब्र.कु. प्रभा बहन, सेवाकेन्द्र संचालिका व ब्र.कु. डॉ. एम.डी. गुप्ता, सीनियर डॉक्टर तथा अन्य भाई-बहनें।



शांतिवन-तपोवन(आबू रोड)। त्रिदिवसीय शाश्वत यौगिक खेती ट्रेनिंग कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. शशिकांत भाई, ब्र.कु. सुमंत भाई, ब्र.कु. रेष्मा बहन, ब्र.कु. दर्शना बहन तथा अन्य।



जयपुर-बनीपार्क(राज.)। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ राजस्थान के प्रधान कार्यालय प्रभारी सुदामा जी को आध्यात्मिक ज्ञानचर्चा के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, ब्र.कु. रंझन बहन तथा ब्र.कु. कुणाल भाई।



गोरखपुर-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज के समाज सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित 'स्वर्णिम समाज निर्माण अभियान' के अंतर्गत मदन मोहन मालवीय प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय में आयोजित 'मैजिक ऑफ मेडिटेशन' कार्यशाला में मोटिवेशनल स्पीकर ब्र.कु. डॉ. स्वामीनाथन भाई, एम.एम.एम. प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के महिला प्रकोष्ठ की अध्यक्ष सरोज पांडे, ब्र.कु. कमला बहन, ब्र.कु. पारुल बहन, ब्र.कु. विरेंद्र भाई, प्रो. राकेश, प्रो. सुधीर नारायण सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



सोनीपत से.15-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर डिस्ट्रिक्ट लीगल सर्विसेज अथॉरिटी द्वारा बुजुर्गों के लिए आयोजित जागरूकता कार्यक्रम में बुजुर्गों को सरकार द्वारा मिलने वाली फ्री सेवाओं की विस्तारपूर्वक जानकारी दी गई। कार्यक्रम के दौरान एस.एस. तलवार, पैटर्न, सीनियर सिटिजन वेलफेयर एसोसिएशन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रमोद बहन। इस अवसर पर रमेश चंद्र, सीजेएम एवं सेक्रेटरी, डीएलएसए, रीता धनकर, एडवोकेट, दीपक जी, पैरा लीगल एडवाइजर सहित सौ लोगों ने उपस्थित रहकर कार्यक्रम का लाभ लिया।



धर्मशाला-कांगड़ा(हि.प्र.)। सब डिविजनल मजिस्ट्रेट शिल्पी बेक्टा को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं ब्र.कु. कमलेश दीदी तथा अन्य भाई-बहनें।



हल्द्वानी-उत्तराखण्ड। सेंट लॉरेंस सीनियर सेकेंडरी स्कूल, हल्द्वानी के वार्षिकोत्सव में विशिष्ट अतिथि के रूप में आमंत्रित किये जाने पर कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. नीलम बहन, स्कूल के चेयरमैन अनिल जोशी, उनकी धर्मपत्नी रेनू जोशी, डॉ. मुक्ति जोशी, डायरेक्टर सुनील जोशी, उनकी धर्मपत्नी विनीता जोशी, प्रिंसिपल अनिता जोशी, शांति जोशी, सावित्री जोशी।

विकर्म विनाश तपस्या से होते हैं...याद से नहीं

एक बार हमारी आदरणीय गुलज़ार दादी से ऐसे ही चिटचैट हो रही थी। दादी से हमने कहा कि दादी बाबा तो कहते हैं कि समय आपके लिए रूका हुआ है क्योंकि हम बच्चे तैयार नहीं हैं इसलिए समय विनाश ज्वाला प्रज्वलित नहीं हो रही है, समय रूका हुआ है और दूसरी ओर हम ब्राह्मणों को देखते हैं, इस ब्राह्मण संसार को देखते हैं वहाँ ऐसा नज़र आता है कि ब्राह्मणों की चाल जिस तरह से है सतोप्रधानता की तरफ जाने की बजाय कभी-कभी लगता है कि दुनिया के आकर्षणों में जा रहा है तो क्या कभी विनाश होगा ही नहीं! अगर समय हमारे लिए रूका हुआ है लेकिन हम तैयार होने के बजाय हम दूसरी ओर जा रहे हैं तो क्या विनाश होगा ही नहीं! क्योंकि मैंने दादी से कहा कि जब बाबा साकार में थे और आप सभी ने जो तपस्या की है वो सतोप्रधानता तपस्या थी, वो समय को जल्दी ले आती। लेकिन अब वो तपस्या कहाँ है? ब्राह्मणों के जीवन में तपस्या कहाँ है?

तो दादी मुस्कराकर कहने लगी कि समय तो आयेगा और ब्राह्मण ही लयेंगे। लेकिन किसी भी धर्म को चार अवस्था से गुजरना पड़ता है ब्राह्मण भी धर्म है। ब्राह्मणों का घराना नहीं कहा जाता है। घराना राजाई को कहा जाता है। तो ब्राह्मणों का घराना नहीं है, ब्राह्मणों का कुल है। ब्राह्मण एक धर्म है। तो कोई भी धर्म को चार स्टेज से गुजरना पड़ता है। जैसे देवी-देवता धर्म वाली आत्मायें भी चारों अवस्थाओं से गुजरी। इसी तरह ब्राह्मण भी धर्म है। इसीलिए बाबा के समय भी वो सतोप्रधानता थी, फिर धीरे-धीरे सतो आई, फिर रजो और अब तमो और अब और भी कुछ देखना बाकी



ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

है दादी ने कहा। अभी तो तमोप्रधानता भी देखेंगे ब्राह्मण धर्म में। जो कभी सोचा नहीं होगा, ऐसा होगा। मैंने कहा फिर दादी, फिर दादी ने कहा कि दो प्रकार के बच्चे हो जायेंगे एक हैं जिसको लगेगा कि यहाँ जो हो रहा है इससे तो दुनिया अच्छी। वो दुनिया में चले जायेंगे, माया उनको खींच लेगी। और दुनिया तो अच्छी ही होगी ना! क्योंकि ये आत्मायें तो पूरे 84जन्म साथ रही हैं। तो जो सबसे ज़्यादा सतोप्रधान है वो सबसे ज़्यादा तमोप्रधान भी तो बनेगी कि नहीं बनेगी! दुनिया पीछे से आई तो उनकी तमोप्रधानता भी तो कम है क्योंकि उनकी सतोप्रधानता भी ऐसी नहीं थी। इसलिए दुनिया तो अच्छी ही होगी।

यहाँ जो देखने को मिलेगा वो वहाँ भी नहीं मिलेगा ऐसा भी होगा, ऐसा दादी ने कहा। जब मैंने ये सवाल पूछा था तो दादी ने कहा अभी तो ये कुछ नहीं है। लेकिन आगे चलकर ऐसा-ऐसा दृश्य देखेंगे तो दो प्रकार बच्चे जो हो जायेंगे उसमें से एक होगा जो कहेंगे इससे तो दुनिया अच्छी, वो दुनिया की तरफ वापिस मुड़ जायेंगे। और जो दूसरी प्रकार के बच्चे हैं जो

निश्चयबुद्धि हैं, जिन्होंने भगवान को देखकर अपने को बनाया है, उनके अन्दर बेहद का वैराग्य आयेगा। और इतना वैराग्य आयेगा कि उसको लगेगा कि छोड़ो सब बातें अभी। अब तपस्या ही करो। और उस बेहद के वैराग्य से जो तपस्या आरम्भ होगी वो रियल तपस्या होगी। अभी जो योग कर रहे हैं वो तपस्या नहीं है दादी ने कहा। हाँ इतनी देर विकर्म नहीं कर रहे हैं, लेकिन जो विकर्म भस्म होना चाहिए वो वाला योग भी नहीं है। अभी हम जो कर रहे हैं हाँ विकर्म बनता नहीं है लेकिन जो विकर्म दग्ध होना चाहिए वो भी नहीं है। ठीक है समय सफल हो रहा है, बाबा को याद करने बैठे हैं तो बाबा की याद कभी पॉवरफुल होती है, कभी साधारण होती है, कभी नींद भी आ जाती है, झुटका भी आ जाता है। सब होता है इसमें। इसलिए इसको तपस्या शब्द नहीं कहेंगे, तपस्या तो तब होगी जब रियल में बेहद का वैराग्य देखने के बाद ये हो रहा है, ऐसा भी होता है, दादी ने कहा ये सब होगा। लेकिन अन्दर में वही एक वैराग्य क्रियेट करेगा कि बस अभी सब बातें छोड़ो बाबा को याद करो। और उस समय जो एकदम बेहद की वैराग्य वृत्ति से जो याद में बैठेंगे तो एकटिक हो जायेंगे, एकाग्र हो जायेंगे। और उस स्थिति से समय को ले आयेंगे। वो आत्मायें विनाश ज्वाला को प्रज्वलित करेंगी। अभी जिस तरीके से चल रहे हैं ये कोई विनाश ज्वाला को प्रज्वलित नहीं करती है। इसीलिए ये सब होना है और उसके लिए तैयार, मानसिक तैयारी चाहिए क्योंकि अगर नहीं होगी तो क्या होगा माया खींच कर दुनिया में ले जायेगी। इसीलिए इस तपस्या के लिए बेहद की वैराग्य वृत्ति बहुत ज़रूरी है।



हाथरस-उ.प्र.। ऐतिहासिक लक्खी मेला श्री दाऊजी महाराज हाथरस के मेला पंडाल में आने पर राज्यमंत्री बी.एल. वर्मा को तिलक लगाकर एवं ईश्वरीय सौगात भेंट कर स्वागत करते हुए ब्रह्माकुमारीज द्वारा 18 दिवसीय 'चरित्र निर्माण प्रदर्शनी शिविर एवं झाँकी' का भी आयोजन किया गया जिसका उद्घाटन मोनिका गौतम, महिला कल्याण अधिकारी ने किया। इस मौके पर राजयोगिनी ब्र.कु. सीता बहन, ब्र.कु. भावना बहन सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



सादलपुर-राज.। राजस्थान उच्च न्यायालय, जयपुर के न्यायाधिपति महेंद्र कुमार गोयल एवं न्यायाधिपति श्रीमति शुभा मेहता को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए श्रवण बैरासरिया, प्रताप सिंह भोजनियां, ब्र.कु. शोभा बहन, प्रवीण सिंघल, आर.ए.एस., एडवोकेट सुरेंद्र जागिड़ तथा अन्य।



सीकर-राज.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'उत्कृष्ट सेवा सम्मान समारोह' कार्यक्रम में मंचासीन हैं डॉ.जी.एल.राठी, वरिष्ठ सर्जन राठी हॉस्पिटल सीकर, राजीव माथुर, निदेशक मोदी यूनिवर्सिटी लक्ष्मणगढ़ तथा राजयोगिनी ब्र.कु.पुष्पा दीदी।



मोहाली-पंजाब। रयात बाहरा यूनिवर्सिटी खराड़ में आयोजित वर्कशॉप में मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे माउण्ट आबू से ब्रह्माकुमारीज के कार्यकारी सचिव राजयोगी एवं ऑल इंडिया एजुकेशनल सर्विसेस विंग के चेयरपर्सन ब्र.कु. मृत्युंजय भाई, राजयोगिनी ब्र.कु. प्रेमलता दीदी, संचालिका, ब्रह्माकुमारीज मोहाली-रोपड़ सर्कल, ब्र.कु. शिविका बहन, मुख्यालय संयोजिका, शिक्षा सेवा प्रभाग, यूनिवर्सिटी की डीन डॉ. इंदुप्रीत कौर तथा अन्य फैकल्टी मेम्बर्स सहित विद्यार्थीगण।



शांतिवन-आबू रोड। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् समूह चित्र में जंगली महाराज आत्मा मालिक ट्रस्ट के चेयरमैन नंदकुमार सूर्यवंशी एवं उनकी धर्मपत्नी, कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग की चेयरपर्सन राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी, प्रभाग के वाइस चेयरपर्सन राजयोगी ब्र.कु. राजू भाई तथा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. शशिकांत भाई।



जयपुर-बनीपार्क(राज.)। राजेन्द्र कचवाल, डिस्ट्रिक्ट जज जोधपुर को परमात्म संदेश देने एवं ब्रह्माकुमारीज की गतिविधियों से परिचित कराने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, ब्र.कु. कुणाल भाई, ब्र.कु. वर्षा बहन तथा अन्य।



बहल-हरियाणा। शिक्षक दिवस पर मंढोली कला गांव में कल्पना चावला मेमोरियल वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में 'सशक्त राष्ट्र की नींव-सशक्त शिक्षक' विषय पर शिक्षकों को सम्बोधित करने के पश्चात् विद्यालय की प्राचार्या रेमन बहन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शकुंतला दीदी। साथ हैं विद्यालय के संचालक दयानंद भाम्भू तथा सभी शिक्षकगण।



बिहार शरीफ-नालंदा(बिहार)। सेवाकेन्द्र में 'साइंस एंड स्पीरिचुअलिटी' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में डीआरडीओ के साइंटिस्ट एवं एडिशनल डायरेक्टर डॉ. सुशील चंद्रा, ब्र.कु. पूनम बहन, रोदरी क्लब बिहार शरीफ, रोदरी क्लब नालंदा, रोदरी क्लब तथागत तथा इनरव्हील क्लब के प्रेसिडेंट आदि गणमान्य लोग उपस्थित रहे।



फैजाबाद-अयोध्या(उ.प्र.)। शिक्षक दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. अभय कुमार सिंह, प्राचार्य, के.एस. साकेत पीजी कॉलेज एवं अरविंद कुमार पाण्डेय, संयुक्त शिक्षा निदेशक को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. संध्या बहन व ब्र.कु. अर्चना बहन।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

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

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

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

Website: www.omshantimedia.org

For Online Transfer

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA
ACCOUNT NO:- 30826907041, IFSC - CODE - SBIN0010638
BRANCH- Prajapita Brahmakumaris Ishwariya Vishwa Vidhyalya, Shantivan

Note:- After Transfer send detail on
E-Mail - omshantimedia.acct@bkivv.org

OR

Whatsapp, Telegram No.:- 9414172087



SCAN TO PAY
WITH ANY BHIM UPI APP



Merchant Name : RERF Om Shanti Media

vpa : 09000r10076184@barodampay



जरा सोचें...

कहीं... उनके आदेशों की अवज्ञा तो नहीं हो रही...!!

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

जिस दिन बहुत लगन में मगन होकर बाबा को याद करते हैं तो फिर घंटों आवाज़ में आना अच्छा नहीं लगता, हमें अपने आप में बाबा की याद में इतना आनंद आता रहता जो हमें बात करने की इच्छा नहीं होती, और अब समय भी बाबा ने जैसा बताया वापिस घर जाना है, तो बाबा पूर्व तैयारी करा रहा है। ताकि अंत में सहज ही हम देह से निकल सकें। कोई चीजें हमें खींचे नहीं, कोई व्यक्ति की याद हमें आये नहीं। याद की प्रैक्टिस कैसी करनी है? जो अंत में और किसी की याद न आए, अंत में एक बाबा ही याद आए, ये इच्छा है ना सभी को कि अंत में एक बाबा ही याद आये, हमारी बुद्धि कहीं भी भटके नहीं, क्योंकि 'अंत मति सो गति' ये महावाक्य कई बार हमें सुनाते हैं बाबा, तो ये भी सिर्फ सुनना नहीं है लक्ष्य बनाना है।

हमारा व्यक्तिगत लक्ष्य हो कि अंत में बाबा की याद में हमारा शरीर छूटे, भक्ति में कहते हैं कि गंगा का तट हो, यमुना का वंशी वट हो, कृष्ण हो, मुरली हो, देखो, भक्तों की कितनी लगन है! वो भी तो ग्रहस्थ थे! पर इच्छा क्या है? देखो, कि भगवान की याद के आनंद में शरीर छूटे, हमें भी ये लक्ष्य बनाना है। हमारी भी ये इच्छा हो। ब्राह्मण जीवन की शुरूआत में ही पहला ही आदेश बाबा का क्या है? कि देह सहित देह के सर्व

धर्म-संबंध छोड़, एक मुझे याद करो, एक मेरी शरण में आओ, ब्राह्मण जीवन की शुरूआत में ही बाबा का यह आदेश है। दूसरा बाबा ने कहा सब कुछ मेरे हवाले कर दो, तो इस अंतिम जन्म में महापरिवर्तन की वेला पर भगवान का हम बच्चों के लिए क्या आदेश है? सब कुछ भूल जाओ और एक मुझे याद करो। सब संग छोड़, एक मुझ संग योग लगाओ। तो इन सब आदेशों को सुनकर क्या चिंतन करते हो? उसे प्रैक्टिकल करने के लिए कोई चिंतन करते हो! अगर निश्चय है भगवानुवाच, अगर निश्चय है ये परिवर्तन की वेला है तो चिंतन चलना चाहिए कि मुझे अपने जीवन में इसे कैसे प्रैक्टिकल करना है। और सभी से बुद्धियोग हट जाये, ये समझ में आ जाए कि किसी की याद से कोई फायदा नहीं। हाँ, और किसी को क्यों याद करते हैं? कोई फायदा है क्या? तो अपने आप को समझाना है।

ज्ञानी हो या अज्ञानी हो, और किसी की याद से कोई फायदा नहीं। ये पक्का निश्चय हो जाए कि एक बाबा की याद ही मुझ आत्मा को पावन बनाने वाली है, मुझ आत्मा में शक्ति भरने वाली है। मुझे बाबा से लगन लगानी है, बाबा में ही बुद्धि लगानी है। भक्त तो इसलिए भटकते हैं कि उनको तो सत्य का पता ही नहीं कि भगवान आया है। पर हमें तो पता है ना कि भगवान आया है। महापरिवर्तन हो रहा है। सम्पूर्ण सत्य ज्ञान बाबा ने

हमें दे दिया है। अब हमें कहीं भी भटकने की आवश्यकता नहीं, न मन से और न ही तन से। अब हमारा सब कुछ एक बाबा के लिए है। हमारा समय, श्वास, संकल्प, शक्ति, दिल, दिमाग सब कुछ अब बाबा के लिए है। ये निर्णय किया है? बाकी सब कुछ निमित्त मात्र है बाबा ही मेरा सर्वस्व है।

जब समय को पहचान लिया, बाबा को पहचान लिया, अपने आप को पहचान लिया, अब

सम्पूर्ण सत्य ज्ञान बाबा ने हमें दे दिया है। अब हमें कहीं भी भटकने की आवश्यकता नहीं, न मन से और न ही तन से। अब हमारा सब कुछ एक बाबा के लिए है।

हमारा निर्णय है कि न संकल्प व्यर्थ करना है, न वाणी व्यर्थ करनी है। न व्यर्थ कर्मों में जाना है। जो आवश्यक दुनियावी कार्य हैं घर-ग्रहस्थ के वो हमें करने हैं, बाकी हमारा समय बाबा के लिये है, हमारा मन-बुद्धि बाबा के लिये है। सत्य ज्ञान को समझने का अर्थ ही है कि हम हमारी कोई भी एनर्जी वेस्ट ना करें। संकल्प शक्ति, शब्द शक्ति या कर्म शक्ति या समय हम व्यर्थ न करें, और इसलिए बाबा ने कहा है कि इस अंतिम जन्म में

कार्मिक अकाउंट से जो संबंध हमें मिले हैं, वो तोड़ने नहीं हैं। क्योंकि कार्मिक अकाउंट से जो संबंध मिलते हैं वो हिसाब चुकाने ही होते हैं। ना तोड़ने हैं, ना नये संबंध जोड़ने हैं। संबंधों का विस्तार नहीं करना है इसलिए बाबा कहते हैं कि श्रीमत पर चलो, खुद भी ज्ञान में चलो, बच्चों को भी चलाओ, परिवार को भी ज्ञान में चलाओ। हमें सत्य ज्ञान मिला है, हमें जीवन पवित्र मिला है। हमारा जीवन सुखी बना है।

बाबा ने हमें कितनी फिकरों से फारिग किया है, तो हमारा लक्ष्य हो कि हमारे संबंध-सम्पर्क में जो भी हैं हमें उनको भी बाबा से जोड़ना है। ना तोड़ना है, ना जोड़ना है, बाबा ने क्या कहा है तोड़ निभाना है। ये प्रैक्टिकल करना है। अब हमें सबसे बुद्धियोग निकालना है। अलौकिक परिवार में भी अलौकिक रहना है, ऐसा नहीं कि लौकिक से छोड़ा और अलौकिक में अटक गये। अलौकिक बनकर चलना है।

यहाँ लौकिकता नहीं लानी है आपस में, शुरू से स्टेप बाय स्टेप, बाबा हमें डिटेच करते चले हैं। बाबा के बने, बाबा ने हमें कहा कमल फूल समान बनो। बाबा की श्रीमत क्या है? घर-ग्रहस्थ में रहते हुए कमल फूल समान रहो, न्यारा और प्यारा रहो, अनासक्त रहो, कर्मयोगी बनकर, कमल अलिस रहता है। हमें भी इस पतित दुनिया में रहते हुए विकारों से अलिस रहना है।



सुन्नी-शिमला(हि.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज उपसेवाकेन्द्र के चतुर्थ वार्षिक आध्यात्मिक सम्मेलन में आने पर राज्यपाल राजेन्द्र विश्वनाथ अलैंकर को मोमेंटो देकर सम्मानित करते हुए माउण्ट आबू से आये राजयोगी ब्र.कु. प्रकाश भाई, संस्थान के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय भाई व ब्र.कु. शिविका बहन तथा उपसेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शकुंतला बहन। साथ ही इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज की ओर से राज्यपाल एवं राजभवन के समस्त स्टाफ को माउण्ट आबू आने का निमंत्रण भी दिया गया।



शाहपुर-गोरखपुर(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज के समाज सेवा प्रभाग के 'स्वर्णिम समाज निर्माण' अभियान कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए उत्तर प्रदेश कैबिनेट मिनिस्टर डॉ. संजय निषाद, फिल्म अभिनेता एवं सांसद रविकिशन, महापौर सीताराम जायसवाल, प्रो. ई.वी. स्वामीनाथन भाई, ब्र.कु. वीरेंद्र भाई, ब्र.कु. विपिन भाई व ब्र.कु. पारुल बहन।



औछा-मैनपुरी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'स्वपरिवर्तन से विश्वपरिवर्तन' विषयक कार्यक्रम में जिला अधिकारी अविनाश कृष्ण सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. भावना बहन।



बरही-हजारीबाग(झारखंड)। अपेम वेलफेयर फाउण्डेशन सह अपेम लाईव न्यूज के तत्वाधान में आयोजित वार्षिक समारोह में ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र की वृहद एवं अमूल्य सेवाओं को देखते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रीना बहन, ब्र.कु. रोशनी बहन एवं ब्र.कु. रामदेव भाई को सम्मानित करते हुए अपेम वेलफेयर फाउण्डेशन के चीफ एडवाइजर डॉ. अनिल कुमार, डॉ. रंजना कुमारी, प्रेसिडेंट कम डायरेक्टर कृष्णा प्रजापति, कपिल कुमार डायरेक्टर, मुकेश कसरी डायरेक्टर आदि।



दिल्ली-पीतमपुरा। निधि बंसल, सर्विस मैनेजर, टाटा पावर डीडिएल को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. उषा बहन, ब्र.कु. मधु बहन तथा अन्य।



राउकेला-ओडिशा। ब्रह्माकुमारीज द्वारा सम्बलपुर क्षेत्र को नशा मुक्त करने की दिशा में 'मेरा ओडिशा व्यसन मुक्त ओडिशा' अभियान के तहत गुरु नानक पब्लिक स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में कोयल नगर सेवाकेन्द्र के ब्र.कु. राजीव भाई ने प्रोजेक्टर शो के द्वारा 11वीं कक्षा के करीब सौ विद्यार्थियों को हर तरह के व्यसन से दूर रहने के प्रति मार्गदर्शन दिया तथा राजयोग का अभ्यास कराते हुए शपथ भी दिलाई। इस मौके पर प्रधानाचार्य रविन्द्र नाथ दास, डॉ. जयनाथ मेहर, इस्पेक्टर ईंचाई बॉम्ब स्क्वाड के प्रशांत कुमार भोई आदि उपस्थित रहे।



मोहाली-पंजाब। ब्रह्माकुमारीज द्वारा डीएवी स्कूल, मोहाली में फैकल्टी मेम्बर्स के लिए आयोजित 'स्ट्रेस मैनेजमेंट' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. शशि बहन व ब्र.कु. मीना बहन। इस अवसर पर स्कूल के मेधावी छात्रों के लिए आयोजित अभिनंदन समारोह में छात्रों को ब्रह्माकुमारी बहनों एवं स्कूल के प्रिंसिपल द्वारा ट्रॉफीज एवं सर्टिफिकेट्स देकर सम्मानित किया गया।



मथुरा-उ.प्र.। पंडित दीनदयाल उपाध्याय के जन्म दिवस पर उनके पैतृक गांव दीनदयाल धाम, फरह मथुरा में चार दिवसीय विशाल ग्राम विकास प्रदर्शनी व किसान मेले का आयोजन किया गया। मेले का उद्घाटन माननीय मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने किया व समापन समारोह में राज्यपाल महोदया श्रीमति आनंदी बेन पटेल उपस्थित रहीं। इस मेले में ब्रह्माकुमारीज के ग्राम विकास प्रभाग द्वारा आत्मनिर्भर किसान प्रदर्शनी लगाकर रिफाइनरी नगर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा बहन एवं अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों द्वारा किसानों को शाश्वत यौगिक खेती के बारे में जानकारी दी गई। प्रदर्शनी का पंडित दीनदयाल उपाध्याय स्मृति महोत्सव समिति के अध्यक्ष अशोक टेंटोवाल, महामंत्री कमल कौशिक, आयोजक मंडल के सदस्य ठाकुर महिपाल सिंह, मिशन मोदी के राष्ट्रीय अध्यक्ष रामगोपाल काका, स्थानीय विधायक, वरिष्ठ किसान नेताओं आदि ने अवलोकन कर सराहना की।



बस्ती-उ.प्र.। डी.एम., आईएएस को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता बहन।



आगरा-शास्त्रीपुरम(उ.प्र.)। अमर उजाला न्यूज पेपर के चीफ एडिटर भूपेंद्र कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मधु बहन।



बरेली-आंवला(उ.प्र.)। हिन्दुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड के डिपो मैनेजर आनंद कुमार एवं सहायक अर्चित आर्य को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. दीपा बहन।



आइए जानें.... सोने के सही तरीके

स्वास्थ्य

6) दाई करवट करके सोना

दाई करवट करके सोना भी वैज्ञानिक रूप से एक अच्छी आदत नहीं मानी जाती है।

दरअसल इस पोजीशन में पेट का झुकाव बाएँ तरफ होता है और आपका पेट उल्टा हो जाता है जिसके कारण खाना सही से नहीं पचता और एसिडिटी, गैस, पेट फूलना, कब्ज जैसी समस्याएं सामने आने लगती हैं। साथ ही दिल शरीर की बाईं ओर होता है और दाईं ओर करवट करके सोना दिल की सेहत के लिए भी अच्छा नहीं माना जाता।

अतः पीठ के बल या बाईं ओर करवट करके ही सोएं। विज्ञान के अनुसार भी बाईं ओर करवट करके सोना स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होता है।

अच्छी नींद के लिए कुछ और टिप्स

1) सोने से पहले कभी भी चाय या कॉफी का सेवन ना करें, इन चीजों में कैफीन होती है जो नींद में बाधा डालती है।

2) सोने से पहले आपको 1 गिलास पानी अवश्य पीना चाहिए ताकि रात भर आपका शरीर हाइड्रेटेड रह सके और बीच रात में प्यास के कारण आपकी नींद ना खुल जाए।

3) सोने से पहले 1 गिलास दूध में 1/2 टीस्पून हल्दी का पाउडर डालकर पीने से जल्दी और गहरी नींद आती है।

चाहिए। आधे घंटे की भी एक्स्ट्रा नींद आपको काफी लाभ पहुंचा सकती है।

4) ज्यादा देर तक सोना

एक स्टडी में यह बात सामने आई कि जिस प्रकार कम नींद शरीर के लिए नुकसानदायक होती है उसी प्रकार ज्यादा देर तक सोना भी आपके सेहत के लिए नुकसानदायक होता है। हमारे शरीर में एक स्लीप साइकल होती है जो नींद को पूरा करने में मदद करती है। जब आप ज्यादा सोते हैं तो यह साइकल एक बार पूरी होकर फिर से शुरू हो जाती है और साइकल पूरा होने से पहले जब आप नींद से उठते हैं तो थका हुआ और आलस महसूस करते हैं, कई बार आपको सिरदर्द की शिकायत भी हो जाती है।

इसलिए आपको उठने का एक सही समय निर्धारित करना चाहिए और नींद पूरी होने के बाद जबरदस्ती बिस्तर में नहीं पड़े रहना चाहिए।

5) पेट के बल सोना

पेट के बल सोना सबसे हानिकारक माना जाता है खासकर अस्थमा एवं स्वास्थ्य से संबंधित मरीजों के लिए क्योंकि पेट के बल सोने से छाती दब जाती है जिससे अस्थमा के मरीजों को सांस लेने में दिक्कत हो सकती है। पेट के बल सोने से रीढ़ की हड्डी पर भी जोर पड़ता है इसलिए जो लोग पेट के बल ज्यादा सोते हैं उन्हें पीठ दर्द की समस्या ज्यादा होती है। साथ ही पेट के बल सोना पाचन क्रिया के लिए भी अच्छा नहीं माना जाता। इसलिए पीठ के बल तथा बाईं करवट ही सोने की आदत डालें।

जब कोई व्यक्ति योगा या जिम में एक्सरसाइज करता है तो उस समय उसके पोश्चर और वर्कआउट फॉर्मेशन पर बहुत विशेष ध्यान दिया जाता है क्योंकि गलत तरीके से की गई एक्सरसाइज व्यक्ति को नुकसान पहुंचा सकती है, ठीक उसी तरह सोने की पोजीशन का हमारे शरीर पर बुरा या अच्छा दोनों तरह का असर पड़ता है, खासकर हमारे पाचन तंत्र और दिमाग पर।

हम सब जानते हैं कि एक अच्छी नींद से हम बहुत ही फ्रेश और ऊर्जावान महसूस करते हैं और हमारी सारी थकान मिट जाती है। स्वास्थ्य के लिए जितनी जरूरी एक अच्छी और गहरी नींद होती है, उतना ही जरूरी बिस्तर पर हमारे सोने की पोजीशन होती है। पर दुर्भाग्यवश ज्यादातर लोग इस बारे में ध्यान नहीं देते और एक अनुमान के मुताबिक करीब 70 प्रतिशत लोग सोने के सही तरीके के बारे में नहीं जानते।

नतीजन कई लोगों को रात को अच्छी तरह से नींद नहीं आती और उन्हें कई तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ता है:

- 1) रात में नींद का बार-बार टूटना
- 2) कंधे अथवा गर्दन में दर्द
- 3) कमर में दर्द
- 4) पाचन में दिक्कत
- 5) सुबह ठीक से पेट का साफ ना होना
- 6) दिनभर आलस आना

जैसी कई समस्याएं गलत तरीके से सोने के कारण पैदा हो सकती हैं। इसके अलावा शरीर के ब्लड प्रेशर और यहां तक कि हमारे दिल पर भी सोने के तरीके का काफी असर पड़ता है।

तो आइए जानते हैं— सोते समय होने वाली 6 गलतियाँ

1) लाइट बंद नहीं करना

कई लोगों की यह आदत होती है कि वह सोने से पहले अपने कमरे की लाइट बंद नहीं करते और सो जाते हैं। पर आपको बता दें कि एक रिसर्च के अनुसार अंधेरे में ही शरीर को ज्यादा गहरी नींद आती है क्योंकि हमारे शरीर में रिसेप्टर्स होते हैं जिन पर यदि लाइट पड़ती रहे तो यह रिसेप्टर्स शरीर को ये सिग्नल देते हैं कि अभी भी दिन है। लाइट जला कर सोने से रात में नींद टूटना, गहरी नींद ना आना, सुबह उठकर फ्रेश महसूस ना करना जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

2) मोबाइल साथ लेकर सोना

कई बार लोगों की यह आदत होती है कि वे अपना मोबाइल फोन अपने बेड पर ही रखते हैं या अपने सिर के बगल में रख कर ही सो जाते हैं। ऐसा करना खतरनाक साबित हो सकता है। कई ऐसे मामले सामने आ चुके हैं जिसमें मोबाइल की बैटरी में शॉर्ट-सर्किट होने की वजह से

मोबाइल ब्लास्ट हो चुके हैं और यह मोबाइल ब्लास्ट के कारण कई लोग घायल हो चुके हैं। इसके अलावा मोबाइल से निकलने वाले रेडिएशन के भी दुष्परिणाम देखे जा सकते हैं। लेकिन मोबाइल फोन को लेकर सोने का प्रत्यक्ष नुकसान ये है कि कई बार लोग सोते समय फोन चलाते-चलाते इतने व्यस्त हो जाते हैं कि वह सोने में बहुत देर कर देते हैं और सुबह सही समय पर नहीं उठ पाते, या अगर मजबूरी में उठते भी हैं तो उनकी नींद पूरी नहीं हो पाती और वे दिन भर थका-थका महसूस करते हैं, इसके अलावा उन्हें आलस, सिरदर्द, काम में मन ना लगना जैसी समस्याओं का भी सामना करना पड़ता है।

3) नींद कम लेना

एक स्टडी में यह बात सामने आई कि 30 से ज्यादा की उम्र के 60 प्रतिशत लोग जरूरत से कम नींद लेते हैं जो थकान, आलस, सिरदर्द, खराब पाचन तंत्र एवं भविष्य में कई अन्य बीमारियों का कारण बनती है। इसलिए 6 से 8 घंटे की नींद लेना बेहद जरूरी है क्योंकि यही वह अवस्था होती है जब हमारा शरीर न्यूरोन्स में मौजूद अपने कचरे को साफ करता है और खून में मौजूद सारे कोर्टिसोल को खत्म करके शरीर को अगले दिन के लिए तैयार करता है।

यदि आप भी पर्याप्त नींद नहीं लेते हैं तो आपको इस पर गंभीरता से सोचना



समस्तीपुर-मोहिउद्दीन नगर(बिहार)। स्थानीय विधायक राजेश कुमार सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. डॉली बहन।



कमालगंज-उ.प्र.। एस.एच.ओ. अमर पाल सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए उपसेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उषा बहन।



रोसड़ा-बिहार। जेल अधीक्षक गौरव कृष्णा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कुंदन बहन।



पहाड़ी-भरतपुर(राज.)। एस.डी.एम. संजय गोयल को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रीति बहन।



भुवनेश्वर-बीजेबी नगर(ओडिशा)। शक्तिकांत राय, जीएम, ओडिशा टूरिज्म डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन को 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के तहत आयोजित कार्यक्रम में पौधा भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. तपस्विनी दीदी।



बलिया-उ.प्र.। जिला अधिकारी सौम्या अग्रवाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुमन बहन। साथ हैं ब्र.कु. डॉ. प्रभा सिंह।



दिल्ली-पीतमपुरा। समयपुर बादली पुलिस स्टेशन में सभी पुलिसकर्मियों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् साथ हैं ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. उषा बहन, ब्र.कु. सुनीता बहन तथा ब्र.कु. पदम भाई।

अध्यात्म और अनुशासन से ही विश्व परिवर्तन संभव

आरएसएस प्रचारकों के लिए दो दिवसीय राजयोग शिविर का सफल आयोजन

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम।

ब्रह्माकुमारीज द्वारा आरएसएस प्रचारकों के लिए दो दिवसीय कार्यक्रम का आयोजन किया गया। देश सेवा के लिए समर्पित राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ (आरएसएस) अपने अनुशासन और कर्तव्यनिष्ठा के लिए विशेष पहचान रखता है। निःसंदेह आरएसएस राष्ट्रीय एकता का सूत्रधार है। देश भक्ति की एक मिसाल है। ये विचार शक्ति नगर सेवाकेन्द्र, दिल्ली की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी ने व्यक्त किए। उन्होंने ये भी कहा कि योग आत्मा की क्षमताओं को



विकसित करता है। आत्मिक बल व्यक्ति को श्रेष्ठ कर्मों की राह प्रदान करता है। अध्यात्म और अनुशासन से ही हम विश्व में परिवर्तन ला सकते हैं। दिल्ली, करोल बाग सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी

ब्र.कु. पुष्पा दीदी ने कहा कि आरएसएस प्रचारकों का त्याग और सेवाभाव प्रेरणादायक है। स्वर्णिम भारत के निर्माण में ब्रह्माकुमारीज और आरएसएस का सहयोग जरूरी है। उन्होंने राजयोग का अभ्यास

कराकर गहन शांति की अनुभूति कराई। आरएसएस के प्रचारकों ने अपना अनुभव साझा करते हुए कहा कि सेवा में आध्यात्मिक शक्ति के समावेश से ही सुखमय समाज की स्थापना की जा सकती है। आत्म सशक्तिकरण के लिए ऐसे शिविर जरूरी हैं। प्रांत प्रचारक विजय ने कहा कि ओआरसी परिसर में आने से ही ऊर्जा का अद्भुत अनुभव हुआ। कला और संस्कृति को अध्यात्म से जोड़कर ही श्रेष्ठ संस्कारों का आविर्भाव होगा। कार्यक्रम में प्रांत, सह प्रांत एवं विभाग प्रचारकों ने भी भाग लिया।



नेपाल-बीरगंज। मधेश प्रदेश सरकार के माननीय मुख्यमंत्री लाल बाबू राउत गद्दी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज सबजोन संचालिका ब्र.कु. रवीना दीदी। साथ हैं ब्र.कु. रेनु बहन।



सिरसागंज-उ.प्र.। फिरोजाबाद के सांसद डॉ. चंद्रसेन जादौन को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीतांजलि बहन। साथ हैं ब्र.कु. शशि बहन तथा जैनुलाब्दीन जी।



अगरतला-त्रिपुरा। भारत के माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के 72वें जन्मदिवस पर पुर्वोदया सोशल ऑर्गनाइजेशन व ब्रह्माकुमारीज अरलिया सेवाकेन्द्र के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित 'जख्खतमंद बच्चों को आवश्यक सामग्री वितरण' कार्यक्रम में मंचासीन हैं यूनिनय मिनिस्टर फॉर सोशल जस्टिस एंड एम्पावरमेंट श्रीमति प्रतिमा भौमिक, प्रेसिडेंट ऑफ पुर्वोदया सोशल ऑर्गनाइजेशन, वाइफ ऑफ फॉर्मर चीफ मिनिस्टर ऑफ त्रिपुरा श्रीमति नीति देव, वरिष्ठ राजयोगिनी ब्र.कु. कविता बहन तथा अन्य गणमान्य लोग।



बरेली-चौपला रोड (उ.प्र.)। 'सड़क सुरक्षा मोटर साइकिल यात्रा' कार्यक्रम में क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. पार्वती बहन को मोमंटे देकर सम्मानित करते हुए आर.टी.ओ. कमल प्रसाद गुप्ता एवं ए.आर.टी.ओ. जे.पी. गुप्ता। साथ हैं ब्र.कु. नीता बहन।



चांदपुर-उ.प्र.। सीओ सुनीता दहिया व स्टाफ को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ हैं ब्र.कु. साधना बहन व अन्य।



दिल्ली-गाजीपुर (उ.प्र.)। दया और करुणा के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण अभियान के अंतर्गत एवं 'कल्पतरु' परियोजना के तहत आयोजित वृक्षारोपण कार्यक्रम में सर्वोदय कन्या माध्यमिक विद्यालय के प्रिंसिपल, राजयोगिनी ब्र.कु. सुधा बहन, स्कूल के शिक्षकगण व विद्यार्थीगण शामिल रहे।

अब न सिर्फ परफॉर्मेंस, मार्क्स देखा जायेगा बल्कि इमोशनल कोशेंट भी देखा जायेगा

परमात्मा को परम शिक्षक भी कहा जाता है। उनके महावाक्य सिर्फ हमारा जीवन ही नहीं बल्कि हमारे द्वारा अनेकों का जीवन बदल देते हैं। हम सबके अलग-अलग नियम होते हैं। अलग-अलग रैस्पॉन्सिबिलिटी होती है, लेकिन टीचर की रैस्पॉन्सिबिलिटी बहुत महत्वपूर्ण होती है क्योंकि वह फ्यूचर का जेनरेशन तैयार करता है। टीचर की एनर्जी फिल्टर हर बच्चे के माइंड के ऊपर प्रभाव डालती है। हम देखते हैं कि टीचर हर सेक्शन में, हर क्लास में, हर 40 मिनट के बाद कम से कम 30-40 माइंड के ऊपर प्रभाव डाल रहे हैं। भले हमें पढ़ा रहे हैं गणित, भौतिक, रसायन, इतिहास, अंग्रेजी, स्पोर्ट्स, जिम, योगा, म्यूजिक, डांस। उस समय हम जो पढ़ा रहे हैं, हमारा जो और है, हमारे जो वायब्रेशन हैं, हमारी जो मन की स्थिति है वो एनर्जी की तरह उन बच्चों की तरफ जा रही होती है। ये हमें भी दिखाई नहीं देती और उन्हें भी दिखाई नहीं देती, लेकिन टीचर की सारी एनर्जी उनके ऊपर ही जा रही है। हम कहते भी हैं देखो आजकल के बच्चे कैसे हो गए हैं। छोटी-छोटी बातों में रियेक्ट करते हैं। पैरेंट्स कहते हैं बच्चे आजकल कहना ही नहीं मानते। ये हमारा आजकल का स्टैंडर्ड (मानक) बन गया है। बच्चे हमारा कहना नहीं मानते।

जब आप और हम छोटे थे तो कहते थे मम्मी-पापा ने बोला है तो करना ही है। हमारे पास कोई ऑप्शन नहीं होता था उस समय। आज हम कहाँ से कहाँ शिफ्ट हो गए, ये क्यों हुआ? क्यों बच्चे ऐसे हो रहे हैं- विल पावर कम है, डिस्टर्ब हो जाते हैं, स्ट्रेस हो जाते हैं, परीक्षा से पहले एंग्जाइटी हो जाती है। कोई भी शिक्षक या पैरेंट्स से हम पूछते हैं कि आजकल बच्चे ऐसे क्यों हो गए हैं तो कहते हैं कि क्या करें आजकल बड़ा कम्पीटिशन है। आजकल बड़ा पढ़ाई का प्रेशर है, और ये बोलकर हम सारा ब्लेम पढ़ाई पर, एजुकेशन पर और उस सिस्टम पर डाल देते हैं। और हम कहते हैं इसलिए हमारे बच्चे ऐसे हो गए। ये वास्तव में सच नहीं है।

इसका मुख्य कारण है हमारे में आध्यात्मिक पाँवर की कमी। मोबाइल की बैटरी जब कम होती



ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

है तो हम उसे चार्ज कर लेते हैं क्योंकि वो हमें दिखाई देती है कि यह कितना परसेंट बची हुई है। उसी तरह से हमारी आत्मा भी बैटरी की तरह काम करती है। जिसको हम सोल पाँवर कहते हैं। आत्मा की शक्ति, जिसको बच्चे कभी-कभी विल पाँवर भी कहते हैं वो भी आत्मा की शक्ति है। वो हमें दिखाई नहीं देती है कि यह बैटरी फुल चार्ज है, या 50 प्रतिशत है या 10 प्रतिशत है, लेकिन आत्मा रूपी बैटरी हमारे बिहेवियर में दिखाई दे सकती है कि यह कितना प्रतिशत चार्ज है।

अगर हमें गुस्सा ज्यादा आता है, हम छोटी-छोटी बातों में रियेक्ट कर देते हैं, हम एडजस्ट नहीं कर पाते, हम सहन नहीं करते, हम क्षमा नहीं कर पाते, हम किसी की बात को भूल नहीं पाते, हम अपने आपको ही ज्यादा अच्छा समझते हैं, हमें दूसरों से ईर्ष्या होती है, हम ग्रेटिच्युड (आभार) कम और शिकायत ज्यादा करते हैं। कुछ लोग ऐसे भी होते हैं जिनके पास बहुत थोड़ी फेसिलिटी होती है लेकिन वो बहुत खुश रहते हैं, सदा भगवान का शुक्रिया करते हैं कि हमारे पास सबकुछ है। वहीं दूसरी ओर कुछ लोग ऐसे होते हैं जिनके पास सबकुछ होता है फिर भी कहते ये कम है, ये ठीक नहीं। तो हमारी पर्सनैलिटी क्या है, क्या हैं हम ग्रेटिच्युड पर्सन या कम्प्लेनिंग! ये डिसाइड करेगा कि आपकी आत्मा रूपी बैटरी कहाँ पर पहुँची हुई

है। आजकल जो बच्चे हैं आपको क्या लगता है कि उनकी बैटरी कहाँ पर है? वो इंटेलेक्ट (बुद्धि) से नहीं डिसाइड होगा, ये नहीं सोचना कि आजकल के बच्चे बहुत इंटेलिजेंट हैं। आजकल के बच्चों का आईक्यू बहुत हाई है। वो कई बार इतना सबकुछ स्टडी करके आ जाते हैं इंटरनेट से कि आपको भी कई बार क्लास में आकर कुछ नई बात बता देंगे जो कि आपको नहीं पता होगी। तो इसके लिए शिक्षक स्टूडेंट का भी शुक्रिया कर सकते हैं। इंफॉर्मेशन एक्वायर (प्राप्त करना) करना कोई बड़ी बात नहीं होती है। इंफॉर्मेशन चारों तरफ है, हमें सिर्फ उसे एक्वायर (प्राप्त) करना है। लेकिन हमें जो अब चेक करना है वो है ईक्यू। इमोशनल कोशेंट कैसा है हमारा। इस साल जितने भी हेल्थ के प्रोफेशनल हैं, डॉक्टर्स हैं, हॉस्पिटल हैं, जितने भी बिजनेस हाउसेस हैं, इंडस्ट्रीज हैं सबने एक ही बात कही अब हमारी प्रायोरिटी (प्राथमिकता) जब हम लोगों को हायर करेंगे, तो हमारी प्रायोरिटी होगी इमोशनल कोशेंट। आप ये समझिए अब, अब से जो बच्चे जाएंगे बाहर या उनको कैम्पस इंटरव्यू या कोई भी सिलेक्शन के लिए देखा जाएगा तो उनके सिर्फ मार्क्स, उनकी सिर्फ परफॉर्मेंस, सिर्फ ये फैक्टर नहीं होगा। उनका इमोशनल कोशेंट एक बहुत बड़ा फैक्टर होगा।

अब बच्चों का इमोशनल कोशेंट हाई बनाएंगे कैसे, उसके लिए कोई सब्जेक्ट नहीं होता है। भले हम लाइफ स्किल का सब्जेक्ट करते हैं। एक सब्जेक्ट से नहीं बनती है इमोशनल हेल्थ। इमोशनल हेल्थ बनती है उस एनर्जी से, उस वायब्रेशन से, जिस संग के अन्दर बच्चा पलता है, पढ़ता और बड़ा होता है। उस संग की एनर्जी से उसकी इमोशनल हेल्थ बनती है। जैसे डॉक्टर की वायब्रेशन पेशेंट पर असर करती है, उसी तरह आपकी वायब्रेशन आपके बच्चों पर और आपके हर स्टूडेंट पर पड़ती है। 30 मिनट का लेक्चर है। भले ही आप कोई भी सब्जेक्ट पढ़ा रहे हैं, लेकिन 30 मिनट आपकी पूरी वायब्रेशन उस पूरी क्लास के ऊपर रीडिएट कर रही है।



कोटा-राज.। पंकज शर्मा, डिविजनल रेलवे मैनेजर, कोटा रेलवे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रीति बहन।



सीतापुर-उ.प्र.। एडीएम राम भरत तिवारी के साथ ज्ञानचर्चा के पश्चात् उन्हें ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. योगेश्वरी बहन।



भवानीगढ़-पंजाब। विधायक बहन नरेन्द्र कौर भराज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. राजेंद्र बहन। साथ हैं ब्र.कु. मीना बहन एवं ब्र.कु. सलोचना बहन।

परमात्म ऊर्जा

कथा सरिता

एक समय की बात है, सीमा पर युद्ध की तैयारियां चल रही थी। सभी सेनाएं अपने-अपने पोस्ट बंकर पर यथाशीघ्र पहुंच रही थी। एक जनरल जो बहादुर और परमवीर थे। उन्हें वीरता के लिए ढेरों पुरस्कार प्राप्त थे। अपनी सैन्य टुकड़ी को

नहीं, सभी को जल्दी से तैयार व विश्राम करने को कहा। कुछ समय विश्राम के पश्चात् जब चलने की तैयारी हुई तो, जनरल ने अपने जवानों

रही हैं। इतना सुनते ही सभी सैनिकों का मनोबल बढ़ गया। उनकी ताकत दस गुणा

आत्मविश्वास के साथ हो दृढ़ निश्चय

लेकर सीमा की ओर कुच(जा) कर रहे थे। उन्होंने महसूस किया कि उनकी सेना का मनोबल कम है। जनरल ने अपनी सैन्य टुकड़ी से क्या कारण है, पूछा। किंतु जवानों ने मना कर दिया और कारण नहीं बताया। कुछ समय बाद जनरल एक स्थान पर रुकने का आदेश देते हैं। वहाँ छावनी बनाई जाती है, पड़ाव डाला जाता है। कुछ समय विश्राम के पश्चात् जनरल ने फिर सभी सैनिकों से पूछा कि क्या कारण है? आप में आत्म बल की, मनोबल की कमी दिख रही है। कुछ सैनिकों ने दबे स्वर में कहा कि हम संख्या में बहुत कम हैं, और हमारे दुश्मन हम से अधिक। इस पर जनरल कुछ बोले

को संबोधित किया कि मेरे! बहादुर जवान सिपाहियों, आप उस देश के सैनिक हो जहाँ का एक-एक योद्धा दुश्मन के सवा लाख सैनिकों पर भारी पड़ता है। मुझे गर्व है कि हम सब उस माँ के वीर सपूत हैं। मुझे विश्वास ही नहीं अपितु पूर्ण विश्वास है कि विजय आपकी ही होगी। ऐसा कहते हुए जनरल ने भारत माता की जय के नारे लगाये।

जनरल ने कुछ दूर स्थित पहाड़ी से नीचे झाँककर देखा, और अपने सैनिकों को बताया कि हमारी सहायता के लिए और कई सारी टुकड़ियाँ हमारी ओर आ

अधिक हो गई। उनमें आत्मविश्वास का बल आ गया। सभी जवान जोशीले स्वर में जयघोष लगाते हुए सीमा की ओर बढ़ चले। सैनिकों के चेहरे पर जो पीलापन आ गया था, वह अब दूर हो गया था। उनका चेहरा तेज और लालिमा की तरह चमक रहा था, युद्ध में सैनिकों ने बहादुरी से आत्मविश्वास और धैर्य से दुश्मनों को नाकों चने चबवा दिए।

सीख: अगर आत्मविश्वास के साथ दृढ़ निश्चय हो तो असम्भव भी सम्भव हो जाता है।

चाहना के साथ समर्थी भी चाहिए और समर्थी आयेगी स्मृति से। अगर स्मृति कमजोर है तो फिर जो संकल्प करते हो वह सिद्ध नहीं हो पाता है। जो कर्म करते हो वह भी सफल नहीं हो पाते हैं। तो स्मृति रखना मुश्किल है व सहज है? जो सहज बात होती है वह निरन्तर भी रह सकती है। स्मृति भले निरन्तर रहती भी है लेकिन एक होती है साधारण स्मृति, दूसरी होती है पॉवरफुल स्मृति। साधारण रूप में तो स्मृति रहती है, लेकिन पॉवरफुल स्मृति रहनी चाहिए। जैसे कोई जज होता है तो उनको सारा दिन अपने जजपने की स्मृति तो रहती है लेकिन जिस समय खास कुर्सी पर बैठता है तो उस समय वह सारे दिन की स्मृति से पॉवरफुल स्मृति होती है। तो ड्यूटी अर्थात् कर्तव्य पर रहने से पॉवरफुल स्मृति रहती है और वैसे साधारण स्मृति रहती है। तो आप भी साधारण स्मृति में तो रहते हो लेकिन पॉवरफुल स्मृति, जिससे बिल्कुल वह स्वरूप बन जाए और स्वरूप की सिद्धि 'सफलता' मिले, वह कितना समय रहती है। इसकी प्रैक्टिस कर रहे हो ना?

निरन्तर समझो कि हम ईश्वरीय सर्विस पर हैं। भले कर्मणा सर्विस भी कर रहे हो, फिर भी समझो - मैं ईश्वरीय सर्विस पर हूँ। भले भोजन बनाते हो, वह है स्थूल कार्य लेकिन भोजन में ईश्वरीय संस्कार भरना, भोजन को पॉवरफुल बनाना, वह तो ईश्वरीय सर्विस हुई ना! 'जैसा अन्न वैसा मन' कहा जाता है। जब भोजन बनाते समय ईश्वरीय स्वरूप होगा तब उस अन्न का असर मन पर होगा। तो भोजन बनाने का स्थूल कार्य करते भी ईश्वरीय सर्विस पर हो ना! आप लिखते भी हो- ऑन गॉडली सर्विस ओनली। तो उसका भावार्थ क्या हुआ? हम ईश्वरीय सन्तान सिर्फ और सदैव इसी सर्विस के लिए ही

हैं। भल उसका स्वरूप स्थूल सर्विस का है लेकिन उसमें भी सदैव ईश्वरीय सर्विस में हूँ। जब तक यह ईश्वरीय जन्म है तब तक हर सेकण्ड, हर संकल्प, हर कार्य ईश्वरीय सर्विस है। वह लोग थोड़े टाइम के लिए कुर्सी पर बैठ अपनी सर्विस करते हैं, आप लोगों के लिए यह नहीं है। सदैव अपने सर्विस के स्थान पर कहाँ भी हो तो स्मृति वह रहनी चाहिए। फिर कमजोरी आ नहीं सकती। जब अपनी सर्विस की सीट को छोड़ देते हो तो सीट को छोड़ने से स्थिति भी सेट नहीं हो पाती। सीट नहीं छोड़नी चाहिए।

कुर्सी पर बैठने से नशा होता है ना! अगर सदैव अपने मर्तबे की कुर्सी पर बैठो तो नशा नहीं रहेगा? कुर्सी व मर्तबे को छोड़ते क्यों हो? थक जाते हो? जैसे आप लोगों ने राजा का चित्र दिखाया है - पहले दो ताज वाले थे, फिर रावण पीछे से उसका ताज उतार रहा है। ऐसे अब भी होता है क्या? माया पीछे से ही मर्तबे से उतार देती है क्या? अब तो माया विदाई लेने के लिए, सत्कार करने के लिए आयेगी। उस रूप से अभी नहीं आनी चाहिए। अब तो विदा लेगी। जैसे आप लोग ड्रामा दिखाते हो - कलियुग विदाई लेकर जा रहा है। तो वह प्रैक्टिकल में आप सभी के पास माया विदाई लेने आती, न कि वार करने के लिए।

अभी माया के वार से तो सभी निकल चुके हैं ना! अगर अभी भी माया का वार होता रहेगा तो फिर अपना अतीन्द्रिय सुख का अनुभव कब करेंगे? वह तो अभी करना है ना! राज्य-भाग्य का तो भविष्य में अनुभव करेंगे, लेकिन अतीन्द्रिय सुख का अनुभव तो अभी करना है ना! माया के वार होने से यह अनुभव नहीं कर पाते। बाप के बच्चे बनकर वर्तमान अतीन्द्रिय सुख का पूरा अनुभव प्राप्त न किया तो क्या किया!



मलेशिया। ब्रह्माकुमारीज रिट्रीट सेंटर में आयोजित कार्यक्रम में केक काटते हुए ओ.आर.सी. निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, मलेशिया स्थित सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. मीरा दीदी तथा अन्य। सभा में बड़ी संख्या में उपस्थित हैं ब्र.कु. भाई-बहनें।



रशिया-सेंट पीटर्सबर्ग। रक्षाबंधन के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज के 'लाइट हाउस' सेवाकेन्द्र में आयोजित त्रिदिवसीय कार्यक्रम के अंतर्गत विभिन्न आयु वर्ग के भाई-बहनों के लिए अलग-अलग रक्षाबंधन का कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी व राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी उपस्थित रहे। इसके साथ ही ब्रह्माकुमारीज द्वारा इंडियन कॉन्सुलेट में कुमार गौरव, कौसल जनरल, लुदमिला कुलेशोवा, मेजर जनरल, प्रेसिडेंट ऑफ ए.एफ. कोनी फाउण्डेशन, विक्टोरिया जिरनोवा, एचओडी, सेंटर फॉर सोशल सपोर्ट ऑफ फैमिलीज एंड चिल्ड्रेन, तत्याना बारतोवा, साईस एडवाइजर, डायरेक्शन, न्यूट्रीशनलिस्ट, वेलेरिटा सुलोयेवा, डायरेक्टर जनरल, डायनेस्टिक एंड ट्रीटमेंट सेंटर, हेल्थ, प्रो. लुदमिला रबिस, स्टेट यूनिवर्सिटी ऑफ इंडस्ट्रियल टेक्नोलॉजीज एंड डिजाइन आदि गणमान्य लोगों को भी रक्षासूत्र बांधा गया।



मिल्टियास-सिलिकॉन वैली(यूएसए)। ब्रह्माकुमारीज सेंटर पर आयोजित कार्यक्रम में 'एक्सपेरियंस ए लाइट एंड ईजी लाइफस्टाइल थ्रू मेडिटेशन' विषय पर ब्र.कु. चाली हॉन ने सम्बोधित किया। कार्यक्रम में ब्र.कु. रीनी बहन व 150 ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



कोटा-राज। भीमगंज मंडी पुलिस थाना के सीआई शेखावत जी सहित सभी पुलिस कर्मियों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं ब्र.कु. प्रीति बहन।



धनास-पंजाब। चंडीगढ़ सारांगपुर पुलिस स्टेशन में इंस्पेक्टर रोहित कुमार तथा सभी स्टाफ को रक्षासूत्र बांधने से पूर्व परमात्म संदेश देते हुए ब्र.कु. लाज बहन।



नंगल-टीडीआई सिटी(हरियाणा)। डैनब्लॉक प्रा.लि. कम्पनी के मैनेजर्स को 'सेल्फ मोटिवेशन' विषय पर बताने के पश्चात् राजयोग के अभ्यास द्वारा श्रेष्ठ अनुभूति कराते हुए ब्र.कु. पूजा बहन व ब्र.कु. गीता बहन।

बिना ईमानदारी कमाया हुआ धन छीन लेता है सुख-चैन

शांतिवन। आर्थिक धनोपार्जन हो या व्यापार सबमें सफलता के लिए मानवीय मूल्यों की जरूरत होती है। व्यापार में उतार-चढ़ाव के बीच जीवन में समानता बनाये रखने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान जरूरी है। जब मुश्किलों का पल हो तो उसमें संतुलन के लिए एक ताकत की आवश्यकता होती है। उक्त विचार हीरो साइकिल समूह के मैनेजिंग डायरेक्टर पंकज मुंजाल ने ब्रह्माकुमारी संस्थान के व्यापार एवं उद्योग प्रभाग द्वारा आयोजित व्यापारियों के सम्मेलन में रखे। उन्होंने ये भी कहा कि धन कमाना गुनाह नहीं है परंतु उसमें एक ऐसा संतुलन होना चाहिए जिससे किसी व्यक्ति को कोई कष्ट ना हो। और नफा-नुकसान में समान स्थिति के लिए राजयोग

ध्यान करना जरूरी है। जब से ब्रह्माकुमारी संस्थान के परिसर में आया हूँ तब से लग ऐसा रहा है कि किसी अन्य दुनिया में आ



गया हूँ। परमात्मा का ज्ञान मनुष्य का जीवन बदल देता है। इसलिए हमें अपने जीवन में उसे अपनाना चाहिए। ब्रह्माकुमारी संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि सबसे बड़ा धन ज्ञान है। जिसके जीवन में ज्ञान धन है उसे

स्थूल धन की भी कमी नहीं होती। क्योंकि स्थूल धन का आधार भी ज्ञान धन है। इसलिए यही भाव रखकर जीवन में आगे

बढ़ना चाहिए। कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारी संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी ने कहा कि हमारी जैसी आंतरिक स्थिति होगी वैसी ही दुनिया में हमें दिखाई देगी। ब्रह्माकुमारी संस्थान के व्यापार एवं उद्योग प्रभाग की

अध्यक्षा, मुम्बई राजयोगिनी ब्र.कु. योगिनी दीदी ने कहा कि जब हम व्यापार में होते हैं तो हमें ज्यादा कमाने का लालच बुरे रास्ते पर धकेल देता है। इसलिए संतुष्टता की शक्ति कम हो जाती है। इसका नतीजा यह होता है कि हम धन तो कमाते हैं परंतु सुख और चैन का अभाव होता है। इसलिए जीवन में संतुष्टता लाने के लिए अपनी आंतरिक शक्ति को बढ़ाने की जरूरत है। प्रतिदिन जीवन में राजयोग को अपनाने का प्रयास करेंगे तो जीवन तनाव मुक्त हो जायेगा। कार्यक्रम में प्रभाग की मुख्यालय संयोजिका राजयोगिनी ब्र.कु. गीता दीदी, प्रभाग के एक्टिंग सदस्य ब्र.कु. राजसिंह सहित देश भर से आये व्यापार एवं उद्योग से जुड़े लोग भी उपस्थित रहे।



चाइना-संघाई। ब्रह्माकुमारी के इनर पीस सेंटर द्वारा इंडियन कॉन्सुलेट के कॉन्फ्रेंस हॉल में आयोजित 'ईजी मेडिटेशन फॉर बिजी पीपल' कार्यक्रम में डॉ. एन. नंदकुमार, कौसल जनरल ऑफ इंडिया इन संघाई, ब्र.कु. सपना बहन तथा बड़ी संख्या में गणमान्य लोग शामिल रहे।



लंदन-यूके। न्यूमैन कैथोलिक चर्च में आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारी के निःस्वार्थ सेवा एवं सभी नगरवासियों के लिए एक हिंसामुक्त और तनावमुक्त स्थान का निर्माण करने हेतु ब्रह्माकुमारी वर्ल्ड स्पीरिचुअल यूनिवर्सिटी यूके को 'प्लेस ऑफ सेंचुरी, फेथ ऑफ सेंचुरी' अवॉर्ड से सम्मानित किया गया।



मिल्लिटास-सिलिकॉन वैली(यूएसए)। भारत की आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारी द्वारा फ्रेमोन्ट, कैलिफोर्निया में आयोजित कार्यक्रम व परेड में ब्र.कु. कुसुम बहन, डायरेक्टर, ब्रह्माकुमारी सिलिकॉन वैली तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें बैनर्स व स्लोगन्स के साथ शामिल रहे।



न्यू यॉर्क-यूएसए। ब्रह्माकुमारी के यूएन ऑफिस, न्यू यॉर्क सिटी में आयोजित 'इंटरफेथ लीडरशिप एंड सस्टेनेबल डेवलपमेंट' विषयक परिचर्चा में मोडरेटर रेवेन्ड डेनिस स्कॉटो, स्क्वायर (चेयर, इंटरनेशनल डे ऑफ योगा कमेटी एट द यूएन), स्पीकर्स में किरण बाली, यूनाइटेड रिलीजन्स इनिशिएटिव, आंद्रे कितागावा, जेडी (इंटरनेशनल एकेडमी फॉर मल्टीकल्चरल कोऑपरेशन), डॉ. अन्ना फ्रिश, रोस्ट्री क्लब, ब्र.कु. गायत्री नारायण, रीप्रेजेंटेटिव ऑफ ब्रह्माकुमारी टू द यूनाइटेड नेशन्स, ब्र.कु. सबीता गौर, ब्रह्माकुमारी यूएन तथा ब्र.कु. जुलिया ग्रिंडन, ब्रह्माकुमारी यू.एन. आदि शामिल रहे।



जयपुर-राजापार्क(राज.)। इंदिरा आईवीएफ फर्टिलिटी सेंटर के सेवंत फाउंडेशन डे कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. पूनम वर्मा, सीनियर कंसल्टेंट इंदिरा आईवीएफ सेंटर, जयपुर सबजोन संचालिका ब्र.कु. पूनम दीदी, डॉ. मोहित शर्मा, एम.सी.एच. कार्डियक सर्जरी एस.एम.एस. मेडिकल कॉलेज, आर्ट ऑफ लिविंग, ब्र.कु. ज्योति बहन तथा अन्य।



नई दिल्ली। ब्रह्माकुमारी के एडमिनिस्ट्रेशन विंग द्वारा जनकपुरी के आईआईटीएम कॉलेज में हरिनगर क्षेत्र में आयोजित 14 दिवसीय 'स्पीरिचुअल एम्पॉवरमेंट फॉर काइंडनेस एंड कम्पैशन' कैम्पेन के उद्घाटन अवसर पर डॉ. सुभाष कौशिक, डी.जी. होमियोपैथी, लेफ्टिनेंट कर्नल रदीप हुंडल, एम.डी. इन्वेंशन लिमिटेड, गणेश वाधवानी, डेयूटी डायरेक्टर आईआईटीएम, अनिल खुराना, चेयरमैन आयुष, आईआईटीएम के डायरेक्टर जे.सी. शर्मा व नवनीत कौर, लॉरेन्स रोड सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी, ब्र.कु. उर्मिल दीदी, पालम विहार, ब्र.कु. शालू बहन व ब्र.कु. स्नेहा बहन, हरिनगर, ब्र.कु. प्रियंका बहन आदि उपस्थित रहे।



कालिम्पोंग-प.बंगाल। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. अल्का बहन, प्रसिद्ध नाटककार ललित गोले, डॉ. पी. विश्वास, गोर्खा दुःख निवारक सम्मेलन के अध्यक्ष उदय कुमाई, नेपाली साहित्य अध्ययन समिति के अध्यक्ष ज्ञान सुतार, प्रो. बलभद्र शर्मा, ब्र.कु. देवराज भाई, सिनेमा कलाकार अशोक तमंग, मॉन ट्रस्ट की चेयरपर्सन श्रीमति रोशनी राई, गायक विनोद सुनाम, समाज सेविका अंजु ठकुरी तथा अन्य।

आ गया है मौसम अपने प्रियतम से मिलने का

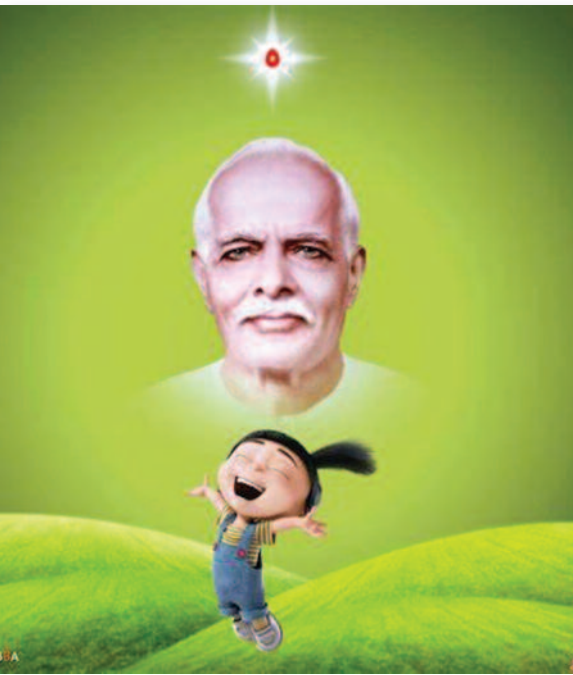
सच में कितने पद्मपदम भाग्यवान हैं हम, जो ईश्वर से हमने मुलाकात की है, मनभावनी सी मधुर बात की है! यह समय कितना मूल्यवान है हमारे लिए, जो हमने परमात्मा को पाया है, उनको पहचाना है। जिनको हम द्वापर से पुकारते आये, आज वह हमारे सम्मुख हैं। पहले शिव बाबा ने साकार रूप में ब्रह्मा बाबा के तन का आधार ले हमें पालना दी, शिक्षाएं दी तब बापदादा अव्यक्त रूप में हमें पालना दे रहे हैं। ये वादा है बाबा का कि मैं अंत तक तुम्हें ज्ञान खजाने से भरता रहूंगा।

और वह छुट्टी नहीं लेते तो भला हम कैसे लें। अब अव्यक्त बापदादा मिलन का समय आ गया है। तो क्यों न अभी से स्वयं को तैयार करें जिससे हम बिल्कुल वही परमात्म प्यार की अनुभूति करें, जिस रीति बाबा लुटाते हैं। अव्यक्त बापदादा मिलन के कुछ नियम और मर्यादायें हैं जिनको हमें पूर्ण रीति पालन करना अनिवार्य है। तब ही हम वो प्राप्तियां कर सकेंगे। सर्वश्रेष्ठ नियम है परमात्म ज्ञान होना। जिसने सात रोज़ का कोर्स किया है वही अव्यक्त बापदादा मिलन मना सकता है। फिर जो नित्य परमात्म महावाक्यों को सुनता हो, अमृतवेला और नुमाशाम का योग करता हो। अब परमात्म महावाक्य तो अनेक ब्राह्मण आत्माएं सुनती हैं परन्तु धारण सिर्फ कुछ ही आत्माएं करती हैं। कहने का भावार्थ यहाँ ये है कि वो आत्मा चाहिए जो सिर्फ सुनता ही ना हो परन्तु धारण भी करता हो।

पवित्रता है ब्राह्मण जीवन का फाउण्डेशन। जिसका ये फाउण्डेशन पक्का हो, कम से कम एक वर्ष का वही इस मंगल मिलन को मनाने के लिए आ सकता है। कहते भी हैं, "जो लोग ईश्वर को पाना चाहते हैं, उन्हें वाणी, मन, इन्द्रियों की पवित्रता और एक दयालु हृदय की जरूरत होती है"। क्योंकि भगवान की महिमा है कि वो पवित्रता के सागर हैं तो विकारों की आग में जलने वाले व्यक्ति कैसे और क्या ही उनकी अनुभूति कर सकेंगे बल्कि वो तो वायुमंडल और ही दूषित कर देंगे और उस पाप का दंड बहुत ही कड़ा होगा। इसलिए जो

सिर्फ ब्रह्मचर्य को पालन ही नहीं करते हों परन्तु ब्रह्मचारी भी हो, तन और मन से। जिनमें दैवी गुणों की धारणा हों, जिसकी दृष्टि और वृत्ति पवित्र हो, जिसका भोजन शुद्ध व सात्विक हो वही परमात्म मिलन मना सकते हैं। क्योंकि भगवान से मिलन मनाना कोई साधारण बात है क्या!

अब ये नियम क्यों जरूरी हैं, ये जान लेना भी अति आवश्यक है। बिना सात रोज़ कोर्स के आप क्या जानेंगे कि ईश्वर कौन है, कहाँ के रहने वाले हैं! क्योंकि ज्ञान में आने से



पहले तो हम यही मानते थे कि ईश्वर सर्वव्यापी है, वो नाम, रूप से न्यारे हैं, अकर्ता हैं। परन्तु अब ज्ञान में आने से हमें परमात्मा का नाम, रूप, कर्तव्य और रहने के स्थान का ज्ञान तो स्पष्ट हो ही गया है, साथ ही साथ ये भी स्पष्ट हो चुका है कि वह कैसे इस धरा पर अवतरित होते हैं और फिर कैसे हमें ज्ञान देते हैं। अगर ये सब बातें किसी मनुष्य को पूर्ण रीति स्पष्ट न हों तो उसको अव्यक्त बापदादा मिलन का कोई रस आ नहीं सकता। वे सोचेंगे सामने एक टेलीविजन चल रही है जिसमें एक बुजुर्ग सी दादी बैठ कुछ सुना रही हैं। क्योंकि परमात्मा को इन स्थूल नेत्रों से तो बिल्कुल नहीं देखा जा सकता। वह कोई पीताम्बरधारी बनकर तो आते नहीं, मगर उनको दिव्य चक्षु से देखा जा सकता है अर्थात्

महसूस किया जा सकता है। जैसे हवा को, करंट को, सूरज की गर्मी को हम देख नहीं सकते उसी प्रकार हम भगवान को इन नेत्रों से देख नहीं सकते क्योंकि वह अति सूक्ष्म ते सूक्ष्म हैं लेकिन महसूस कर सकते हैं।

अब ये तो हुई मोटी-मोटी धारणाएं लेकिन कुछ सूक्ष्म धारणाएं भी अभी बाकी हैं जिनका अभ्यास अगर हम अपनी दिनचर्या में शामिल कर लें तो जैसे मानो हम सहज ही उड़ती कला का अनुभव करने लगेंगे। जब-जब प्रभु मिलन की बात आती है तब-तब एक कहावत अक्सर सुनने में आती है वो है-
धर्म के नाम पर खुद को गुलाम मत बनाओ,
खुदा से मिलना है तो दुनिया को छोड़कर आओ।

ये सच ही है कि हमें परमात्म मिलन के लिए दुनिया से किनारा तो करना ही होगा तब ही हम प्रभु मिलन का रस ले सकेंगे। अब अगर कोई सोचे कि हम पुरानी दुनिया भी नहीं छोड़ें और परमात्म आनंद का भी रस 100 ले लें तो ऐसे तो वे बिल्कुल सफल नहीं हो सकते। क्योंकि आप दो नौकाओं में पैर तो यकीनन नहीं रख सकते हैं और यदि रखते भी हैं, तो आप बीच में से चिर जाएंगे अर्थात् आप कहीं के नहीं रहेंगे। इसलिए अब पुरानी दुनिया से किनारा करने के लिए और सम्पूर्ण प्रभु मिलन का आनंद लेने के लिए हमें बीच-बीच में

आत्मा का पाठ पक्का करना होगा, क्योंकि जब हम देह-अभिमानी होते हैं तो हमें देहधारी खींचते हैं और जब हम आत्म अभिमानी बनते हैं तब हमें सिर्फ परमात्मा की खींच होती है, ना की कोई देहधारी की। वैसे भी देह की जरूरतें अनेक हैं परन्तु आत्मा की जरूरत सिर्फ एक है और वो है परमात्मा की याद। जब तक हमारी दिल वस्तु, वैभव में अटकी होगी तब तक हमारी बुद्धि परमात्मा में लग नहीं सकती। इसलिए आप आज से ही स्वयं को बार-बार अपने आत्मिक स्वरूप में टिकाने का अभ्यास कीजिए जिससे दैवी गुणों की धारणा भी सहज होगी, वस्तु, वैभव से भी दिल स्वतः और सहज ही निकल जाएगा और आप प्रभु मिलन की मस्ती में भी डूबने लगेंगे।

- ब्र.कु. उर्वशी बहन, नई दिल्ली

बाह्य शांति के लिए आंतरिक शांति बहुत ज़रूरी : वाइस एडमिरल घोरमडे

सेना जितनी सशक्त रहेगी हम उतनी शांति से रहेंगे- नौसेना उपप्रमुख घोरमडे

सुरक्षा सेवा प्रभाग की पांच दिवसीय नेशनल कॉन्फ्रेंस का सफल आयोजन

तीनों सेनाओं जल, थल और वायु के अधिकारी-जवानों ने लिया भाग

शांतिवन। सेना बाहरी व भौतिक शांति के लिए कार्य करती है और ब्रह्माकुमारी संस्था आंतरिक शांति के लिए कार्य कर रही है। यहां बाहरी स्वच्छता के साथ मन की स्वच्छता पर विशेष कार्य किया जाता है। यहाँ जीवन जीने की कला सिखाई जाती है। ये उद्गार अति परमवीर सेवा मेडल से सम्मानित नौसेना के उपप्रमुख वाइस एडमिरल एस.एन घोरमडे ने व्यक्त किए। कार्यक्रम का सुरक्षा सेवा प्रभाग की ओर से पांच दिवसीय नेशनल कॉन्फ्रेंस का ब्रह्माकुमारी संस्थान के मनमोहिनीवन परिसर स्थित ग्लोबल ऑडिटोरियम में आयोजन किया गया। इसमें देशभर से सुरक्षा से जुड़े तीनों सेनाओं के आईपीएस, सीआरपीएफ, बीएसएफ के अधिकारी और जवानों ने भाग लिया। माउण्ट आबू के सुरक्षा सेवा प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी ने कहा कि आप सभी चार दिन तक यहाँ के पवित्र परिसर और आध्यात्मिक ज्ञान का लाभ लें और



पूर्व आईपीएस व नेशनल क्राइम

व्यूरो के डायरेक्टर रामफल पंवार ने कहा कि यहाँ आकर हमें ज्ञान मिला कि हम सब आत्माएं हैं। ब्रह्माकुमारी के परिसर में स्पीरिचुअल लेवल बहुत हाई है। काम को हम खुश होकर करते हैं तो हमसे मिलने वाले लोगों को जहाँ खुशी होती है, वहीं खुद को भी आनंद मिलता है। हम खुश रहना चाहते हैं या

खुश रहना हमारे हाथ में

नहीं यह हम खुद तय करते हैं। यदि हमारी सोच बदल जाए तो कभी तनाव हो ही नहीं सकता। खुश रहना हमारे हाथ में है। मैं 2012 से ब्रह्माकुमारी से जुड़ा हूँ। राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास के बाद मेरा गुस्सा शांत हो गया। मेरे स्टाफ को हैडल करने में भी मदद मिली। मेरी सोच के स्तर में भी काफी बदलाव आया है।

अपने जीवन में उतारें। पानीपत रिट्रीट सेंटर के डायरेक्टर ब्र.कु. भारत भूषण भाई ने कहा कि हमारे शरीर के सभी ऑर्गन्स पर आध्यात्मिकता से कंट्रोल आ जाता है। दुनिया की सबसे बड़ी पाँवर आध्यात्मिकता है। हमें जीवन में सेल्फ कंट्रोल बहुत ज़रूरी है। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. गीता दीदी ने कहा कि मुझे बचपन से ही बहुत वैराग्य था। देश

के लिए कुछ करने की इच्छा थी। इसलिए लोगों के कल्याण के लिए मैं ब्रह्माकुमारी से मात्र 14 साल की उम्र में जुड़ गई। 16 वर्ष की आयु में इस विश्वविद्यालय में समर्पण कर दिया। इस ज्ञान से सारे कॉन्सेप्ट क्लीयर हो गए। डीआरडीओ, नई दिल्ली से आए कैप्टन शिवसिंह ने प्रभाग द्वारा पिछले 22 साल में की गई सेवाओं की वीडियो के माध्यम

राजयोग मेडिटेशन हर परिस्थिति में मन को स्थिर रखता



नौसेना उपप्रमुख वाइस एडमिरल एस.एन घोरमडे

जब पहली बार ब्रह्माकुमारी के ज्ञान सरोवर परिसर में आया तो यहां की शांति, भाई-बहनों का निःस्वार्थ प्रेम, अपनापन देखकर बहुत अच्छा लगा। अब मैं बिना अलार्म के सुबह 3.30 बजे उठ जाता हूँ। सबसे पहले राजयोग ध्यान करता हूँ। इसके बाद रोज आध्यात्मिक परमात्म महावाक्यों का श्रवण करता हूँ। हम देखते हैं कि रोजाना की दिनचर्या में जब काम ज़्यादा बढ़ जाता है तो हम सबसे पहले एक्सरसाइज और मेडिटेशन करना छोड़ देते हैं। मेरा मानना है कि जब हमारा काम बढ़ जाए तो हमें पहले से ज़्यादा एक्सरसाइज और मेडिटेशन करना चाहिए क्योंकि उस काम को और अच्छे से कर सकते हैं। कई लोगों का मानना

है कि युवाओं को मेडिटेशन की ज़रूरत नहीं है। मुझे लगता है कि मेडिटेशन की ज़रूरत सभी को होती है। राजयोग मेडिटेशन से प्रत्येक परिस्थिति में हमारा मन स्थिर रहता है। मेरी धर्मपत्नी बचपन से ही सुबह 4 बजे उठ जाती हैं। उनके प्रयासों का ही परिणाम है कि आज उन्होंने मेरे घर को स्वर्ग जैसा बना दिया है।

मेडिटेशन करने से मन शक्तिशाली होता

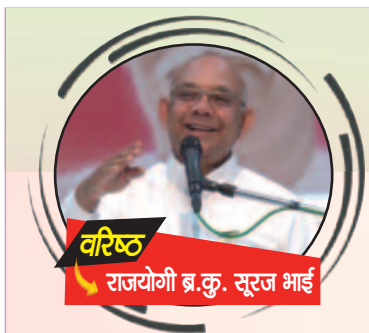


आंतरिक सुरक्षा अकादमी के आईजी सुनील जू, माउण्ट आबू

आंतरिक सुरक्षा अकादमी (आईएसए) के आईजी सुनील जू ने कहा कि सीआरपीएफ और ब्रह्माकुमारी का 1975 से जुड़ाव रहा है। पांडव भवन में जाकर बहुत खुशी होती और मन शक्तिशाली हो जाता। माउण्ट आबू में मैंने सात दिन का राजयोग मेडिटेशन का कोर्स किया है। समय मिलने पर मेडिटेशन की प्रैक्टिस करता हूँ।

से सभी को जानकारी दी। उन्होंने बताया कि तीनों सेनाओं के अलग-अलग विंग और मुख्यालयों पर मोटिवेशनल ट्रेनिंग प्रोग्राम आयोजित किए जाते हैं। मैं

ब्रह्माकुमारी से भी लंबे समय से जुड़ा हुआ हूँ। कर्नल सती ने मंच संचालन किया। स्वागत गीत मधुरवाणी ग्रुप के कलाकारों ने प्रस्तुत किया।



वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

संकल्प मनुष्य का बहुमूल्य खजाना है। एक संकल्प उसे बहुत सुखी कर देता है और कोई एक ही संकल्प उसके दुखों में वृद्धि कर देता है। एक ही संकल्प में मनुष्य खुशी में डांस करने लगता है और एक ही संकल्प से निराशा की चादर ओढ़ा कर सुला देता है। संकल्प का बड़ा महत्व है। हम क्या सोचते हैं, क्या नहीं सोचते हैं, हमें क्या सोचना चाहिए, क्या नहीं सोचना चाहिए इसकी अवेयरनेस (जागरूकता) संसार में बहुत थोड़े लोगों को है। अनेक लोग व्यर्थ में बहे चले जा रहे हैं, लेकिन उन्हें इसका कोई आभास नहीं है। इससे उनकी शक्तियां नष्ट होती जा रही हैं। कमजोर पड़ रहे हैं। मनुष्य का ब्रेन इस समय बहुत ही कमजोर है। और अगर मनुष्य और संकल्प चलाता रहता है तो ये मन और कमजोर होता जाता है। सेंसिटिव (संवेदनशील) होता जायेगा, सहनशक्ति नहीं रहेगी, ज़्यादा सोचने लगेगा। व्यर्थ संकल्पों के भी कई प्रकार हैं- एक विकल्प होते हैं, बुरे संकल्प, विकारों के

संकल्प, दूसरे व्यर्थ संकल्प होते हैं बिना मतलब मनुष्य सोचे जा रहा है।

मनुष्य जरा अपने से पूछ कर देखे कि क्या सोच रहा है? उसको शायद अपने पर हँसी आयेगी। तीसरे निगेटिव संकल्प होते हैं, चौथे साधारण संकल्प होते हैं, पाँचवें कर्म के संकल्प होते हैं। जो काम हम कर रहे हैं ऐसे श्रेष्ठ संकल्पों की भी कई श्रेणियां हैं। सबसे ऊंच थॉट, सुपर थॉट, महान थॉट और परम संकल्प। हाईअर थिंकिंग, ऊंची थिंकिंग, पॉजिटिव थिंकिंग, शक्तिशाली थिंकिंग, प्युअर थिंकिंग ये सब थॉट्स के ही प्रकार हैं। जो श्रेष्ठ विचार मनुष्य के मन में आते हैं, स्वमान के विचार, श्रेष्ठ विचार, दूसरों को सुख देने के विचार, दूसरों का कल्याण करने का विचार, शुभ संकल्पों से भरे हुए विचार ये भिन्न-भिन्न तरह के विचार मनुष्य के मन में चलते हैं। आप कभी अपने को सारे दिन में दस बार चेक करें। हर घंटे में एक बार चेक कर लेना। रूक कर देखना कि हम क्या सोच रहे हैं! तो आपको पता चलेगा कि हम वो सोच रहे हैं जिसको सोचने की हमें ज़रूरत ही नहीं है। हम बिना मतलब ही सोचे चले जा रहे हैं। हम बहुत बार कह चुके हैं कि मन की सामान्य स्थिति में मनुष्य के मन में एक मिनट में लगभग पच्चीस संकल्प उठते हैं। जब मनुष्य ज़्यादा सोचता है तो ये स्पीड

बढ़कर तीस, पैंतीस, चालीस पहुंच जाती है। योगी जन, ज्ञानी जन इसको घटा देते हैं। बीस-पंद्रह तक ले आते हैं। और जो महायोगी हैं वो इसे पाँच से कम ले आते हैं एक मिनट में। और फिर कुछ लम्बा समय दो-चार संकल्पों में स्थित होकर बैठ जाते हैं। उससे मन बहुत पाँवरफुल हो जाता है।

चिंता एक अग्नि है जो जलाकर भस्म करती है- खुशी को, शांति को, सुखों को, हेल्थ को तब खाना भी अच्छा नहीं लगेगा, लोगों से व्यवहार भी अच्छा नहीं लगेगा। चिंतारों भी भिन्न-भिन्न तरह की हैं।

तो हम विचार करेंगे कि हम अपने संकल्पों की अनमोल निधि को ऐसे ही तो नहीं गंवा रहे! खजाना है ये हमारा। मनुष्य को कोई चिंता लग जाये तो शरीर भी सूखने लगता है। लोग देखते ही कहते कि क्या चिंता लग गई है भई तूझे। चिंता चिंता के समान है ये कहावत है। चिंता एक अग्नि है जो जलाकर

भस्म करती है- खुशी को, शांति को, सुखों को, हेल्थ को तब खाना भी अच्छा नहीं लगेगा, लोगों से व्यवहार भी अच्छा नहीं लगेगा। चिंतारों भी भिन्न-भिन्न तरह की हैं। आपको कोई बीमारी हो गई है, ऐसी बीमारी जो लाइलाज तो नहीं है लेकिन बहुत सीरियस, बहुत पेनफुल (दर्दभरी), जिससे बहुतों की मृत्यु होती है, अब आपको ये बीमारी लग गई, चिंता भी साथ लग गई। मैं ठीक हो पाऊंगा या नहीं। मैं ठीक से जी पाऊंगा या नहीं। मेरे बच्चों का क्या हाल होगा, चिंता लग गई। और इन संकल्पों से जुड़े हुए हजारों संकल्प मन में उठने लगे। हमारे पास तो पैसा भी नहीं है। पता नहीं डॉक्टर हम लोगों की केयर करेंगे भी या नहीं, दवाईयां ठीक मिलेंगी या नहीं, हमारा भाग्य पता नहीं कैसा है, हमें ही बार-बार बीमारियां आती हैं। अनेक व्यर्थ संकल्प इस चिंता के कारण मनुष्य के मन में चलने लगते हैं। अगर हम अपनी खुशी को कायम रखते हैं तो बीमारियां जल्दी ठीक हो जाती हैं। खुश रहने से हमारे जो भिन्न-भिन्न ग्लैंड्स (ग्रंथियां) हैं उनसे जो स्राव होता है वो बहुत अच्छे कैमिकल का होगा जो आपको हेल्दी कर देगा। आपके हार्मोन्स बहुत हेल्दी पैदा होंगे, बहुत कुछ ठीक होने लगेगा। हमें ये ध्यान देना है कि चिंता करने से तो बात बनेगी नहीं, समाधान

ढूंढना है। चिंताओं को पैदा करने वाली बातें तो हजारों हैं कोई कमी नहीं आजकल, लेकिन हम ईश्वरीय ज्ञान लेकर श्रेष्ठ चिंतन के द्वारा उन चिंताओं से स्वयं को मुक्त कर सकते हैं। ऐसा नहीं है कि चिंताओं से मुक्त होने का इलाज हमारे पास है ही नहीं, है। लेकिन हमें जलना नहीं है, परेशान नहीं होना है। ईश्वरीय ज्ञान इसी चीज में हमें बहुत मदद करता है।

ज्ञान की बहुत सुन्दर-सुन्दर बातें हमें निश्चित करती हैं। चिंतारों प्रभु अर्पण कर दो, उसके हाथ में दे दो, वो सम्भालेगा। दूसरा ये जो विश्व के ड्रामा का ज्ञान हमको मिला है इसका प्रयोग करके अपने को निश्चित करें। ये बहुत डीप फिलॉसफी (दर्शनशास्त्र) है कि जब आप निश्चित होंगे, आप बेफिक्र हो जायेंगे तब आपसे जो पॉजिटिव एनर्जी फैलेगी वो बिगड़े हुए कामों को बना देगी। ये बात सदैव याद रखनी है। तो अच्छे स्वमान से, अच्छे चिंतन से स्वयं को इन चिंताओं से, इन परेशानियों से मुक्त रहने का एक सुनहरा संकल्प आप कर लें तो ये जो व्यर्थ का फोर्स चलता है मन में इससे आप मुक्त हो जायेंगे, आपके घरों में खुशहाली आ जायेगी। आपका जीवन भी हेल्दी रहेगा। आप भी बीमारियों से मुक्त रहेंगे और सबकुछ सफल होगा।



सेंट लुइस मिसौरी-यूएसए। ब्रह्माकुमारी के नये सेवाकेन्द्र 'पीस विला' का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. कला बहन, डायरेक्टर, पीस विलेज रिट्रीट सेंटर न्यू यॉर्क, ब्र.कु. प्रिया बहन, कोऑर्डिनेटर ऑफ द ब्रह्माकुमारी सेंटर्स इन सेंट लुइस, ब्र.कु. सत्या, पीस विलेज तथा सेंट लुइस के अन्य 25 ब्र.कु. भाई-बहनें।



न्यू यॉर्क-यूएसए। एफआईए (फेडरेशन ऑफ इंडियन एसोसिएशन) द्वारा बड़ी संख्या में विभिन्न प्रकार के झंडे फहराने एवं सबसे अधिक डमरू वाद्य बजाने वाले कलाकारों की टुकड़ी के दो गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने के लिए न्यू यॉर्क एवं न्यू जर्सी से ब्रह्माकुमारी को आमंत्रित किया गया। एफआईए के चेयरमैन अंकुर वैद्य ने ब्रह्माकुमारी का धन्यवाद करते हुए कहा कि उनके सहयोग के बिना यह रिकॉर्ड बनाना संभव नहीं था। इस कार्यक्रम में 1500 स्वयंसेवियों की आवश्यकता थी जिसमें ब्रह्माकुमारी ने पूरा सहयोग दिया। प्रवीण बंसल, एफआईए इवेंट चेयर ने भी सहयोग के लिए ब्रह्माकुमारी का धन्यवाद कर सभी की निःस्वार्थ सेवा भावना को देखते हुए प्रसन्नता एवं कृतज्ञता ज़ाहिर की। कार्यक्रम के दौरान ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा उनकी कलाई पर रक्षासूत्र बांधा गया, जिसकी खुशी ज़ाहिर करते हुए उन्होंने कहा कि इस पल ने मेरे हृदय को छू लिया और यह पल हमेशा मेरे हृदय के पास रहेगा। उन्होंने बताया कि ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा प्रसाद ग्रहण करने के पश्चात् ही उन्होंने अपना व्रत पूरा किया। एफआईए इंडिया परेड भारत के बाहर होने वाले परेड में सबसे बड़ी परेड है जिसमें देश की स्वाधीनता एवं संप्रभुता को दर्शाते हुए हजारों की संख्या में लोग एकत्रित होते हैं। अंत में झंडों की गिनती के पश्चात् एफआईए को गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड से सम्मानित किया गया।

मानव को सुसंस्कारित करने का कार्य कर रही ब्रह्माकुमारीज : पाटील



पुणे-बानेर(महा.)। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय बाणेर, पुणे की संचालिका ब्र.कु. डॉ. त्रिवेणी, 175 वर्ल्ड रिकार्ड बनाने वाले पहले भारतीय ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके, ब्र.कु.डॉ. सुवर्णा और सुप्रसिद्ध ज्योतिषी, लेखिका और लाइफ कोच डॉ. सोहिनी शास्त्री ने मिलकर प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के जन्म दिन पर शुभकामना देने के लिये “सबसे बड़ा ग्रीटिंग कार्ड” बनाया। इस ग्रीटिंग कार्ड की ऊंचाई 60 फीट तथा चौड़ाई 44 फीट है। इस ग्रीटिंग कार्ड को वर्ल्ड बुक ऑफ रिकार्ड्स लंदन में शामिल किया गया है।

इस अवसर पर प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के दीर्घायु के लिए सामूहिक योगाभ्यास भी किया गया। महाराष्ट्र के उच्च और तकनीकी शिक्षा मंत्री माननीय श्री चंद्रकांत दादा पाटील ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान राजयोग मेडिटेशन के द्वारा समाज को सुसंस्कारित करने का कार्य कर रही है। विशेष तौर पर कोरोना काल में मेडिटेशन के माध्यम से कई लोगों को मानसिक धरातल पर सशक्त बनाने का कार्य किया है जो सराहनीय ही नहीं बल्कि अनुकरणीय है। मुझे यहाँ आकर बहुत ही प्रसन्नता हुई और अपने कर्मों के माध्यम

ब्रह्माकुमारीज द्वारा माननीय प्रधानमंत्री के 72वें जन्मदिन की बधाई देने हेतु बनाया सबसे बड़ा ग्रीटिंग कार्ड

से शांतिप्रिय समाज का निर्माण कर रहे हैं। साथ ही माननीय मंत्री ने राजयोग मेडिटेशन सीखने की इच्छा प्रकट की। ओम शान्ति मीडिया के संपादक ब्र.कु.डॉ. गंगाधर भाई ने संस्थान के द्वारा मानवता के उत्थान के लिए की जा रही सेवाओं से सबको अवगत कराया तथा कहा कि आज समाज को भयमुक्त, तनावमुक्त बनाने के लिए राजयोग मेडिटेशन कारगर उपाय है। जिससे सर्व को लाभ लेना चाहिए। अंत में महाराष्ट्र के उच्च और तकनीकी शिक्षा मंत्री मा. श्री चंद्रकांत दादा पाटील ने वर्ल्ड बुक ऑफ रिकार्ड्स लंदन का सर्टीफिकेट ब्र.कु.डॉ. त्रिवेणी, ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके, ब्र.कु. डॉ. सुवर्णा को प्रदान किया।

राजनेता खुद को सेवक मानकर काम करें - राय

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय शांतिवन में आयोजित पाँच दिवसीय राजनेता सम्मेलन में भिंड सांसद संध्या राय ने कहा कि सभी राजनेता खुद को एक सेवक मानकर काम करें,

एक आध्यात्मिक व्यक्ति बड़े पद पर पहुंचता है तो देश व समाज में कैसे बदलाव आता है इसका सबसे बड़ा उदाहरण प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू हैं। उन्होंने सबसे



यदि सांसद या विधायक मानकर चलेंगे तो अभिमान आ जाएगा। अभिमान आने से आप जनता से दूर हो जाएंगे। अपना स्वभाव सरल बनाएं ताकि आम व्यक्ति आपको अपनी बात बता सके। साथ ही उन्होंने ब्रह्माकुमारीज की सराहना करते हुए कहा कि ये संस्था कुरुतियों को दूर करने का कार्य कर रही है। हरियाणा, महम के विधायक बलराज कुंडू ने कहा कि विचारणीय प्रश्न है

पहले राष्ट्रपति भवन में मांसाहार बंद कराया और वह खुद अलसुबह 4 बजे राष्ट्रपति भवन के मंदिर में होने वाली आरती करती हैं। यह अपने आप में देश की जनता के लिए बहुत बड़ा संदेश है। यहाँ के भाई-बहनें अथक परिश्रम से यहाँ स्वर्ग बना रहे हैं। संस्थान के अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने सम्मेलन का उद्देश्य बताते हुए कहा कि दया और करुणा बहुत बड़ी शक्ति है। राजनेता के हाथ

○ आध्यात्मिक सशक्तिकरण द्वारा दया एवं करुणा विषय पर पाँच दिवसीय राजनेता सम्मेलन

○ देशभर से विधायक, सांसद और विभिन्न पदाधिकारी हुए शामिल

में देश का भाग्य होता है। यदि राजनेता में दया और करुणा आ जाए तो दुनिया की सूरत बदल जायेगी।

राजनीतिज्ञ सेवा प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु.लक्ष्मी बहन ने कहा कि राजनेता देश के आधार होते हैं। इसलिए आप सभी के ऊपर विशेष जिम्मेवारी है। आपके एक शुभ निर्णय से लाखों लोगों को लाभ मिलता है। प्रभाग की मुख्यालय संयोजिका ब्र.कु. ऊषा बहन ने अपनी शुभकामनाएं दीं। ब्र.कु. अर्चना बहन और ब्र.कु. युगतरतन भाई ने सुंदर गीत की प्रस्तुति दी। संचालन मैसूर के ब्र.कु. रंगनाथ भाई ने किया। मैसूर की ब्र.कु.मंजुला ने सभी अतिथियों का सम्मान किया।

नवरात्रि पर शान्ति सरोवर में चैतन्य देवियों की झाँकी

जीवंत है माँ दुर्गा के नौ रूपों की झाँकी : डॉ. सिंह



रायपुर-छ.ग। ब्रह्माकुमारीज द्वारा विधानसभा मार्ग पर स्थित शान्ति सरोवर में सजाई गई चैतन्य देवियों की झाँकी बहुत

ही दर्शनीय एवं जीवंत है जो कि राजयोग से ही सम्भव है। यहाँ पर माँ दुर्गा के नौ रूपों को अत्यन्त आकर्षक ढंग से

प्रस्तुत किया गया है। यह विचार पूर्व मुख्यमंत्री एवं भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ. रमन सिंह ने व्यक्त किए। उन्होंने सभी उपस्थित लोगों को नवरात्रि की शुभकामनाएं भी दी। इस अवसर पर उपस्थित उच्च शिक्षा मंत्री उमेश पटेल ने कहा कि यहाँ के नगरवासियों के लिए गौरव की बात है कि इतना सुन्दर आयोजन राजधानी में किया गया है। यहाँ आने के बाद व्यक्ति स्वयं को

तनावमुक्त महसूस करने लगता है। आदि शक्ति के नौ रूपों की जीवंत प्रस्तुति अत्यन्त सराहनीय है। इस अवसर पर क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. कमला दीदी ने बताया कि यह झाँकी प्रतिवर्ष नवरात्रि पर शान्ति सरोवर रिट्रीट सेंटर में लगाई जाती है। चैतन्य होने के कारण ये लोगों के आकर्षण का केन्द्र रहती है। साथ ही दीदी ने देवियों के आध्यात्मिक रहस्य को भी विस्तार से बताया।

महासम्मेलन : पाँच दिवसीय ‘राष्ट्रीय यौगिक कृषि-वैश्विक कृषि का प्रकाश स्तंभ’, देशभर से छः हजार किसान, कृषि वैज्ञानिक, अधिकारी-कर्मचारी पहुंचे शांतिवन

किसानों को जैविक-यौगिक खेती के लिए जागरूक कर रही ब्रह्माकुमारीज : ग्रामीण विकास मंत्री

हरियाणा सरकार में ग्रामीण विकास मंत्री देवेन्द्र सिंह बबली एवं महाराष्ट्र सरकार के पूर्व ग्रामीण विकास मंत्री सतेज डी पाटील अतिथि के रूप में हुए शामिल

शांतिवन। मुख्यालय में आयोजित पाँच दिवसीय ‘राष्ट्रीय यौगिक कृषि-वैश्विक कृषि का प्रकाश स्तंभ’ महासम्मेलन को सम्बोधित करते हुए हरियाणा सरकार में ग्रामीण विकास मंत्री, जींद से आए देवेन्द्र सिंह बबली ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज का कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग किसानों में जागरूकता ला रहा है। प्रभाग से जुड़कर आज देश में हजारों किसान राजयोग का उपयोग करते हुए

यौगिक खेती कर रहे हैं। मंत्री ने कहा कि जैविक खेती और नशामुक्ति के लिए ब्रह्माकुमारीज की बहनें लोगों को जागरूक कर रही हैं। इस कार्य को हर गांव तक ले जाने में हम भी हर संभव प्रयास करेंगे। महाराष्ट्र सरकार के पूर्व ग्रामीण विकास मंत्री सतेज डी पाटील ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज द्वारा किसानों को शाश्वत यौगिक खेती के बारे में जागरूक करने का ये बहुत ही सराहनीय कार्य चल रहा है। यहाँ से जुड़कर कई किसानों ने खुद जैविक खाद तैयार किया है और आज सफलतम रूप से यौगिक खेती कर रहे हैं। लखनऊ से आए उ.प्र. कृषि निदेशालय के उपनिदेशक बट्टी



विशाल तिवारी ने कहा कि यहाँ सिखाई जा रही यौगिक खेती द्वारा किसानों को अवश्य ही लाभ होगा। नई दिल्ली से आए आईसीएआर के डिप्युटी डायरेक्टर डॉ. ए.के. सिंह ने कहा कि पहले बीज डालने से पहले उसकी पूजा होती थी लेकिन

आज इन तमाम विधियों में परिवर्तन हुआ है। और पुनः संस्थान इस कार्य को पुनर्जीवित कर रहा है। संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि देशभर से आए किसान भाई यहाँ से जैविक व यौगिक खेती

की शिक्षा लेकर जाएं और अपनी खेती में इसका प्रयोग जरूर करें। प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी ने कहा कि सभी किसान भाई यौगिक खेती को अपनाएंगे तो कम लागत में अधिक उत्पादन प्राप्त कर सकेंगे।

मोटिवेशनल स्पीकर ब्र.कु. शिवानी बहन ने सभी को राजयोग की गहन अनुभूति कराते हुए कहा कि स्वयं को सतयुगी, सुखदायी आत्मा अनुभव करें और इस अभ्यास को हर रोज दोहराएँ। क्योंकि संकल्प से सृष्टि बनती है और जैसे हमारे संकल्प होते हैं वैसी ही हमारी सृष्टि बनने लगती है। संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी ने कहा कि यदि हमें भारत भूमि को बचाना है तो प्राकृतिक-यौगिक खेती की ओर लौटना होगा। अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने भी अपने विचार रखे। ग्राम विकास प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु. राजू भाई ने सभी का स्वागत किया।