

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

माउण्ट आबू

अगस्त - 2022



अंक - 09

वर्ष -24

ब्रह्माकुमारीज ओम शांति रिट्रीट सेंटर

‘करुणा और दया के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण’ में शरीक हुए केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। ब्रह्माकुमारीज के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में ‘करुणा और दया के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण’ वार्षिक थीम के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में सम्बोधित करते

अपनाया है। सबको शरण दी है। भारत की संस्कृति 5000 वर्ष पुरानी है। भारत ने ही विश्व को आदर्श और मूल्यों का ज्ञान दिया है। उन्होंने आगे कहा कि इंसान सामूहिक रूप से रहता है। हमारे शास्त्रों में विश्व को

ज्ञान से ही हम इन बुराइयों से मुक्त हो सकते हैं। ओ.आर.सी. निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कहा कि करुणा और दया जैसे मूलभूत गुणों की जागृति से ही मानव, मानव से जुड़ सकता है। राजयोगिनी



हुए केरल के राज्यपाल माननीय आरिफ मोहम्मद खान ने कहा कि यहां पर बिताए हुए पलों को शब्दों के द्वारा अभिव्यक्त करना बहुत मुश्किल है। आध्यात्मिक ऊर्जा और शांति के प्रकम्पन मन को शक्तिशाली बना देते हैं। उन्होंने कहा कि स्वर्णिम विश्व के निर्माण में करुणा और दया का भाव जरूरी है। कोई भी इंसान बगैर प्रेम के नहीं रह सकता, लेकिन वही प्रेम जब योग के माध्यम से परमात्मा से जुड़ जाता है तो करुणा और दया का संचार होता है। जरूरत है तो सिर्फ अपने आदर्शों के प्रति वफादारी की। राज्यपाल ने कहा कि भारत हमेशा से ही ज्ञान और प्रज्ञा का केन्द्र रहा है। भारत ने सर्व धर्म समभाव की धारणा को

एक परिवार माना गया है। इन सबका आधार वास्तव में आत्मिक भाव है। ब्रह्माकुमारीज सही अर्थों में आज वही कार्य कर रही है। मानवता को आत्मिक बोध करा

माननीय राज्यपाल ने ‘कल्प तरु’ अभियान के तहत पौधारोपण भी किया

रही है। ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त महासचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने कहा कि दुःख का असली कारण जीवन में पाँच विकारों का प्रभाव है। आध्यात्मिक

ब्र.कु. चक्रधारी दीदी ने कहा कि करुणा और दया आत्मा में मानव और प्रकृति के प्रति कल्याणकारी भाव पैदा करते हैं। बीएमएल मुंजाल विश्व विद्यालय के कुलपति मनोज के. अरोड़ा ने शुभकामनाएं देते हुए कहा कि शिक्षा में आध्यात्मिकता को जोड़ना जरूरी है। जी.डी. गोंयका विश्व विद्यालय के कुलपति डॉ. तबरेज अहमद ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था चरित्र निर्माण का असली कार्य कर रही है। असली सुख आध्यात्मिक जीवन में है न कि भौतिक साधनों के संग्रह में। ब्र.कु. सुनैना बहन ने सभी को गहन राजयोग की अनुभूति कराई। संचालन ब्र.कु. हुसैन बहन ने किया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

परमात्म ऊर्जा का केन्द्र है शांतिवन : केन्द्रीय जल शक्ति मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत

शांतिवन-आबू रोड। ‘सत्यम्-शिवम्-सुन्दरम्’ इस बीज मंत्र के माध्यम से वर्तमान युग में करोड़ों लोगों के जीवन में परिवर्तन लाने और इस सहज राजयोग के माध्यम से परमतत्व के साथ साक्षात्कार का मार्ग प्रशस्त करने वाले परमपिता शिव और इस पवित्र धरती को मैं प्रणाम करता हूँ। मुझे अत्यन्त प्रसन्नता है कि बहुत देर से ही सही लेकिन आज इस पुनीत स्थल पर आप सबके बीच में आने का अवसर मिला है। अनेक वर्षों से मेरे मन में ये था कि मुझे एक बार अवश्य इस पवित्र स्थान पर जाकर यहाँ पर व्याप्त ऊर्जा को अनुभव करना चाहिए। ब्रह्माकुमारीज के साथ मेरा सतत् सम्पर्क रहा है। मेरे बाल्यकाल में जब मैं विद्यालय में पढ़ता था उस समय भी मेरी



जगह जहाँ अनेक-अनेक लोग पिछले इतने वर्षों में आत्मा के परमात्मा के साथ जुड़ाव के रास्ते पर इतना आगे बढ़े हों, निश्चित ही उस जगह से सृजित ऊर्जा का प्रभाव न केवल वहाँ के वातावरण और वायुमण्डल पर अपितु वहाँ के पर्वत, जंगल, पानी, पेड़, पौधे सब पर पड़ता है।

आज़ादी के अमृत महोत्सव के तहत ब्रह्माकुमारीज ने तीन माह में 15000 कार्यक्रमों का लक्ष्य किया हासिल

कल्प तरु परियोजना के तहत पर्यावरण के संरक्षण हेतु संस्थान ने लगाये 7500000 पौधे

माता जी ब्रह्माकुमारी बहनों के सम्पर्क में थीं। उस समय से ही इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय के साथ में मेरा जुड़ाव रहा है। इस स्थान पर आकर निश्चित ही एक अद्वितीय ऊर्जा का अनुभव होता है। कुछ लोग ऐसे होते हैं जिनके जीवन में परमतत्व के साक्षात्कार तथा एकाकार से ऊर्जा उत्पन्न होती है। जिस जगह पर आत्मा का परमात्मा से मिलन हुआ हो, ऐसी

यहाँ अभी मैं बाबा के महावाक्य ‘मुरली’ सुन रहा था, उसमें एक वाक्य आया कि आसक्ति जो जुड़ाव है वो हमें भटकाव के रास्ते पर ले जाता है। उस भटकाव से मुक्त करके लाखों-लाखों के जीवन को उस परमतत्व की तरफ ले जाने के इस केन्द्र ने और निश्चित रूप से इस मार्ग ने भारत की संस्कृति का प्रकीर्णन न केवल देश बल्कि समस्त विश्व भर में किया।

शारीरिक स्वास्थ्य के साथ आध्यात्मिक स्वास्थ्य से होगी सम्पूर्ण स्वास्थ्य की परिकल्पना साकार



नरसिंहपुर-म.प्र.। ‘आज़ादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर’ अभियान के तहत ब्रह्माकुमारीज द्वारा राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस पर चिकित्सकों एवं चिकित्सा कर्मियों के सम्मान में आयोजित समारोह में मुख्य जिला चिकित्सा अधिकारी डॉ. ए.के. जैन ने कहा कि लोग हमें भगवान की उपाधि देते हैं, लेकिन भगवान तो भगवान है। जब स्वास्थ्य के क्षेत्र में हम हार मान जाते हैं तो हम भी उस भगवान की ही शरण में जाते हैं। ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. कुसुम दीदी ने स्वास्थ्य की परिभाषा बताते हुए कहा कि सम्पूर्ण स्वास्थ्य केवल शारीरिक स्वास्थ्य नहीं अपितु मानसिक स्वास्थ्य, पारिवारिक स्वास्थ्य, सामाजिक स्वास्थ्य और आध्यात्मिक स्वास्थ्य, जब ये सब हो तब ही सम्पूर्ण स्वास्थ्य कहेंगे। ब्र.कु. प्रीति बहन ने सभी डॉक्टरों को राजयोग का महत्व बताते हुए राजयोग की गहन अनुभूति कराई। मेडिकल स्पेशलिस्ट डॉ. संजीव चांदोरकर भी अपने विचार रखे। अंत में सभी डॉक्टरों को परमात्म वरदान कार्ड एवं सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया।

राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस पर विंध्य क्षेत्र के चिकित्सकों को ब्रह्माकुमारीज द्वारा किया गया सम्मानित

मानवता के दुःख, दर्द का निवारण करते हैं डॉक्टर

चिकित्सकों ने एक-एक पेड़ लगाकर धरती को हरा-भरा बनाने का लिया संकल्प

रीवा-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा राष्ट्रीय डॉक्टर दिवस पर विंध्य क्षेत्र के वरिष्ठ चिकित्साविदों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी ने कहा कि डॉक्टर को भगवान का दूसरा दर्जा देते हैं। मानव को सुखी बनाने में चिकित्सक वर्ग का बहुत बड़ा योगदान है। डॉ. संजीव शुक्ला, उपसंचालक, स्वास्थ्य सेवाएं रीवा ने कहा कि समाज को सदाचारी और सुखी बनाने में इस संस्था का महत्वपूर्ण योगदान है। डॉ. अवतार सिंह, प्राध्यापक एवं अधीक्षक, संजय गांधी हॉस्पिटल रीवा ने कहा कि मानवता की सेवा में ब्रह्माकुमारीज की सेवाएं बहुत ही महत्वपूर्ण और उपयोगी हैं। डॉ. के. के. परोहा, वरिष्ठ समाजसेवी एवं सेवानिवृत्त अधीक्षक, संजय गांधी हॉस्पिटल रीवा ने कहा कि समाज को सदाचार, मूल्य निष्ठ एवं योग युक्त मूल्यों से परिपूर्ण बनाने में इस

संस्थान का अतुलनीय योगदान है। इस अवसर पर ब्रह्मचारी विजय शंकर महाराज एवं ब्रह्मचारी गौरव तिवारी, महंत, पंचमठ आश्रम रीवा ने अपने माउंट आबू यात्रा के विशिष्ट अनुभव को साझा किया। आरंभ में विंध्य क्षेत्र के लोकप्रिय गीतकार नीलेश श्रीवास्तव एवं साथी गीतकार

अग्रवाल, डॉ. पद्मावती पांडे, डॉ. एच के पांडे, डॉ. सोनल अग्रवाल, वाय.एस. बघेल, डॉ. शैलजा सोनी, डॉ. निशा गुप्ता, डॉ. विभांशु दुबे, डॉ. रिचा सिंह, डॉ. आर.पी. मिश्रा, डॉ. आदित्य कुमार तिवारी, डॉ. शैलेंद्र कुमार सोनी, डॉ. विनी शराफ, डॉ. शैलजा सोनी, डॉ. विकास



सुनील भारती ने सुंदर गीतों की प्रस्तुति देकर उपस्थित चिकित्सकों को परमात्म रंग में रंग दिया और अपने गीतों के माध्यम से सभी चिकित्सकों का भावपूर्ण सम्मान किया। इस मौके पर डॉ. पंकज चौधरी, डॉ. विद्या भूषण सिंह, डॉ. एल.एम. कुशवाहा, डॉ. भास्कर रेड्डी, डॉ. अतुल झा, डॉ. आदेश पाटीदार, डॉ. सोनल

श्रीवास्तव, अतुल कुमार, हाजी ए.के. खान, डॉ. आर.एन. नामदेव, डॉ. संतोष सोनी, डॉ. मंदाकिनी साहू, डॉ. सरोज सोनी आदि चिकित्सकों को सम्मानित किया गया। इस सम्मान समारोह के दौरान चिकित्सकों ने अपनी खुशी जाहिर करते हुए एक-एक पेड़ लगाकर धरती को हरा-भरा बनाने का संकल्प लिया।

संसार में राजयोगी... एक नट की तरह...

नट जब रस्सी पर चलता है, नीचे खड़े लोग बहुत शोर मचाते हैं, वंस मोर, वंस मोर करते हैं। कोई उसकी तस्वीर खींचता है, कोई उसको उकसाता है और कोई उसकी करामात को बिगाड़ने की कोशिश करता है। फिर भी वो एक रस्सी पर चलते हुए, मुस्कुराते हुए अपने लक्ष्य की तरफ आगे बढ़ता हुआ कामयाबी को छू लेता है। अगर थोड़ा-भी उसका ध्यान इन सब चीजों पर गया तो वो अपने लक्ष्य से भटक जायेगा और असफल हो जायेगा। सब कुछ आस-पास होते हुए भी वो अपना ध्यान अपने संतुलन से हटाता नहीं है, इसीलिए वो कामयाब हो जाता है।

ठीक इसी तरह राजयोगी भी इस संसार में रहते हुए, कार्यव्यवहार में आते अपने सामाजिक, पारिवारिक उत्तरदायित्वों को निभाते हैं, पर उनका ध्यान नट की तरह अपने लक्ष्य पर केन्द्रित रहता है। राजयोगी अपने सारे कारोबार को करते हुए भी अपना ध्यान परमात्मा पर टिका कर रखते हैं। उनके दिये हुए निर्देश और उनसे होने वाली प्राप्तिओं के प्रति सम्पूर्ण ज्ञान उनके जहन में होता है। वो ये भलिभाति जानते हैं कि ये समय बहुत ही वैल्यूबल है। इसे यूँ ही व्यर्थ नहीं गंवाना। दूसरे के साथ मिलजुल कर रहते हुए भी उनकी बुद्धि की तार परमात्मा से जुड़ी रहती है। वे अच्छी तरह वाकिफ रहते हैं कि मुझे इस समय को झरमुई-झगमुई की बातों में नहीं गंवाना है।



ब.क. गंगाधर

ज्ञान उनकी बुद्धि में ऐसे टपकता रहता है जैसे कि मंदिर में शिवलिंग पर जल की बूंदें, उससे वो अपने मन में अतीन्द्रिय सुख का अनुभव करता है। इस अतीन्द्रिय सुख के रस के सामने बाकी सब रस उन्हें फीके लगते हैं। परमात्म प्रेम में वे इतने ओत-प्रोत हैं जो दूसरे सब निरर्थक लगते हैं। इसी एकाग्रता के कारण वे मन और बुद्धि को साफ और स्वच्छ बनाकर सुख के झूल में झूलते हैं। कैसी भी परिस्थितियाँ आएँ, कैसी भी मुश्किलातें हों, कैसी भी कठिनाई हो, पर वे एकरस की तल्लीन अवस्था को बनाए रखते हैं। अपने परिवार में भले ही अलग-अलग सदस्य के अपने-अपने विचार हैं, अलग-अलग सोच है, अलग-अलग कार्य करने के तरीके हैं, फिर भी वे उनसे घृणा या नफरत नहीं रखते। वे समझते हैं कि हरेक का पार्ट अपना-अपना है। वे अपना रोल अदा कर रहे हैं। जो स्क्रिप्ट जिसके लिए लिखी हुई है, वे यही तो कर रहे हैं। ये ज्ञान उनकी बुद्धि में स्पष्ट रहता है। समाज में, वातावरण में कई घटनायें हो रही हैं, शोर मचा हुआ है, परंतु वे नट की तरह अपने लक्ष्य की ओर आगे बढ़ते ही जाते हैं। आज देखें, घर में ही व घर से बाहर निकलते ही जैसे कि वातावरण इतना अशांत व असुरक्षित है जो अपने मन को स्थिर करने में जद्दोजहद करनी पड़ती है। ऐसे वातावरण में राजयोगी जो राजयोग का अभ्यास दिल से करते हैं, कैसी भी परिस्थिति में बाबा(परमात्मा) के दिल का प्यार उन्हें हिम्मत देता है और बैक बोन की तरह उन्हें आगे बढ़ने का हौसला देता रहता है। वे तो बस इसी तरह से आगे बढ़ते जैसे मस्त चाल में चलता हाथी, भले ही कुत्ते भौंकते रहें या सब शोर मचाते रहें।

परमात्मा का कहना है कि अभी हमें वो सब कुछ प्राप्त कर लेना है जो दिल में ये कसक न रह जाये कि परमात्मा के मिलने के बाद भी मैं आत्मा अतृप्त रह गई। पाने का कुछ बाकी रह गया। इच्छाएँ अधूरी रह गईं। मैं आत्मा असंतुष्ट ही रही। तो हम कितने भाग्यशाली हैं कि हमारे जीवन के सर्व बोझ स्वयं परमात्मा ने हर लिये हैं और उन्होंने का कहना है कि बच्चे, जन्म-जन्म तुम बोझ ढोते आये, अब सारा बोझ मुझे दे दो। मैं आपका पिता हूँ, इसी सम्बंध का लाभ उठाओ और आप बेफिक्र हो जाओ।

ये श्रावण मास दान-पुण्य करने का मास है। और ऊपर से बरसात की रिमझिम की भी सीजन है। ऐसी भीगी-भीगी, सुगंधित हवाओं में हमें अपने मन को एकाग्र कर मनश्चित्त फल प्राप्त कर लेना है। जहाँ परमात्मा का साथ हो, ऐसा सुंदर वातावरण हो, उसका लाभ उठाकर एकाग्रता की गुफा में बैठ अपने अंदर कोने-कोने में कमी-कमजोरी के छिपे हुए सूक्ष्म किटाणुओं को भी नष्ट करते हुए सम्पूर्णता की ओर तीव्रता से आगे बढ़ना है। याद रहे, आज का दिन कल नहीं लौटता। उसी तरह आज जो करना है, इसी वक्त करना है। टाल-मटोल का तकिया लेकर सुस्त नहीं हो जाना है। चुस्त और चौकन्ना रहकर परमात्म वरदानों से अपनी झोली भर लेनी है।



राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

“त्याग, तपस्या और वैराग्य”, यह तीनों अगर हमारे जीवन में प्रैक्टिकल लाइफ में है, तो हम बाबा के समान बन जायेंगे क्योंकि हम सभी फलक से कहते हैं कि हमारा लक्ष्य है बाप समान बनना। तो जब हम सबका लक्ष्य है तो लक्षण भी जरूर धारण करेंगे, लेकिन होता क्या है? जब लक्षण धारण करने चलते हैं तो बीच-बीच में समस्याएँ, कारण यह तो बनते ही हैं, और वो बनने ही हैं। मुरली में जब सुनते हैं कि बच्चे माया आयेगी और भिन्न-भिन्न रूप से तूफान लायेगी लेकिन आपको विजयी बनना है। जन्मते ही बाबा ने यह महामंत्र हमको दे दिया कि माया का काम है आना और आपका काम है उस पर जीत पाना। लेकिन... कहना माना कुछ किचड़ा ले लिया, इसलिए मम्मा कहती थी लेकिन नहीं कहो। कहो हाँ, करना ही है। और हमको विजयी बनना ही है, यह हमारा प्रॉमिस है बाबा से।

बाबा कहते आपको कौन-सी माला में आना है? विजयी रत्न बनना है तो विजयमाला में आना पड़ेगा। तो हम लोगों को यह समझ लेना चाहिए कि हमारे सामने यह जो विघ्न हैं, समस्यायें या कारण कहीं भिन्न-भिन्न नाम हैं लेकिन यह सब हमारे पेपर हैं। हम समस्या समझते हैं... यह हो गया, वो हो गया, लेकिन मम्मा कहती थी उसे देख तुरन्त घबराओ नहीं। घबराने से हमारा निर्णय ठीक नहीं होता है, घबराने से हमारे मन-बुद्धि दोनों ही डगमग होते रहते हैं, कभी हाँ कहेंगे, कभी ना कहेंगे तो कभी क्या कहेंगे! इसलिए बाबा कहते समस्याओं में परेशान व हैरान नहीं हो

वेस्ट थॉट के इन पाँच गेट को बंद करो...

करके यह सोचो कि हमको क्या करना है? भविष्य का सोचो, पास्ट का नहीं सोचो, यानी जो बात हो गई उसी बात को सोचते नहीं रहना। जो समस्या के निमित्त बनते हैं वो तो जाके आराम से सोये हुए होते हैं और हम क्या करते हैं! जो बात बीत गयी उसको ही सोचते रहते हैं, क्यों कहा या ऐसा क्यों किया? कैसे कहा? कब तक कहेगा? यह है कौन? यह कै-कै... में चले जाते हैं।

वेस्ट थॉट के यह पाँच गेट हैं- क्यों, क्या, कब, कैसे और कौन। तो जब हम कै के करते हैं तो हम कौआ बन जाते हैं। तो कौआ नहीं बनना। जब तक यह पाँच कै के निकलेंगे नहीं तब तक यह वेस्ट थॉट खत्म होंगे ही नहीं क्योंकि बीती हुई बात को हम सोच रहे हैं और जबकि बीती हुई बात हमारे हाथ में नहीं है। बीती बातों को बिलोना माना बाँहों का दर्द मिलेगा और कुछ नहीं मिलेगा। तो यह जो पाँच शब्द हैं इसे हमको बुद्धि में आने नहीं देना है, यह फाटक बन्द करना है, इससे व्यर्थ संकल्पों की शुरुआत होती है। इसीलिए बाबा कहते हैं मन-बुद्धि की एकाग्रता को बढ़ाओ, एकाग्रता होगी तो निर्णय ठीक होगा। गहन तपस्या के लिए भी एकाग्रता चाहिए। क्यों, क्या आ गया तो वेस्ट थॉट्स की रफ्तार बहुत तेज हो जायेगी। फिर उसको रोकना बहुत मुश्किल हो जाता है और एकाग्रता भी नहीं रहती। ऐसे में फिर समस्या से मुक्त होना चाहते हैं या फिर योग लगाने बैठो तो यहाँ से योग लग सकता है? इसीलिए बाबा कहता है पहले तो यह जो क्यों, क्या के फाटक हैं... उनको बन्द करो।

ऐसे गुणग्राही बनो जो मेरे को देख दूसरों का अवगुण चला जाये

राजयोगिनी दादी जानकी जी

जो सदा ही सुख-शांति में रहते हैं उसका सम्पन्न बनना पॉसिबल है। सम्पन्न माना सुख-शांति में सम्पन्न, सम्पत्तिवान। परिवर्तन माना अपने में सम्पूर्ण सम्पन्नता लाना। थोड़े होते हैं जो सम्पत्तिवान भी होते हैं परन्तु धर्मात्मा होते हैं, पुण्यात्मा होते हैं, लौकिक का कोई अभिमान नहीं होता। धर्मात्मा जो होते हैं, सच्ची दिलवाले बड़ी हैं, सच्ची दिलवाले होते हैं। आप कौन हो? देवता बनने वाली आत्मा पहले धर्मात्मा बनती है। हर कर्म उनका श्रेष्ठ होता है। सफल करने में बहुत गुप्त होते हैं। तो उसके लिए अति रिगार्ड होता है। शिवबाबा ने ब्रह्माबाबा को निमित्त बना करके सिखाया है, वह प्रैक्टिकल कौन करता है? क्योंकि प्रैक्टिकल करने का प्रभाव बहुत होता है। तो गुणग्राही बनना माना गुण का ग्राहक बनना। मेरे को देख किसी का अवगुण चला जाये। ऐसे ऑफर करने वाले बाबा के फूल बच्चे बनो। 6-5-13(जयन्ती बहन ने दादी जी की क्लासेस से लौकिक दुनिया में कोई कुछ मुख्य बातें सुनाई) थोड़े होते हैं जो सम्पत्तिवान से बुद्धि छोटी या मोटी नहीं होगी। जब स्वच्छता हमारे अन्दर होती है। तब सत्यता हमारे अन्दर उठर सकती है। इससे आत्मा को आनंद का अनुभव प्राप्त हो सकता। इस एक-एक बात की गहराई में जाओ तो बहुत सारी बातें निकल आती हैं। भगवान ही मेरा संसार है तो मेरे संस्कार भी भगवान समान बन सकते हैं। ज्ञान और योग का सार यही है कि हम सबके साथ ताल-मेल बना करके रखें, सबसे पहले तो हमारी स्थिति ऐसी हो जो हम औरों के साथ मिलजुलकर संगठन में एकरस स्थिति में रह सकूँ और संगठन को एकमत बनाकर रख सकूँ।

इस चेहरे से, सूरत से बाप की सीरत दिखाने के निमित्त बनना है



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

हम सभी दुनिया के लिए लाइट हाउस हैं अथवा सर्चलाइट देने के निमित्त हैं। सर्चलाइट के बीच अगर कोई डिफेक्ट हो जाये तो सामने आने वाला जो शिप है, उसे सही रास्ता नहीं मिलेगा। हमारी मन्सा के सूक्ष्म संकल्प ऐसे हों जो चारों तरफ हमारे वायब्रेशन फैलें और दूसरों को प्रेरणा मिले। आकर्षण हो, साक्षात्कार हो। हम सभी ऐसे एक्जाम्पल रहें, खुद को ऐसा समझें कि मैं जो कर्म करूँगा मुझे देख हरेक करेगा, तो इसके लिए हरेक जवाबदार है। जैसा मैं कर्म करूँगा मुझे देख सब करेंगे- यह सूक्ष्म की जवाबदारी हम सबके ऊपर है। हम जिस तरह भी अपनी स्थितियाँ रखेंगे ऐसी स्थिति का वायब्रेशन फैलेगा।

हम सबके हर संकल्प, हर कर्म में, हर वक्त बेहद ईश्वरीय परिवार की जिम्मेवारी है, सूक्ष्म वायब्रेशन से शक्ति देने की। तो हमारे कर्मों की गति बड़ी गहन है। प्यारे बाबा ने जो हमें श्रीमत दी है उसी श्रीमत पर हमें कदम बाय कदम चलना है। श्रीमत में बाबा ने कहा है कि तुम्हें श्रीमत है मर्यादा पुरुषोत्तम रही। जितना हम मर्यादा पुरुषोत्तम बनेंगे उतना हमें देख दूसरे भी मर्यादा में रहेंगे इसलिए जैसे हमें मर्यादा में श्रीमत मिलती कि अमृतवेले उठकर बाबा की याद में रहना है, यह हम हरेक की जिम्मेदारी है। हमारी मर्यादा में ज्ञान सागर बाबा जो ज्ञान रत्नों की मुरली नित्य सुनाता है, उसे सुनना है, मनन करना है, यह हमारी मूल जिम्मेदारी है। अगर इस श्रीमत का पालन किसी भी कारण से

नहीं करते तो यह भी अलबेलापन है, इसमें सूक्ष्म अपनी सुस्ती है। हम ऐसा मानती कि बाबा की श्रीमत पर चलने वाले के ऊपर आशीर्वाद है, दुआयें हैं, वरदान है। परन्तु अगर हम कदम-कदम श्रीमत पर नहीं चलते तो भगवान की दुआयें और वरदानों से मिस होते, दूसरा श्रीमत की अवज्ञा बहुत बड़ा सूक्ष्म पाप का भागी बनाती हैं। यह भी बोझ हो जाता है, जो बोझ अवस्थाओं को ऊँचा चढ़ने में विघ्न बनता है।

बाबा की श्रीमत है बच्चे मन-वचन-कर्म से सेवा करो। अगर हम मन-वचन-कर्म से सेवा नहीं करते हैं तो यह भी एक इनडायरेक्ट सेवा लेते हैं और उसका भी बहुत बोझ चढ़ता है। जैसे कहा जाता है- आये हैं हम पुण्य कमाने लेकिन पुण्य कमाने के पीछे पुण्य की गंवाई हो जाती है। और फिर उसमें अपनी श्रीमत की धारणा नहीं रहती तो पुण्य के बदले पाप हो जाता है। फिर सूक्ष्म विकर्म विनाश नहीं होते तो मायाजीत भी नहीं बन सकते।

जैसे बाबा कहते तुम बच्चे किसी को दुःख न दो लेकिन यह मर्यादाओं का उल्लंघन करना भी सूक्ष्म दुःख देना है। इससे भी पुण्य के बदले पाप हो बोझ चढ़ता है इसलिए हमारे कर्मों की गति बड़ी गहन है। जो भी कर्म हम करते, सेवा करते, पालना करते, पालना लेते हरेक में बहुत बड़ी कर्मों की मशीनरी काम करती है। हमारे संग से दूसरे को भी श्रेष्ठ कर्म करने की प्रेरणा मिले। हमारा ऐसा संग न हो जो किसी को संगदोष लग जाए। और ही वह हमारे से ऊँच दृष्टि लेने के बदले नफरत, ईर्ष्या, द्वेष आदि में आये, उसमें रीस पैदा हो। करनी है रीस लेकिन हो जाती है रीस- उसी से बोझ चढ़ता है।

चलते-चलते बहुतों में देह अभिमान बढ़ता जाता



बाबा की श्रीमत है बच्चे मन-वचन-कर्म से सेवा करो। अगर हम मन-वचन-कर्म से सेवा नहीं करते हैं तो यह भी एक इनडायरेक्ट सेवा लेते हैं और उसका भी बहुत बोझ चढ़ता है।



है। एक होता है देह अभिमान, दूसरा होता है मैं पन का नशा। देह अभिमान फिर भी मोटा है लेकिन मैं पन का नशा बहुत सूक्ष्म है। चाहे अपनी बुद्धि का, चाहे अपनी सेवाओं का, चाहे किसी भी प्रकार का अगर नशा चढ़ता है तो वह नशा भी नुकसान करता है। नारायणी नशे के बदले देह अभिमान का नशा चढ़ गया तो बहुत नुकसान होता। कोई को भाषण का भी नशा चढ़ जाता, तो वह भी नहीं चढ़ना चाहिए, उससे भी बड़ा नुकसान होता। नशे की निशानी है- 1. सूक्ष्म समझते हैं वाह रे मैं! 2. स्वयं को ही राइट समझते, दूसरों को नीचा समझते। वह कभी नम्रचित्त नहीं रह सकते। जो नम्रचित्त नहीं बनेगा वह निर्माण का काम भी नहीं कर सकेगा इसलिए हम सभी निमित्त हैं इस शब्द को कभी भूलो नहीं। हम निमित्त वालों को सदैव कदम-कदम पर सावधानी चाहिए। उठो, चलो, बैठो, खाओ, पियो, पहनो सब कर्मों की गति अपनी है इसलिए हर कदम में बहुत-बहुत ध्यान रखना जरूरी है।

बाबा के हम सभी बच्चे दर्शनीय मूर्त हैं। इस चेहरे से, सूरत से बाबा की सीरत दिखाने के निमित्त हैं। तो हम दर्शनीय मूर्त की धारणा कितनी श्रेष्ठ होनी चाहिए, कितनी महान होनी चाहिए यह हरेक खुद देख-सोच सकते हैं इसलिए जो भी कोई सूक्ष्म वृत्ति है उसको परिवर्तन करो।

अन्तिम परीक्षा-पत्र का प्रश्न अगर पहले ही मिल जाये तो...!!!

लौकिक विश्वविद्यालय में उसी समय परीक्षा का प्रश्न बताया जाता है लेकिन ईश्वरीय विश्व विद्यालय में परीक्षा के प्रश्नों को पहले से बताया जाता है। अगर लौकिक प्रश्न-पत्र आउट हो जाये तो विद्यार्थीगण बाहर आ जाते हैं, विरोध करते हैं, हड़ताल करते हैं और परीक्षा फिर से होती है। लेकिन यहाँ बाबा ने बता दिया है कि नष्टोमोहा और स्मृतिर्लब्धा - ये दो हमारे आखिर प्रश्न-पत्र हैं। इनमें जो पास होंगे वही पास विद् ऑनर होंगे। नष्टोमोहा और स्मृतिर्लब्धा हम कैसे होंगे? बाबा कहते हैं कि यह संगम का समय चल रहा है। कलियुग जा रहा है और सतयुग आ रहा है। संगमयुगी जीवन में आप अतीन्द्रिय सुख प्राप्त कर सकते हैं, बाकी सारा कल्प - सतयुग, त्रेतायुग, द्वापरयुग और कलियुग में सिर्फ सुख प्राप्त कर सकते हैं। इन युगों में धन, यश, पदार्थ, मान, मर्तबा, सांसारिक साधन और क्षणभंगुर सुख-शांति भी हो सकते हैं लेकिन अतीन्द्रिय सुख नहीं होता। सतयुग और त्रेतायुग में सुख तो होता ही है, बाकी द्वापर कलियुग में सुख होता नहीं। इन चारों युगों में अतीन्द्रिय सुख नहीं होता। ज्ञान से, योग से, पवित्रता से, ईश्वरीय शक्ति से, रूहानियत से जो अतीन्द्रिय सुख मिलता है, वह सिर्फ इस पुरुषोत्तम कल्याणकारी संगमयुग पर मिलता है।

पवित्रता का सुख सब से श्रेष्ठ सुख है। इसी में ईश्वरीय स्मृति(परमात्मा की याद) की रसना में मन तल्लीन हो जाता है, याद की रसना में डूब जाता है। इस सुख को कई लोग समाधि कहते हैं, कई ऐक्य अवस्था कहते हैं, कई लवलीन अवस्था कहते हैं, वही अतीन्द्रिय सुख है। यह सुख सिर्फ योगी को मिलता है। खाने-पीने से, देखने-करने से जो सुख मिलता है वो यह सुख नहीं, उस सुख को इन्द्रिय सुख कहते हैं। मन को डायरेक्ट परमात्मा से जोड़ने से मन को जो सुख मिलता है उसको इन्द्रियातीत अथवा अतीन्द्रिय सुख कहते हैं। वो सुख केवल संगमयुग के थोड़े से समय में मिलता है। यह सुख अनमोल है, यह कल्प में एक ही बार प्राप्त होता है। जो चीज एक ही बार प्राप्त होती है

उसका मूल्य और महत्त्व बहुत होता है। यह सुख तब मिल सकता है जब आप बाप समान बनें। बाप समान बनने का मतलब है पवित्र बनना और योगी बनना। जीवन में निर्मलता को लाने से और ईश्वरीय स्मृति अथवा बाबा की याद में निरन्तर रहने से यह अतीन्द्रिय सुख प्राप्त होता है। याद में अन्तर पड़ने से मन की स्थिति में भी अन्तर पड़ जाता है। निरन्तर बनने में अन्तर क्यों पड़ता है और उसका निवारण क्या है तथा निरन्तर बनाये रखने में बाधाये क्या हैं और उनका निवारण क्या है - इन बातों पर ध्यान देने की आवश्यकता है।

पढ़ाई में ध्यान रखना और याद रखना बहुत जरूरी होता है। हम बाबा को क्यों भूलते हैं जबकि याद से हमारे जन्म-जन्मान्तर के विकर्म दध होते हैं और हमारा भविष्य भी बनता है? बाबा कहते हैं, बच्चे, अपना चार्ट रखो। हम चार्ट में देखते हैं कि हमने किसी को दुःख तो नहीं दिया और किसी से दुःख तो नहीं लिया? ठीक है, दुःख न दिया और न लिया लेकिन सुख

दिया? दुःख नहीं दिया तो इसका अर्थ हुआ कि आपने विकर्म नहीं किया परन्तु सुकर्म किया? परमात्मा को कहा जाता है दुःखहर्ता और सुखकर्ता बाबा दुःख दूर भी करता है और सुख भी देता है। इसी प्रकार, आपने दूसरों को दुःख नहीं दिया, बहुत अच्छा; परन्तु उनका दुःख दूर करके सुख दिया? परमात्मा से आपने जो अतीन्द्रिय सुख की प्राप्ति की है उसकी अनुभूति दूसरों को कराई? स्वयं अतीन्द्रिय सुख में तो रहे लेकिन दूसरों को उससे वंचित क्यों किया? हमने पूरे दिन में कोई बुरा काम नहीं किया, निगेटिव नहीं किया आगे के लिए कोई हिसाब-किताब नहीं बनाया, बोझ नहीं चढ़ाया, यह तो अच्छा है



ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

सारा कल्प सतयुग, त्रेतायुग, द्वापरयुग और कलियुग में सुख, मान, मर्तबा, यश, पदार्थ, धन, दौलत ये सब प्राप्त होता है। जबकि हम जानते हैं परमात्मा द्वारा मन इच्छित फल प्राप्त होता है लेकिन फिर भी हमारी याद निरन्तर नहीं रहती, उसे भूल जाते हैं। जो सुख इस छोटे से संगमयुग पर परमात्मा की याद से मन को प्राप्त होता है, वो और कहीं नहीं होता। जिसको हम अतीन्द्रिय सुख कहते हैं। निरन्तर याद न रहने के कारण कई हो सकते हैं परन्तु अगर हम छोटा-सा अभ्यास कर अपनी कर्णेन्द्रिय पर ध्यान दें तो बाहर से आने वाले व्यर्थ को रोकने में हम समर्थ हो जायेंगे। तब हम अतीन्द्रिय सुख का अनुभव कर सकेंगे।

लेकिन आगे के लिए जमा क्या किया? पाप न करके पुराना खाता बढ़ाया नहीं, कम किया लेकिन खाते में पुण्य जमा तो नहीं हुआ। बुरा नहीं किया जिसकी सजा न मिले, यह तो ठीक है लेकिन अच्छा तो नहीं किया जिसका फल मिले! भविष्य में जो प्राप्ति होगी वह किस आधार पर होगी? अच्छा करोगे तो अच्छा पाओगे। किसी को आपने मन-वचन-कर्म से मन की राहत दी? शांति और सुख दिया? किसी को ठीक रास्ते पर लगाया? जो आपको बाबा ने गुण दिया, ज्ञान दिया, शक्ति दी, रूहानियत दी है वो किसी को दी? वो नहीं दी तो आपने किसी को अतीन्द्रिय सुख दिया नहीं। अगर नहीं दिया है तो इसका अर्थ यह हुआ कि आपके पास वो चीज है ही नहीं। आपने अतीन्द्रिय सुख का अनुभव किया ही नहीं है इसीलिए किसी को आपने दिया नहीं।

याद निरन्तर क्यों नहीं रहती...

जैसी हमारी स्थिति होती है वैसी हमारी कृति

होती है। हमारे कर्म हमारी स्थिति पर आधारित हैं। इसलिए बाबा कहते हैं, अन्तर पड़ जाता है और याद निरन्तर नहीं रह सकती। अन्तर क्यों पड़ता है, उसके कई कारण बाबा ने बताये हैं लेकिन हम बच्चे भूल जाते हैं। एक बच्चे की कहानी सुनाते हैं ना! माँ ने अपने बच्चे को कहा, यह 10 रुपये लेकर जाओ और दुकान से 10 रुपये की मूँग की दाल लेकर आओ, मूँग की ही लाना, चने की नहीं। वो बच्चा रास्ते में, 10 रुपये की मूँग की दाल, 10 रुपये की मूँग की दाल कहता गया याद रखने के लिए। बीच रास्ते में कोई खेल चल रहा था उसको देखते हुए रुक गया। थोड़े समय के बाद याद आया कि उसको दुकान जाना है तो फिर चल पड़ा। उस दृश्य को देखने के कारण वह भूल गया कि कौन-सी दाल लेनी है। वह लेकर गया चने की दाल। माँ कहने लगी, मैंने कहा था कि मूँग की दाल, तू ले आया चने की दाल। जिस काम के लिए वह गया था वही भूल गया। उसी प्रकार, बाबा ने भी हमें कहा है कि शिव बाबा को याद करो, देहधारियों को याद न करो। फिर भी हम शिव बाबा को भूल जाते हैं और देहधारियों को याद करते हैं। क्यों ऐसा होता है?

गलती करने पर बच्चों से कान ही क्यों पकड़वाते हैं?

सब दुकानें किसी न किसी 10 न बंद होती हैं लेकिन दो कान हमेशा खुले रहते हैं। आदमी सोया हुआ भी होगा ना ताँ भी ये दुकान-दोकान खुले रहते हैं। आँखें बंद कर सकते हैं, मुँह बंद कर सकते हैं लेकिन कानों को कभी बन्द नहीं करते। जब हम दो कानों से दूसरों की व्यर्थ बातें सुनते हैं जिसको बाबा झरमुई-झगमुई कहते हैं तो इससे हमारा समय, शक्ति सब व्यर्थ चला जाता है। इसलिए हम अपने कान ठीक काम में लगा दें। देखिए, स्कूल में कोई बच्चा गलती करता है ताँ उसको कान पकड़ने को कहते हैं अथवा उसको मुर्गा बनाते हैं। उसमें भी उस बच्चे को अपने ही कानों को पकड़ना पड़ता है। व्यक्ति अपनी की हुई गलती पर माफी मांगने के लिए अपने कान खुद पकड़ता है। सारा शरीर पड़ा है, फिर भी कानों को क्यों पकड़वाते हैं? क्योंकि कोई भी व्यक्ति बुरा सोचता है, बुरा बोलता है और बुरा करता है लेकिन उसमें पहले उसने बुरा सुना होता है। बुरा सुनना ही सब बुराइयों की बुनियाद है। अगर वह बुरा सुनेगा नहीं तो उसकी बुद्धि बुरे की तरफ जायेगी ही नहीं। तो पहले दो कानों रूपी दुकान को बंद करना है। अगर मोहल्ले में कोई दंगा होता है तो सबसे पहले दुकान ही बंद करते हैं। इसलिए बाबा कहते हैं बुरा सुनना, व्यर्थ सुनना बन्द करो। बुरा मत सुनो, बुरा मत देखो, बुरा मत बोलो। पहले कहा जाता है, बुरा मत सुनो। सुनने से सबकुछ गड़बड़ होता है। बाबा कहते हैं मेरी बातें ही सुनो, देखो और बोलो। बच्चों को कान पकड़वाते हैं कि आगे से ऐसी बात नहीं सुनूँगा। निरन्तर याद में अन्तर आने का एक कारण है बुरा अथवा व्यर्थ बातें सुनना।



ज्ञान सरोवर-मा.आबू। राजस्थान के राज्यपाल कलराज मिश्र ने ब्रह्माकुमारीज के ज्ञान सरोवर से आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत 75 लाख लोगों द्वारा 75 लाख पौधे लगाने के ब्रह्माकुमारीज के 'कल्प तरु' अभियान का पौधा रोपण कर शुभारंभ किया। साथ ही उन्होंने आबू रोड के तलहटी में ग्लोबल अस्पताल के ट्रॉमा सेंटर में 20 एकड़ में बन रहे 'आरोग्य वन' का शिलान्यास भी किया। इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय, संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, ग्लोबल अस्पताल के निदेशक डॉ. प्रताप मिश्रा, ब्र.कु. सुमन बहन, ब्र.कु. शिविका बहन आदि उपस्थित रहे।



हैदराबाद-तेलंगाना। राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, संयुक्त मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज के हस्तों द्वारा राजयोगिनी ब्र.कु. कुलदीप दीदी को शांति सरोवर के ग्लोबल पीस ऑडिटोरियम में वर्ल्ड बुक ऑफ रिकॉर्ड्स, लंदन द्वारा लॉकडाउन में मानवता के कल्याण के लिए तथा ऑनलाइन राजयोग के कार्यक्रमों का आयोजन करके लाखों लोगों को मानसिक रूप से शक्तिशाली बनाने के लिए 'सर्टिफिकेट ऑफ कमिटमेंट' से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर वर्ल्ड बुक ऑफ रिकॉर्ड्स, लंदन के राष्ट्रीय सचिव डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके उपस्थित रहे।



ग्वालियर-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर भारत सरकार द्वारा ग्वालियर किले में आयोजित सामूहिक कार्यक्रम में भारत सरकार के नागरिक उड्डयन मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया, सांसद विवेक शेंजवलकर, राज्यमंत्री प्रद्युम्न सिंह तोमर, बीज एवं फार्म विकास निगम अध्यक्ष मुन्ना लाल गोयल सहित अनेक जन प्रतिनिधि, प्रशासनिक अधिकारी, सामाजिक संस्थाओं के सदस्य एवं स्कूल छात्रों सहित ब्रह्माकुमारीज लश्कर सेवकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. आदर्श बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. प्रहलाद भाई तथा ब्रह्माकुमारीज के तीन सौ से अधिक भाई-बहनें शामिल हुए।



छतरपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज के 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के अंतर्गत विश्व पर्यावरण दिवस पर कृष्णाप्रिया कॉलोनी में पौधा रोपण करते हुए ब्र.कु. शैलजा बहन, नगर गहोई समाज के वरिष्ठ उपाध्यक्ष राजेंद्र नीखरा तथा कृष्णाप्रिया कॉलोनी के सभी प्रतिष्ठित व्यक्ति।



डोभी-नरसिंहपुर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज पाठशाला, काशिखेरी में पर्यावरण दिवस के अवसर पर पौधारोपण से पूर्व उपस्थित हैं ब्र.कु. प्रीति बहन तथा अन्य महिलायें।



गाडरवारा-नरसिंहपुर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा विश्व तम्बाकू निषेध दिवस पर गाडरवारा रेलवे स्टेशन पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए आर.पी.एस. रेलवे स्टेशन निरीक्षक, मनोज सिंह एसआई जीआरपी थाना, लक्ष्मण झारिया, एसआई जीआरपी थाना, ब्र.कु. जानकी बहन, ब्र.कु. वंदना बहन तथा अन्य।



गेवरा-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर आयोजित पौधा रोपण कार्यक्रम में एसईसीएल गेवरा क्षेत्र के महाप्रबंधक एच.के. साहा, डॉ. वी. राम के. वर्मा, एनसीएच गेवरा क्षेत्र, नगर पालिका परिषद् की पार्षद संगीता साहू, पार्षद अंजना जायसवाल, डॉ. देवनाथ, ब्र.कु. कुसुम बहन, ब्र.कु. रचना बहन, ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. ज्योति सहित बड़ी संख्या में भाई-बहनें उपस्थित रहे।



तेंदुखेड़ा-नरसिंहपुर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'राजयोग से सुख-शांति' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में चंद्रकांत चौबे, प्राचार्य, सदगुरु वेदविद्यापीठ, विष्णु शर्मा, अनिल दुबे, रेशम विभाग इंस्पेक्टर एवं योगाचार्य, डॉ. के.एस. ठाकुर, श्रीमति सुधा राय, प्राचार्य, ब्र.कु. अर्पिता बहन आदि उपस्थित रहे।

वर्तमान समय की चुनौतियां और समाधान

अपने पास खजाने का सिर्फ उपयोग करना ही नहीं किन्तु उचित समय पर, उचित खजाने को यूज करने की कला आ जाये तो हम कैसी भी चुनौतियों को अवसर में बदल कर सफल हो सकते हैं। उसके लिए हमें हर वक्त उसे धारदार बनाना है जैसे किसी औजार को धारदार बनाया जाता है ना!

बाबा ने प्रतिदिन हम बच्चों को ज्ञान मुरलियों में अनेक रूप से चुनौतियां क्या-क्या आयेंगी, समय अनुसार उसके लिए भी सावधान किया है और कैसे उन चुनौतियों को पार करना चाहिए, उसके उपाय क्या हैं, ये उपाय भी हमें मुरलियों में स्पष्ट बताये हैं। लेकिन फिर भी वर्तमान समय के हिसाब से अगर देखा जाये तो समय बहुत तीव्रगति से आगे बढ़ रहा है। इसीलिए अंतिम समय की ओर... जैसे ये समय भाग रहा है ऐसे अनेक आत्माओं के अंतिम हिसाब-किताब भी समय से पहले खत्म होने ही चाहिए। तो इसीलिए बाबा ने हमको पहले से सावधान किया था कि 'बच्चे चारों ओर से पेपर आयेंगे' और वो चारों ओर से जो पेपर आयेंगे यही पेपर तो चुनौतियां हैं। कभी कौन-सी चुनौती सामने आयेगी, कभी कौन-सी चुनौती सामने आयेगी। इन चुनौतियों के आधार से हमें उसको पार करने की विधि जो बाबा ने बताई है, मैं विशेष उन पर अटेन्शन रखी चवाऊँगी क्योंकि ये तो जरूर है कि समय के हिसाब से हर एक की चुनौती तो अपनी-अपनी होती है। उन चुनौतियों के विस्तार में अगर हम जायेंगे तो चुनौतियों की कभी समाप्ति होनी नहीं है। किसी के पास शारीरिक हिसाब की चुनौती आती है, किसी के पास वर्तमान समय में धन की चुनौती आती है। किसी के पास मन की चुनौती आती है। क्योंकि आज मानसिक परेशानियाँ इतनी बढ़ती जा रही हैं। कई प्रकार की बीमारियाँ

और वो भी खास करके मानसिक तौर की बीमारियाँ। चाहे तन हो, मन हो, धन हो, तीनों से अलग-अलग। इसी तरह समय की अपनी चुनौती होती है, परिस्थितियों की अपनी चुनौती होती है तो इसलिए ज्ञान का प्रैक्टिकल एप्लीकेशन, जहाँ पर जो ज्ञान की बातें विशेष रूप से यूज कर सकें, उल्टा



डॉ. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

न कर दें। कभी किसी के घर में किसी व्यक्ति की टांग टूट जाये और हम कह दें कि ड्रामा बहुत कल्याणकारी है तो उल्टा हो जायेगा ना! इसे हम अंदर में ही समझ सकते हैं कि इसमें जरूर कोई कल्याण समाया होगा। और इसी भाव को लिए हुए उसकी प्यार से सेवा करें। उस सेवा से उनका हृदय पिघल सकता है। और वो बाबा कि ओर आगे आयेगा। बाकी अगर उसके मुँह पर ही कह दें कि आपकी टांग टूटी इसमें बहुत कल्याण है तो ज्ञान सुनने वाला होगा तो भी क्या कहेगा? आपका ज्ञान ऐसा

है जो सहानुभूति के बजाय और ही किसी को चोट पहुँचाये! भावार्थ ये है कि उस समय उसको आत्मरूप में देख करके आत्मा के प्रति सबसे बड़ी सम्पत्ति जो बाबा कहते हैं जो आपके पास है, वो सम्पत्ति है सहानुभूति की। उस समय उस आत्मा की प्यार से सेवा करें तो कई प्रकार के जो बंधन हैं वो समाप्त हो जायेंगे और सरलता से उनके मन में भी ये भावना जागृत होगी, जिससे वो भी पिघल जायें और देखने वाले भी पिघल जायें। इतनी सेवा तो इस दुनिया के अन्दर और कोई नहीं कर सकते। ये ब्रह्माकुमारियों का ज्ञान जो है, दिल की सेवा की भावना को जागृत करता है। तो जब आत्मिक रूप से देखेंगे, उसकी सेवा करेंगे तो कई प्रकार के बन्धन धीरे-धीरे समाप्त होते जायेंगे, क्योंकि आने वाले समय में हो सकता है यही बंधन यदि विकराल रूप लेगा तो बहुत बड़े विघ्न या चुनौती आपके सामने होगी।

इसलिए प्यार से, आत्मिक भावना से, आत्मिक वृत्ति से उसको देखते हुए, शुभभावना-शुभकामना प्रवाहित करते हुए, निःस्वार्थ भाव, बिना किसी अपेक्षा के हम सेवा करें और फिर उसका रिजल्ट देखो। इसी तरह जीवन के अन्दर कोई साइडसीन आ जाये लेकिन वो साइडसीन हमें चुनौती महसूस हो रही हो, ऐसे समय पर ड्रामा का ज्ञान यूज करो कि ये भी ड्रामा का एक हिस्सा है। और उसको समझते हुए- इसमें भी कोई कल्याण समाया हुआ है।



जबलपुर-नेपियर टाउन(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर भवताल गार्डन में आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए कैंट क्षेत्र विधायक अशोक रोहाणी। साथ हैं ब्र.कु. वर्षा बहन, ब्र.कु. प्रिया बहन, ब्र.कु. साधना बहन, जबलपुर जामदार हॉस्पिटल के डॉ. जामदार, क्षेत्र के पार्षद तथा अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे। साथ ही सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में योगाभ्यास करते हुए ब्र.कु. भाई-बहनें।



पुणे-रविवार पेठ(महा.)। आजादी के अमृत महोत्सव एवं स्थानीय ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र के रजत जयंती महोत्सव के अंतर्गत अभिनव कला भारती रंगोली ट्रेनिंग इंस्टीट्यूट में विद्यार्थियों एवं स्टाफ के लिए 'सदा खुश कैसे रहें' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. रोहिणी बहन। कार्यक्रम में सागर कुलकर्णी, चैयरमैन, अभिनव कला भारती रंगोली ट्रेनिंग इंस्टीट्यूट, चेतन धारपाले, कोषाध्यक्ष, ट्रेनिंग इंस्टीट्यूट आदि उपस्थित रहे।



नवसारी-गुज.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में योगा एक्सपर्ट साइज करते हुए शहर के लोग व ब्र.कु. भाई-बहनें।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें....

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया

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

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

सम्पर्क - M- 9414006096, 9414182088,

Email-omshantimedia@bkiiv.org

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

Website: www.omshantimedia.org

For Online Transfer

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)

ACCOUNT NO:- 30826907041

ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA

IFSC - CODE - SBIN0010638

BRANCH:- Prajapita Brahmakumaris Ishwariya

Vishwa Vidhyalya, Shantivan

Note:- After Transfer send detail on

E-Mail -omshantimedia.acct@bkiiv.org OR

Whatsapp, Telegram No:- 9414172087



नवी मुम्बई-वाशी। ब्रह्माकुमारीज के 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के अंतर्गत वाशी रेलवे स्टेशन के पास आयोजित वृक्षारोपण कार्यक्रम में ब्र.कु. शीला दीदी, स्थानिक नगरसेवक दशरथ भगत, नगरसेवक एड. भारती पाटील, मयंक जैन, सीईओ, जे.कुमार कंपनी, सम्मी सिंह, पूर्व एनसीसी ऑफिसर, कर्नल तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



आष्टा-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के शांति सरोवर सेवाकेन्द्र में आयोजित 'मानवता के लिए योग' कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कुसुम बहन, ब्र.कु. नीलिमा बहन, ब्र.कु. वंदना बहन, रमेश पिपलोदिया व अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



पन्ना-म.प्र.। डॉ. अभिषेक जैन, बीएमओ, तह सील देवेन्द्र नगर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सीता बहन, उपसेवाकेन्द्र संचालिका।



जबलपुर-नेपियर टाउन(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज एवं चेतना दर्शन मंच के संयुक्त तत्वाधान में शिव स्मृति भवन सेवाकेन्द्र में 'आध्यात्मिकता वर्तमान के विशेष संदर्भ में' विषयक संगोष्ठी में आचार्य प्रियव्रत शुक्ल, पूर्व कुलपति, महाराजा छत्रसाल विश्वविद्यालय छतरपुर म.प्र. एवं आचार्य, दर्शन विभाग रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय, ब्र.कु. वर्षा बहन, डॉ. एस.के. पांडे, शिक्षाविद् डॉ. प्रशांत कौरव, एडवोकेट विवेक रंजन पांडे, पंडित अमित शर्मा, पंडित हिमांशु शुक्ला, एडवोकेट आलोक, एडवोकेट अमोलक सिंह, राहुल कौर, ब्र.कु. भावना बहन आदि उपस्थित रहे।



सुरत-कतारगाम(गुज.)। फादर्स डे के अवसर पर वसंत गजेरा फार्म में ब्रह्माकुमारीज द्वारा पिता के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में वसंत गजेरा, मालिक, वसंत गजेरा फार्म, चिंतन वशी, कलागुरु लास्या कलावृंद, मित देसाई, तबला वादक, एनआरआई, डॉनर, गौरव पटेल, फाउंडर, रक्षक ग्रुप, रमेशचन्द्र पटेल तथा ब्र.कु. बहनें व भाई उपस्थित रहे।

ALL-IN-ONE QR

Paytm
Accepted Here

Wallet KYC NOT Required

Scan & Pay using Paytm App

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



BHIM UPI



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

अध्यात्म आचरण का हिस्सा बने

अगर मन परमात्मा में एकाग्र नहीं होता है, विकारों में अटकता है तो उसे शुष्क पांडित्य कहेंगे और ऐसी विद्वता, ऐसा पांडित्य आत्मा का कल्याण नहीं कर सकता। इसलिए जब कई लोग कहते हैं कि इनको तो पूरी गीता ही कंठस्थ है, सारे श्लोक उनको याद हैं, और लोग इन बातों से प्रभावित हो जाते हैं, ये हुई उनकी याद शक्ति, ये स्मिरिचुअल पॉवर तो नहीं हुआ ना!

अलग-अलग चिंतकों ने संसार के सनातन सत्यों के बारे में खुद चिंतन करके जो बातें बताईं मूल सत्य कौन से हैं। आत्मा के बारे में, परमात्मा के बारे में, सृष्टि चक्र के बारे में, कर्म के बारे में, जन्म के बारे में, वर्ण के चक्र के बारे में। ये जो संसार के सनातन सत्य हैं उन सत्यों पर विविध चिंतकों ने अपनी बुद्धि अनुसार, अपनी साधना की स्थिति अनुसार चिंतन करके जो बातें बताईं, जो मान्यतायें बताईं उसे हम शास्त्रयुक्त ज्ञान कहते हैं।

आत्मा की गति होती है स्मिरिचुअल पॉवर के आधार पर। इसीलिए बाबा हम बच्चों को कहते हैं कि हमें गीता शास्त्र नहीं पढ़ना है लेकिन जीवन को गीता बनाना है। बाबा के ज्ञान के आधार पर, प्रैक्टिकल प्रमाण हमारा जीवन बने, ये हमारा लक्ष्य है। इसलिए मुरली में बाबा उदाहरण भी देते हैं कि एक पंडित ने

माताओं को सिखाया कि राम-राम बोलोगे तो गंगा पार जाओगे। माताओं ने बड़ी श्रद्धा और विश्वास के साथ उस बात को ग्रहण कर लिया। जब मातायें सत्संग करके लौट रहीं थी तो उनको वापिस जाना था, तब कोई नईया नहीं थी तो उन्होंने भगवान के नाम पर ही उसको पार कर लिया। उन्होंने उस पंडित को कहा कि स्वामी जी आप भी हमारे साथ गांव चलिए। जब नदी किनारे पहुंचे तो बोले नांव कहाँ है? बोला स्वामी जी आपने ही तो सिखाया था कि राम-राम कहो तो पार हो जाओगे तो नईया क्यों मांग रहे हो? क्योंकि उनके पास सिर्फ पांडित्य थी, मान्यतायें थी। लेकिन माताओं के पास प्रैक्टिकल में वो विश्वास, श्रद्धा और निश्चय था जिसके बल से वो पार हो गईं। तो इसी रीति हम सभी बाबा के बच्चों का लक्ष्य है कि बाबा जो हम बच्चों को कहते हैं उसे रोज ब रोज के व्यवहारिक जीवन में धारण करना है। हमें बाबा की ज्ञान की बातों से केवल बुद्धि की झोली नहीं भरनी है लेकिन बुद्धि को भरने के बाद उसे हमें कर्म में लाना है, अभ्यास में लाना है और अनुभव की स्थिति को प्राप्त करना है। जैसे हम भोजन करते हैं, पेट में भरते हैं लेकिन अगर हम उसको डायजेस्ट नहीं करते हैं तो वो भोजन ब्लड और एनर्जी में कन्वर्ट (परिवर्तन) नहीं होता। हमें उस भोजन से शक्ति तब मिलेगी, उससे ब्लड तब मिलेगा जब वो डायजेस्ट होगा। इस प्रकार बाबा हम बच्चों को जो सत्य ज्ञान देते हैं उस सत्य ज्ञान की शक्ति का अनुभव हमें तब हो सकता है जब हम उसे अभ्यास में लायें। इसलिए सबसे पहले बाबा के ज्ञान को प्राप्त करने के बाद हमें अन्तर्मुखी बनकर विवेक से उस ज्ञान को समझना है।



नवी मुम्बई-वाशी। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर नवी मुम्बई महानगरपालिका एवं ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वाधान में महानगरपालिका के सिडको एग्जिबिशन सेंटर में आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शीला दीदी, विधायक बहन मंदा म्हात्रे, आर्ट ऑफ लिविंग गुरु परसी ब्रदर, अपर आयुक्त बहन सुजाता ढोले, उपायुक्त चंद्रकांत तायडे, उपायुक्त जयदीप पवार, उपायुक्त चाबूस्कवार तथा अन्य गणमान्य लोग।



मुम्बई-भांडुप-प. ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं बायें से डॉ. राम शिंदे, एड. सुनील सालुंखे, रविन्द्र काले, पूर्व डिप्टी एजुकेशन ऑफिसर, बीएमसी तथा ब्र.कु. छाया बहन, राजयोग शिक्षिका।



बाँटवा-गुज. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज एवं नगरपालिका, बाँटवा के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम में नगरपालिका के प्रेजिडेंट रंजीत वाघेर, नगरपालिका के वाइस प्रेजिडेंट राजू भाई, भारतीय जनता पार्टी के सेक्रेटरी सुनील जी, पुलिस सब इंस्पेक्टर विजया चावड़ा, योग ग्रुप के प्रेजिडेंट घनश्याम जी, गवर्नमेंट हाई स्कूल के प्राचार्य सुवा जी, नगरपालिका के पूर्व अध्यक्ष राम जी, आंगनवाड़ी केन्द्र की आचार्य अरुणा जी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मधु तथा शहर के अन्य प्रतिष्ठित लोग उपस्थित रहे।

पुणे-रविवार पेठ (महा.) ब्रह्माकुमारीज द्वारा पुणे सिटी पोस्ट ऑफिस में आयोजित 'अलविदा तनाव' कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रोहिणी बहन। कार्यक्रम में भोसले सर, चीफ पोस्ट ऑफिसर, सिटी पोस्ट ऑफिस पुणे तथा सभी पोस्टल ऑफिसर्स उपस्थित रहे।



बिलासपुर-टिकरापारा (छ.ग.) 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर बहतराई इंडोर स्टेडियम में आयोजित जिला स्तरीय योगाभ्यास कार्यक्रम का संचालन योग आयोग की पूर्व सदस्या एवं ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. मंजू दीदी ने किया। योग प्रशिक्षक ब्र.कु. नीता बहन, प्रीति बहन, आर्ट ऑफ लिविंग के प्रोतपाल सिंह, योग आयोग से लिली ठाकुर, त्रिलोक नागेश तथा पतंजलि से बालगोविंद अग्रवाल ने राजयोग मॉडिफेशन एवं शारीरिक योगाभ्यास कराया। इस मौके पर महिला एवं बाल कल्याण संसदीय सचिव श्रीमति रश्मि आशीष सिंह, बेलतरा विधायक रजनीश सिंह, जिला पंचायत अध्यक्ष अरुण सिंह चौहान, जिला सहकारी बैंक के अध्यक्ष प्रमोद नायक, आई.जी. रतन लाल डांगी, कलेक्टर डॉ. सारांश मिश्र, जिला पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी हरीश एस, एसडीएम श्रीमति जयश्री जैन, नगर निगम कमिश्नर अजय त्रिपाठी, एसडीएम तुलाराम भारद्वाज, जिला शिक्षा अधिकारी, समाज कल्याण विभाग के अधिकारी सहित अन्य विभागीय अधिकारी, स्कूली बच्चे, विभिन्न योग संस्थाओं के प्रतिनिधि व अन्य गणमान्य नागरिक मौजूद रहे।



व्यारा-बाजीपुरा (गुज.) ब्रह्माकुमारीज के ग्राम विकास प्रभाग द्वारा 'आत्मनिर्भर किसान' अभियान के उद्घाटन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलन के पश्चात् उपस्थित हैं मामलतदार दीपक भाई, तालुका प्रमुख जशु बहन, ब्र.कु. विनु भाई, कृषि विज्ञान के साइंटिस्ट पंड्या साहब, ब्र.कु. अरुणा बहन, ब्र.कु. प्रीति बहन तथा ब्र.कु. दीपा बहन।



मुम्बई-डोंबिवली। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस एवं 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के अंतर्गत रेलवे प्रोटेक्शन स्पेशल फोर्स ग्राउण्ड, ठाकुरली में आयोजित कार्यक्रम में बायें से श्रीमति रूपाली शैवाले, पर्यावरण दक्षता मंडल, डॉ. निखिल सासने, डॉस थैरेपिस्ट, राजयोगिनी ब्र.कु. शकु दीदी, संचालिका, स्थानीय सेवाकेन्द्र, संजय पीसे, आर.पी.एस.एफ. कर्माडिंग ऑफिसर, शिक्षण महर्षि केशव भोईर, ट्रस्टी, गामदेवी विद्यामंदिर, बाऊसर जी, वरिष्ठ योग प्रशिक्षक तथा पांडे जी, आर.पी.एस.एफ. सीनियर ऑफिसर।



बेंगलुरु-गोड्रीगैरे (कर्नाटक) आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज एवं भारतीय योग संस्थान के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित 8वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में 650 से अधिक भाई-बहनों ने भाग लेकर लाभ लिया।



आमगांव बड़ा-करेली (म.प्र.) ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. वर्षा बहन, सरपंच श्रीमति निमिषा नामदेव, योग प्रशिक्षक विवेक खत्री तथा अन्य।



व्यारा-गुज. तहसील के एजुकेशन अधिकारी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. दीपा बहन।

स्वास्थ्य

मूंग-चना खाएं, तन-मन को सफूर्त बनाएं

दालों में सबसे अच्छी दाल है मूंग दाल। मूंग दाल खाने के फायदे बहुत हैं। इसमें विटामिन ए, बी, सी, डी और ई प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। इसके अलावा मूंग दाल में आयरन, कैल्शियम, पोटैशियम आदि जैसे मिनरल्स भी अच्छी मात्रा में होते हैं। और इसके साथ-साथ काला चना भी कोई कम नहीं। आप सभी को मालूम होगा कि घोड़े को काला चना ही खिलाया जाता है। घोड़े को बहुत फूर्तिला पशु कहा जाता है। काला चना बाँड़ी में ऊर्जा पैदा करता है। इसमें आयरन, फोलेट, कॉपर, मैंगनीज, थियामिन, मैग्नीशियम व फॉस्फोरस पोषक तत्व पाए जाते हैं। अगर इनको अंकुरित किया जाये तो इनकी गुणवत्ता और भी बढ़ जाती है। तो इसीलिए हमें इन्हें अपनी डाइट में शामिल जरूर करना चाहिए। तो अब जानते हैं इनसे होने वाले फायदों के बारे में...

रक्त परिसंचरण को बढ़ाता

अंकुरित मूंग में लोहे और तांबे की महत्वपूर्ण मात्रा होती है जो लाल रक्त कोशिका की गिनती को बनाए रखकर आपके रक्त परिसंचरण को बढ़ाने में मदद करते हैं। यह आगे उनके प्रदर्शन को अनुकूलित करने के लिए विभिन्न अंगों और कोशिकाओं को ऑक्सीजन की आपूर्ति करने में मदद करता है। एक स्वस्थ रक्त की आपूर्ति बाल विकास के लिए एक अच्छा उत्तेजक है। यह नई रक्त वाहिकाओं को उत्पन्न करने में मदद करता है और खोपड़ी और रोम का परिसंचरण बढ़ाता है।

पाचन में मदद

स्पाउट्स में जीवित एंजाइमों की असामान्य रूप से उच्च मात्रा में होती है। ये एंजाइम आगे आपकी चयापचय प्रक्रियाओं को बढ़ाने और शरीर के भीतर रासायनिक प्रतिक्रियाओं को बेहतर बनाने में मदद करते हैं। स्पाउट्स में बहुत अधिक आहार फाइबर होता है। जो पाचन को नियंत्रित करता है। मूल रूप से, फाइबर मल को ऊपर उठाता है, जिससे पाचन तंत्र से गुजरना आसान हो जाता है।

इन्फेक्शन से बचाता

मूंग की दाल में ऐसे गुण पाए जाते हैं जो बाँड़ी की इम्यूनिटी को मजबूत बनाकर कई सारी बिमारियों से लड़ने में मददगार हैं। इसमें एंटी-इन्फ्लेमेट्री प्रॉपर्टीज पाई जाती है, जो बाँड़ी की एंटी माइक्रोबियल और इम्यूनिटी को बूस्ट करता है।

कब्ज से दिलाये छुटकारा

मूंग की दाल के अंकुरित में फाइबर ज़्यादा मात्रा में होता है। जिससे पाचन तंत्र दुरुस्त रहता है और कब्ज जैसी समस्याओं से छुटकारा मिलता है।

बैलेंस डाइट

अगर आप वेजिटेरियन हैं तो आपको अंकुरित मूंग की दाल का सेवन जरूर करना चाहिए। इससे शरीर में जरूरी न्यूट्रीएंट्स की सप्लाई होती है और शरीर मजबूत बनता है। शाकाहारी लोगों के लिए अंकुरित मूंग दाल से बढ़िया और कोई आहार नहीं है। यह आसानी से पच भी



जाता है।

बाँड़ी को करता डिटॉक्स

अंकुरित मूंग दाल को खाने से शरीर की अंदरूनी सफाई हो जाती है और बाँड़ी से जहरीले पदार्थ बाहर निकल जाते हैं। जिससे स्किन चमकदार बनने लगती है और पूरा शरीर स्वस्थ बना रहता है।

अंकुरित चने के फायदे

1 बलवर्धक : अंकुरित चना बलवर्धक होता है। नित्य इसका सेवन करने से शरीर पुष्ट और बलवान होता है।

2 खून की कमी : शरीर में खून की कमी होने पर अंकुरित चने खाएं। इसमें शरीर को काफी मात्रा में आयरन मिलता है जो खून की कमी को पूरा करता है और एनीमिया जैसी समस्या को भी दूर करता है।

3 बार-बार पेशाब आना : जिन लोगों को बार-बार पेशाब आने की समस्या होती है उन्हें अंकुरित चने के साथ गुड़ का सेवन करना चाहिए।

4 घबराहट या बेचैनी : लगभग 50 ग्राम चना और 25 दाने किशमिश को रोजाना रात में पानी में भिगोकर रख दें।

सुबह खाली पेट चने और किशमिश खाने से घबराहट दूर हो जाती है।

5 वमन(उल्टी) : चनों को रात को पानी में भिगोकर रख दें। सुबह इसका पानी पी लें। अगर किसी गर्भवती औरत को उल्टी हो रही हो तो भूने हुए चने का सत्तु बनाकर पिलायें।

6 भूख अधिक लगना : चने को पानी में भिगोकर रातभर रख दें। सुबह इसका पानी पीने से बार-बार भूख लगना बंद हो जायेगा।

7 चेहरे की झाँड़ के लिए : 2 बड़े चम्मच चने की दाल को आधा कप दूध में रात को भिगोकर रख दें। सुबह दाल को पीसकर उसी दूध में मिला लें। फिर इसमें एक चुटकी हल्दी और 6 बूंद नींबू की मिलाकर चेहरे पर लगाकर रखें। सूखने पर चेहरे को गुनगुने पानी से धो लें। इस पैक को सप्ताह में तीन बार लगाने से चेहरे की झाँड़ियाँ दूर हो जाती हैं।

अंकुरित मूंग दाल व चना खाने के नुकसान

अंकुरित मूंग दाल व चना को कच्चा खाने से किसी-किसी को गैस बन जाती है। तो जिनको ये प्रॉब्लम होती है तो वो इसे कच्चा न खाकर थोड़ा-सा पका कर खायें। जिससे इसके पोषक तत्व भी खत्म न हों और प्रॉब्लम भी न हो। इसे दो दिन से ज़्यादा न रखें। नहीं तो ये नुकसान पहुँचा सकता है।



जबलपुर-नेपियर टाउन(म.प्र.)। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग द्वारा आयोजित 'आत्मनिर्भर किसान अभियान' के कार्यक्रम में ब्र.कु. भावना दीदी, के.के. अग्रवाल,संभागीय अध्यक्ष,भारत कृषक समाज, डॉ. ब्रजेश अरजरिया,बोर्ड मेम्बर एवं कृषि सलाहकार, ब्र.कु. वर्षा बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



ग्वालियर-लशकर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा पुराना हाई कोर्ट लेन स्थित संगम भवन सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. प्रकाश भाई,भोपाल, ब्र.कु. प्रसाद भाई, लशकर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श बहन, ब्र.कु. डॉ. गुरचरण भाई, ब्र.कु. प्रहलाद भाई आदि उपस्थित रहे।



नरसिंहपुर-म.प्र. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के दिव्य संस्कार भवन सेवाकेन्द्र में आयोजित 'मानवता के लिए योग' कार्यक्रम में योगाचार्य देवेन्द्र पटेल,सचिव,आई.एन.ओ., ब्र.कु. किरण बहन, ब्र.कु. अंजना बहन, ब्र.कु. विनीता बहन, ब्र.कु. मुकेश नेमा तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



मुम्बई-गोराई(बोरिवली वे.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. पारुल बहन, योगा टीचर प्रिया म्हात्रे तथा अन्य बहनें।



नवी मुम्बई-वाशी। ब्रह्माकुमारीज के 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के अंतर्गत वाशी गार्डन में आयोजित वृक्षारोपण कार्यक्रम में ब्र.कु. शोला दीदी, एड. रमेश त्रिपाठी,प्रेसिडेंट,नवी मुम्बई आय काँग्रेस, जायसवाल जी,जर्मन कंपनी मैनेजर, आनंद सौन्दर,पूर्व चीफ मैनेजर,एसबीआई, केरकर जी, पवार जी,आई.टी. इंजीनियर आदि उपस्थित रहे।



राजगढ़-म.प्र. ब्रह्माकुमारीज के शिव वरदान भवन में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्रह्माकुमारीज की जिला प्रभारी ब्र.कु. मधु दीदी, जिला प्रौढ़ शिक्षा अधिकारी के.एन. गुप्ता, पी.डब्ल्यू.डी. के एस.डी.ओ. शिव कुमार वर्मा, रिटा. बैंक मैनेजर अरविंद सक्सेना, बी.एस. राठौर, ब्र.कु. सुरेखा बहन तथा ब्र.कु. कविता बहन।



मंदसौर-म.प्र. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के आत्म कल्याण भवन में आयोजित 'योग द्वारा सम्बंधों में मधुरता' कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए दशपुर योग संस्थान के संस्थापक योग गुरु सुरेंद्र जैन, पतंजलि योगपीठ मंदसौर के संस्थापक बंसीलाल टाक, जिला आयुर्वेद चिकित्सालय से डॉ. रश्मि मौर्य, रतलाम सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सविता बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. श्यामा बहन, ब्र.कु. हेमलता बहन, ब्र.कु. शीतल बहन तथा अन्य।



पूर्णा-परभणी(महा.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा आंगनवाड़ी सेविकाओं के लिए आयोजित सम्मेलन में दीप प्रज्वलित करते हुए विद्या भालेराव, एस.एस. महाजन, विस्तार अधिकारी भोसले मैडम, ब्र.कु. प्रणिता बहन, गगड मैडम, श्रीमति मनीषा काळे, बालिका कुर्हे तथा ब्र.कु. सोनल बहन।



ज्ञान की पॉवर ऐसी है...

कहाँ पहुँचती हैं? कहाँ पहुँचती हैं? उस सॉल को पहुँचती हैं जो आगे किसी माँ के गर्भ में एंटर (प्रवेश) हो चुकी है। और ये सारी थॉट्स, ये सारी सोच जब उस बच्चे को पहुँचती है तो गर्भ के अन्दर वो बच्चा क्या होता है, बहुत दुःखी होता है, बहुत परेशान होता है। उस माँ को बड़ी तकलीफ होती है। अन्दर माँ के गर्भ में उस आत्मा का शरीर बन रहा है। और हम उसे इतनी दर्द की,

दुःख की, निगेटिव एनर्जी दे रहे हैं। उस बहन ने फर्स्ट एपिसोड देखा। कहती मुझे अच्छा लगा और मैंने रोज़ देखना शुरू किया। चार ही दिन देखा था, सिर्फ चार दिन और सिर्फ बीस मिनट। पाँचवें दिन उसके 21 साल के बेटे की एक्सीडेंट में मौत हो गई, और उस दिन उसने क्या कहा कि जैसे ही मुझे फोन आया और मुझे ये बात पता चली तो मेरी जो फर्स्ट थॉट थी वो ये थी कि मैं खुद या अपने परिवार को मेरे बेटे को दर्द देने नहीं दूंगी। न मैं खुद रोऊंगी और न मैं अपने घर में किसी को रोने दूंगी। जो उसको याद करेगा, प्यार से याद करेगा। परमात्मा को कनेक्ट करके शांति और शक्ति भेजेगा। रोके कोई याद नहीं करेगा ये उसकी फर्स्ट थॉट थी।

जब उसको वो बात पता चली फिर उस

बहन ने क्या किया सेंटर पर कॉन्टेक्ट किया। सेंटर से बहनों को घर पर बुलाया और कहा कि 7 दिन आप हमारे घर पर इतना मेडिटेशन करो, ऐसा वातावरण क्रियेट करो कि हमारे घर पर जो भी आए, वो शांत हो जाये, एकाग्र हो जाये रोना नहीं चाहिए कोई, और उन्होंने किया। एक माँ को बेटा याद नहीं आयेगा, ये हो नहीं सकता। मिस नहीं करेगी ये हो नहीं सकता लेकिन एक है याद दर्द में, और दूसरी याद शांति, शक्ति और प्यार में। दो बातों में फर्क है।

इतनी पॉवर है हमारे अन्दर कि हम जीवन की सबसे बड़ी बात जिसके लिए दुनिया कहे कि नैचुरल है कि अगर ऐसा कुछ पता चलेगा तो क्या होगा? नैचुरल की परिभाषा हमारी बहुत अलग है लेकिन अगर ज्ञान समझ में आ जाये कि हमारे रोने से और हमारे अन्दर उस तरह से सोचने से उस आत्मा को दर्द मिलता है, उस आत्मा को दुःख मिलता है तो वो आत्मा पीछे की तरफ खींचती है। वो आत्मा अपनी आगे की जर्नी पर सेट नहीं हो पाती है। जब इतना सब समझ में आ जाता है तो सही सोचना बहुत इजी होता है... बहुत इजी होता है। और तब हमें ये पता चलता है कि हमारे अन्दर इतनी शक्ति है कि हमारे जीवन में कोई भी बात आ जाये एंड कोई भी मतलब कोई भी। तब हम उसका आसानी से सामना कर सकते हैं।



रीवा-झिरिया (म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज की प्रथम मुख्य संचालिका मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उन्हें माल्यापण करते हुए पंच मठ आश्रम के महंत ब्रह्मचारी श्री विजय शंकर महाराज एवं ब्रह्मचारी श्री गौरव जी। साथ हैं ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी।



पुणे-रविवार पेठ (महा.)। स्थानीय ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र के रजत जयंती महोत्सव के निमित्त अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज एवं पुणे महानगरपालिका द्वारा भवानी पेठ क्षेत्रीय कार्यालय में आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. रोहिणी बहन, गणेश सोनुने, सह महापालिका आयुक्त भवानी पेठ क्षेत्रीय कार्यालय पुणे तथा सभी अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।



गाडरवारा-नरसिंहपुर (म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में समाजसेवी मिनेंद्र डागा, महेश्वरी समाज के अध्यक्ष संदीप पालोटा, मुस्लिम समाज के अध्यक्ष अबरार भाई, गायत्री परिवार से बी.एस. वर्मा, शर्मा डेरी से संतोष शर्मा, ब्र.कु. जानकी बहन, आचार्य रामदेव संस्थान से आये पंडित मनोज द्विवेदी तथा उनके सहयोगी व अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



कामठी-महा. ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रेमलता दीदी तथा बड़ी संख्या में अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों ने राजयोग मेडिटेशन एवं शारीरिक योग का अभ्यास किया।



भाटापारा-छ.ग. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर मॉडर्न इंग्लिश स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए स्कूल की प्रिंसिपल प्रीति तांबरे, ब्र.कु. मंजू बहन, ब्र.कु. अनमोल बहन, ब्र.कु. रामेश्वरी बहन तथा अन्य।



सूरत-कतारगाम (गुज.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर कतारगाम पुलिस स्टेशन में कर्मचारियों को 'योग और राजयोग का समन्वय' विषय के अंतर्गत योग एवं एक्सरसाइज कराने के पश्चात् राजयोग मेडिटेशन के द्वारा गहरी शांति की अनुभूति कराई गई।

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

एक बहन माउण्ट आबू आई। वो विदेश में रहती है। दो मिनट के लिए वो मिली और जब उसने अपना अनुभव सुनाया तो मुझे लगा कि देखो ज्ञान में कितनी पॉवर है। उसने कहा मैंने एक दिन ऐसे ही टीवी देखा, प्रोग्राम देखा तो अच्छा लगा। पहले दिन उसने जो एपिसोड देखा फर्स्ट टाइम, फर्स्ट डे। एपिसोड ये था कि अगर आपकी फैमिली में किसी की डैथ (मृत्यु) होती है और वो आत्मा अपनी जर्नी पर आगे जाती है तो आपको उसको कैसे याद करना है। क्योंकि याद तो आयेगी, हमेशा आयेगी। लेकिन अगर आप रोके याद करेंगे, दुःखी होकर याद करेंगे, ये सोचकर याद करेंगे कि आप चले गए, आपके बिना मेरा कैसा होगा, वापिस आ जाओ, मुझे कैसे छोड़कर चले गए तो ये सारे थॉट्स, ये सारे वायब्रेशन्स



वडोदरा-अटलादरा (गुज.)। ब्रह्माकुमारीज के ग्राम विकास प्रभाग द्वारा स्थानीय सेवाकेन्द्र, वडोदरा जिला खेती नियामक तथा आत्मा प्रोजेक्ट के अधिकारियों के संयुक्त तत्वाधान में स्थानीय सेवाकेन्द्र पर 'आत्मनिर्भर किसान अभियान' के कार्यक्रम में कलेक्टर ए.बी. गोर, आईएस एवं खेती विषयक विशेषज्ञ, ब्र.कु. तुषि बहन, नेशनल कोऑर्डिनेटर, कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग, सूरत, डॉ. अजय भाई रांका, सीईओ, जायडेक्स कंपनी, जिला पंचायत प्रमुख अशोक भाई पटेल, खेतीबाड़ी अधिकारी जिला पंचायत नितिन भाई वसावा, आत्मा प्रोजेक्ट के डायरेक्टर जितेंद्र भाई चालें, नाबार्ड बैंक के रीजनल मैनेजर राजेश भाई दवे, गुजरात राज्य खेडुत समाज के चेयरमैन बिपिनचन्द्र पटेल तथा अन्य गणमान्य लोगों सहित ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



उज्जैन-ऋषि नगर। ब्रह्माकुमारीज के शिव दर्शन धाम सेवाकेन्द्र में 'नशा निवारण दिवस' के अवसर पर नशा मुक्ति हेतु प्रदर्शनी लगाई गई। करीब 100 लोगों ने प्रदर्शनी का लाभ लिया। इस मौके पर ब्र.कु. मंजू बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



बिजावर-म.प्र. ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'दया एवं करुणा के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण' वार्षिक थीम के अंतर्गत अधिवक्ता संघ में जज एवं वकीलों के लिए कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान ब्र.कु. कीर्तिराज, मा.आबू, ब्र.कु. कल्पना बहन, अपर सत्र न्यायाधीश निशा गुप्ता, अपर सत्र न्यायाधीश रूपेश गुप्ता, अपर सत्र न्यायाधीश मनोज शर्मा, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्राची बहन, ब्र.कु. शिल्पा बहन तथा अधिवक्ता संघ के सभी अधिवक्ता उपस्थित रहे।



अहमदाबाद-लोटेस हाउस। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. डॉ. प्रेम मर्सद, माउण्ट आबू ने 'बीमारी से स्वास्थ्य की ओर' विषय पर अपने विचार रखते हुए एक्सरसाइज कराई। योगा टीचर छाया झालटे बहन ने सभी को योगा सिखाया। इस मौके पर मुकेश भाई पटेल, डिप्टी एस्टेट डेवलपमेंट ऑफिसर, योगा ट्रेनर्स, डायटीशियन्स, स्कूल के प्रिंसिपल्स तथा ब्र.कु. भाई-बहनों सहित 400 लोग शामिल हुए।



पुणे-पिंपरी (महा.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में योगा टीचर कल्पना देशमुख, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुरेखा बहन तथा अन्य भाई-बहनें राजयोग मेडिटेशन व योगा प्राणायाम का अभ्यास करते हुए।



अमलापुरम-आ.प्र. ब्रह्माकुमारीज द्वारा नेशनल डॉक्टर्स डे के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. अनंत लक्ष्मी गरु, एम.एस. इन जनरल सर्जन, डॉ. रेखा गरु, एम.डी., डॉ. वेंकटपति राजू गरु, एम.डी., डॉ. श्रीमन्नारायण गरु, एम.डी. पेड., ब्र.कु. श्रीदेवी बहन तथा ब्र.कु. स्वरूपा बहन।

परमात्म ऊर्जा



तुम हरेक बच्चे को पुरुषार्थ करना है तख्तनशीन बनने का न कि तख्तनशीन के आगे रहने का। तख्तनशीन तब बनेंगे जब अब समीप बनेंगे। जितना जो समीप होगा उतना समानता में रहेगा। तुम बच्चों के नैनों को कोई देखे तो उनको मुक्ति-जीवनमुक्ति का रास्ता दिखाई दे। ऐसा नयनों में जादू हो। तो आपके नैन कितनी सेवा करेंगे! नैन भी सर्विस करेंगे तो मस्तिष्क भी सर्विस करेगा। मस्तिष्क क्या दिखाता है, आत्माओं को? बाप। आपके मस्तिष्क से बाप का परिचय हो ऐसी सर्विस करनी है। तब समीप सितारे बनेंगे। जैसे साकार में बाप को देखा मस्तक और नैन सर्विस करते थे। मस्तिष्क में ज्योति बिंदु रहता था, नैनों में तेज त्रिमूर्ति के याद का। ऐसे समान बनना है। समान बनने से ही समीप बनेंगे। जब आप स्वयं ऐसी स्थिति में रहेंगे तो माया क्या करेगी, माया स्वयं खत्म हो जायेगी। तुम बच्चों को रेग्यूलर बनना है। बापदादा रेग्यूलर किसको कहते हैं?

रेग्यूलर उनको कहा जाता है जो सुबह से लेकर रात तक जो कर्तव्य करता है वह श्रीमत के प्रमाण करता है। सब में रेग्यूलर। संकल्प में, वाणी में, कर्म में, चलने में, सोने में, सबमें रेग्यूलर। रेग्यूलर चीज अच्छी होती है। जितना जो रेग्यूलर होता है उतना दूसरों की सर्विस कर सकता है। सर्विसएबुल अर्थात् एक संकल्प भी सर्विस के सिवाए न जाए। ऐसे सर्विसएबुल और कोई सबूत बना सकते हैं। सर्विस केवल मुख की ही नहीं लेकिन सर्व कर्मेंद्रियां सर्विस करने में तत्पर हों। जैसे मुख बिजी होता है वैसे मस्तिष्क, नैन सर्विस में बिजी हो। सर्व प्रकार की सर्विस कर सर्विस का सबूत निकालना है। एक प्रकार की सर्विस से सबूत नहीं निकलता सिर्फ सराहना करते हैं। चाहिए सबूत, तो सबूत देने के लिए सर्व प्रकार की सर्विस में सदा तत्पर रहना है। सर्विसएबुल जितना होगा वैसा आप समान बनाएगा। फिर बाप समान बनाएगा।



कोहिमा-नागालैंड। अंतर्राष्ट्रीय नशा निरोधक दिवस के अवसर पर कोहिमा पुलिस हेडक्वार्टर में ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. विकास अग्रवाल, नारकोटिक्स स्पेशलिस्ट, दिल्ली तथा रिटा. कर्नल विकास चौहान, जबलपुर ऑनलाइन शामिल हुए। इस मौके पर ब्र.कु. रूपा बहन, सेवाकेन्द्र संचालिका, कोहिमा तथा नागालैंड के अन्य क्षेत्रों की संचालिका, पी.बेदंगचुबा जमीर, एनपीएस, एसपी कोहिमा तथा अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।



छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा राष्ट्रीय चिकित्सा दिवस के अवसर पर 'फेमिली डॉक्टर ऑन द फ्रंट लाइन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए बाल्य एवं शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. हृदयेश खरे, सिविल सर्जन डॉ. जी.एल. अहिरवार, जनरल सर्जन डॉ. सुनील चौरसिया, शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. त्रिषि द्विवेदी, छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन, ब्र.कु. रमा बहन तथा ब्र.कु. माधुरी बहन।

कथा सरिता

एक बार की बात है, चुनीलाल नाम का एक व्यक्ति था। उसने पैसे कमाने के लिए बहुत से प्रयास किये जैसे कभी चूड़ियां बेचीं, कभी खिलौने बेचे और कभी सब्जियां बेची लेकिन उसका कोई भी काम नहीं चला। फिर उसने गोलगप्पे बेचने का सोचा और स्कूल के सामने जाकर गोलगप्पे बेचने लगा। जैसे ही स्कूल की छुट्टी होती थी तो बहुत से छोटे बच्चे उसके ठेले पर आते और गोलगप्पे खाते थे।

वह गोलगप्पे बेचते हुए बच्चों से बात

से पूछा यह सोने की चैन तुम्हें किसने दी।

रवि ने उसको बता

दिया यह चैन उसको उसकी मम्मी ने दी है। चुनीलाल रवि की सोने की चैन देख कर लालच में आ गया। उसने उस दिन उसको बहुत सारे गोलगप्पे खिलाए। जब रवि उसको गोलगप्पे के 20 रूप देने लगा तो चुनीलाल बोला तुमने 100 रूप के गोलगप्पे खाये हैं। रवि बोला मेरे पास तो इतने ही रूपए हैं। यह सुनकर चुनीलाल बोला कोई नहीं तुम यह अपनी सोने की चैन मुझे दे दो।

रवि को सोने की चैन की कीमत का



बुरे काम का बुरा नतीजा

करता और उनके बारे में जान लेता था। रवि नाम का एक स्कूल का बच्चा जिसको गोलगप्पे खाने का बहुत शौक था। वह स्कूल की छुट्टी होने पर रोज उसके पास आकर गोलगप्पे खाता था। वह रवि से बात करता और उसके घर के बारे में पूछता था। एक दिन उसने रवि के गले में सोने की चैन देखी तो चुनीलाल ने रवि

पता नहीं था। उसने वह चैन उतार कर चुनीलाल को दे दी। अगले दिन जब रवि को स्कूल की छुट्टी हुई तो रवि घर जाने लगा यह देखकर चुनीलाल ने उसको गोलगप्पे खाने को बोला। रवि ने बताया कि उसके पास पैसे नहीं हैं, उसको उसकी मम्मी ने पैसे नहीं दिए। यह सुनकर चुनीलाल रवि को भड़काने लगा और

बोला कि अगर तुम्हारी मम्मी तुमको पैसे नहीं देती तो तुम अपने घर से पैसे चुरा सकते हो जिससे तुम जितने चाहो उतने गोलगप्पे खा सकते हो।

रवि के कोमल मन में यह बात बैठ गयी और उसने अपने घर में चोरी करने की सोची। रवि अगले दिन घर की अलमारी में रखे हुए पैसे चुराने लगा तभी उसकी मम्मी आ गयी और उसने रवि को पैसे चुराते हुए देख लिया। रवि की मम्मी ने उसको डाँटा तो उसने बताया चुनीलाल गोलगप्पे वाले ने उसको चोरी करने को बोला था। सोने की चैन के बारे में भी उसने अपनी मम्मी को बताया जिसे चुनीलाल ने ले लिया था।

यह सुनकर रवि की मम्मी हैरान हो गयी और उसने चुनीलाल को रंगे हाथों पकड़ने की सोचा। अगले दिन रवि स्कूल की छुट्टी होने पर चुनीलाल के पास पहुंचा तब चुनीलाल ने उससे पूछा कि क्या उसने घर में चोरी की तब रवि ने उसको बोला कि उसने चोरी की और उसको 2000 का नोट दिखाया जो चुनीलाल ने ले लिया और उसको गोलगप्पे देने लगा तभी रवि की मम्मी वहाँ आ गयी और उसने चुनीलाल को रंगे हाथों पकड़ लिया।

चुनीलाल बहुत डर गया उसने रवि की मम्मी को बोला कि वह पैसे और सोने की चैन लौटा देगा लेकिन रवि की मम्मी ने उसको पुलिस के पास दे दिया जिससे वह और किसी बच्चे के साथ ऐसा न कर सके।

शिक्षा : इस कहानी से हमें यह शिक्षा मिलती है कि हमें लालच नहीं करना चाहिए और बुरे काम का नतीजा बुरा ही होता है।

एक समय की बात है। एक गाँव में एक मूर्तिकार रहता था। मूर्तिकला के प्रति अत्यधिक प्रेम के कारण उसने अपना सम्पूर्ण जीवन मूर्तिकला को समर्पित कर दिया। फलतः वह इतना पारंगत हो गया कि उसकी बनाई हर मूर्ति जीवंत प्रतीत होती थी।

उसकी मूर्तियों को देखने वाला उसकी कला की भूरी-भूरी प्रशंसा करता था। उसके गाँव में ही नहीं, बल्कि उसकी कला के चर्चे दूर-दूर के नगर और गाँव में होने लगे थे। ऐसी स्थिति में जैसा सामान्यतः होता है, वैसे ही मूर्तिकार के साथ भी हुआ। उसके भीतर अहंकार की भावना जागृत हो गई। वह स्वयं को सर्वश्रेष्ठ मूर्तिकार मानने लगा।

उम्र बढ़ने के साथ जब

उसका अंत समय निकट आने लगा, तो वह मृत्यु से बचने की युक्ति सोचने लगा। वह किसी भी तरह स्वयं को यमदूत की दृष्टि से बचाना चाहता था ताकि वह उसके प्राण न हर सके। अंततः उसे एक युक्ति सूझ ही गई। उसने अपनी बेमिसाल मूर्तिकला का प्रदर्शन करते हुए 10

मूर्तियों का निर्माण किया। वे सभी मूर्तियां दिखने में हूबहू उसके समान थीं। निर्मित होने के पश्चात् सभी मूर्तियां इतनी जीवंत प्रतीत होने लगी कि मूर्तियों और मूर्तिकार में कोई अंतर ही ना रहा।

मूर्तिकार उन मूर्तियों के मध्य जाकर बैठ गया। युक्तनुसार यमदूत का उसे इन मूर्तियों के मध्य पहचान पाना असंभव था। उसकी युक्ति कारगर भी सिद्ध हुई। जब यमदूत उसके प्राण हरने आया तो ग्यारह एक जैसी मूर्तियों को देख चकित

विरुद्ध जाना। प्रकृति के नियम के अनुसार मूर्तिकार का अंत समय आ चुका था। मूर्तिकार की पहचान करने के लिए यमदूत हर मूर्ति को तोड़ कर देख सकता था। किंतु वह कला का अपमान नहीं करना चाहता था। इसलिए इस समस्या का उसने एक अलग ही तोड़ निकाला।

उसे मूर्तिकार के अहंकार का बोध था। अतः उसके अहंकार पर चोट करते हुए वह बोला, “वास्तव में सब मूर्तियां कलात्मकता और सौंदर्य का अद्भुत संगम है किंतु मूर्तिकार एक त्रुटि कर बैठा। यदि वो मेरे सम्मुख होता, तो मैं उसे उस त्रुटि से अवगत करा पाता।”

अपनी मूर्ति में त्रुटि की बात सुन अहंकारी मूर्तिकार का अहंकार जाग गया। उससे रहा नहीं गया और झट से अपने स्थान से उठ बैठा और यमदूत से बोला, “त्रुटि? असंभव! मेरी बनाई मूर्तियां सर्वदा त्रुटिहीन होती हैं।” यमदूत की युक्ति काम कर चुकी थी। उसने मूर्तिकार को पकड़ लिया और बोला, “बेजान मूर्तियां

बोला नहीं करती और तुम बोल पड़े। यही तुम्हारी त्रुटि है कि अपने अहंकार पर तुम्हारा कोई बस नहीं।” यमदूत मूर्तिकार के प्राण हर यमलोक वापस चला गया। **सीख :** अहंकार विनाश का कारण है इसलिए अहंकार को कभी भी खुद पर हावी नहीं होने देना चाहिए।

अहंकार को खुद पर हावी न होने दें...



ब्रह्माकुमारीज मुख्यालय शांतिवन ➔ 'परमात्मा के सत्य स्वरूप' विषय पर
त्रिदिवसीय संत सम्मेलन में सम्मिलित होकर अद्भुत अनुभव पाया...

यहाँ परमात्म कार्य होते देखा...

आदरणीय श्री सिद्धपीठ पीठाधीश्वर डॉ. स्वामी कौशल किशोर दास जी, सिद्धपीठ श्री लालजी महाराज मंदिर खोरी, भरतपुर, आपने सम्पूर्णानंद विश्वविद्यालय से वेदान्ताचार्य, राष्ट्रीय भवन में मुंबई से न्यायचार्य, काशी विद्यापीठ से एम ए, काशी हिन्दू विश्वविद्यालय से पीएचडी की उपाधि प्राप्त की। आप कर्मकाण्ड और भारतीय संस्कृति में आध्यात्मिकता और विज्ञान की दृष्टि से विश्लेषण करते हैं, आपका गहन चिंतन है। आपने विशेष पर्यावरण, गौ शाला और समाज सुधार के अनेक कार्यक्रम किये हैं। आपको, आपके गुरुजी को भरतपुर महाराजा से पाँच सौ बीघा जमीन सिद्धपीठ को सम्भालने के लिए प्राप्त है और आप बहुत ही विनम्र और बहुत ही संस्कारवान बाबा के बच्चे हैं। आदरणीय दादियों से भी आपकी मुलाकात बड़ी अच्छी तरह से हो चुकी है। तीसरी बार आपका इस संत सम्मेलन में मधुबन में आगमन हुआ।

यहाँ आकर के जिस अलौकिक शांति का अनुभव कर रहा हूँ, जो-जो अनुभूतियाँ हो रही हैं, जो वायब्रेशन मिल रहे हैं उनका वर्णन कैसे करूँ? यदि गूँगे व्यक्ति को कोई गुड़ खिला दे और पूछे इसका स्वाद कैसा है, तब गूंगा व्यक्ति क्या बतायेगा? केवल सिर हिलायेगा, संकेत करेगा मगर जो स्वाद मिला है उसे शब्दों में नहीं बांधा जा सकता। उसी तरह से हमें जो अनुभूति हो रही, जो आनंद आ रहा, जो अनुभव हो रहे हैं उन्हें शब्दों में बांधना तो मुश्किल है। उनकी ओर संकेत अवश्य करेंगे, पहले तो हमें देखने में लगा कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान का इतना बड़ा शांतिवन परिसर है। मुझे लगता है यह संस्था नहीं एक शहर है, पूरा का पूरा शहर। और इतने बड़े शहर को मैनेज करने के लिए, व्यवस्थित करने के लिए पूरा का पूरा स्टाफ होता है और फिर भी शहर में कोई न कोई न्यूनता, हलचल बनी ही रहती है। मगर इस परिसर में आकर हमने किसी को मालिक देखा ही नहीं। मालिक कौन है यही पता नहीं लगा। इसका प्रबन्धक कौन है यह पता नहीं लगा अभी तक। उसके बावजूद भी अव्यवस्था नाम की कोई चीज़ नज़र नहीं आई। सारी की सारी व्यवस्थायें हैं। इतनी साफ-सफाई है कि हजार आदमी लगा दें तो भी इतनी साफ-सफाई न हो। इतनी शांति है, सारे के सारे साधक अपनी साधना में लगे हुए हैं और कहीं अव्यवस्था नहीं है। भोजन के समय पर भोजन हो रहा है। और निवास बहुत बढ़िया, साथ ही भोजन बहुत बढ़िया, चाय, दूध, दही जो चाहे वो समय से उपलब्ध हो रहा है और ऐसे हो रहा है जैसे कोई अदृश्य शक्ति कर रही हो। यहाँ हमने कई अलौकिक वस्तुओं का दर्शन

किया है। कहते हैं जिस हॉल में हम बैठे हैं वह पूरे एशिया का यह पहला ही ऐसा हॉल है, पिल्लरलेस, जिसमें कोई खंभा नहीं है। यह अलौकिक है। और उससे भी अलौकिकता एक और है। कहते हैं एक बार दिल्ली से मुंबई एक ट्रेन जा रही थी। वहाँ दो माताएं सफर कर रही थी। एक प्रतियोगिता हो रही थी कि जो सबसे बड़ा झूट बोलेगा उसे सबसे बड़ा पुरस्कार दिया जायेगा। एक व्यक्ति कहता है सबसे बड़ा झूट मैं बोल सकता हूँ। तो बोले, बोलो। दिल्ली से मुंबई ट्रेन जा रही थी उसमें दो मातायें पास-पास बैठी थी और दिल्ली से मुंबई तक उन्होंने आपस में कोई बात ही नहीं की। बोलो इससे बड़ा झूट कोई हो ही नहीं सकता कि दो माता और बात न करे, असम्भव! यह सबसे बड़ा झूट था। लेकिन हमने झूट को भी यहाँ झूट पाया कि इस हॉल में पच्चीस हजार की कैपेसिटी (क्षमता) वाला सत्संग हॉल है। जहाँ पच्चीस हजार लोग बैठे हुए हों और वहाँ मंच से एक बार भी अनाउन्स करना पड़ता है आपस में बात मत करो, शांति

कर रहे हैं, बहुत अच्छा सम्पादन कर रहे हैं

- श्री सिद्धपीठ पीठाधीश्वर डॉ. स्वामी कौशल किशोर दास जी, भरतपुर

यहाँ मैंने शांति का साम्राज्य और प्रसन्नचित वातावरण तथा सबकुछ सुव्यवस्थित व आदर्श करने वाली बातें जानी और देखीं। मैं जिससे भी मिला उनके सबके अनुभव एक नम्रचित और सूक्ष्म दिव्यता सम्पन्न हैं। यहाँ परमात्मा की छत्रछाया में बाह्य वातावरण से सुरक्षित हैं। ऐसा वातावरण इस धरा पर कहीं और होना सम्भव नहीं। हम जानेंगे संस्थान के अनुभव उन्हीं के शब्दों में...

बनाये रखो, प्रेम से सुनो, यह कहते हमने सुना ही नहीं। इन लोगों को शांति किसने रखा है यह भी एक एशिया का क्या पूरे विश्व की आश्चर्यजनक घटना है। इनमें शांति किसने प्रदान की हुई है।

यहाँ के लोगों से भी मैं मिला। मैं 'इन्डिया वन' सोलर प्लांट में जयसिन्हा भाई के साथ भ्रमण कर रहा था। अपने यहाँ जो बड़ी बिल्डिंग है - आनंद सरोवर है, तपोवन है मैं यहाँ सब तरफ गया। लोगों से बात भी की और प्लांट में जो प्रमुख व्यक्ति है, जो इन सबको देख रहे हैं तो मैंने पूछा कि आप क्या करते हो? तो बोले इनको देखता हूँ, तो मैंने कहा आप तो यहाँ बड़ा काम कर रहे हैं, तो कहा मैं कुछ नहीं कर रहा हूँ, तो फिर मैंने पूछा तो फिर कौन कर रहा है? तो बोले बाबा कर रहा है।

यहाँ जो पत्रिका निकलती है उनके सम्पादक महोदय से बात हुई। मैंने कहा कि आप बहुत अच्छा प्रकाशन

कर रहे हैं, आप तो गजब का काम कर रहे हैं तो उन्होंने भी यही कहा कि मैं कुछ नहीं कर रहा हूँ, वो तो बाबा कर रहा है। यहाँ दूध विभाग में गया, उनसे मिला और उनको कहा कि आप कैसे मैनेज करते हैं, इतने लोगों को? किसको छाछ चाहिए, किसी को चाय, किसी को दूध, किसी को आईस्क्रीम चाहिए यह तो बड़ा मुश्किल काम है तो बोले मैं कुछ नहीं करता हूँ, बाबा करता है। सारे जिन पर विशेष दायित्व है, वह सारे के सारे विनम्र दिखाई दिये हैं। इतने विनम्र कि इनके पास अहंकार नाम की चीज़ ही नहीं। इतने झुके हुए हैं तो मुझे लगा कि इतने झुके क्यों हैं! मैं दादी जानकी जी के निवास स्थान पर भी गया था। और वहाँ हंसा बहन जी मिली तो उसने कहा कि दादी जी कहती हैं 'झुक-झुक' माना कि विनम्र बनो, मितव्ययी बनो, फिजूल खर्च मत करो। तो उनका जो शब्द सुना था झुक माना विनम्र बनो और विनम्र कौन व्यक्ति बनता है जिस वृक्ष पर फल आता है तो वह वृक्ष

झुक जाता है। फलदार वृक्ष ही झुकता है और निष्फल वृक्ष जो है वो अकड़ के खड़ा हो जाता है। तो सारे के सारे झुके हुए हैं क्यों, क्योंकि इन्होंने कुछ पाया है, इनकी कुछ न कुछ अनुभूति है। ये इतना सम्भव नहीं है कि कहने से कोई व्यक्ति झुक जाये, कहने से चुप हो जाये, कहने से शांत हो जाये। इनकी जो साधना है, इनके अन्दर कुछ है। यहाँ देखने से लगता है कि यहाँ ईश्वरीय शक्ति, बाबा की शक्ति, ये सारे के सारे काम एक अदृश्य शक्ति कर रही है। वो अदृश्य शक्ति कौन, वो बाबा की शक्ति है। जो सारे के सारे काम कर रही है।

यज्ञ की वरिष्ठ दादियाँ भले ही साकार में न हों। किन्तु वे सूक्ष्म में हमारे साथ यहीं हैं। चाहे दादी प्रकाशमणि जी हों, चाहे दादी गुलज़ार जी हों, या फिर दादी जानकी जी। वरना तो चार बुद्धिमान इकट्ठे हो तो वहीं विघटन पैदा हो जाता है, वहीं खींचतानी पैदा हो जाती है। और यहाँ तो बुद्धिमानों का एक वर्ग है। ये दिव्य क्वालिटी वाला वर्ग यहाँ है। यहाँ अदृश्य शक्ति कार्य कर रही है, ये मैं यहाँ अनुभव कर रहा हूँ। क्योंकि यहाँ फाउण्डेशन ही पवित्रता के आधार पर है। मैं जिससे भी मिला उन सबका अनुभव ये है कि यहाँ सभी कहते हैं कि बाबा ने कहा ब्रह्मचर्य का पालन करो, पवित्र बनो। फिर मैंने आगे समझने की कोशिश की तो यहाँ पर घर-गृहस्थ में रहकर पवित्र जीवन की साधना करना ये कोई चमत्कार से कम नहीं है। ये महान कार्य है। राजमार्ग पर चलना तो आसान काम है, रोड के ऊपर तो कोई भी दौड़ सकता है लेकिन कांटों से भरे मार्ग पर चलना और दौड़ना जिसमें फिर कांटे भी न चुभें, ये एक विशेषता है। यह सारा कार्य ब्रह्माकुमारी संस्थान बाबा ने, दादियों ने, दीदीयों ने बखूबी निभाया और अब हमारी ये सब दीदीयाँ इस कार्य को बखूबी आगे बढ़ा रही हैं। यह सारे के सारे धन्यवाद के पात्र और आदर के पात्र हैं।



छोटा उदेपुर-गुज.। ब्र.कु. डॉ. मोनिका बहन को दिल्ली के फाइव स्टार ले मेरिडियन होटल में बाँके बिहारी फाउंडेशन द्वारा आयोजित सम्मान समारोह में समाज सेवा के क्षेत्र में अतुलनीय योगदान के लिए 'प्राइड ऑफ इंडिया अवॉर्ड-2022' से बाँके बिहारी फाउंडेशन की नेशनल प्रेसिडेंट श्रीमति साक्षी केजरीवाल जैन, नीरज बंसल, एम.डी., ए.एफ.आई. इंटरनेशनल, प्रभजोत सिंह गिल, डिप्टी डायरेक्टर, पार्लियामेंट ऑफ इंडिया, सुभाष ज़िंदल, एम.डी., प्राइमा केबल्स, श्रीमति कीर्ति मिश्रा नारंग, मिसेज इंडिया वर्ल्ड वाइड तथा श्रीमति गीता पांडे, उपाध्यक्ष, बीजेपी हारदा मध्य-प्रदेश ने सम्मानित किया।



रीवा-देवतालाब (म.प्र.)। नवनिर्वाचित सरपंच आनंद सिंह, ग्राम पंचायत देवतालाब को बधाई देने के पश्चात् ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. लता बहन, ब्र.कु. उमेश भाई तथा ब्र.कु. महेंद्र भाई।



खरगोन-म.प्र.। राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस के अवसर पर वरिष्ठ दंत चिकित्सक डॉ. जे.सी. पालीवाल, उनके बेटे दंत चिकित्सक डॉ. गौरव पालीवाल तथा उनकी पुत्रवधु को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. देवकन्या बहन एवं ब्र.कु. कविता बहन। साथ ही इस अवसर पर ब्रह्माकुमारी द्वारा अनेकों डॉक्टर्स को उनके क्लिनिक पर जाकर सम्मानित किया गया।

आपने हरेक मनुष्य को कहीं न कहीं डरते हुए अवश्य देखा होगा। मनुष्य डरता क्यों है, छोटी-छोटी बातों में परेशान क्यों हो जाता है? उसका कारण अगर आप देखेंगे तो जरूर मनुष्य को डर सिर्फ एक चीज से है वो हैं उसके कर्म। धर्म जो शरीरों के बने उनको अगर हम एक तरफ रख दें तो आज सबको कर्मों का बहुत डर है। क्योंकि कर्म ठीक नहीं हैं इसीलिए शायद आज गंगा के घाटों पर इतनी भीड़ होती है कि अगर हम इसमें चार डुबकी लगा दें तो शायद हमारे कर्म, पाप कर्म नष्ट हो जायें और हम इससे मुक्त हो जायेंगे। लेकिन फिर भी वही पाप कर्म करके पछतावा। तो सोचो एक हमारे पास अर्थॉरिटी है लेकिन वो कर्म हमारे अर्थॉरिटी नहीं बन पा रहा है। मतलब हम अर्थॉरिटी से कर्म नहीं कर पा रहे हैं क्योंकि न हमको कर्म करने की प्रेरणा कहीं से आती है कि अर्थॉरिटी वाला कर्म है क्या, कैसे मानें कि ये अर्थॉरिटी वाला कर्म है ! इसके आगे कोई मार्जिन नहीं है, जो भी है सब यही है।

इस बात को सिखाने वाले इस दुनिया में कोई पैदा नहीं हुआ। इसीलिए परमात्मा शिव निराकार ज्योति बिन्दु इस धरती पर आकर हमको श्रेष्ठ कर्म करना सिखाते हैं और श्रेष्ठ कर्म की सत्ता क्या है उसके बारे में बताते हैं। बताया किसके द्वारा? इस धरती के प्रथम मानव प्रजापिता ब्रह्मा के द्वारा कि श्रेष्ठ कर्म क्या होते हैं और कैसे उन कर्मों को देखा जाये, परखा जाये। दुनिया में सबके पास आज पॉलिटिकल पॉवर है, रिलीजियस पॉवर है, और साइंस

पाँवर भी है लेकिन इन तीनों पाँवर का इस्तेमाल सही रूप से अगर कोई कर सकता है तो वो है श्रेष्ठ कर्म वाला। क्योंकि जो श्रेष्ठ कर्म वाला है वो धर्म को भी सम्भालेगा मतलब अच्छी धारणाएँ भी कर लेगा। जो श्रेष्ठ कर्म वाला है वो राज्य कारोबार को भी अच्छे से चला लेगा। क्योंकि राज्य को चलाने

श्रेष्ठ कर्मों की सत्ता

के लिए हमको
अच्छी सोच और
अच्छे संकल्पों
की ज़रूरत है।

आत्मा अगर अपनी

इन्द्रियों का राजा बन जाये।

सबसे पहले अपनी ज्ञानेन्द्रियों, अपनी कर्मेन्द्रियों को अपने वश में कर ले तो इस दुनिया के किसी भी व्यक्ति को वश में करना बहुत आसान है। लेकिन हमारे जो कर्म हैं वो सबसे पहले सोच से शुरू होते हैं, मनसा से। फिर वो वाचा तक आते हैं और फिर कर्मणा तक अन्तिम परिणाम देते हैं। आपको पता ही है जब कोई कर्म हमसे एक बार हो जाता है तो उसका पश्चाताप होता है। शिव बाबा (परमात्मा) एक बात बहुत अच्छी तरह से कहते हैं या सिखाते

हैं कि जैसे हम कहते हैं कि हम चाहते नहीं थे लेकिन हमसे हो गया। शिव बाबा कहते हैं कि आपने चाहा है तभी तो हुआ। ऐसा हो ही नहीं सकता कि आप न चाहें और हो जाये। इसलिए श्रेष्ठ कर्म की पहली अर्थारिटी शुरू होती है मन से। हमारे मन में संकल्प कोई दूसरा नहीं डाल रहा है, हम खुद ही डाल रहे हैं। खुद ही उसको वाचा तक लाते हैं और फिर कर्म तक लाते हैं। बिना हमारे मन्सा के वो संकल्प आये

वो कर्म हो ही नहीं सकता। और ये बात न मानना भी एक तरह की जिद्द है, एक तरह का विकार है। एक तरह से अस्वीकार करने की भावना है। अपने को न स्वीकार करने की दुर्भावना है।

कुछ भी आप कह लें क्योंकि जब तक मनुष्य स्वयं को स्वीकार नहीं करेगा कि मैं यहाँ-यहाँ गलत हूँ तब तक वो अच्छे कर्म कर ही नहीं सकता। परमात्मा कहते हैं कि श्रेष्ठ कर्म की सत्ता अर्थात् कर्म का वर्तमान फल खुशी देगा और शक्ति अनुभव करायेगा। साथ-साथ भविष्य में जो हम कर्म करेंगे उस कर्म का फल जमा होगा, और उसका नशा भी होगा। इसका एक उदाहरण आप देख सकते हैं कि व्यक्ति किसी ऐसे स्थान पर जाता है या व्यक्ति किसी ऐसी परिस्थिति में होता है जो

उसको पता है कि ये चीज गलत है। साधारण कर्म करना सबको आता है उठना, बैठना, खाना, पीना, सबकुछ ये कर्म साधारण कर्म हैं। जो कि नौकरी है, धंधा है, बातें हैं सब कर्म साधारण हैं। लेकिन श्रेष्ठ कर्म, श्रेष्ठ सोच से शुरू होता है और वो सोच है कि हम विश्व के मालिक हैं।

हमको विश्व का मालिक बनना है तो हमको सबसे पहले सबके लिए अच्छा सोचना होगा। अब यहाँ सबके लिए अच्छा सोचने का सीधा-सीधा अर्थ है कि मैं भी उसमें शामिल हूँ। क्योंकि सोच मैं रहा हूँ और जब सोच मैं रहा हूँ तो निश्चित रूप से सबसे पहले कल्याण भी मेरा ही होगा! अब देखो भविष्य हमारा बन गया सिर्फ किससे बना? हमारी बड़ी सोच से। वो सोच हमारा श्रेष्ठ कर्म बन गया क्योंकि सोच मैं रहा हूँ। तो जैसे ही हम ऊंची सोच, ऊंचे दायरे में जाते हैं, पूरे विश्व को अपना परिवार मानने लग जाते हैं, सभी के साथ एक जैसी स्थिति होती है तो मेरे कर्मों में दृढ़ता आती है। आप ध्यान से देखो तो श्रेष्ठ कर्म में इतनी गहरी शांति है, इतना गहरा सुकून है कि उस सुकून को लेने के बाद आपको और कुछ मार्जिन रह नहीं जाती।

इस दुनिया की जितनी भी सतायें हैं, जितनी भी अर्थोरीज हैं, उन अर्थोरीज में भी दम रहा। उसका मात्र एक कारण है कि उन अर्थोरीज को यूज करने वाला मनुष्य ही तो है! लेकिन मनुष्य के कर्म अगर श्रेष्ठ नहीं हैं, विचारों में अगर श्रेष्ठता नहीं है, भावनाओं में अगर श्रेष्ठता नहीं

है, सबके लिए भाव अगर शुद्ध नहीं हैं तो वो चीज़ भी उनको सुख नहीं देती है। एक उदाहरण है जैसे घर में बहुत अच्छे-अच्छे उपकरण हैं लेकिन सबके हाथ से वो गिरता रहता है, तो टूटता रहता है कभी कुछ हो जायेगा, कभी कुछ हो जायेगा। तो ये क्यों हो रहा है? क्योंकि हमारे कर्म वायब्रेट करते हैं। अगर मनुष्य पूरी तरह से सत्य नहीं है, श्रेष्ठ नहीं है, मन के भाव अच्छे नहीं हैं तो वो किसी चीज़ का इस्तेमाल सही तरह से कर भी नहीं सकता। इसलिए श्रेष्ठ कर्म की सत्ता के लिए मार्जिन नहीं है। मार्जिन का मतलब इसके आगे कुछ नहीं है। अगर हमने एक बार श्रेष्ठ कर्म कर दिया तो आपको उसके आगे-पीछे सोचने की ज़रूरत ही नहीं है। वो निश्चित रूप से फल ही देगा लेकिन सिर्फ इतना याद रहे कि मैं निमित्त रूप से ये कर्म कर रहा हूँ और इस कर्म से सबको सुख मिलना ही है। इसलिए श्रेष्ठ कर्म रूपी जीवन अगर इतना अच्छा न होता तो आज परमात्मा आ करके इतने सालों से हमको ये सब बातें न सिखा रहा होता, इसलिए सारी सत्ताओं का सार श्रेष्ठ कर्म की सत्ता है और श्रेष्ठ कर्म की सत्ता को जिसने एक बार भी अपना लिया वो विश्व का मालिक है ही है। उसके ऊपर कुछ भी नहीं आगे चल सकता।



ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न : मैं पंजाब से नवजीवन कौर हूँ। मेरी आयु 20 वर्ष है। मैं ये जानना चाहती हूँ कि क्या भूत-प्रेत होते हैं? अगर होते हैं तो क्या वो किसी भी व्यक्ति के शरीर में प्रवेश कर सकते हैं? अगर हाँ तो ये हममें प्रवेश न करें उसके लिए क्या किया जा सकता है? मुझे इन चीजों से डर लगता है। कृपया इस पर थोड़ा प्रकाश डालें।

उत्तर : आपका डरने की ज़रूरत नहीं है। आजकल ये देखने में आता है कि बहुत लोग सुसाइड कर रहे हैं। जहाँ-तहाँ एक्सीडेंट हो रहे हैं। कहीं बम फेंक दिए जाते हैं तो लोग मर जाते हैं। ये जो अचानक मृत्यु होती है मनुष्यों की तो इसको अकाले मृत्यु कहते हैं। बाँडीलेस होकर कुछ समय के लिए ये भटकती रहती हैं। इनके पास भी एक सूक्ष्म शरीर होता है जो किसी किसी को काला दिखाई देता है। अब ये प्यासी होती हैं, भूखी होती हैं, अतृप्त होती हैं तो कहीं भी अपना इफेक्ट कर लेती हैं। रही बात कि क्या वो सबमें प्रवेश कर लेती हैं, ऐसा नहीं होता है। जिनका उनसे कर्मों का हिसाब-किताब होगा या जिन्होंने उनको बहुत सताया हो और उनको वो याद आ जाये तो उनसे बदला लेने के लिए ये आत्मायें उनमें प्रवेश कर जाती हैं। इसलिए हमें इस बात से पूरी तरह निश्चित रहना चाहिए कि कहीं वो हममें प्रवेश न कर जाये। ऐसी कोई बात नहीं है। तो दूसरी चीज़ ये कि अगर ये हैं भी, तो क्या होता है पाप कर्म के कारण बहुत आत्मायें पुनर्जन्म नहीं ले पाती हैं। मैंने ऐसे बहुत केस देखे हैं जो बच्चों को रात को कुछ काली-काली छाया दिखती है। उनकी छाती पर बैठ गई, उनको दबा रही है। वो बोल नहीं सकते, वो चिल्ला नहीं सकते तो उनकी मातायें-दादियां मुझे फोन करके पूछती हैं कि क्या करें? बच्चे छोटे हैं तो सोने से पहले 7 बार याद कर लेना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। ये आत्मायें भटक अवश्य रही हैं लेकिन इसका समाधान है- मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। इनसे हमें डरना नहीं है क्योंकि किसी भी चीज़ से हम डरते हैं तो हम उस चीज़ को जल्दी आकर्षित कर लेते हैं। अगर इनसे डरेंगे तो इनका प्रभाव होने लगेगा। क्योंकि ये चीज़ें अपना स्थान तो ढूँढ़ती हैं ना! कोई कहते हैं पेड़ पर रहती हैं, कोई कहते हैं कहीं रहती है। एक मनुष्य आत्मा की नेचर है कि उसको कोई ठिकाना चाहिए। तो वही संस्कार इनके अन्दर भी रहते हैं। तो ऐसे कई काफी समय से खाली पड़ें स्थानों पर भी ये भय पैदा करती हैं। तो जैसे शमशान हो, या कई जगह ऐसे सन्नाटा होता है, भय का माहौल रहता है। ये प्रैक्टिकल सत्य बातें हैं। किसी पॉवरफुल व्यक्ति को भी अगर कहा जाये कि आप ज़रा शमशान में आधा घंटा बैठकर आओ तो उसको भय लगेगा। जब उसको कोई न

निर्भय बनना न सिखाये तो वो भयभीत होगा। तो इसका तरीका ये ही है कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मेरे साथ तो स्वयं भगवान है इस फीलिंग को ऐसे स्थानों पर दोहरायेंगे तो हमारा डर भी खत्म हो जायेगा और इनके इफेक्ट से मुक्त रहेंगे। हमें बाबा ने मास्टर मुक्तिदाता का वरदान दिया है तो हम इन्हें गुड वायब्रेशन देकर इनकी मदद करें, इन्हें मुक्त करें। यानी हम इनके गुड फ्रेंड बन जायें। न हम इनसे डरेंगे और न कोई निगेटिव फीलिंग हम इनके लिए रखेंगे। और ये भी हमें कोई कष्ट नहीं पहुंचायेगी। और अगर हम

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य



पावरफुल फीलिंग में रहते हैं तो ये आत्मायें हमारे पास आती ही नहीं हैं।

प्रश्न : मेरा बारह साल का बेटा है। उसे डिस्ट्रेक्सिक प्रॉब्लम है। और इसमें वो पढ़ने में अपने को असमर्थ महसूस करता है। मैं और मेरा बेटा इसपर बहुत ज़्यादा वर्क कर रहे हैं। लेकिन जितनी सफलता मिलनी चाहिए उतनी सफलता मिल नहीं रही है। क्या राजयोग मेडिटेशन इसमें मदद कर सकता है? वो मेडिटेशन तो करता है लेकिन तब जब मैं उस पर चिल्लाती हूँ। किस प्रकार से इस समस्या का समाधान किया जा सकता है?

उत्तर : ये जानना बहुत जरूरी है कि राजयोग को करने के लिए चिल्लाने की जरूरत नहीं है। बहुत प्यार से आप उसे मोटिवेट करें। इसमें बच्चे को योग करने के अलावा आप 21 दिन इनके लिए एक घंटा रोज योग करें। ये जो कुछ भी मनुष्य के साथ हो रहा है वो उसके पूर्व जन्मों के किसी न किसी कार्मिक अकाउंट का परिणाम होता है। यदि उसको हम क्लीन कर दें तो कई चीजें ठीक होने लगेंगी। इसलिए अपने बच्चे के लिए आपको संकल्प करना है कि मेरा ये योगाभ्यास इस आत्मा के लिए है। रोज एक घंटा टाइम फिक्स करके अभ्यास करेंगी। और इससे पहले दो स्वमान याद करेंगी कि मैं मास्टर सर्वशक्तिकवान हूँ, सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। फिर जस्ट बच्चे की आत्मा को देखेंगी तो वो योग की शक्ति उस बच्चे

को चली जायेगी। और आपको ही दो कार्य और करने हैं। एक तो बच्चे को हमेशा ही सात बार पानी पर ये संकल्प करके कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, पानी चार्ज करके पांच-छह बार बच्चे को रोज अवश्य पिलाना है। और दूसरा आपको उनके ब्रेन को एनर्जी देनी होगी। वैसे भी माँ की एनर्जी को बच्चा बहुत जल्दी रिसीव करता है। जैसा हम हमेशा बताते हैं दोनों हाथों को मलते हुए तीन बार याद करेंगी मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। हाथों में एनर्जी आ जायेगी। फिर ये दोनों हाथ एक मिनट तक बच्चे के ब्रेन पर दोनों तरफ रख दें। बच्चा आंखें बंद कर लें। और आप संकल्प करें और बच्चा भी संकल्प करे कि ब्रेन परफेक्ट हो जाये। और ऐसा 10 मिनट सवेरे और 10 मिनट शाम को करें। तो ये 10-10 मिनट देने से ब्रेन क्योंकि सबकुछ कंट्रोल तो ब्रेन कर रहा है तो ब्रेन में जहाँ भी कुछ गड़बड़ है, जो किसी की पकड़ में नहीं आ सकती तो इससे वो ऑटोमेटिकली ठीक होने लगेगी। और ये काम आपको 21 दिन तक करना है। तो ये तीन प्रयोग अगर आप सच्चे दिल से और विश्वास के साथ करेंगी तो बच्चे को भी डांट के नहीं, बहुत प्यार से कॉन्फिडेंस में लेकर करेंगी तो वो भी कॉंपैरेट करेगा कि हाँ मेडिटेशन का तरीका सही है। मैं इससे बिल्कुल ठीक हो जाऊंगा। तो बहुत गहरा इफेक्ट पड़ेगा। तो पूरे विश्वास के साथ 21 दिन तक ये तीनों काम करने हैं।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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





दातापन और रहमदिल से प्रकृतिजीत स्थिति

दाता पन और रहम से प्रकृति जीत भवः। रहम तो मनुष्य की एक नैचुरल प्रवृत्ति है। बस इतना है कि कोई केवल अपनों पर रहम करता है और कोई सब पर। हम सभी बाबा के बच्चे, देखो, जिसका जो बच्चा होता है कलयुग के अन्त तक भी माँ-बाप के कुछ न कुछ गुण बच्चों में अवश्य आते हैं। सारे नहीं, बाकी तो पूर्वजन्मों से अपने ही लेकर आते हैं। हम भगवान के बच्चे हैं, यह चिंतन करेंगे सभी। हैं या नहीं पूछने की तो बात नहीं है। यह तो सब जो ज्ञान में नहीं हैं वो भी उत्तर देते हैं हम भगवान के बच्चे हैं। तो उसके गुण हमारे में कई सारे हैं। सब आज देख लें कौन-कौन से हैं। हम ज्यादा गुणों की चर्चा नहीं करेंगे उसके क्योंकि सभी जानते तो हैं कि उसके गुण कितने हैं! वो सुख दाता है, मैं क्या हूँ? होना चाहिए ये या नहीं! चेक करेंगे मैं क्या हूँ। एक समझदार और बुद्धिमान ज्ञानी वही है जो अपनी कमियों को भी जानते हों और महानताओं को भी। अगर केवल कमी जानेगे तो निराश रहेंगे, महानतायें भी यानी स्वमान भी।

हम एक जगह गये थे जोधपुर में ट्रीटमेंट के लिये जो हाथ से करते हैं, जिसे ऑस्टियोपैथी कहते हैं। जो हमारा कर रहा था वो कहने लगा कि मैं आपकी क्लास बहुत सुनता हूँ, मुझे स्वमान बहुत पसंद आये। अभी उसे ज्ञान नहीं है। मैं सोचने लगा कि इसने स्वमान की बात समझ ली! तो दुनिया वाले भी जो देवकुल की आत्मायें हैं सब, वो अब बाबा की बातों को समझने लगी हैं। तो पूछेंगे अपने से कि मैं शिवबाबा की सन्तान, वो दुःखों को हरने वाला, मैं क्या हूँ? वो शान्ति का सागर, मैं क्या हूँ? यह नहीं मैं शान्त स्वरूप हूँ, वो बात हम नहीं कर रहे हैं। मैं क्या हूँ, मैं शान्ति में हूँ या नहीं? वो प्यार का सागर, मैं प्यार देता हूँ, देती हूँ? चेक करेंगे।

पाँच चीजें कोई भी ले लो, पवित्रता की बात

है। शक्तियों की बहुत बड़ी बात है। वो सर्वशक्तिवान, उसकी बहुत सारी शक्तियाँ हमारे अन्दर हैं। हम यह बात बहुत सुनाते आये हैं लोगों को लेकिन इस बात को गहराई से रियलाइज करने में हमें भी बहुत समय लगा था। मधुबन में आकर भी बाबा बताते थे, लेकिन आत्मा उस चीज को ठीक से समझ ले उसमें समय लगता है। बाबा कहते रहते थे कि मैंने सारी शक्तियाँ तुम्हें दे दी हैं लेकिन हमारे अन्दर यह बात उतरती नहीं थी। हम अब यह चाहते हैं कि आप सभी इसको जल्दी से जल्दी स्वीकार कर लें। बाबा ने हमें

जब हम संकल्प करते हैं कि मैं बहुत शक्तिशाली हूँ या मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ तो हमारे चारों ओर शक्तियों का आभासमंडल बन जाता है। जानते हो न आभासमंडल क्या होता है? हमारे चारों ओर शक्तियों का घेरा। जो जितना शक्तिशाली बनेंगे उसका आभासमंडल दूर-दूर तक बनेगा, संसार तक फैलेगा।

अपनी बहुत सारी शक्तियाँ दी हुई हैं। हम बहुत शक्तिशाली हैं। और जो योग करते हैं, कॉमेन्ट्री से अमृतवेले कराते भी हैं, वैसे भी एक चीज बहुत अभ्यास में लानी है, और वो है जब हम संकल्प करते हैं कि मैं बहुत शक्तिशाली हूँ या मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ तो हमारे चारों ओर शक्तियों का आभासमंडल बन जाता है। जानते हो न आभासमंडल क्या होता है? हमारे चारों ओर शक्तियों का घेरा। जो जितना शक्तिशाली बनेंगे उसका आभासमंडल दूर-दूर तक बनेगा, संसार तक फैलेगा। तो यह अभ्यास भी सबको दो बार बस, ज्यादा नहीं, रोज दो बार कभी भी अवश्य करना है। मैं बहुत शक्तिशाली हूँ मेरे चारों ओर शक्तियों का आभासमंडल है, प्रभामंडल, इंग्लिश में और

कहते हैं। यह हम सबके चारों ओर है, पर है उतना बड़ा जितना हम यह अभ्यास करेंगे।

हम दाता के बच्चे दाता हैं। हमें क्या-क्या देना है संसार को? एक तो आप में से वो आत्मायें जो बहुत अच्छा स्वमान का अभ्यास करते हैं, जो बहुत पवित्र हैं, जो बहुत अच्छे योगी हैं, उन्हें अब से ही संसार को साकाश बहुत देनी है। दाता बनना है। बाबा कहा करते थे हमें याद है, शुरू में ही हमें कहा, तब तो हमें इतना ज्यादा पता नहीं था जब किचन में आये। बाबा कहते थे, जैसे भोलेनाथ का भण्डारा अखुट गाया जाता है, तुम्हारा भी अखुट दान चलता रहे। उन दिनों ज्यादा ये बातें प्रकाश में नहीं थीं लेकिन धीरे-धीरे समझ में आया कि हमें निरंतर संसार को देना है। हमारे गुण ऐसे हों, हमारी भावनायें ऐसी हों, हमारे वायब्रेशन्स ऐसे हों, हमारा स्वमान और योग ऐसा हो जो निरंतर हम सबको देते चलें। थोड़ी बातें उनमें से अगर हम अभ्यास करते हैं, शान्ति के सागर की शान्ति की किरणें मुझे मिल रही हैं, तो हमसे संसार को शान्ति पहुंचती रहती है ऑटोमेटिक। कुछ करना नहीं है, खुद-ब-खुद। अगर हम अशरीरी बनने का अभ्यास करते हैं तो।

बाबा के महावाक्य हैं याद रखना, जब तुम अशरीरी होते हो तो विश्व को शान्ति का दान मिलता है। और जब स्वदर्शन चक्रधारी होते हो तब विश्व को सुखों का दान मिलता है। सुख और शान्ति दोनों गृह्य बातें हो गईं। स्वदर्शन चक्र माना पाँच स्वरूपों का अभ्यास, यह देने का स्वरूप है। अगर हम बहुत पवित्र होते जा रहे हैं, पवित्रता में एक बात जरूर जोड़ लेनी है कि व्यर्थ संकल्पों से मुक्त आत्मा ही परम पवित्र है। ब्रह्मचर्य के बाद किसी भी तरह का व्यर्थ हमारे पवित्रता के तेज को धुमिल कर देता है। अगर हम ऐसे अच्छे पवित्र हैं तो हमसे ऑटोमेटिक प्रकृति को पवित्रता का दान मिलता जाता है। अगर हम इस स्वमान में हैं कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ तो अनेक निर्बल आत्माओं को शक्तियाँ मिलती रहेंगी, आपके घर में शक्तियाँ फैलती रहेंगी। सभी को अपने घरों को चार्ज कर देना है।



गांधीनगर-गुज. ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग एवं स्थानीय सेवाकेन्द्र द्वारा सिविल हॉस्पिटल, गांधीनगर में कोविड वॉरियर्स के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में सिविल हॉस्पिटल के सुपरिटेण्डेंट एवं स्टाफ, ब्रह्माकुमारीज मेडिकल विंग के सेक्रेटरी राजयोगी ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह, गांधीनगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी, चिलोडा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. तारा बहन, सरगासन सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मेधा बहन, ब्र.कु. डॉ. मुकेश भाई पटेल, डॉ. हसमुख नायक, सिविल हॉस्पिटल की डॉ. सुधा शर्मा, ग्लोबल हॉस्पिटल माउण्ट आबू के ट्रस्टी ब्र.कु. रश्मि भाई आचार्य आदि उपस्थित रहे।



सांगरेड्डी-आ.प्र. ब्रह्माकुमारीज द्वारा गवर्नमेंट हॉस्पिटल, सांगरेड्डी में डॉक्टर्स डे पर डॉक्टर्स के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु. सुमंगला बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. सुनंदा बहन, बीदर सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. डॉ. सचिन परब, मोटिवेशनल स्पीकर, डॉ. सांगरेड्डी, मेडिकल सुपरिटेण्डेंट तथा डॉ. गायत्री देवी, डिस्ट्रिक्ट मेडिकल एंड हेल्थ ऑफिसर।



छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.) ब्रह्माकुमारीज के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग द्वारा आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत आयोजित 'आत्मनिर्भर किसान अभियान' के कार्यक्रम में 'किसान सशक्तिकरण यात्रा' का शुभारंभ करते हुए असिस्टेंट डायरेक्टर एग्रीकल्चर बी.पी. सूत्रकार, एयरपोर्ट एजीएम सौरभ यादव, कृषि विभाग अकाउंटेंट हेमंत बिलैया, प्रोजेक्ट अकाउंटेंट ऑफिसर राजेश रूपैलिया, हिंद फर्नीचर के शशांक कश्यप, छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन तथा अन्य भाई-बहनें।



कटनी-म.प्र. ब्रह्माकुमारीज द्वारा जिला चिकित्सालय में सिविल सर्जन डॉ. यशवंत वर्मा तथा सभी डॉक्टर्स को सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. भगवती दीदी, गोपाल नगर तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।



गरियाबंद-छ.ग. आजादी के 75वें अमृत महोत्सव व राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग, स्थानीय सेवाकेन्द्र के तत्वाधान में क्षेत्र के चिकित्सकों, सर्जनों व अन्य चिकित्सा के क्षेत्र से जुड़े विशिष्टजनों का सम्मान किया।



पिंपरी-पुणे(महा.) ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग द्वारा राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस के अवसर पर डी.वाय. पाटील मेडिकल कॉलेज पिंपरी में मेडिकल स्टूडेंट्स के लिए आयोजित त्रिदिवसीय मेडिटेशन एवं पर्सनैलिटी डेवलपमेंट सेरेंस के दौरान ब्र.कु. संजय भाई, ब्र.कु. रश्मि बहन, ब्र.कु. सुप्रिया बहन, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुरेखा बहन, ब्र.कु. अनुप भाई, कॉलेज के प्रिंसिपल डॉ. येवला सर तथा विद्यार्थीगण उपस्थित रहे।



धमतरी-छ.ग. ब्रह्माकुमारीज द्वारा राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस पर चिकित्सकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं डॉ. अनिल रावत, भगवती नर्सिंग होम, डॉ. प्रभात गुप्ता, गुप्ता हॉस्पिटल, डॉ. उत्तम लाल कौशिक, सिविल सर्जन, जिला चिकित्सालय, डॉ. संदीप पटोद, चिकित्सा अधीक्षक, कृष्णा अस्पताल धमतरी, ब्र.कु. सरिता दीदी तथा अन्य।



बिलहरी-जबलपुर(म.प्र.) राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस के उपलक्ष्य में मिलिट्री हॉस्पिटल में सभी चिकित्सकों एवं नर्सों को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ब्रिगेडियर आई. वैंकेटा नागेश, कमांडेंट मिलिट्री हॉस्पिटल को ईश्वरीय सौगात व प्रसाद भेंट करते हुए ब्र.कु. बाला बहन एवं साथ में रिटा.लेफ्ट. कर्नल विकास राव चौहान।



कोरली-नरसिंहपुर(म.प्र.) ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र की स्थापना के 26 वर्ष पूर्ण होने पर आयोजित भव्य कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज की जिला संचालिका ब्र.कु. कुसुम दीदी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरोज बहन, तेन्दुखेड़ा से ब्र.कु. प्रीति बहन, गाडरवारा से ब्र.कु. जानकी बहन व ब्र.कु. वंदना बहन को श्रृंगारित कर ताजपोशी की गई। 25 बहनों द्वारा केक काटिंग की गई। बड़ी संख्या में अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



रीवा-म.प्र. ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'मेरा भारत स्वस्थ भारत' अभियान के तहत रीवा के सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल में डॉक्टर्स तथा मेडिकल स्टाफ हेतु आयोजित कार्यक्रम में मुख्य वक्ता ब्र.कु. डॉ. राघवेन्द्र सिंह, गुज., सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल के कार्डियोलॉजी विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. वी.डी. त्रिपाठी, डॉ. एस.के. त्रिपाठी, हॉस्पिटल अधीक्षक डॉ. श्रीवास्तव, नर्सिंग ऑफिसर अर्चना कनौजिया, मेडिकल स्टाफ सहित ब्र.कु. रुचि बहन, ब्र.कु. प्रकाश द्विवेदी, ब्र.कु. सुभाष भाई आदि उपस्थित रहे।

कुशल प्रशासन और अध्यात्म का संतुलन जरूरी

जालौर-राज.। कुशल प्रशासन के लिए आध्यात्मिकता नितांत आवश्यक है। आध्यात्मिकता और राजयोग के माध्यम से ही हम एक सशक्त और सुखी समाज बना सकते हैं। वर्तमान समय आवश्यकता है कि युवा वर्ग ज़्यादा से ज़्यादा आध्यात्मिक और सकारात्मक रवैया अपनाए। उक्त विचार जालौर के कलेक्टर निशांत जैन ने ब्रह्माकुमारीज के

केवल काम के बारे में सोचना या सिर्फ फायदे के बारे में ही सोचना, इसे सही प्रशासन नहीं कहेंगे। अच्छे सफल प्रशासन के लिए अपने कर्मचारियों के बारे में सोचना, उनकी समस्याओं को समझना, विनम्रता पूर्ण व्यवहार करना, यह बहुत जरूरी है। ब्र.कु. हरीश भाई, मुख्यालय संयोजक, प्रशासक सेवा प्रभाग, मा. आबू ने कहा कि प्रशासन का



द्वारा 'प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए आध्यात्मिकता' विषय पर आयोजित सम्मेलन में व्यक्त किये। साथ ही उन्होंने माउण्ट आबू का अनुभव भी साझा किया। पुलिस अधीक्षक हर्षवर्धन अग्रवाल ने कहा कि समाज में बहुत सारी निगेटिव खबरें हैं परंतु राजयोग हमें शक्ति और सकारात्मक ऊर्जा प्रदान करता है। समाज से क्राइम को कम करना है तो अध्यात्म का सहारा लेना होगा। ब्रह्माकुमारीज के प्रशासक सेवा प्रभाग की सब जोन इंचार्ज एवं जोनल कोऑर्डिनेटर राजयोगिनी ब्र.कु. पूनम दीदी ने कहा कि

मतलब है सबसे पहले स्व पर शासन, अपनी कर्मेन्द्रियों पर शासन। ब्र.कु. डॉ. रीना बहन, भोपाल ने कहा कि प्रशासन में लव और लॉ का बैलेन्स रखना बहुत जरूरी है। सीताराम मीणा, पूर्व आई.ए.एस., मोदीनगर ने कहा कि चाहे घर परिवार हो, समाज हो, कोई समुदाय हो, संस्था हो या गवर्नमेंट हो, सभी में प्रशासनिक व्यवस्था की आवश्यकता होती है। कहते हैं जैसी मन की अवस्था होती है वैसी ही बाहर की व्यवस्था होती है। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रंजू दीदी ने सभी का स्वागत एवं सम्मान किया।

'कल्प तरु' प्रोजेक्ट का मुख्यमंत्री ने किया शुभारंभ

शहर के मेयर सहित कॉर्पोरेटर्स, एनजीओज़ के प्रतिनिधि तथा अन्य विशिष्ट जनों सहित मीडियाकर्मी भी हुए शामिल

गांधीनगर से.8-गुज.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'कल्प तरु' परियोजना के तहत आयोजित कार्यक्रम में माननीय मुख्यमंत्री भूपेन्द्र भाई पटेल ने परियोजना एवं कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि ब्रह्माकुमारीज संस्था आध्यात्मिक मूल्यों के साथ सामाजिक प्रवृत्तियों में सकारात्मक परिवर्तन लाने में महत्वपूर्ण योगदान दे रही है। उन्होंने कहा कि वृक्ष लगाना वर्तमान समय की अति महत्वपूर्ण जरूरत है। इस जरूरत के तहत ब्रह्माकुमारीज द्वारा गुजरात में 6 लाख पौधे लगाये जा रहे हैं जो अति हर्ष का विषय है। ब्रह्माकुमारीज का 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट नई ऊर्जा देने वाला बनेगा ऐसी आशा भी मुख्यमंत्री ने व्यक्त की।

कार्यक्रम की मुख्य वक्ता माउण्ट आबू से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी ने 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट एवं संस्था के सामाजिक एवं राष्ट्रीय स्तर पर चल रहे प्रोजेक्ट की सभी को जानकारी दी। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय मानव जीवन के लिए जितने वृक्ष होने चाहिए, वो रेशियो दिन ब दिन घटता जा रहा है, ऐसे में ब्रह्माकुमारीज द्वारा शुरू हुआ 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट संजीवनी बनेगा। गांधीनगर संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी ने माननीय मुख्यमंत्री सहित सभी



पौधा रोपण कर 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट का शुभारंभ करते हुए माननीय मुख्यमंत्री भूपेन्द्र भाई पटेल, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी तथा गांधीनगर संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी।

महानुभावों का स्वागत करते हुए बताया कि ब्रह्माकुमारी संस्था आध्यात्मिक अभिगम के साथ ऐसे प्रोजेक्ट के माध्यम से राष्ट्र सेवा में भी अग्रसर है। यहाँ आप सर्व महानुभावों की उपस्थिति यह दर्शाती है कि कोई श्रेष्ठ कार्य होने जा रहा है और निश्चित ही आप सभी के सहयोग से यह श्रेष्ठ कार्य सफल होगा। कार्यक्रम में मेयर श्री हितेश भाई मकवाना, गांधीनगर दक्षिण के एम.एल.ए. श्रीशंभु ठाकोर, डिप्टी मेयर प्रेमल सिंह गोल, महानगर भाजप अध्यक्ष रुचिर भट्ट, स्टैंडिंग

कमेटी चेयरमैन जशु पटेल, कलेक्टर डॉ. कुलदीप आर्य आदि महानुभावों सहित कैपिटल ऑफ़सेट्स के रमेश पटेल, साइंटिस्ट एवं ग्लोबल हॉस्पिटल माउण्ट आबू के ट्रस्टी ब्र.कु. रश्मि भाई आचार्य, मोरबी ओम शांति स्कूल के ट्रस्टी ठाकोरसी पटेल, भाजप के पदाधिकारी, कॉर्पोरेटर्स, एनजीओ प्रतिनिधि, रोटरी क्लब प्रमुख पार्थ ठाकोर तथा मीडियाकर्मी बड़ी संख्या में मौजूद रहे। मंच संचालन मणिनगर सबजोन संचालिका ब्र.कु. नेहा बहन ने किया।

पंजाब सरकार एवं ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'नशा विरोधी अभियान' का आगाज

लुधियाना-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा पंजाब सरकार के सहयोग से गुरु नानक स्टेडियम में लुधियाना उपायुक्त डीसी सुरभि मलिक, विधायक मदन लाल बग्गा, विधायक गुरप्रीत गोपी, विधायक अशोक पराशर, लुधियाना के पुलिस कमिश्नर कौस्तुभ शर्मा, खन्ना एडीसी अमरजीत सिंह बैस, जिला जनसंपर्क अधिकारी पुनीत पाल सिंह गिल, जिला खेल अधिकारी रविंदर सिंह, खालसा कॉलेज फॉर वुमेन श्रीमति डॉ. मुक्ति गिल, परवीन बंसल तथा ब्रह्माकुमारीज की लुधियाना प्रभारी ब्र.कु. सरस्वती दीदी द्वारा ड्रग विरोधी अभियान की औपचारिक शुरुआत की गई। इस अभियान के अंतर्गत पुलिस कमिश्नर कौस्तुभ शर्मा ने

नशा उन्मूलन की पहल के लिए ब्रह्माकुमारीज का सराहना करते हुए हर तरह की सहायता प्रदान करने के

वक्ता मनोचिकित्सक, अंतर्राष्ट्रीय प्रशिक्षक एवं प्रसिद्ध लेखक डॉ. गिरीश डी. पटेल ने नशों के दुष्प्रभाव

[[300 गांवों तक पहुंचेगा यह अभियान]]
[[नशा विरोधी जागरुकता शिविरों का होगा आयोजन]]



लिए अपनी बेहद रुचि दिखाई। एवरेस्ट योग संस्थान ने इस दौरान योग सत्र आयोजित किया। मुख्य

के बारे में वैज्ञानिक दृष्टिकोण रखते हुए बताया कि शरीर के लिए योग और मन के लिए मेडिटेशन व्यक्ति

को किसी भी नशे से छुटकारा पाने में मदद कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि मन की शांति ही सफलता की कुंजी है। इसके साथ ही अन्य सभी अतिथियों एवं वक्ताओं ने अपने विचार साझा किए। इंडियाज गॉट टैलेंट के प्रतियोगी जेपी डॉस एकेडमी ने 'नशा एक सजा है' गाने पर प्रस्तुति दी। नाटक के माध्यम से ब्रह्माकुमारीज युवा समूह द्वारा नशा विरोधी संदेश भी दिया गया। जिला प्रशासन, नगर निगम, सीएमओ कार्यालय, युवा मामले, खेल एवं जिला खेल कार्यालय के कर्मचारियों, भारतीय खेल प्राधिकरण, गवर्नमेंट कॉलेज फॉर गर्ल्स, खालसा कॉलेज फॉर वुमेन तथा रामगढ़िया कॉलेज के बहुमूल्य सहयोग से यह आयोजन सफल रहा।

राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस पर चिकित्सकों के सम्मान में कार्यक्रम का आयोजन

चिकित्सा सेवा मानवीय सेवा का प्रथम पहलू है

सारनाथ-वाराणसी(उ.प्र.)। राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के ग्लोबल लाईट हाउस सेवाकेन्द्र में चिकित्सकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में संस्था के पूर्वांचल मीडिया एवं जन सम्पर्क प्रभारी ब्र.कु. विपिन ने बताया कि चिकित्सा सेवा मानवीय सेवा का प्रथम पहलू है। परमात्मा जीवन दाता है तो चिकित्सक जीवन रक्षक हैं। चिकित्सकों को भगवान का दूसरा रूप इसलिए कहा गया कि भगवान के बाद चिकित्सकों से ही व्यक्ति जीवन की आश और उम्मीद रखता है। इस मौके पर सुप्रसिद्ध बाल चिकित्सक डॉ. आदित्य सिंह, जनरल फिजीशियन डॉ. योगेश्वर सिंह, नीरजा डायग्नोस्टिक के डॉ. अभिषेक सिंह, वरिष्ठ



फिजीशियन डॉ. निरंकार जायसवाल, होम्योपैथी चिकित्सक डॉ. संजय मिश्रा, डॉ. दिनेश यादव, डॉ. रामानंद यादव, डॉ. शैलेन्द्र जायसवाल आदि ने अपने-अपने विचार रखे। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए सम्मानित चिकित्सकों ने कहा कि देश और मानवता की सेवा के लिए निजी स्वार्थ और धन दौलत की अत्यधिक लालसा को त्यागकर आगे आने की जरूरत है। वक्ताओं ने कहा कि दुःखी नर नारायण की सेवा में अपना जीवन व्यतीत करते हुए एक चिकित्सक को धन के साथ आंतरिक सुख, शान्ति और सुकून की जिंदगी के लिए दुआयें भी कमाने की जरूरत है। उन्होंने सम्मान के लिए ब्रह्माकुमारीज परिवार का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इससे हमें अपनी सेवा में और अधिक समर्पण भाव से कार्य करने का बल और प्रेरणा प्राप्त हुई है। कार्यक्रम में ब्र.कु. राधिका दीदी, ब्र.कु. सरिता, ब्र.कु. प्रभा, ब्र.कु. पूजा, ब्र.कु. पूर्णिमा, ब्र.कु. खुशी आदि बहनों ने अतिथियों का स्वागत किया। ब्र.कु. तापोशी बहन ने कार्यक्रम का संचालन किया।

योगा 'तन' को और मेडिटेशन 'मन' को रखता है स्वस्थ

उज्जैन-ऋषि नगर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस पर शिव दर्शन धाम के हारमनी हॉल में डॉक्टर्स के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. जया मिश्रा, गायनेकोलॉजिस्ट, डायरेक्टर, जे.के. नर्सिंग होम एंड स्टैनफोर्ड स्कूल ने कहा कि मरीज और

सकती है। डॉ. सुशील गुप्ता, एम.डी. मेडिसिन, डायरेक्टर, एस.एस. हॉस्पिटल ने कहा कि फैमिली डॉक्टर वह ब्रिज है जो मरीज और स्पेशलिस्ट डॉक्टर को जोड़ता है। उसकी भूमिका बहुत बड़ी होती है। डॉ. श्रीपाल देशमुख, चाइल्ड स्पेशलिस्ट, डायरेक्टर,

मेडिकल कॉन्फ्रेंस 'माइंड बॉडी मेडिसिन' आयोजित किया जाता है। जिसमें हम यह समझते हैं कि किसी भी बीमारी के इलाज में पहली भूमिका मन की फिर शरीर और अंत में मेडिसिन की है। राजयोग के निरंतर अभ्यास से हमारा मन शक्तिशाली बनता है, शांत और धैर्यचित्त भी। डॉ. विमल गर्ग, एम.डी. मेडिसिन ने फैमिली डॉक्टर की आवश्यकता पर प्रकाश डाला। साथ ही अपने अनुभव से उन्होंने कहा कि राजयोग से मन में शीतलता, शांति और संतुष्टता की प्राप्ति होती है। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उषा दीदी ने सभी डॉक्टर्स को सम्मान पत्र देकर व शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. मंजू दीदी ने किया। कार्यक्रम में डॉ. राजेंद्र बंसल, ई.एन.टी. स्पेशलिस्ट, डायरेक्टर, संजीवनी हॉस्पिटल, डॉ. विकास उथरा, चेस्ट स्पेशलिस्ट, डॉ. निलेश व्यापारी, होम्योपैथी, डॉ. राजेश मेहता, रेडियोलॉजिस्ट, डॉ. रुचि उतरा, डेंटिस्ट आदि डॉक्टर्स उपस्थित रहे।



डॉक्टर का सम्बंध विश्वास पर टिकता है। मरीज के विश्वास का ही फल है कि डॉक्टर उसका इलाज कर पाता है। डॉ. महेश मरमट, ऑर्थो स्पेशलिस्ट ने कहा कि डॉक्टर को भगवान न समझें। वो इंसान है और उसे इंसान ही रहने दें। गलती उससे भी हो

देशमुख हॉस्पिटल ने कहा कि आज के समय में फिजिकल हेल्थ, मेंटल हेल्थ और इमोशनल हेल्थ तीनों का ही ध्यान रखना बहुत जरूरी है। डॉ. भोजराज शर्मा, आर.एम.ओ. सिविल हॉस्पिटल उज्जैन ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज माउण्ट आबू में