ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25 | मई - II - 2023 | अंक - 04 | माउण्ट आबू | Rs.-12

ब्रह्माकुमारीज़ के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में 'दिव्य समर्पण समारोह'

सप्त शिव शक्तियों ने किया ईश्वरीय मार्ग पर जीवन समर्पित

- माता-पिता एवं परिजन अपनी बेटियों के दिव्य स्वयंवर को देख हुए गदगद
- दृढ़ प्रतिज्ञाओं के साथ पूरी हुई दिव्य समर्पण समारोह की प्रक्रिया
- 3000 से भी अधिक लोग हुए अलौकिक दिव्य समर्पण समारोह में सम्मिलित

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। ब्रह्माकुमारीज़ के भोराकलां स्थित ओम शांति रिट्रीट सेंटर के दादी प्रकाशमणि सभागार में दिव्य समर्पण समारोह का आयोजन हुआ। कार्यक्रम में 7 कुमारियों ने अपने जीवन को ईश्वरीय सेवाओं में सम्पूर्ण समर्पित करने का दृढ़ संकल्प लिया। उनके माता-पिता को ऐसी दैवी स्वरूप बेटियों को पाकर गौरव महसूस हो रहा था। उनकी आँखों में खुशियों के आँसू छलक आये।

इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज़ के अति. महासचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने कहा कि ये कुमारियां परमात्मा का नाम रोशन करेंगी। ये वो कुमारियां हैं जो किसी के भी 21 कुल का उद्धार कर सकती हैं। ये शिव शक्तियां हैं जो शिव की शक्ति से सबका कल्याण करेंगी।

अलवर से आईं ब्र.कु. ममता बहन ने माता-पिता के द्वारा उनकी बेटियों के प्रति शुभ संकल्पों का उच्चारण कराया। सभी के माता-पिता ने कहा कि उन्हें अपने भाग्य पर नाज़ है जो उनकी पुत्रियों को ईश्वरीय कार्य में समर्पित होने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। सभी ने अपनी शुभ भावनाएं व्यक्त करते हुए कहा कि उनकी पुत्रियां ईश्वरीय मार्ग पर निरंतर आगे बढ़ती रहें और अनेकों का कल्याण करती रहें। इंदौर से आईं ब्र.कु. शकुंतला बहन ने सभी कुमारियों को ईश्वरीय मर्यादाओं के प्रति विशेष प्रतिज्ञाएं कराईं। सभी कुमारियों ने प्रतिज्ञा की कि सदा वफादारी, ईमानदारी और अपने पवित्र श्रेष्ठ जीवन के आधार से परमात्मा की हरेक श्रीमत का पालन करेंगे।

ईश्वर के प्रति समर्पित भाव ही सेवा का सच्चा साधन

आज इन बहनों ने परमात्मा को अपना जीवन समर्पित किया है। ईश्वर के प्रति समर्पित भाव ही सेवा का सच्चा साधन है। ईश्वर के प्रति समर्पण आत्मा को शक्तिशाली बनाता है। ईश्वरीय मार्ग पर समर्पित होना श्रेष्ठ भाग्य की निशानी है। धन्य हैं इन कन्याओं के माता-पिता जिन्होंने इन्हें परमात्मा को समर्पित कर दिया। जब हम परमात्मा पर अपना सर्वस्व न्योछावर कर देते हैं तो फिर परमात्मा ही हमारा ज़िम्मेवार हो जाता है - **यूरोप स्थित ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी।**

इन्होंने विश्व कल्याण का महान लक्ष्य चुना

ईश्वरीय मार्ग ही वास्तव में सत्य और सनातन है। इस मार्ग पर चलकर हम सिर्फ अपना ही नहीं बल्कि औरों का भी कल्याण करते हैं। इन कुमारियों ने विश्व कल्याण का महान लक्ष्य चुना है - **ओ.आर.सी. निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी।**

नव विश्व के सृजन के लिए समर्पण

आज ये कुमारियां जगत माता बन गईं। क्योंकि ये शिव की सच्ची सजनियां बनी हैं। इन कुमारियों ने नव विश्व के सृजन के लिए समर्पण किया है। ये सभी दिव्य और अलौकिक हैं - **ओ.आर.सी. निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी।**

समारोह में इन्होंने भी रखे विचार

- दिल्ली, शक्ति नगर सेवाकेन्द्र की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी ने कहा कि ये समर्पण प्रतीक है परमात्मा के साथ आत्मा के सच्चे सम्बंध का।
- दिल्ली, करोल बाग सेवाकेन्द्र की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी ने कहा कि ये वो कुमारियां हैं जिन्होंने परमात्मा शिव को पहचाना है।
- चेन्नई से आईं वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. वीणा दीदी ने कहा कि अपने लिए तो सब जीते हैं लेकिन इन बहनों ने दूसरों की सेवा के लिए अपना जीवन समर्पित किया है।

सात बहनों ने समर्पित किया अपना जीवन

बड़ौत उ.प्र. से ब्र.कु. वर्षा, रोहतक हरियाणा से ब्र.कु. निधि, पात्रा पंजाब से ब्र.कु. मोनिका, वसुंधरा उ.प्र. से ब्र.कु. ईशु, लुधियाना पंजाब से ब्र.कु. गुरप्रीत, ग्रेटर नोएडा से ब्र.कु. अल्का एवं फिरोजपुर पंजाब से ब्र.कु. शेफाली ने अपना जीवन ईश्वरीय सेवार्थ समर्पित किया।

क्लब कार में निकली शोभायात्रा

सभी कुमारियों को सजाकर क्लब कार में बिठाकर शोभायात्रा निकाली गई। ऐसा नज़ारा जैसे कि फरिश्ते इस धरती पर उतर आये हों। पूरे परिसर में जगह-जगह पर सबने उनपर फूलों की वर्षा की। 7 क्लब कार में कुमारियों के साथ-साथ उनके माता-पिता को भी बिठाया गया। शोभायात्रा में कार को बहुत ही सुंदर फूल-मालाओं से सजाया गया।

कार्यक्रम की कुछ झलकियां यहां

- इस अवसर पर बहुत सुंदर सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें पार्श्व गायक हरीश मोयल एवं उनके ग्रुप ने ईश्वरीय स्मृति के गीतों से समा बांध दिया।
- पंजाबी लोक नृत्य के माध्यम से कलाकारों ने सबका मन मोह लिया।
- 'शिव से चले ब्याहने' नृत्य नाटिका के माध्यम से कलाकारों ने समर्पण समारोह का उद्देश्य स्पष्ट किया।

कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. ममता बहन एवं ब्र.कु. मधु बहन ने किया।

ड्रामा होता ही है खुशी के लिए

ज्ञान-मार्ग में कई ऐसी बातें हमने सुनी जो कि आश्चर्यजनक हैं। हमें ये भी पता है कि ये स्वयं परमात्मा ने बताया है फिर भी उन बातों पर हमारा सम्पूर्ण निश्चय नहीं बैठ पाता। 'ड्रामा बना-बनाया है', ऐसा शब्द आपने कभी सुना नहीं होगा। भाई, या तो बना हुआ होता है या तो बनाया हुआ होता है। दोनों नहीं होता है ना! लेकिन बाबा की भाषा ही अलग है। यह 'बना-बनाया ड्रामा' है। बना-बनाया का मतलब क्या होता है? कोई चीज़ बनी-बनाई होती है क्या? रोटी है, बनी-बनाई होती है क्या? इसको कोई पकाता है, बनाता है। लेकिन बाबा कहते हैं, ड्रामा अनादि है। इसको मैंने भी नहीं बनाया। मैं भी ड्रामा के अनुसार ही चलता हूँ। यह अनादिकाल से चला आता है। यह चला ही नहीं आया है लेकिन ऐसे ही चलेगा। यह कल्प-कल्प ऐसे ही चलेगा। अगर एक मक्खी भी सामने से गुज़रती है तो वो कल्प-कल्प उसी समय पर ऐसे ही गुज़रेगी। यह बदलने वाला नहीं है। फिर बाबा कहता है, यह एक्यूरेट है। कमाल है! एक्सीडेंट हो जाये, टांग टूट जाये और ड्रामा एक्यूरेट है! टांग हमारी टूटी पड़ी है और ड्रामा एक्यूरेट है! उस समय आदमी ऐसा सोचेगा तो कैसा लगेगा!

ब्र.कु. गंगाधर

ब्रह्मा बाबा के जीवन में हमने देखा, पूरे विश्व को परिवर्तन करने की ज़िम्मेवारी फिर भी कोई भारीपन नहीं, चिंता नहीं। कारण, ये ड्रामा बड़ा एक्यूरेट है। वंडरफुल है, बना-बनाया है। बना-बनाया क्यों है? अगर आप ये कहेंगे कि भगवान ने मेरा पार्ट खराब दिया, उसको अच्छा दिया। मैं जिस काम में हाथ डालता हूँ नुकसान ही नुकसान है और वो राख में भी हाथ डालता है तो सोना बन जाता है। तो यह ड्रामा है जी! भगवान भी न्याय नहीं करता है! यह क्या बात है जी! यह बना-बनाया ड्रामा है। भगवान ने नहीं बनाया है। नहीं तो दोष उसपर आता है।

भक्ति मार्ग में एक कहानी सुनाते हैं, एक व्यक्ति ने भगवान से प्रार्थना की, 'हे प्रभु, मेरे पड़ोसी की भैंस बहुत दूध देती है, मेरी गाय उसके सामने कुछ भी नहीं देती। सेवा भी मैं गाय की बहुत करता हूँ। पड़ोसी बहुत कमाता है भैंस से। तू मेरी भक्ति की परवाह नहीं करता है। तू सोया पड़ा है। क्या बात है? तूने मेरे लिए कुछ नहीं किया। अच्छा चलो, कम से कम यह कर दो कि उसकी भैंस मर जाये।' भगवान को कहता है कि पड़ोसी की भैंस मर जाये! भगवान के पास यही काम रह गया है क्या करने को! हुआ क्या कि दो दिन बाद उसकी गाय मर गई, बजाय पड़ोसी की भैंस मरने के। तो कहता है, अरे भगवान, 'तुझे गाय और भैंस का भी पता नहीं है! मैंने कहा था भैंस मार दो, तुमने तो गाय मार दी। फिर कहता है, तू कैसा भगवान है! कौन कहता है तुझे भगवान! एक छोटा बच्चा भी जानता है कि भैंस क्या होती है और गाय क्या होती है।' लेकिन यह ड्रामा बना-बनाया है, इसीलिए भगवान पर दोष नहीं आता है। हमारे ऊपर भी दोष नहीं आता है क्योंकि ड्रामा में हरेक का पार्ट है। हरेक के पार्ट को देखकर खुश हो जाओ। ड्रामा किया जाता है और देखा जाता है खुशी के लिए, मन बहलाने के लिए। कोई कहता है, ये प्रभु की लीला है, कोई कहता है कि ये चार दिन का नाटक है। ड्रामा के बारे में बाबा के जो शब्द हैं, एक्यूरेट हैं, अनादि हैं और वाह ड्रामा वाह! ऐसा कहकर चलते रहो तो खुश होंगे। जब खुशी होगी तभी संतुष्ट रह सकते हैं। खुशी तब रहती है जब हम समझेंगे कि ड्रामा होता ही है खुशी के लिए। इसके बिना हर परिस्थिति में संतुष्ट रहना संभव नहीं।

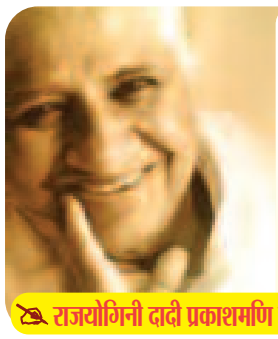
जैसे आत्मा को समझना ज़रूरी है, परमात्मा को समझना ज़रूरी है, कर्मों की गति को समझना ज़रूरी है, भगवान का अवतरण और उसके कर्त्तव्य स्थापना, पालना और विनाश के राज़ को समझना ज़रूरी है, उतना ही ड्रामा के राज़ को समझना भी ज़रूरी है। ये कोई कम महत्त्व की बात नहीं है। कितने लोग इस ज्ञान से चले गये क्यों? क्योंकि वे इस ड्रामा के पट्टे पर टिक ही नहीं सके। नतीजा यह हुआ कि इतना वंडरफुल ज्ञान को छोड़कर, इतने बड़े भाग्य को लात मारकर, इतनी बड़ी तकदीर की लकीर को खत्म कर चले गये। तब भी बाबा कहता है, वाह ड्रामा वाह! आप सोचो, बाबा के दिनों में कितने आये, खून से लिखकर दिया कि हमें निश्चय है कि भगवान ब्रह्मा के तन से पढ़ा रहे हैं, फिर चले गये। कितने-कितने साल बाबा की पालना ली और चले गये! इसलिए बाबा कहते हैं, आश्चर्यवत सुनन्ति, कथन्ति... इत्यादि गीता में भी है। यह ड्रामा खुश रहने के लिए बना-बनाया है। किसी को दोष नहीं दे सकते।

न किसी पर प्रभावित होना और न किसी को करना...

मीठे बाबा ने हमें यह चार मन्त्र दिये हैं- 1.अलबेले नहीं बनो, अलर्ट बनो। 2.घृणा नहीं रखो, शुभ भावना रखो। 3.ईर्ष्या नहीं रखो परन्तु अपने दिल में रेस करने की, उन्नति करने की दृढ़ता रखो। 4.किसी पर भी प्रभावित नहीं होना। हम सब एक बाबा के ऊपर प्रभावित हो गये तो व्यक्ति, वैभव, वस्तु... किसी पर भी प्रभावित हो नहीं सकते। अपनी सेवा से भी प्रभावित होते तो उसमें भी कभी इगो आ जाता है। जब बाबा कहता कि मैं टच करके करा देता हूँ, तो फिर हमारी सेवा कहाँ! हम अपनी सेवा से प्रभावित हो कैसे सकते! दूसरों की सेवा देखकर खुद के नैन शीतल हों, ठण्डे हों। इससे अपार खुशी मिलती है। दूसरे करते हैं तो उसे देख नैन ठण्डे शीतल होते रहें, इससे अपने आपको बहुत बड़ा बल मिलता है। यह अलग बात है- जो ओटे सो अर्जुन, हर बात में उमंग इतना ही रखना चाहिए कि हमें हे अर्जुन बनकर हर कार्य करना है। इसके साथ-साथ यह भी बैलेन्स हो, जो भी करें उसमें इतना ही खुशी का पारा रहना चाहिए।

कई पूछते हैं दादी आपके ऊपर इतनी बड़ी जवाबदारी है, बर्डन है तो कभी फिक्र नहीं होती? नींद नहीं फिटती? मैं कहती यही बाबा की मुझे बहुत बड़ी दुआयें हैं कि मैं तकिये पर सिर रखती और मिनट डेढ़ मिनट में नींद आ जाती, यह मुझे बड़ा वरदान है। कारण, ड्रामा, बिन्दु, ओम शान्ति, बाबा आप बैठे हो, आपको जो चाहिए कराओ। यह पक्का याद रहता है। भक्ति मार्ग में भी एक प्रार्थना है- शल सबको सुबुद्धि दे भगवान...। मैं कहती बाबा आपकी सबको श्रीमत है, सब श्रीमत पर चलें, यही मेरी हरेक के प्रति शुभ भावना है। इसी श्रीमत से हम सबका कल्याण होता। श्रीमत पर चलते चलो तो दूसरी कोई बातें हैं ही नहीं। जहाँ मनमत होती वहाँ विघ्न आता, जहाँ श्रीमत है वहाँ विघ्न आता ही नहीं।

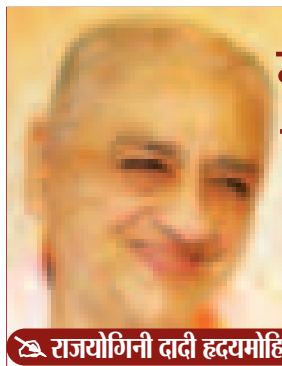
मेरे मन में सदा एक बात रहती- बाबा यह सब आपका परिवार है, मुझे कभी आप सभी ड्यूटी देते, दादी आप प्रेज़ीडेंट हो, दादी आप ये हो... आपकी मेरे लिए इतनी भावना है उसके लिए बहुत-बहुत थैंक्स। पर मैं बाबा को कहती- बाबा मुझे कोई प्रेज़ीडेंट कहे, मुझे बड़ा कहे... यह मुझे नहीं चाहिए। परन्तु आप मुझे कोई सेवा देते भी हो तो उसकी योग्यता भी आप ही देना। बाबा आप ही मुझे वरदान से चलाओ, मैं तो बहुत छोटी हूँ, न मैं इतनी पढ़ी, न मैं इतना भाषण करना जानती... आप सबने मुझे टोपी दी है, जैसे मैं बड़ी अक्ल वाली हूँ, लेकिन मैं आप सबकी छोटी बहन हूँ। फिर भी आप सबका मेरे लिए प्यार है या शुभ कामना है, तो यह भी आप सभी का थैंक्स।


राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

भोलानाथ बाबा का भण्डारा है, भोलानाथ बाबा का यह यज्ञ है, न हम किसी के हैं, न मेरा कोई है। हम सब उसी के हैं इसलिए सब हमारे हैं, हम सबके हैं। ऐसी भावना में रहने से बुद्धि बहुत-बहुत हल्की रहती।

बाबा और आप सभी की दुआयें हैं। मैं तो आप सभी की दुआयें ही झोली में सदा मांगती। मुझे और कुछ नहीं चाहिए क्योंकि कार्य बाबा का है मेरा नहीं है। जैसे भोलानाथ बाबा का भण्डारा है, भोलानाथ बाबा का यह यज्ञ है, न हम किसी के हैं, न मेरा कोई है। हम सब उसी के हैं इसलिए सब हमारे हैं, हम सबके हैं। ऐसी भावना में रहने से बुद्धि बहुत-बहुत हल्की रहती। बस इतना पुरुषार्थ ज़रूर रहता कि बाबा ने जो विल पॉवर दी है, वह सदा साथ रहे, सर्वशक्तियां साथ रहें। योग का ऐसा अपना चार्ट रहे जो अन्त में बैठे-बैठे उसी कर्मातीत स्थिति में यह तन चला जाए। बस सदा यह फुरना रहता कि बाबा आपकी यादों में सभी की अत्यन्त दुआओं से ऐसी स्थिति में बैठें, जैसे कि हम सम्पन्न फरिश्ता हैं, यह पुराना तन छोड़कर फरिश्ता, कर्मातीत बनकर आपकी गोद में उड़कर आ जाएं। बस केवल यही पुरुषार्थ रहता।

मुरली सुनते हर प्वाइंट का स्वरूप बनते जाओ तो कभी उबासी नहीं आयेगी


राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

जब मुरली सुनते हैं तो बाबा जो प्वाइन्ट कह रहा है उस प्वाइन्ट का अनुभव करते जायें और सुनते जायें तो नींद या भारीपन कभी नहीं आयेगा, जैसे कोई खुराक खाये तो ये मन की खुराक है ना, तो खाना खाते समय कोई सोते हैं क्या? सोये तो फिर खाना कहाँ जायेगा! तो यह भी मन का भोजन है, तो मन नाचना चाहिए ना! हमेशा मुरली जब हम सुनते हैं तो यह नहीं समझें कि बाबा क्लास के लिए मुरली चला रहा है, बहुत बैठे हैं ना। लेकिन नहीं, बाबा मुरली द्वारा पर्सनल मेरे से बात कर रहा है। अब कोई मेरे से बात कर रहा हो तो उस समय झुटका खायेंगे क्या! बाबा मेरे लिए आया है, मेरे लिए बाबा सुना रहा है और मेरा बाबा है अगर इस स्मृति से बैठेंगे तो कभी भी मुरली सुनते हुए सुस्ती नहीं आयेगी।

साकार के समय मुरली के बीच में कोई ने अगर उबासी ली और बाबा की नज़र पड़ गई तो बाबा फौरन कहता था इसको उठाओ क्योंकि बाबा को यही आता था कि कल्प में एक बार इतना दूर से शिवबाबा आके पढ़ाता है और यह ऐसे समय पर उबासी देवे...। तो जब जो बात जैसी बाबा कहते हैं उसी समय वैसा ही अनुभव करते जायें, परमधाम कहा तो परमधाम की स्मृति आ गई, अगर सूक्ष्मवतन कहा तो वो स्मृति आ जाये, भक्तों की बातें की तो मैं देवी के रूप में भक्तों को देख रही हूँ। तो जो बात बाबा कहता है उसी अनुभव में अगर हम होंगे, तो नींद या भारीपन नहीं आयेगा। मानों अतीन्द्रिय सुख का अनुभव हो रहा है तो नींद, अलबेलापन या सुस्ती आयेगी क्या? तो हमेशा मुरली सुनने के समय हमें यह चेक करना है कि आज मेरे लिए बाबा क्या-क्या सौगात लाये हैं? मेरा टीचर इतना दूर से आया है, वैसे भी कोई दूर से आता है तो उसका कितना स्वागत किया जाता है। यह तो 5 हजार वर्ष के बाद बाबा हमारे लिए आता है। जैसे मेरा बाबा कहते हैं, वैसे मेरे लिए आया हुआ है, यह पर्सनल भासना अगर हमारे पास होगी तो बहुत स्फूर्ति से मुरली सुनेंगे और अनुभव होने लगेगा कि बाबा हमारी झोली में इतने मोती डालकर ज्ञान रत्नों से भरपूर कर रहा है, तो हमारा अटेन्शन मुरली सुनने में होना चाहिए। मुरली में बाबा ने जो कहा उसमें हाँ या ना नहीं किया तो बाबा कहता था यह कौन-सा बुद्धू सामने बैठा है? इतना अटेन्शन ब्रह्मा बाबा हमारे ऊपर देता था। बाबा शिक्षायें भी देता तो प्यार भी इतना करता।

ऐसे ही हमारी दादी की नेचर थी- समझो कोई छोटी बहन जाके दादी को कहती है दादी, आज ऐसा हुआ मेरे को बहुत रोना आ गया, मेरे को फीलिंग आ गई, तो दादी कभी भी उनकी बात बड़ी बहन को सुनायेंगी नहीं, उल्हना नहीं देगी। उसको ऐसा खुश करके भेजती थी, उसको ठीक कर देती थी। जनरल में क्लास कराके टोटल शिक्षा देगी, पर्सनल में इशारे से सुनायेगी, सीधा नहीं कहेगी कि तुमने यह किया है, उस बात को दादी फिर दिल में नहीं रखती थी।

स्व चिंतन व शुभ चिंतन में रहने से सब काम आपे ही हो जाते...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

एक बारी बाबा ने कहा जिन सोया तिन खोया, ऐसी हमारी नींद न होवे। जिन जागा तिन पाया, ऐसी नींद होवे। तिन खोया माना अज्ञान की नींद में सोया, भले वो जागते हैं पर सोये हुए हैं तो वो समय गंवा रहे हैं। जिन जागा तो बाबा कहता है अब औरों को जगाओ। सतयुग में देवतायें कैसे सोते होंगे, कैसे चलते होंगे। बाबा ने इतनी अच्छी समझ दी है, सावधानी के साथ शिक्षा भी दी है कि मुझे क्या करने का है। बाबा ने जो समझ दी है यानी बुद्धि दी है, उससे जांच करनी है कि राइट क्या है, रॉन्ग क्या है? उसके लिए विवेक है, बताता है यह राइट है कर ले। किसने कहा कर ले? समय ने कहा- कर ले, बाबा कहता है- कर ले। यह समय है करने का इसलिए कभी भी कैसे करें, क्या करें? यह नहीं कहो क्योंकि यह बड़ी भूल है। कोई ऐसे पूछे तो क्या समझेंगे? क्या जवाब देंगे? बाबा कहता है यह करो, ऐसे करो, प्रैक्टिकल करके दिखला रहा है।

कैसे करें, क्या करें के बजाए पाँच बातें नैचुरल लाइफ में हों। पहले है पवित्रता, अगर थोड़ा भी अपवित्र यानी यथार्थ संकल्प नहीं हैं तो चेहरा मुँझा हुआ है। संकल्प मेरा बताता है पवित्रता से योगबल कितना जमा कर रहे हैं। पवित्रता से सत्यता ऑटोमेटिक जीवन में धारण हो जाती है। परमात्मा सत्य है, पवित्रता से बहुत दिल साफ है तो सच्चा रहना, फिर है धैर्यता, थोड़ा भी अधैर्य हुए तो क्वेश्चन उठेगा कि क्या करूँ, कैसे करूँ? कहाँ गई पवित्रता? कहाँ गई सत्यता? इसलिए नाजुक नहीं बनना है। कभी भी ऐसी फीलिंग आई क्या करूँ, कैसे करूँ... मतलब यह अच्छा नहीं है, शोभता नहीं है। पवित्रता, सत्यता, धैर्यता, फिर है नम्रता और मधुरता। सबसे बड़ी सूक्ष्म इच्छा है- मान की, पर पवित्रता, सत्यता, धैर्यता से स्वमान में रह सकते हैं। व्यवहार में बड़ों को रिगार्ड देना, समान वालों को रिस्पेक्ट देना नैचुरल है।

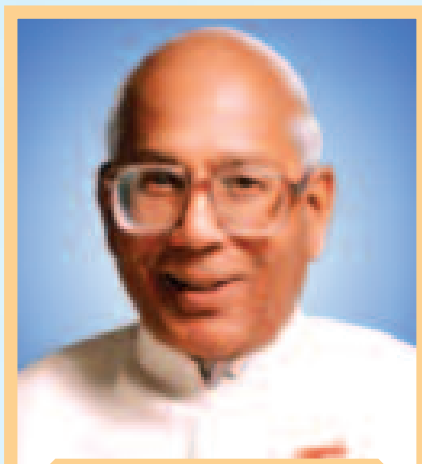
बाबा कहते सिर्फ तुम अपना पुरुषार्थ अच्छा करो और ज़िम्मेवारी भले कुछ नहीं सम्भालो। मेरे लिए पुरुषार्थ कोई नहीं करेगा। बाबा भी नहीं करेगा। हम हिम्मत और विश्वास से करेंगे, तो बाबा की मदद काम करती है। 'अपनी घोट तो नशा चढ़े' घोटना यह शब्द सिर्फ कहने लिए नहीं है, अनुभव की बात है कि अपने को देख औरों का दर्शन बन्द कर, सावधानी से पर का चिंतन बन्द करना जैसे जादू का काम हो जाये, इससे जीवन में बहुत परिवर्तन आयेगा। स्व चिंतन और पर चिंतन में कितना अन्तर है, जैसे अंधे को आँख मिली। स्व चिंतन, शुभ चिंतन में रहने से सब काम आपेही हो जाता है, इसमें बहुत शांति से काम लेना होता है। कई जगह मैंने देखा है नाम सेवा है, चिंतन पर का है इसलिए सफलता नहीं मिलती।

नेपाल-काठमाण्डू। भारत की महामहिम राष्ट्रपति श्रीमति द्रौपदी मुर्मू से मुलाकात कर ईश्वरीय सेवाओं की जानकारी देने के पश्चात् उपस्थित हैं नेपाल स्थित ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

सहयोग देने वाले व्यक्ति का हम सम्मान करें

जिसके मन में सहयोगियों के प्रति एहसान नहीं होगा, वह न तो स्वयं सहयोगी बन सकता है, न योगी क्योंकि वह प्रीति की रीति को निभाना ही नहीं जानता। बुरों के साथ भलाई करने की बात तो दूर रही, जिन्होंने उसके साथ भलाई की, वह तो उनके साथ भी भलाई करना नहीं जानता, तब भला उसके व्यवहार में वो सज्जनता, सौष्ठव(सुन्दरता) अथवा श्रेष्ठता कैसे आ सकते हैं?

सोचने की बात है कि जब हम मुसीबतों से घिरे थे तब यदि किसी ने हमारी मुसीबत को हल्का किया, जब हम घटाटोप अन्धेरे से घिरे थे, तब किसी ने मोमबत्ती जगाकर रास्ता दिखाया था, जब हमारा मन कभी टूट चुका था तब उस घड़ी किसी ने हममें एक नया उत्साह फूंक दिया और हम अपनी समस्याओं से जूझने के लिए तैयार हो कर खड़े हो गये या अन्य किसी भी प्रकार से हमारे आड़े-दिनों में हमें सहायता दी तो क्या इसे भुलाना इन्सानियत है? ये ठीक है कि हम गुण एक परमात्मा के गाते हैं और हमारा पूर्ण कल्याण करने वाला वह एक परमपिता ही है और दूसरे सब तो असमर्थ जीव हैं। तब क्या इसका यह अर्थ है कि हम किसी द्वारा की हुई भलाई को भुला दें? जिसने हमें समय पर जैसा भी सहयोग दिया, उसका कई गुणा अधिक न सही, क्या हम उसका थोड़ा भी एहसान न मानें? क्या सहयोग देने वाले व्यक्ति का हम सम्मान न करें, उसके प्रति हमारा थोड़ा भी कृतज्ञता का भाव न हो? हमारे मन में उसके प्रति धन्यवाद का रिंचक भी भाव न हो? क्या ऐसे स्वभाव को हम मानवता का चिन्ह मानेंगे? हम सभी के जीवन का अनुभव तो यही कहता है कि हमें सहायता, सहारा या सहयोग देने वाले व्यक्ति का एहसान मानना चाहिये। परन्तु देखा गया है कि ऐसे भी कुछ धृष्ट(ढिठ) और कठोर स्वभाव के लोग होते हैं जो एहसान फरामोश होते हैं। कोई उनके साथ कितनी भी भलाई कर दे, वो उसे अपना अधिकार मानते हैं और उसके प्रति शुक्रगुज़ार नहीं होते। यदि भलाई करने वाले व्यक्ति पर कभी आ बनी हो या उसके कुछ टेढ़े दिन आये हों, उसकी शक्तियाँ, साधन और स्रोत क्षीण होने लगे हों, तो वे उसको कभी पूछते तक नहीं। वे सोचते हैं कि--"यदि उसने हमसे कोई भलाई की थी तो इसमें बड़ी बात क्या है? अपने अच्छे कार्य से तो उस व्यक्ति ने अपना भाग्य बनाया है", वे कहते हैं कि- "अगर हमारे बाप ने, बड़े भाई ने, पड़ोसी ने, साथ कार्य करने वाले व्यक्ति ने, किसी सम्बन्धी ने कुछ हमें फायदा पहुँचाया भी हो तो इसमें एहसान की क्या बात है? यदि हमें किसी ने जीवन में सफलता के लिये कोई राय दी, जिस समय हमारे भाग्य की नैया डूब रही थी, उस समय हमें सम्भाल लिया, तब उसने अपना कर्त्तव्य ही तो किया....।" क्या इस प्रकार की विचारधारा वाले लोग नैतिकता एवं सद्व्यवहार की सीढ़ी पर ऊपर चढ़ सकते हैं? क्या वे योगी बन सकते हैं अथवा 'महात्मा' कोटि के हो सकते हैं?



राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

योगी नहीं कूटनीतिज्ञ

ऐसे लोग राजनीतिज्ञ तो हो सकते हैं, वे योगी नहीं हो सकते क्योंकि योगी जीवन के लिये दो गुणों का होना आवश्यक है। यदि कोई व्यक्ति परमात्मा के एहसानों को ही न मानें, वह सच्चे दिल से परमात्मा का शुक्रिया ही न करे तो उस श्रद्धाहीन, भावना-विहीन, हृदय-रहित व्यक्ति का योग लग ही नहीं सकता। योगी की तो ऐसी स्थिति होती है कि वो अपना सब-कुछ परमात्मा को समर्पित कर देता है; अपने पास कुछ रखता ही नहीं हैं क्योंकि वह ऐसा मानता है कि परमात्मा ने उसे विकारों की दलदल से निकाला है। उसे सत्यता की राह दिखाई है, बुराइयों का सामना करने के लिये उसमें प्रोत्साहन भरा है, उसकी निर्बल आत्मा में शक्ति का संचार किया है, उसकी काया-कल्प कर दी है, मूर्छा से उसे जगाया है, उसे डूबने से बचाया है और इसलिये वह इतना भाव-विभोर होता है, वो सोचता है कि यदि सब-कुछ परमात्मा पर न्यौछावर कर दिया जाये तो भी तिल अथवा राई मात्र है, जबकि परमात्मा के एहसान हिमालय से भी ऊँचे हैं। ऐसे जब भाव की बाढ़ उसके मन में आती है तो उसकी आँखें छलकने लगती हैं और वह उस समय परमात्मा का मिलन मना रहा होता है। एहसान मानते हुए मिलन मनाने की उस स्थिति विशेष का नाम ही तो 'योग' है। वह 'आसान योग' भी है और 'एहसान योग' भी है। हैवान भी अपने मालिक का एहसान मानता है और यदि इन्सान एहसान न माने, माफ कीजिएगा तो वह 'बे-ईमान' है। इसके अतिरिक्त, योगी को योगी बनने में जो भी कोई सहयोग देता है, उसके प्रति भी उसके मन में एहसान का एहसास होता है क्योंकि वो उसके जीवन को अच्छा बनाने के निमित्त बना। जिसके मन में सहयोगियों के प्रति एहसान नहीं होगा, वह न तो स्वयं सहयोगी बन सकता है, न योगी क्योंकि वह प्रीति की रीति को निभाना ही नहीं जानता। बुरों के साथ भलाई करने की बात तो दूर रही, जिन्होंने उसके साथ भलाई की, वह तो उनके साथ भी भलाई करना नहीं जानता, तब भला उसके व्यवहार में वो सज्जनता, सौष्ठव(सुन्दरता) अथवा श्रेष्ठता कैसे आ सकते हैं?

कुछ लोग ऐसे होते हैं जो किसी छोटे-मोटे, अच्छे काम करने वाले हर व्यक्ति को हर पाँच मिनट के बाद एक शिष्टाचार के नाते कहते हैं- "आपका धन्यवाद" न जाने दिन-भर में कितनी बार, कितने लोगों को वे सभ्यता के नाते धन्यवाद कहते होंगे। इस सभ्यता के तौर पर कहे गये धन्यवाद की बात अलग है, परन्तु एहसान मानने की बात का सम्बन्ध मन की गहराई से होता है। प्रथम अर्थात् धन्यवाद का सम्बन्ध सभ्यता से और मन की गहराई से, एहसान मानने का सम्बन्ध प्रेम से किसी के द्वारा की गई भलाई के आदर भाव से, उस व्यक्ति के प्रति कृतज्ञता से तथा कभी उसके साथ भलाई करने की कसक तीव्र इच्छा से है।

शांतिवन। वुमेन वर्ल्ड रिकॉर्ड्स द्वारा प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी को महिला सशक्तिकरण हेतु किये गये कार्यों के लिए 'वुमेन एम्पॉवरमेंट अवॉर्ड' से सम्मानित किया गया। वुमेन वर्ल्ड रिकॉर्ड्स के राष्ट्रीय सचिव डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके ने यह सम्मान दादी को प्रदान किया। इस मौके पर ब्र.कु. लीला बहन, ओमशान्ति मीडिया के संपादक ब्र.कु. गंगाधर भाई व ब्र.कु. प्रज्ञा बहन उपस्थित रहे।

पुखरायां-अकबरपुर(उ.प्र.)। नारी कवच संस्था के द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर राजयोगिनी ब्र.कु. ममता दीदी को जिला अधिकारी नेहा जैन के द्वारा शील्ड देकर सम्मानित किया गया। इस मौके पर राज्यमंत्री प्रतिभा शुक्ला, विकास अधिकारी सौम्या पांडे, पुष्पा हॉस्पिटल की डॉ. पुष्पा बहन आदि उपस्थित रहे।

नई दिल्ली। बेलामोंडा होटल में आयोजित पुरस्कार वितरण कार्यक्रम में भारत के प्राचीन राजयोग का प्रचार व प्रसार करने के लिए डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को 'इंटरनेशनल फेम अवॉर्ड्स 2023' प्रदान कर सम्मानित करते हुए सुप्रसिद्ध फिल्म अभिनेत्री शिल्पा शेट्टी। साथ हैं ब्रह्माकुमारीज़ के सत्कार भवन सेवाकेन्द्र की ब्र.कु. छवि बहन, ब्र.कु. तान्या बहन व ब्र.कु. संजय भाई।

मोतिहारी-पतौरा(बिहार)। 16 वर्ष पूर्व सुदूर गांव में ब्रह्माकुमारीज़ पाठशाला की निमित्त संस्थापिका ब्र.कु. डॉ. अंजू वर्मा के द्वितीय पुण्य स्मृति दिवस पर पाठशाला में आयोजित 'बी.के. डॉ. अंजू वर्मा व्यक्तित्व एवं कृतित्व' विषयक संगोष्ठी में आये वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. आलोक मिश्रा, मोतिहारी आयुर्वेद मेडिकल कॉलेज के प्राचार्य डॉ. नरेन्द्र कुमार एवं मुज़फ्फरपुर मेडिकल कॉलेज के रीडर डॉ. आर.एन. सिंह को ब्रह्माकुमारीज़ के मूल्यों को पुनर्स्थापित करने के कार्य तथा मेडिकल विंग के सेवा कार्य की जानकारी देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए मोतिहारी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विभा बहन। साथ हैं ब्र.कु. अशोक वर्मा।

कुरुक्षेत्र-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'नशा मुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत एनएसएस कैम्प में कार्यक्रम के दौरान डॉ. अशोक कुमार वर्मा,हरियाणा स्टेट नार्कोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो, ब्र.कु. शिवाली बहन, गुरसिमर बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

एक दिन पूरा बाबा के साथ रहेंगे तो बाबा की आशीर्वाद व मदद मिलेगी...

जितना स्वदर्शन चक्र चलेगा उतना शुद्धिकरण होता जायेगा

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन,
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

बाबा हम बच्चों को कहते हैं अपने संग की संभाल करो। किसका संग कर रहे हैं ये देखो और हमेशा मन से बाबा का संग करते रहो। बाबा के संग में रहो, मुरली के संग में रहो, श्रीमत के संग में रहो। तो ये संग यानी ये फास्टिंग करो तो मन के संकल्प अशुद्ध नहीं होंगे। लेकिन अगर बुरा संग होगा, तो मन के संकल्प अच्छे नहीं होंगे ना! और आज की दुनिया में सबसे बड़ा संग कौन-सा है,जो व्यक्ति को बिगाड़ता है? मोबाइल, मोबाइल है ना! पता नहीं क्या-क्या देखते रहते हैं और कहाँ-कहाँ पहुंच जाते हैं तो बुद्धि खराब होगी या नहीं होगी! इसलिए बाबा कहते हैं साधन हैं उसको यूज़ करो लेकिन मालिक बनकर यूज़ करो, गुलाम बनकर नहीं। ये फास्टिंग बहुत ज़रूरी है। अगर ये फास्टिंग नहीं किया तो क्या होगा? परिवर्तन मुश्किल है। बुरी संगत का फास्टिंग ज़रूरी है। मालिक बन जाओ, स्वराज्य अधिकारी। बाबा ने एक मुरली चलाई जिसमें रूलिंग पॉवर और कंट्रोलिंग पॉवर के बारे में कहा। क्यों कहा? क्योंकि बाबा भी ऊपर से देख रहा है कि बच्चे किसके संग में सारा दिन क्या कर रहे हैं। कितना टाइम वेस्ट कर रहे हैं। इसलिए इसका फास्टिंग करना बहुत ज़रूरी है।

क्या हम एक हफ्ते में एक दिन मोबाइल का उपवास नहीं कर सकते हैं? नेचरक्योर में भी हफ्ते में एक दिन उपवास कहते हैं ना! उस दिन सुबह से सभी को ये बताओ कि आज मेरा गुरूवार का उपवास है और गुरूवार को मैं मोबाइल बिल्कुल ऑपरेट नहीं करूंगी या करूंगा। एक दिन पूरा बाबा के साथ रहेंगे तो बाबा भी आशीर्वाद देगा कि नहीं देगा? उसकी मदद भी मिलेगी।

पांच स्वरूप का अभ्यास, स्वदर्शन चक्र चलाओ। जितना स्वदर्शन चक्र आपका चलेगा उतना ही असुरों का गला कटेगा, आपका शुद्धिकरण हो जायेगा। तो ये पांच स्वरूप का अभ्यास बाबा ने कहा है आठ बार, बारह बार करो। सारे दिन में करो, हर घंटे में एक बार करो।

हफ्ते में एक दिन आप खुद को देखो मैं गुलाम हूँ या मालिक बनकर प्रयोग कर रहा हूँ! ये आप चेक करो अपने आपमें कि एक दिन अगर मैंने उपवास किया मोबाइल का तो मैं उसके बिना रह सकता हूँ कि नहीं! मोबाइल के बिना अगर बेचैन हो जाते हैं तो इसका मतलब आप गुलाम हैं। इस गुलामी को खत्म करो। और अगर आप खुशी में रह सकते हैं, तो आप समझो मैं मालिक बनकर प्रयोग कर रहा हूँ। एक दिन पूरा आप बाबा के साथ एन्जॉय करो। और फिर फास्टिंग के बाद आप अपने विचारों को देखो कि आज मेरे विचार कैसे हैं? फिर देखो संस्कार परिवर्तन होता है कि नहीं होता है? फास्टिंग करेंगे तो संस्कार परिवर्तन ज़रूर होगा।

संस्कार परिवर्तन के लिए बाबा ने जो अभ्यास हम बच्चों दिया है पांच स्वरूप का। फास्टिंग करेंगे तो क्या करेंगे? अल्टरनेट कुछ देना पड़ेगा ना! नहीं तो मोबाइल की याद बार-बार आती रहेगी। इसलिए पांच स्वरूप का अभ्यास, स्वदर्शन चक्र चलाओ। जितना स्वदर्शन चक्र आपका चलेगा उतना ही असुरों का गला कटेगा, आपका शुद्धिकरण हो जायेगा। तो ये पांच स्वरूप का अभ्यास बाबा ने कहा है आठ बार, बारह बार करो। सारे दिन में करो, हर घंटे में एक बार करो। इस चक्र को घुमा दो, स्वदर्शन चक्र से क्या होगा? अपने अंदर रहे हुए बुरे स्वभाव-संस्कार जो हैं या संस्कार रूपी असुर हैं उनके गले कट जायेंगे। तब देखना कितना पॉवरफुल अंदर में हो जायेंगे आप। स्वदर्शन चक्र जिसके पास हो वो कितना पॉवरफुल हो जाता है और पॉवरफुल नहीं लेकिन श्रीकृष्ण के साथी बन जायेंगे। श्रीकृष्ण के साथ जीवन जीने का अवसर मिलेगा नई दुनिया में। ठीक है!

कोहिमा-नागालैंड। गृहमंत्री अमित शाह एवं भाजपा अध्यक्ष जे.पी. नड्डा का शॉल पहनाकर अभिनंदन करने के पश्चात् नागालैंड में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा हो रही ईश्वरीय सेवाओं की जानकारी देते हुए ब्र.कु. रूपा बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं अन्य जिलों के सेवाकेन्द्रों की निदेशिका।

देवबंद-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ शिव चौक की ओर से श्री त्रिपुर मां बाला सुंदरी देवी मेला प्रांगण में आयोजित 'सच्चे मन की शांति' विषयक प्रदर्शनी का रिबन काटकर उद्घाटन करते हुए लोक निर्माण विभाग राज्यमंत्री बृजेश सिंह रावत। साथ हैं छुटमलपुर से आईं ब्र.कु. पिंकी बहन, ब्र.कु. पारुल बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

नई दिल्ली-करोल बाग(पाण्डव भवन)। ऑल इंडिया कैम्पेन के अंतर्गत 'पारिवारिक सशक्तिकरण' कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारी बहनों को कलश देते हुए विशेष रवि,विधायक एवं राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी,चेयरपर्सन,वुमेन विंग,ब्रह्माकुमारीज़ तथा बहनों को परमात्म ध्वज एवं कलश देते हुए बायें से चक्रधारी दीदी के साथ राजयोगिनी ब्र.कु सुदेश दीदी,डायरेक्टर,ब्रह्माकुमारीज़ यूरोपियन सेंटर्स, उर्मिला गौतम,म्युनिसिपल काउंसलर एवं राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी,डायरेक्टर,ब्रह्माकुमारीज़ करोल बाग सेंटर।

फरीदाबाद-हरियाणा। सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में विधायिका बहन सीमा त्रिखा का स्वागत करते हुए ब्र.कु. कौशल्या दीदी तथा अन्य।

राँची-झारखण्ड। ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी के पुण्य स्मृति दिवस(वैश्विक आध्यात्मिक जागृति दिवस) पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए सुधीर प्रसाद,समाजसेवी, भुवनेश प्रताप सिंह,निदेशक,झारखण्ड एड्स कंट्रोल सासाइटी, के.एल. अग्रवाल,निदेशक, विमानपत्तन, सुमन सिंह,पूर्व निदेशक,इनर व्हील क्लब व समाजसेवी, ब्र.कु. निर्मला बहन तथा ब्र.कु. प्रदीप भाई।

वैर-भरतपुर(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ उपसेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित महिला दिवस व होली मिलन समारोह के कार्यक्रम में उपसेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन, राजकीय विद्यालय की प्रधानाचार्या श्रीमति मीना अग्रवाल, सोमेन्द्र स्कूल की शिक्षिका गजेंद्री जी, जगजीवनपुर गर्ल्स स्कूल की सहायक डोली कटारा, ब्र.कु. संस्कृति बहन सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

इंडियन बैंक Indian Bank
इलाहाबाद ALLAHABAD
Name: OM SHANTI MEDIA
Pay Directly to: mediabkm@indianbk
BHIM UPI
BHARAT INTERFACE FOR MONEY UNIFIED PAYMENTS INTERFACE

For Online Transfer

BANK NAME:- INDIAN BANK
BRANCH:- Shantivan, Talhati
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA
ACCOUNT NO:- 7482096871,
IFSC - CODE:- IDIB000S319

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

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें
कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया
संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न-5,आबू रोड, राज. 307510
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088
Email-omshantimedia@bkivv.org
सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक - 240 रूपये, तीन वर्ष - 720 रूपये, आजीवन - 6000 रूपये
Website: www.omshantimedia.org

ज़रा सोचें...

अपने को निमित्त समझकर चलेंगे तो न्यारा और बाप का प्यारा स्वतः बन जायेंगे

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

जब से हम बाबा के बने,यज्ञ से जुड़े तो अब हम व्यक्ति नहीं हैं,अब हम भी संस्था हैं यज्ञ हैं। क्योंकि लोग हमें अब व्यक्ति के रूप में नहीं देखते हैं ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी के रूप में देखते हैं। ओमशांति वाले हैं इस रूप में देखते हैं। हम अपने स्वभाव-संस्कार, गुण-कमी के अनुसार कर्म करते हैं पर लोग क्या समझते हैं? क्या ब्रह्माकुमारी में ऐसा सिखाते हैं। वो विद्यालय का ही नाम लेते हैं ना! लोग इस नज़र से देखते हैं। तो मुझे अपने आप को कैसा देखना है कि मैं अब बाबा की बच्ची हूँ। बाबा की रिप्रेज़ेंटेटिव(प्रतिनिधि) हूँ। जब व्यक्तिगत रूप से हम अपने आप को नहीं देखेंगे तो मैंपन नहीं आयेगा, देह भान नहीं आयेगा। और अब तो हम सभी सिर्फ ब्रह्माकुमार नहीं योगी-तपस्वी हैं। भक्ति में जो साधना करते हैं उनका ये ध्येय होता है-आत्म शुद्धि, आत्म शुद्धि के लिए साधना करते हैं। हम भी इसके लिए ही योग करते हैं कि हम पूर्ण शुद्ध आत्मा बनें। हम सबका भी लक्ष्य सिर्फ कर्म का ब्रह्मचर्य नहीं वो तो हमारी प्राइमरी स्टेज पर ही धारण हो जाती है। हमारी मंज़िल है सम्पूर्ण निर्विकारी बनना।

विकार का कोई अंश न रहे। जो कर्मेन्द्रिय से मुझे नहीं करना है वो मन-बुद्धि से भी नहीं करना है। पहले बाबा कहते थे ना कि माया के कितने भी तूफान मन में उठें लेकिन कर्मेन्द्रियों से कर्म नहीं करना है। अब वो तो हम बन गये हैं। कर्मेन्द्रियों से पवित्र हैं, शांत हैं, ये संयम तो हम सभी रखते ही हैं अपने आप में। अब हमारा लक्ष्य है कि मुझे पूर्ण शुद्ध आत्मा बनना है। विकार का कोई अंश भी न हो। मन्सा में भी कोई गंदगी न हो। इसी का पुरुषार्थ हम कर रहे हैं। चेहरे के हाव-भाव द्वारा हम विकर्म करते हैं, गलत कर्म करते हैं। किसी आत्मा को देखकर हम ऐसा-वैसा मुँह बनाते हैं। तो हर कर्मेन्द्रियों से विकर्म हुए हैं ना! बाबा कहते हैं जिस क्षण आप अपने आप से डिस्कनेक्ट होते हैं, बाबा से डिस्कनेक्ट होते हैं उस समय ही हम गलत उपयोग करते हैं कर्मेन्द्रियों का। भूलें तभी होती हैं जब हम अपनी सत्यता या मेरे बाबा की सत्यता को भूल जाते हैं। अब हर कर्मेन्द्रिय से आत्मभिमानी ताकत का तेज अनुभव होना चाहिए। ये है तपस्या। बाबा कहते हैं ना जितना योगी तपस्वी बनते हैं हमारी और क्षमता बढ़ती है। पहले हम सिर्फ लौकिक को निभाते थे लेकिन अब अलौकिक कर्त्तव्य भी हम निभाते हैं। डबल जवाबदारी सब ले रहे हैं। तो ना कॉन्शियस बनना है, ना अटैच होना है। इसलिए बाबा कहते हैं न्यारापन का अभ्यास बहुत ज़रूरी है। प्यारे बहुत जल्दी बन जाते पर न्यारा बनकर प्यारा बनना है।

> **कर्मेन्द्रियों से पवित्र हैं, शांत हैं, ये संयम तो हम सभी रखते ही हैं अपने आप में। अब हमारा लक्ष्य है कि मुझे पूर्ण शुद्ध आत्मा बनना है। विकार का कोई अंश भी न हो। मन्सा में भी कोई गंदगी न हो। इसी का पुरुषार्थ हम कर रहे हैं।**

देह भान, देह अभिमान जो हमारी विशेषता, गुण, कला, बुद्धिमता उसके अभिमान को देह अभिमान कहा जाता है। और जो हमारी स्थूल भौतिक उपलब्धियां हैं कि मैं बड़ी पोस्ट पर हूँ, धनवान हूँ, जमींदार हूँ, ये जो भी स्थूल भौतिक चीज़ों का अभिमान है वो अहंकार कहा जाता है। बाबा के बन गये अब उस प्रकार का- रूप का, धन का, पोस्ट-पॉजिशन अब वो अहंकार नहीं है। पर कई बार ये सूक्ष्म अहंकार आता है ज्ञान का अभिमान। मेरे जैसा विचार सागर मंथन किसी का नहीं। मेरे जैसा योगी कोई नहीं, मैं ही रोज़ क्लास करता हूँ, नहीं। किसी भी चीज़ का अभिमान नहीं। बुद्धि का अभिमान, कला का अभिमान मैं ही माइक अच्छा चलाना जानता हूँ। अभिमान आ गया तो बाबा कहते हैं ना वो गुण,अवगुण हो गया। अमृत में अभिमान के ज़हर की बूंद पड़ गई,वो पूरा अमृत बेकार हो गया। कोई भी गुण, कला, विशेषता, बुद्धि का अभिमान आता है तो बाबा कहते हैं गिरती कला शुरू हो जाती है। इसलिए बाबा हमें कहते हैं कि जो भी विशेषता है हमेशा ये समझो कि प्रभु की देन है। ये नहीं कि ये तो मेरे अन्दर पहले से ही था, नहीं।

हम सबका अनुभव भी है कि अंश गुण, कला को बाबा के कार्य में लगाते हैं तो बाबा हमें उसमें परफेक्ट बनाता है। थोड़ा-सा भोजन,टोली बनाने आता था और बनाते-बनाते मातायें मास्टर बन गईं। है ना हम सभी का अनुभव! तो बुद्धि में निमित्त।

मैं ये प्रैक्टिस करती थी। एकोमोडेशन देते थे तब। जब उस ऑफिस का उद्घाटन हुआ तो जगदीश भाई ने अपनी बुक में अपने शुभ वचन लिखे थे कि भल एकोमोडेशन कम भी हों पर अपने दिल में सबको एकोमोडेट करना। प्रैक्टिकल उस बात का ध्यान रखने के लिए रोज़ मैं वो पढ़ती थी और जब मैं अपना कार्य शुरू करती थी तो बुद्धि में याद कर लेती थी। बाबा मैं तो बीच में निमित्त हूँ, यज्ञ आपका है, बच्चे आपके हैं। मुझे निमित्त बनकर देना है। इस अभ्यास के कारण ये कार्य बहुत अच्छी रीति मैं कर सकी। इसलिए जब अपने को निमित्त समझकर चलेंगे तो न्यारा और बाप का प्यारा स्वतः बन जायेंगे।

चुनार-उ.प्र.। विश्व जल दिवस के अंतर्गत शहर में आने पर जल शक्ति राज्यमंत्री स्वतंत्र देव सिंह को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् साथ हैं ब्र.कु. बीनू बहन, ब्र.कु. तीरा बहन, ब्र.कु. सुनीता बहन, नगर पालिका परिषद के ई.ओ. राजपति वैस, स.इं. लालमनी जी तथा नगर पालिका परिषद के सदस्यगण।

रॉबर्ट्सगंज-उ.प्र.। 'तनावमुक्त जीवन और खुशी का रहस्य' विषय पर आयोजित कॉन्फ्रेन्स का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ के कार्यकारी सचिव डॉ. ब्र.कु. मृत्युंजय भाई, सदर विधायक भूपेश चौबे, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुमन बहन, सदर उपजिलाधिकारी रमेश कुमार यादव, भाजपा जिलाध्यक्ष अजीत चौबे एवं द लखनऊ ट्रिब्यून के ब्यूरो चीफ रविन्द्र केशरी।

दिल्ली-इंद्रपुरी। राष्ट्रव्यापी जल-जन अभियान के अंतर्गत जे.जे. कॉलोनी इंद्रपुरी वासियों को सहज जल उपलब्ध कराने के उद्देश्य से ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा निःशुल्क ठंडे पानी का प्याऊ नगर में लगवाया गया। नगर काउंसलर बहन ज्योति गौतम, इंद्रपुरी थाना से एसएचओ व दिल्ली एमसीडी से हीरा जी ने इसका उद्घाटन किया। इस मौके पर ब्र.कु. बाला बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

दिल्ली-मुनिरका गांव। ब्रह्माकुमारीज़ के स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं आर.के. पुरम सेवाकेन्द्र के संयुक्त तत्वाधान में महाशिवरात्रि के अवसर पर मुनिरका गांव के बाबा गंगनाथ मंदिर में आयोजित कार्यक्रम में पूर्व काउंसलर कपिला गौर,एमसीडी साउथ ज़ोन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनीता दीदी।

उचाना-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा बिरेन्द्र सिंह नर्सिंग कॉलेज में आयोजित 'निरोगी भव' हेल्थ सेमिनार में मुख्य वक्ता ब्र.कु. वेनू गोपाल भाई,माउण्ट आबू, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुषमा बहन, कॉलेज प्रिंसिपल बाबा वाजराला सुखदेव भाई, कृष्ण भाई आदि उपस्थित रहे। करीब 200 नर्सिंग छात्रों ने कार्यक्रम का लाभ लिया।

मीरगंज-गोपालगंज(बिहार)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र के 15वें वार्षिकोत्सव का शुभारंभ करने के पश्चात् बीडीओ हथुआ राकेश कुमार सिंह, नगर परिषद उपसभापति धनंजय यादव, डॉ. डी. कुमार एवं डॉ. ए.के. शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. अंगूर बहन, ब्र.कु. कान्ति बहन, ब्र.कु. सुनीता बहन व अन्य।

फरीदाबाद-संजय एनक्लेव(हरियाणा)। जी20 प्रोजेक्ट के अंतर्गत युवा कार्यक्रम व खेल मंत्रालय तथा ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा युवाओं के लिए संचालित वाई20 प्रोजेक्ट के तहत ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा गवर्नमेंट कॉलेज खेरी गुजरान में युवाओं के लिए 'हेल्दी यूथ हेल्दी इंडिया' विषय को लेकर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर मुख्य वक्ता ब्र.कु. प्रिया बहन, गवर्नमेंट कॉलेज की प्रिंसिपल सुनीता मलिक, ब्र.कु. पूजा बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. सीमा बहन, ब्र.कु. हरिकिशन भाई, प्रो. विजेंद्र, प्रो. राजेश, ब्र.कु. शोभा बहन आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम में लगभग ढ़ाई सौ युवाओं ने भाग लिया।

मोकामा-बिहार। माउण्ट आबू से मोकामा लौटने पर रेलवे स्टेशन पर सभी ब्र.कु. भाई-बहनों का जीआरपी थाना प्रभारी सुभाष कुमार पासवान द्वारा स्वागत किये जाने के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. निशा बहन।

मैनपुरी-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा जिला जेल में आयोजित कार्यक्रम में कैदियों को 'कर्म गति और व्यवहार शुद्धि' विषय पर सम्बोधित करते हुए राजयोगी ब्र.कु. भगवान भाई,मा.आबू। इस मौके पर स्थानीय सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. अवन्तिका बहन, जेलर पवन कुमार त्रिवेदी, ब्र.कु. बबलेश भाई, ब्र.कु. अखलेश भाई, ब्र.कु. पिंकी बहन आदि उपस्थित रहे।

तरबगंज-गोण्डा(उ.प्र.)। पत्रकार भाइयों के साथ ज्ञानचर्चा के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. रेखा बहन व ब्र.कु. ममता बहन।

धागे वाली मिश्री को बनायें अपने लाइफ स्टाइल का हिस्सा

धागा मिश्री गन्ने या ताड़ के रस से बनायी जाती है। यह सामान्य चीनी से कम मीठी एवं स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होती है। धागे वाली मिश्री के फायदे बहुत हैं इसलिए इसके औषधीय गुणों के कारण आयुर्वेद में इसका आदिकाल से प्रयोग किया जाता है। ये हमें किन-किन चीज़ों में फायदा दे सकता है इसके बारे में जानेंगे...

धागे वाली मिश्री के फायदे

नकसीर फूटने पर लाभ

गर्मी के कारण छोटे बच्चों के खेलते समय या धूप में ज़्यादा रहने पर नाक से खून बहने लगता है। जिसे हम नकसीर कहते हैं ऐसे में धागे वाली मिश्री बड़ी उपयोगी होती है। नकसीर फूटने पर पानी में मिश्री मिलाकर पिलाने से शरीर का तापमान कम होता है एवं तत्काल लाभ होता है और नाक से खून बहता रूक जाता है।

दस्त में लाभ

धागे वाली मिश्री की तासीर ठंडी होने के कारण पेट की गर्मी की वजह से होने वाले दस्त में धागे वाली मिश्री के सेवन से राहत मिलती है। दस्त होने पर आधा चम्मच मिश्री, आधा चम्मच धनिया के साथ एक गिलास पानी में मिलाकर पीने से दस्त में आराम मिलता है। दस्त के कारण होने वाली कमज़ोरी भी दूर होती है।

कमज़ोरी दूर करने में उपयोगी

धागा मिश्री शरीर में ग्लूकोज की मात्रा बढ़ाकर ऊर्जा के स्तर को बढ़ाती है व थकान के कारण होने वाली कमज़ोरी को दूर करती है। गांव में गर्मी के समय थकान होने पर तुरंत शक्ति के लिए मिश्री का शर्बत दिया जाता है। मिश्री वाला शर्बत पीते ही शरीर में जान-सी आ जाती है।

मानसिक थकान दूर करने में लाभकारी

धागे वाली मिश्री एक प्राकृतिक औषधि है जो दिमाग की कमज़ोरी को दूर करके याद्दाश्त बढ़ाने में मदद करती है। मिश्री का शीतल गुण होने के कारण सोते समय गर्म दूध के साथ सेवन दिमागी थकान को दूर करता है।

मुख की दुर्गंध दूर करने में

खाने के बाद सौंफ के साथ मिश्री का सेवन मुंह की दुर्गंध खत्म कर साँसों को खुशबूदार बनाता है।

वजन कम करने में फायदेमंद

वजन बढ़ने का एक कारण शरीर में अंदर ज़हरीली टोक्सिन का जमाव है। जब हम समान मात्रा में मिश्री को धनिया या सौंफ के साथ गर्म पानी में मिलाकर पीते तो शरीर से यूरिन के साथ टोक्सिन भी बाहर निकलते हैं और वजन कम होता है।

मुंह के छालों में इलायची और मिश्री के फायदे

धागे वाली मिश्री की तासीर ठंडी होने के कारण यह पेट की गर्मी से हुए छालों को ठीक करने में बहुत उपयोगी है। मिश्री एवं इलायची को पीस कर पानी में घोल कर छालों पर लगाने से छाले ठीक होते हैं।

बवासीर में फायदेमंद

पेट की गर्मी से कब्ज रहने लगती है और उसका समय पर इलाज न हो तो वो बवासीर का रूप धारण कर लेती है जिसमें मल के साथ रक्त आता है या गुदा मार्ग से रक्त आता है। यह गुदा मार्ग के छालों के फट जाने के कारण होता है।

मिश्री की तासीर ठंडी होने के कारण यह छालों को सूखा देती है अतः मिश्री में नागकेसर व मक्खन मिलाकर खाने से बवासीर में राहत मिलती है।

हाथ-पैरों की जलन में लाभकारी

अत्यधिक गर्मी के कारण हाथ-पैरों के हथेली व तलवे में जलन होने लगती है। हाथ-पैरों पर मक्खन में मिश्री मिलाकर लगाने से जलन शान्त हो जाती है।

फायदेमंद है एनीमिया में

धागे वाली मिश्री खाने से हिमोग्लोबिन के स्तर में सुधार होने के कारण एनीमिया ठीक होता है साथ ही शरीर में ब्लड सर्कुलेशन में सुधार होता है।

सर्दी एवं जुकाम में लाभकारी

मिश्री को धीरे-धीरे चूसने पर साइन की जकड़न खत्म होती है एवं सर्दी-जुकाम से राहत मिलती है।

बच्चों के लिए फायदेमंद

बच्चों के मानसिक एवं शारीरिक विकास के लिए गर्म दूध में मिश्री लेना बहुत फायदेमंद है।

बढ़ाती आँखों की रोशनी

धागे वाली मिश्री का नियमित सेवन आँखों की रोशनी बढ़ाता है और आँखों की रोशनी के साथ-साथ दिमाग भी तेज होता है।

अब तो आप सब भी जान गए होंगे कि छोटी-सी मिश्री की डली कितने गुणों की खान है तो आइये इसे हिस्सा बनाइये अपनी लाइफ स्टाइल का और रहें स्वस्थ और निरोगी।

रेवाड़ी-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा पंजाबी धर्मशाला में आयोजित रामायण, महाभारत, गीता पर आधारित सात दिवसीय 'श्रीमद् भागवत गीता ज्ञान यज्ञ' में सिवनी मध्य प्रदेश से आईं ब्र.कु. गीता बहन ने प्रवचन किया। इस दौरान कार्यक्रम में विधायक चिरंजीव राव, भाजपा सेवा प्रदेश प्रमुख सतीश खोला, एस.एच.ओ. विद्या सागर, पूर्व चेयरमैन कमेटी सरोज भारद्वाज, बीएसएनएल डीजीएम ए.के. गुप्ता, डॉ. रजत चौधरी डेंटिस्ट, सर्व ग्रामीण बैंक मैनेजर रिंकी यादव सहित दस हज़ार से भी अधिक लोग शामिल हुए एवं कार्यक्रम का लाभ लिया।

आगरा-आर्ट गैलरी म्यूज़ियम(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा नवरात्रि के अवसर पर न्यू सुरक्षा विहार इटौरा मेले में आयोजित राजयोग प्रदर्शनी का रिबन काटकर उद्घाटन करते हुए इटौरा मंदिर के महंत भगवती शरण त्यागी, अध्यक्ष मनमोहन गोयल तथा एस.आई. ककुआ अमित सिंह। इस दौरान मेले के उद्घाटन हेतु आये अपर पुलिस आयुक्त केशव चौधरी, एस.डी.एम. सदर परिक्षित खटाना, मालपुरा थाना प्रभारी तेजवीर सिंह आदि अतिथियों का ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से स्वागत किया गया तथा ईश्वरीय संदेश देकर सौगात भेंट की गई। इस मौके पर महंत श्री कृष्णकांत जी, ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. माला बहन, ब्र.कु. संगीता बहन, ब्र.कु. रेखा बहन, ब्र.कु. सावित्री बहन, ब्र.कु. नन्ही बहन, ब्र.कु. अर्चना बहन, ब्र.कु. राजबीर भाई आदि उपस्थित रहे।

साहवा-राज.। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में पेट्रोल पंप के मालिक मनोज अग्रवाल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भगवती बहन।

दिल्ली-गाज़ीपुर। दिल्ली जल बोर्ड के कर्मचारियों को ईश्वरीय संदेश देते हुए ब्र.कु. सुधा बहन।

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी जी के 99वे जन्मदिन, राजयोगिनी ब्र.कु. नलिनी दीदी,मुम्बई घाटकोपर सबज़ोन इंचार्ज के 80वें जन्मदिन एवं वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. शीलू दीदी के 75वें जन्मदिन पर शांतिवन के विशाल डायमण्ड हॉल में आयोजित भव्य कार्यक्रम में वे केक काटते हुए। साथ हैं संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी, ब्र.कु. शुक्ला दीदी, संस्थान के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय भाई तथा अन्य।

आगरा-उ.प्र.। केन्द्रीय कानून राज्यमंत्री एस.पी. सिंह बघेल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. दर्शन बहन, ब्र.कु. ममता बहन व अन्य।

दिल्ली-पंजाबी बाग। ब्रह्माकुमारीज़ के सहज राजयोग शिक्षण केन्द्र के 21वें वार्षिकोत्सव में राज्य सभा सांसद डॉ. सुशील गुप्ता, मादीपुर विधायक गिरीश सोनी, मोतीनगर विधायक शिवचरण गोयल, महाराजा अग्रसेन अस्पताल पंजाबी बाग के प्रधान सुभाष गुप्ता, मेरी दिल्ली मीडिया के चेयरमैन राजेश गुप्ता व अन्य गणमान्य अतिथियों सहित करोल बाग पाण्डव भवन सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पा दीदी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कोकिला बहन, ब्र.कु. ललित यादव, ब्र.कु. सुमन बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

आत्मा को पोषित करना उतना ही आवश्यक है... जितना कि शरीर को

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जैसे ही आत्मा शरीर से निकल गई तो शरीर कुछ नहीं कर सकता। सारी ज़िम्मेदारियां खत्म। बच्चे वहाँ हैं लेकिन आप उनके लिए कुछ नहीं कर सकते। पेड़ पानी बिना नहीं रह सकता, गाड़ी पेट्रोल बिना नहीं चल सकती, शरीर भोजन के बिना नहीं चल सकता, लेकिन आत्मा चलती जा रही है जिसका परिणाम आज हमें दिखाई दे रहा है। हम छोटी-छोटी बातों से नाराज़ हो जाते हैं, उदास हो जाते हैं क्योंकि बहुत सालों या शायद कई जन्मों से आत्मा को पोषित करना ही भूल गए हैं हम। आत्मा को पोषित कैसे करना है यह हमें मालूम ही नहीं था।

आत्मा को सकारात्मक चिंतन से पोषित करने के बजाय कई ऐसी चीज़ें डालनी शुरू कर दीं जो उसके लिए सही नहीं हैं तो उसका भी परिणाम दिखाई देने वाला है। हम सुबह उठते थे, तैयार होते थे, काम पर जाते थे, शाम को आते थे परिवार के साथ बैठते थे। ऐसा ही जीवन बहुत सालों से चल रहा था। हमें कभी-कभी थोड़ा गुस्सा आ जाता था, कभी हम थोड़े उदास हो जाते थे, फिर हम ठीक हो जाते थे। हम बहुत सारे लोगों के साथ सामंजस्य बैठा लेते थे, कभी-कभी नाराज़ भी हो जाते थे लेकिन हम वापस उनके साथ हो जाते थे। हाँ, यह है कि हम रोज़ सुबह-सुबह पूजा-पाठ करते थे, फिर सारा दिन सामान्य चलता था। सुबह की वो थोड़ी-सी पूजा-पाठ भी आत्मा के लिए पोषण थी। मन भी ठीक चल रहा था, शरीर भी ठीक चल रहा था। उस समय इलाज कम होते थे। तब इलाज उतना अच्छा नहीं होता था जितना आज हमारे पास है। लेकिन बीमारियां भी कम थीं। रिश्ते भी अच्छे चल रहे थे। पिछले 50 सालों से हमने भले पोषित नहीं किया लेकिन ज़्यादा कुछ गलत भी नहीं खिलाया। अगर हम पिछले20 साल को देखें तो हमने इसको बहुत ज़्यादा गलत खिलाना शुरू किया है।

नैचुरोपैथी वाले अपने शरीर को स्वस्थ रखने के लिए क्या-क्या खिलाते हैं। जो शरीर को नुकसान न हो। जब हम इस शरीर को स्वस्थ रखने के लिए इतना ध्यान रखते हैं तो जो इस शरीर को चलाने वाली है उसको क्या खिलाना है उसका भी तो हमें ध्यान रखना है।

इससे क्या हुआ कि मन की बीमारियां बढ़ गईं, शरीर की बीमारियां बढ़ गईं, रिश्तों में तनाव व कड़वाहट बढ़ते जा रहे हैं। डिप्रेशन रेट बढ़ गया, हृदय रोग बढ़ गए, तलाक बढ़ गए, दुष्कर्म बढ़ गए। आज के बच्चों पर इतना असर क्यों हो रहा है,सूचनाओं का? बच्चों को स्कूल की पढ़ाई मिल रही है लेकिन आत्मा का पोषण नहीं। छोटी-सी उम्र में ही उनके हाथ में फोन हैं, गैजेट्स हैं। वे आज अगर कार्टून भी देख रहे हैं तो उसमें भी हिंसा है। जब ये सारी चीज़ें आत्मा को बचपन से मिलनी शुरू हो जाएंगी तो आत्मा पोषित कहाँ होगी! मैंने अपनी सारी ज़िम्मेदारियां निभाईं लेकिन इससे मेरी आत्मा खुश नहीं है और मैं संघर्ष का जीवन जीती हूँ। इससे तो हम पीछे की पीढ़ी को भी नुकसान पहुंचा रहे हैं।

शहर में प्रदूषण बढ़ रहा है उसे तो हम देखते हैं। उसके लिए समाधान भी ढूंढते हैं लेकिन आत्मा के प्रदूषण के समाधान की तरफ हम ध्यान नहीं देते हैं। अगर हम आत्मा को थोड़े दिन सिर्फ पोषित करना शुरू कर दें तो वह फिर खिल जाएगी। उसका तनाव-अवसाद, बीमारियां ठीक होने लगेंगी, उसके रिश्ते तो बहुत बढ़िया बन जाएंगे।

कहलगांव-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर गांगुली पार्क के प्रांगण में आयोजित कार्यक्रम में भागलपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अनीता दीदी, ब्र.कु. पूजा बहन, ब्र.कु. रुपाली बहन, ब्र.कु. प्रबीर भाई, कहलगांव अनुमण्डल के एसडीओ मधु कान्त जी, समाजसेवी शुभानन्द मुकेश जी तथा अन्य।

चांदपुर-उ.प्र.। मोहित बेनिवाल,पश्चिम उत्तर प्रदेश बीजेपी के क्षेत्रीय अध्यक्ष को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. साधना बहन।

दिल्ली-ओम विहार। महाशिवरात्रि पर आयोजित 'शिव दर्शन आध्यात्मिक मेला' में दीप प्रज्वलित करते हुए स्वामी सुधीर शर्मा जी,खजुराहो, निगम पार्षद श्रीमति उर्मिला चावला, पूर्व मेयर नरेंद्र चावला, अनमोल सोवित,प्रेज़िडेंट वाई-20, सुरेन्द्र जी,फ्रेंच ट्रांसलेटर,फ्रांस, ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी,लॉरेंस रोड सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. अनुसुइया दीदी,महिपालपुर सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. विमला दीदी,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका तथा अन्य।

नगर-भरतपुर(राज.)। श्री राम रथ यात्रा एवं मेले में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'शिव-दर्शन आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी' का उद्घाटन करते हुए नगर पालिका अध्यक्ष राम अवतार मित्तल, नगरपालिका उपाध्यक्ष प्रकाश अंबेश, ब्र.कु. हीरा बहन, ब्र.कु. संतोष बहन तथा अन्य।

परमात्म ऊर्जा

रूहानी ड्रिल जानते हो? जैसे शारीरिक ड्रिल के अभ्यासी एक सेकण्ड में जहाँ और जैसे अपने शरीर को मोड़ने चाहें वहाँ मोड़ सकते हैं, ऐसे रूहानी ड्रिल करने के अभ्यासी एक सेकण्ड में बुद्धि को जहाँ चाहो, जब चाहो उसी स्टेज पर, उसी परसेन्टेज से स्थित कर सकते हो? ऐसे एवररेडी रूहानी मिलिट्री बने हो? अभी-अभी ऑर्डर हो- अपने सम्पूर्ण निराकारी, निरहंकारी, निर्विकारी स्टेज पर स्थित हो जाओ; तो क्या स्थित हो सकते हो? व साकार शरीर, साकारी सृष्टि व विकारी संकल्प न चाहते हुए भी अपने तरफ आकर्षित करेंगे? इस देह की आकर्षण से परे एक सेकण्ड में हो सकते हो? हार और जीत का आधार एक सेकण्ड होता है। तो एक सेकण्ड की बाजी जीत सकते हो? ऐसे विजयी अपने आपको समझते हो? ऐसे सर्व शक्तियों के सम्पत्तिवान अपने को समझते हो व अभी तक सम्पूर्ण सम्पत्तिवान बनना है? दाता के बच्चे सदा सर्व सम्पत्तिवान होते हैं, ऐसे अपने को समझते हो व अभी तक 63 जन्मों के भक्तपन व भिखारीपन के संस्कार कब इमर्ज होते हैं? बाप की मदद चाहिए, आशीर्वाद चाहिए, सहयोग चाहिए, शक्ति चाहिए- चाहिए-चाहिए तो नहीं हैं? चाहिए शब्द दाता, विधाता, वरदाता बच्चों के आगे शोभता है? अभी तो विधाता और वरदाता बनकर विश्व की हर आत्मा को कुछ-न-कुछ दान व वरदान देना है, न कि यह चाहिए, यह चाहिए... का संकल्प अभी तक करना है। दाता के बच्चे सर्व शक्तियों से सम्पन्न होते हैं। यही सम्पन्न स्थिति सम्पूर्ण स्थिति को समीप लाती है। अपने को विश्व के अन्दर सर्व आत्माओं से न्यारे और बाप के प्यारे विशेष आत्माएं समझते हो? तो साधारण आत्माएं और विशेष आत्माओं में अन्तर क्या होता है, इस अन्तर को जानते हो? विशेष आत्माओं की विशेषता यही प्रत्यक्ष रूप में दिखाई देनी चाहिए जो सदा अपने को सर्व शक्तियों से सम्पन्न अनुभव करें। जो गायन है "अप्राप्त नहीं कोई वस्तु"... वह इस समय जब सर्व शक्तियों से अपने को सम्पन्न करेंगे तब ही भविष्य में भी सदा सर्व गुणों से भी सम्पन्न, सर्व पदार्थों से भी सम्पन्न और सम्पूर्ण स्टेज को पा सकेंगे। जो भी अपने में अप्राप्ति अनुभव करते थे, वह प्राप्ति के रुप में परिवर्तन हुए, कि अभी तक भी कोई अप्राप्ति अनुभव करते हो? यह प्राप्ति अविनाशी रहेगी। प्राप्ति अर्थात् प्राप्ति।

जब अनुभव-स्वरूप बन गये तो अनुभव की बातें अविनाशी होती हैं। सुनी हुई बातें, वायुमण्डल के प्रभाव के आधार पर प्राप्त हुई बातें व कोई श्रेष्ठ आत्माओं के सुनने के आधार पर, उस प्रभाव के अंदर प्राप्त हुई बातें अल्पकाल की हो सकती हैं, लेकिन अपने अनुभव की बातें सदाकाल की, अविनाशी होती हैं। तो सुनने वाले बने हो व अनुभवीमूर्त बने हो? कि अभी फिर से सुनी हुई बातों को मनन करने के बाद अनुभवी बनेंगे? मिले हुए खज़ाने को अपने अनुभव में लाया है या वहाँ जाकर फिर लायेंगे? सभी से पॉवरफुल स्टेज है अपना अनुभव-क्योंकि अनुभवी आत्मा में विल-पॉवर होती है। अनुभव के विल-पॉवर से माया की कोई भी पॉवर का सामना कर सकेंगे। जिसमें विल-पॉवर होती है वह सहज ही सर्व बातों का, सर्व समस्याओं का सामना भी कर सकते हैं और सर्व आत्माओं को सदा सन्तुष्ट भी कर सकते हैं। तो सामना करने की शक्ति से सर्व को सन्तुष्ट करने की शक्ति अपने अनुभव के विल-पॉवर से सहज प्राप्त हो जाती है। तो दोनों शक्तियों को अपने अन्दर अनुभव कर रहे हो? अगर दोनों शक्तियां आ गई तो विजयी बनेंगे। ऐसे विजयी बने हो? विजयी अर्थात् स्वप्न में भी संकल्प रूप में हार न हो।

कथा सरिता

अपना-अपना नज़रिया

एक दिन एक अमीर व्यक्ति अपने बेटे को एक गाँव की यात्रा पर ले गया। वह अपने बेटे को यह बताना चाहता था वे कितने अमीर और भाग्यशाली हैं जबकि गाँव के लोग कितने गरीब हैं। उन्होंने कुछ दिन एक गरीब के खेत पर बिताए और फिर अपने घर वापस लौट गए।

घर लौटते वक्त रास्ते में उस अमीर व्यक्ति ने अपने बेटे को पूछा- "तुमने देखा लोग कितने गरीब हैं और वे कैसा जीवन जीते हैं?

बेटे ने कहा- "हाँ, मैंने देखा।"

"हमारे पास एक कुत्ता है और उनके पास चार हैं।"

"हमारे पास एक छोटा-सा स्वीमिंग पुल है और उनके पास एक पूरी नदी है।"

"हमारे पास रात को जलाने के लिए विदेशों से मंगाई हुई कुछ महंगी लालटेन हैं और उनके पास रात को चमकने वाले अरबों तारें हैं।"

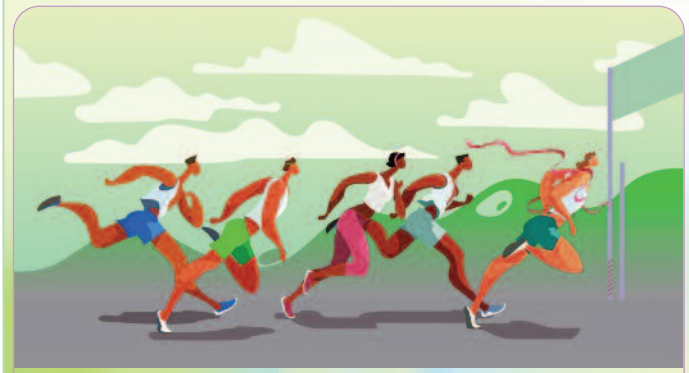
"हम अपना खाना बाज़ार से खरीदते हैं जबकि वे अपना खाना खुद अपने खेत में उगाते हैं।"

"हमारा एक छोटा-सा परिवार है जिसमें पाँच लोग हैं, जबकि उनका पूरा गाँव, उनका परिवार है।"

"हमारे पास खुली हवा में घूमने के लिए एक छोटा-सा गार्डन है और उनके पास पूरी धरती है जो कभी समाप्त नहीं होती।"

"हमारी रक्षा करने के लिए हमारे घर के चारों तरफ बड़ी-बड़ी दीवारें हैं और उनकी रक्षा करने के लिए उनके पास अच्छे-अच्छे दोस्त हैं।"

अपने बेटे की बातें सुनकर अमीर व्यक्ति कुछ बोल नहीं पा रहा था। बेटे ने अपनी बात समाप्त करते हुए कहा- "धन्यवाद पिताजी, मुझे यह बताने के लिए कि हम कितने गरीब हैं।"



एक बार लिया गया फैसला छोड़ें नहीं

मोहित एक रनर था, इसका सपना ओलंपिक में जाना था। वह हर मैराथन में हिस्सा लेता था। लेकिन आज तक कोई भी मैराथन पूरा नहीं कर पाया और इस बात पर उसे बहुत अफसोस था। वह खुद में ही खुद से हारने लगा था, पर उसने अभी तक हार नहीं मानी थी, वह कोशिश पे कोशिश किए जा रहा था। हर साल मोहित मैराथन में हिस्सा लेता, पर उसे पूरा नहीं कर पाता था। वह मैदान में जाते ही अपने प्रतियोगी को देख होपलेस हो जाता। उनके सामने खुद से खुद की कमी निकालता, खुद में वो भरोसा नहीं रख पाता। लेकिन हर साल की भांति इस साल मैराथन होने पर सिर्फ 2 महीने ही बचे थे। मोहित ने रोज़ कसरत और दौड़ लगाना शुरू कर दिया और उसने खुद से वादा किया कि इस बार मैं मैराथन ज़रूर पूरा करूँगा। इस फैसले के बाद उसने कड़ी मेहनत भी चालू कर दी और रोज़ कुछ ज़्यादा वह अपनी क्षमता को बढ़ाने लगा। महीनों की मेहनत थी और वो दिन आ गया जिसका मोहित को बेसब्री से इंतज़ार था। हाँ,आप सही सोच रहे हैं- मैराथन। मोहित मैदान पहुंचा और हर बार की भांति इस बार भी होपलेस होने लगा मगर अंदर से आवाज़ आई मैं कर सकता हूँ, आसान है।

बाकी सब रनर्स के साथ मोहित ने भी दौड़ना शुरू किया, लेकिन कुछ दूर तक दौड़ लगाने के बाद उसके पैरों में दर्द होने लगा और उसे लगा इस बार भी नहीं हो पाएगा, लेकिन खुद को उसने काबू किया और बोला मोहित अगर दौड़ नहीं पा रहे हो तो जॉगिंग ही कर लो। लेकिन आगे बढ़ो, मोहित ने जॉगिंग करना शुरू किया मतलब पहले के मुकाबले ज़रा मैराथन पूरा करना नामुमकिन-सा लगने लगा। मगर अंदर से आवाज़ आई जॉगिंग नहीं कर पा रहे हो तो चलते हुए रेस पूरा करो। चलते रहो रूको मत मैराथन ज़रूर पूरा करना है और फिर वह चलने लगा।

उसकी काफी धीमी गति हो गई थी। सारे रनर्स उससे एक-एक करते आगे निकलते जा रहे थे और मोहित उन्हें आगे निकलते हुए देखने के अलावा कुछ भी नहीं कर पा रहा था। तभी अचानक लड़खड़ा कर वो ज़मीन पर गिर पड़ा। ज़मीन पर पड़े-पड़े उसके दिमाग में ख्याल आने लगा कि इस बार भी मैं मैराथन पूरा नहीं कर पाया। तभी मोहित के अंदर से आवाज़ आई, जिसने कहा उठो मोहित चल नहीं पा रहे थे तो लड़खड़ाते हुए फिनिश लाइन को पार कर लो। फिनिश लाइन अब बहुत सामने है। मोहित लड़खड़ाते हुए आगे बढ़ा और फिनिश लाइन को किसी तरह पार कर लिया। और जो खुशी, जो संतुष्टि उसने महसूस की वो इससे पहले उसने कभी नहीं की थी।

शिक्षा : किसी भी काम को करने से पहले हज़ार बार सोचिए, लेकिन जब एक बार फैसला ले लिया हो तो उसे पूरा करके ही छोड़ना।

जुकाम अगर हो जाये तो क्या करें

जुकाम होना एक सामान्य समस्या है। ये अमूमन(आमतौर पर) लोगों को बरसात के मौसम में कई बार हो जाता है। विटामिन डी की कमी या रोग प्रतिरोधक क्षमता कमज़ोर होने के कारण संक्रमण जल्दी होता है। जिससे सर्दी, जुकाम या बुखार हो सकता है। सिर्फ कुछ सावधानी बरतने और घरेलू उपाय करने से आप खुद को सुरक्षित रख सकते हैं।

नमी से बचें

बारिश में चारों तरफ नमी रहती है जिसके कारण निश्चित ही सर्दी-जुकाम की समस्या होती है। लिहाज़ा गीले और नमी वाले वातावरण से बचें। घर को सूखा रखने की कोशिश करें।

अदरक की चाय

तुलसी और अदरक की चाय पिएं। आप जो चाय पीते हैं उसमें थोड़ी तुलसी और थोड़ा अदरक कुटकर डालें। इससे आपको काफी फायदा मिलेगा और रोग-प्रतिरोधक क्षमता भी मजबूत होगी।

लौंग का सेवन करें

बारिश के मौसम में सर्दी, जुकाम या खांसी हो जाए तो आप लौंग का सेवन करें। लौंग को पीस लें और उसमें थोड़ा शहद मिलाकर खाएं। इससे खांसी में कुछ ही देर में फर्क नज़र आने लगेगा।

भाप ज़रूर लें

भाप लेने से भी सर्दी-जुकाम या खांसी से खुद को सुरक्षित रख सकते हैं। रोज़ गर्म पानी की भाप लें। भाप लेने से आपकी बंद नाक भी खुल जाएगी। अगर सांस नली में सूजन होगी तो वो भी कम हो जाएगी। इससे आपको गले की खराश से भी राहत मिलेगी।

हल्दी का दूध पिएं

बारिश में हल्दी का दूध औषधि का काम करेगा। हल्दी में एंटीबायोटिक और एंटीबैक्टीरियल तत्व होते हैं। वहीं दूध में कैल्शियम होता है जो सेहत के लिए बहुत फायदेमंद है। हल्दी आपको सर्दी-खांसी आदि से बचाने में मदद करेगी।

पौष्टिक आहार लें

शरीर में विटामिन डी की मात्रा बढ़ाने के लिए गाय का दूध, ऑरेंज जूस, मशरूम, साबुत अनाज भी आहार में लें। सोया और बादाम मिल्क भी ले सकते हैं। इससे जुकाम में राहत मिलेगी।

जयपुर-राजापार्क(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर आयोजित नवरात्रि महोत्सव एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम में संस्थान की यूरोपियन डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी, जयपुर सबज़ोन इंचार्ज राजयोगिनी ब्र.कु. पूनम दीदी, कृषि राज्यमंत्री राजेंद्र यादव, कृषि अनुसंधान केन्द्र के पूर्व निदेशक शरद गोदा, सोडाला सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. स्नेह दीदी, गायक ब्र.कु. युगरत्न भाई सहित अन्य गणमान्य लोग व ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

सीतापुर-सिधौली(उ.प्र.)। तहसील परिसर में लॉयर्स एसोसिएशन शपथ ग्रहण समारोह के अवसर पर ब्र.कु. रश्मि बहन को सम्मानित करते हुए माननीय मंत्री कौशल किशोर एवं विधायिका जयदेवी जी।

जखानी-उधमपुर(जम्मू) ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सीआरपीएफ के 137वीं बटालियन में आयोजित कार्यक्रम में आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् कमांडेंट रमेश कुमार, असिस्टेंट कमांडेंट करतार जी एवं असिस्टेंट कमांडेंट शोभा देवी को ओमशान्ति मीडिया का 'शिव अवतरण' संदेश पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. ममता बहन, ब्र.कु. श्याम लाल भाई एवं ब्र.कु. विपिन भाई। साथ हैं बंसी लाल, अजीत सिंह एवं सुरेन्द्र सिंह।

गोपालगंज-बिहार। सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम के दौरान नवनिर्वाचित नगर परिषद अध्यक्ष हरेंद्र जी को सम्मानित करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अनिता बहन।

फतेहगढ़-उ.प्र.। एस.पी. को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राधिका बहन।

कादमा-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ कादमा शाखा के तत्वाधान में 'नशामुक्त जीवन शैली' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में झोझूकलां सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. नीलम बहन व अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे। सभी ने नशे से मुक्त रहने और औरों को नशामुक्त करने का संकल्प लिया।

सीतापुर-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी के तृतीय पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में महंत अंजनी दास जी महाराज मुल्ला भीरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. योगेश्वरी बहन।

शहीद भगत सिंह नगर-नवांशहर(पंजाब)। बार एसोसिएशन के नव नियुक्त प्रधान एडवोकेट परमजीत सिंह बख्शी को परमात्म संदेश देने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. राम भाई।

अजीतपुरा-राज.। दंत चिकित्सक डॉ. मनोज सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीना बहन।

मेडिटेशन एक संजीवनी बूटी है

ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

आज हम जिस दौर से गुज़र रहे हैं वहाँ हर पल एक तनाव की स्थिति है और इस तनाव की स्थिति में हम किसी से मिलते हैं और थोड़ा काम कर लेते हैं और शाम को जब घर लौटते हैं तो ज़्यादातर हमारा शरीर काम नहीं कर रहा होता है। तो इतने सारे विचारों को लेकर चलने के कारण जैसे लगता है जीवन में यही ज़रूरी है। लेकिन जो जीवन को सम्भालने के लिए, जीवन को चलाने के लिए, जिस शरीर और जिस साधन का हम इस्तेमाल कर रहे हैं उसको भी तो थोड़ा समझने की आवश्यकता है ना! तो इसलिए देखो कितना भी हम सारे हर बार मंथली चैकअप करा लें, रूटीन में चैकअप कराते हैं बॉडी का। फिर भी बीच-बीच में हमारे अन्दर कोई न कोई ऐसी बातें निकलके आती हैं जो हमने कभी सोची भी नहीं होती। इसी का एक शास्त्रगत उदाहरण है कि लक्ष्मण को मेघनाथ का बाण लगा और वो मूर्छित हो गये। अब देखो मूर्छित होना और उसमें ये दिखाया गया है कि बहुत दूर कोई पहाड़ों के बीच में, हिमालय की गोद में कोई ऐसी जगह है जहाँ पर एक ऐसी बूटी है जिसका नाम संजीवनी है। अगर वो पिला दी जाये तो वो ठीक हो जायेंगे। और वो लाई गई और पिलाया गया, ऐसी दृढ़ मान्यता है शास्त्रों में। लेकिन उसका हमारे जीवन में क्या भाव है उसको भी तो हमको समझना है ना!

आज बहुत सारी ऐसी बीमारियां हैं जिनका कोई इलाज नहीं है, वो लाइलाज हैं। उसका इलाज सिर्फ खुशी, शांति और

प्रेम ही है। कई बार क्या होता है कि हीलिंग हो रही होती है शरीर में,लेकिन हीलिंग का बेस है कि आप कितना ज़्यादा तनावमुक्त हैं, कितना ज़्यादा खुश हैं। पहाड़ों में कोई चीज़ का मिलना इस दुनिया में मतलब, दुनिया में बहुत गूढ़ता के साथ, बहुत ज़्यादा अन्दर जाकर कोई चीज़ को ढूढंता है तब जाकर उसको रहस्य पता चलता है कि हमारे जीवन में जो आज कोई चीज़ है जो खो गई है, वो है पवित्रता। क्योंकि पहाड़ों को, ऊंचाईयों को देखो तो उनपर कौन तपस्या करता था, ऋषि-मुनि करते थे और इतनी दूर कौन-सी चीज़ सुरक्षित रह सकती है,जो बड़ी प्युअर हो। जो प्युरिटी का रस हम सब आत्माओं के अन्दर ज़्यादा से ज़्यादा जाता है तो हमको ज़िंदा करता है, हमारी मूर्छा को धीरे-धीरे खत्म करता है। तो हम सभी मूर्छित आत्मायें का मतलब हमारा कॉन्शियसनेस है, लेकिन हमारे हाथ-पाँव नहीं चल रहे हैं ठीक से। इसका मतलब ये है कि अगर आपके हाथ में एक गिलास दे दिया जाये और हाथ हिलता रहे तो क्या उसके अन्दर पानी टिकेगा? शायद नहीं टिकेगा। ऐसे ही जब हमारा ब्रेन एक तरह से हमारा हाथ है वो हिल रहा है,फुल टाइम। लेकिन उसके अन्दर जो मन है- जिसको हम माइंड कहते हैं, जिसको हम सॉल कहते हैं वो सही रूप से अपने आपको स्थिर ही नहीं कर पायेगा। इसलिए ब्रेन को शक्तिशाली बनाने के लिए, ब्रेन को बल देने के लिए, ब्रेन के अन्दर पॉवर डालने के लिए मुझे अपने आपको तैयार करना है। और वो ही तैयारी हमारी आज की मूर्छा का कारण है। क्योंकि मोबाइल से बहुत सारे एडिक्शन हैं हमारे अन्दर। और मोबाइल के कारण हमारे ब्रेन का फेज़ ही बदल गया है।

ब्रेन हमेशा उस चीज़ की डिमांड टाइम टू टाइम करता रहता है। वो उस चीज़ को एक्सेप्ट करने को राज़ी नहीं है जो हम डेली करते हैं। आपने देखा होगा कि इतना ज़्यादा हम लोगों के ऊपर इसका प्रेशर है तो बीच-बीच में हमारा हाथ चला जाता है मोबाइल के ऊपर। और हम उस चीज़ को करने लग जाते हैं। तो अवेयरनेस मेडिटेशन का पहला पहलू है। और वो जागृति ये कहती है कि हम सभी इस शरीर से आँख खोल कर तो बैठे हैं, लेकिन अन्दर से हिले हुए हैं। मतलब हम सभी के लक्ष्य में ये जो साधन के रूप में हम मोबाइल का इस्तेमाल करते हैं या किसी गैजेट का इस्तेमाल करते हैं उसने हमारे एक-एक चीज़ को डैमेज कर दिया है।

तो अब हम सबको एक चीज़ की ज़रूरत है वो है सही रूप से अपने आपको मेडिटेट करके हील करना और उसका आधार है हर चीज़ को प्युरिटी के साथ अपने अन्दर ले जाना। और जो प्युरिटी का रस, पवित्रता का रस इसके अन्दर पीस और हैप्पीनेस ऑलरेडी मिले हुए होते हैं। और जब वो हमारे अन्दर जाते हैं तो हमारी मूर्छा खत्म होनी शुरू हो जाती है और ये दुनिया की सबसे बड़ी संजीवनी बूटी है। ये इसका पर्सनल अनुभव भी है और हम सभी इसको करने के बाद बहुत अच्छा फील भी करेंगे। तो एक बार क्यों न इस बूटी को आजमाया जाये और अपने घर को सुरक्षित बनाया जाये, इस शरीर रूपी घर को। ताकि इससे हम अच्छी तरह से काम ले सकें।

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

अनुभव : एक बहुत ही अच्छा अनुभव एक माता ने अपना सुनाया। जो आप सभी भाई-बहनों के समक्ष रखना चाहता हूँ। ताकि सभी को पता चले कि राजयोग में कितनी बड़ी शक्ति है। जहाँ सारी शक्तियां फेल हो जाती हैं। जहाँ मेडिकल फेल है। वहाँ स्पिरिचुअल पॉवर कैसे काम करती है जानें।

ब्र.कु. डोली बहन, शक्तिनगर दिल्ली से। 14 साल की आयु से ही उनको दमे की प्रॉब्लम हो गई थी। और अब वो 56 वर्ष की हैं। जीवनभर कैसे उन्होंने काटा उसका वर्णन उन्होंने अपने शब्दों में किया। अनेक गोलियां रोज़ खाई जाती थीं। आंते खत्म हो गईं थी। स्टूल में ब्लड आता था। एक घूंट पानी पीना मानों एक मुसीबत होती थी। हर समय चेस्ट पेन रहता था। पूरी रीढ़ की हड्डी में दर्द रहता था। जीवन भर फिज़ियोथैरेपी कराई। उन्होंने बहुत ही मार्मिक शब्दों में कहा कि जब पूरा संसार सोता था तो मैं सारी रात कराहें भरती थी। रातें कैसे कटती थी मेरी, मैं बता नहीं सकती। सदा पॉर्टेबल ऑक्सीजन साथ रहता था। बहुत पॉवरफुल जो ड्रग्स होती है दिन में पंद्रह खानी पड़ती थी और अनेक एंटीबायोटिक भी। और वंडरफुल बात बताई कि साल में दो-तीन बार आईसीयू में भर्ती हो जाती थी।

ज्ञान-योग से शांत हुआ मन

उन्होंने कहा कि मैंने तीन वर्ष तपस्या की। और फिर बताया कि तीन मास के लिए अच्छी तपस्या करने मैं मधुबन आई। मैंने यहाँ पर तीन मास अच्छी तपस्या की, क्या-क्या किया ये उन्होंने बताया कि सबको क्षमा किया कि किसी ने भी मुझे कष्ट दिया हो। मनुष्य के अंतरमन में वो द्वेष भाव, वो बदले का भाव बढ़ा रहता है जो उसके सेल्स को पॉइज़नस(ज़हरीला) करता रहता है। फिर कहा कि मैंने सभी को क्षमा किया। सभी से क्षमा-याचना की। और एक बहुत अच्छी बात उन्होंने कही कि डीप क्लींजिंग किया अपने आपको। गहराई में जाके विचारों को शुद्ध किया। एक-एक विचार पर ध्यान दिया। ये एक बहुत अच्छी बात थी कि मैं क्या गलत सोचती हूँ, मेरे एटीट्यूड में कहाँ गलती है। किस तरह की निगेटिव फीलिंग मेरे पास है। उसको मैंने शुद्ध किया कि नहीं! सब अच्छे हैं, सबकुछ शुद्ध हो रहा है। सब कल्याणकारी है। बहुत अच्छी फीलिंग उन्होंने दी। और पानी रोज़ चार्ज करके पिया। भोजन, पानी, फ्रूट जो भी कुछ होता था उसको चार्ज करके पीती थी। उन्होंने ये बताया कि मुझे ये महसूस होता था कि एक-एक जो खराब संकल्प होता है वो अनेक सेल्स को ज़हरीला बनाता है। ये रोगों का मुख्य कारण है। उन्होंने प्रकृति को भी योगदान दिया। उसको थैंक्स दिया। तुमने मुझे ये बहुत अच्छा शरीर दिया है। जीवन दिया है। ये कहने के बजाये कि कैसा शरीर दिया है तुमने मुझे बीमार कर दिया। ये मैंने क्या पाप किए थे,नहीं। प्रकृति तुमने मुझे बहुत अच्छा शरीर दिया तुमको बारंबार धन्यवाद। और अब वो बहन बड़े मज़े से जी रही है। उन्होंने बताया कि मैं तो चलना ही भूल गई थी। बिस्तर ही मेरी जगह बन गई थी। लोग मुझे इस नज़र से देखते थे कि ये तो बीमार ही है पता नहीं कब मरेगी। न जाने कितनों की बद्दुआएं मिली। 40 साल से भी ज़्यादा कष्ट भोगे। अब केवल इनहेलर कभी-कभी लेना पड़ता है दो-तीन दिन में एक-दो बार। बाकी सब श्वास ठीक रहता है। मन खुश हो गया है। टांगे अच्छी हो गई हैं। अब अच्छे से चलती हूँ। काम करती हूँ, घर संभाल रही हूँ।

तो मैं आप सभी को कहूँगा कि राजयोग एक इतनी सुन्दर प्रैक्टिस है जिसमें हमें परमात्म ब्लैसिंग्स भी मिलती हैं और हमारे विचार शुद्ध होने से, चित्त प्रसन्न होने से बीमारियों से हम छूट जाते हैं। रोज़ हमें ऐसे अनेक समाचार मिलते हैं कि मुझे बहुत बीमारी है, मैं बहुत परेशान रहता हूँ, रहती हूँ। राजयोग में इसका क्या उपाय है।

वास्तव में हम बस इतना ही करें- जब कुछ भी समझ ना आये। पानी चार्ज करके पीयें। बहुत अच्छी साधना कर लें। दो-चार घंटे रोज़ कर सकें तो बहुत अच्छा। मन को शांत और प्रसन्न करें। बस इतना ही करेंगे तो बहुत सारी बीमारियां विदाई ले जायेंगी।

प्रश्न : मेरा नाम भारती साहू है। मेरा पूरा परिवार 11 वर्ष से इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय से जुड़ा हुआ है और हमारी एक ज़मीन है जिसको हम बेचना चाहते हैं। कितने प्रॉपर्टी डिलर आते हैं,उसे देखते हैं लेकिन हमारी वो प्रॉपर्टी अभी तक भी नहीं बिकी। क्या कुछ ऐसी प्रैक्टिस की जा सकती है जिसकी वजह से वो बिक जाये? क्योंकि परिवार में आर्थिक रूप से हमें इसकी बहुत ज़्यादा आवश्यकता है।

उत्तर : ऐसे केसेज भी बहुत हो रहे हैं आजकल। कुछ लोगों की ज़मीन फटाफट बिक रही है, भाव भी बढ़ रहे हैं। और कुछ लोग ऐसे फँस जाते हैं सबकुछ अटक जाता है और सफलता नहीं मिलती है। विघ्न विनाशक योग की भट्ठी जिसको करने के लिए हम बार-बार सभी भाई-बहनों को बताते हैं और उसके परिणाम भी बहुत सुन्दर हैं। बात यही है कि योग बहुत एकाग्रता के साथ किया जाये, बहुत विश्वास के साथ किया जाये। तो इसको हम 21 दिन की विघ्न विनाशक भट्ठी कहते हैं। इसको रोज़ एक घंटा करना है। इस योग को करने से पहले दो स्वमान सात बार याद कर लें। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। विघ्न विनाशक हूँ क्योंकि योग से जो हमें शक्तियां मिलेंगी वो उन विघ्नों को नष्ट करेंगी जो इसके सफलता के मार्ग में आड़े आ रहे हैं। और एक घंटा बहुत अच्छा योग कर लें। एक व्यक्ति कर ले जिसका योग बहुत अच्छा होता हो। और आपके पास तो बहुत अच्छी चीज़ है कि पूरा परिवार ज्ञान में चल रहा है। कुछ अच्छी कॉमेंट्री के द्वारा पूरा परिवार एक टाइम योग में बैठे। अपने परिवार की खुशहाली के लिए भी और इस विघ्न को नष्ट करने के लिए भी ताकि आपका ये कार्य सहज हो जाये।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

परचिंतन की बजाय करें...स्वचिंतन

वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

हमारे व्यर्थ संकल्प हमें बहुत अच्छी-अच्छी बातें तो भुला ही देते हैं। जो व्यर्थ संकल्पों में रहते हैं उनका ज्ञान का चिंतन भी हो नहीं पाता क्योंकि उनकी सारी मन की शक्तियां व्यर्थ चिंतन में बह जाती हैं। बुद्धि का एक एटीट्यूड बुद्धि की जो टेंडेन्सी है जिसमें सद्विवेक भरा है वो ज़रा लोप हो जाता है। इसलिए व्यर्थ संकल्पों को हर फील्ड में अपना शत्रु मानते हुए इन पर हमें अंकुश अवश्य लगाना है। आप सब जानते हैं स्टूडेंट्स अगर व्यर्थ में रहते हैं तो टीचर क्या पढ़ा रहा है, लेक्चरर क्या सुना रहा है तो उनकी समझ में नहीं आएगा, सुनते हुए भी जैसे अंदर कुछ जा ही नहीं रहा है। यदि आप बिज़नेसमैन हैं, आप व्यर्थ में रहते हैं, आपके चारों ओर एक निगेटिव एनर्जी फैलती रहती है तो इसका प्रभाव आपकी ग्रहस्थी पर व आपके बिज़नेस पर अवश्य पड़ेगा।

एक माँ भोजन बना रही है। उसके मन में व्यर्थ संकल्प बहुत चल रहे हैं, तूफान उठ रहा है तो उसका भोजन न तो टेस्टी बनेगा, न उसमें प्यार भर पायेंगी, न अच्छे वायब्रेशन भर पायेंगी तो हर मार्ग के लिए व्यर्थ संकल्प बहुत बुरी चीज़ है। शिव बाबा ने हमें स्वदर्शन चक्रधारी बनाया है। बहुत बड़ा शब्द है यह। शास्त्रों में केवल श्रीकृष्ण को सुदर्शन-सुदर्शन कह दिया है। शिव बाबा ने हमें कहा स्वदर्शन चक्रधारी ऐसा दिखाया है हम अपना दर्शन करते हैं इस पूरे चक्र में, इस सृष्टि चक्र में हम क्या-क्या थे यह दर्शन हमें होने लगता है, इसको स्वदर्शन चक्रधारी होना कहते हैं। लेकिन कई लोग परदर्शन चक्र घुमाते रहते हैं, दूसरों का ही चिंतन करते रहते हैं इसको कहते हैं परचिंतन। देखते भी दूसरों को हैं तो अपने को देखना भूल जाते हैं। सोचते भी दूसरों के बारे में हैं तो अपने बारे में सोचना भूल जाते हैं। हमें संकल्प करना है, सुंदर संकल्प करें कि जन्म-जन्म हम दूसरों को देखते आए अब अपने को देखने का तीसरा नेत्र स्वयं भगवान ने हमें दिया है। क्यों न हम अपने को देखें, अपने को ही चेंज करें! दूसरे चेंज हों यह इंतज़ार हम क्यों करें! पहले हम करेंगे तो हमें बहुत कुछ प्राप्त हो जाएगा। परचिंतन तो हम युगों से करते हैं। लेकिन अब समय है अपना चिंतन करने का। मुझे अपनी उन्नति कैसे करनी है? मुझे भगवान की सभी आज्ञा का पालन कैसे-कैसे करना है? अब मैं ईश्वरीय पथ पर आ गया हूँ, भगवान की संतान बन गई हूँ, अब मुझे उसका शो करना है अपने चरित्र से, अपने जीवन से। हमारे सुंदर विचार हमारी पर्सनैलिटी को बहुत सुंदर बनाते हैं। हमारे सुंदर विचार समाज में हमारी पहचान बनाते हैं। हमारे सुंदर विचारों के वायब्रेशन सारे संसार में फैलते हैं।

हमारे सुंदर विचार हमारी पर्सनैलिटी को बहुत सुंदर बनाते हैं। हमारे सुंदर विचार समाज में हमारी पहचान बनाते हैं। हमारे सुंदर विचारों के वायब्रेशन सारे संसार में फैलते हैं।

हम अपने पर गहरी दृष्टि डालें। हमारा समय दूसरों को देखने में दूसरों का चिंतन करने में तो नहीं जा रहा है?

हम अपने पर गहरी दृष्टि डालें। हमारा समय दूसरों को देखने में दूसरों का चिंतन करने में तो नहीं जा रहा है? कई मनुष्य तो सुंदर स्थानों पर भी आते-जाते हैं ना तो वहाँ भी न जाने क्या-क्या सोचते हैं! क्या-क्या देखते हैं! जिस लक्ष्य से वहाँ जाते हैं उसे तो भूल ही जाते हैं। कौन क्या कर रहा है एक इच्छा बनी रहती है जानने की और जो दूसरों के बारे में जानने की उत्कंठा में लगा हुआ है वो अपने को कभी नहीं जान सकता। वो अपनी शक्तियों को भी नहीं पहचान सकता। परचिंतन करने वाले का चित्त शांत होता ही नहीं, यह तो बिल्कुल क्लीयर बात है। दिखाई देगा गलती वह कर रहे हैं और नुकसान हम उठा रहे हैं। वो गलती करके भी खुश हैं और हम उन्हें देख-देख के परेशान हो रहे हैं। सम्भालें अपने को।

अब भगवान हमारे पास आ गए हैं, उन्होंने हमें सत्य ज्ञान दे दिया है,अभी हम ये गलती नहीं करेंगे। अभी परम सुख प्राप्त करने का समय है। परदर्शन में अपना अनमोल समय व्यतीत करके इस स्वर्णिम अवसर को अपने हाथ से जाने नहीं दें। हमारी यात्रा अलग है, हमारी मंज़िल अलग है, हमारा लक्ष्य अलग है इस चिंतन को बढ़ायें। जैसा दूसरे कर रहे हैं अगर हम भी वैसा ही करें तो हममें और उनमें अंतर ही क्या रह जायेगा! क्योंकि दूसरों को देखने से, परचिंतन करने से हमारी वृत्ति खराब हो जायेगी, दृष्टिकोण बिल्कुल बिगड़ जायेगा। जो गुड फीलिंग हैं, ग्रेट फीलिंग हैं वो दबकर नष्ट हो जायेंगी। तो इसलिए परचिंतन के बजाय हम स्व चिंतन की गहराई में चलें, अपने स्वमानों को बढ़ाएं। देखना है तो अपने को देखें। कितना सुंदर अवसर मिला है ये देखने का भगवान को कि वो कैसे अपना दिव्य कार्य कर रहा है! अनेक फिलॉसफी में चर्चाएं हैं-भगवान ने दिव्य कार्य ऐसे किये, ऐसे किये। हम तो उसे देख रहे हैं। इन चीज़ों में मग्न हों व्यर्थ समाप्त हो जाएगा।

दिल्ली-नरेला। श्रीराम कथा के दौरान साध्वी ऋतंभरा जी को परमात्म परिचय देने के साथ ही ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता बहन।

कादमा-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ पाठशाला रामबास में 'राजयोग द्वारा वर्तमान परिस्थितियों में तनाव मुक्त जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए दीपक शर्मा एचसीएस, ब्र.कु. कविता दीदी,चंडीगढ़, महादेव बलाली समाजसेवी, ब्र.कु. वसुधा बहन, सुधीर शर्मा,सरपंच, राजेंद्र यादव,ग्रामीण विकास मंडल संस्थापक, ब्र.कु. ज्योति बहन तथा अन्य।

सोनीपत से.15-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'नशा मुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत गेटवे इंस्टीट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी,सोनीपत में कार्यक्रम के दौरान गेटवे कॉलेज के प्रिंसिपल डॉ. विनय सिंघल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रमोद बहन तथा ब्र.कु. सुनीता बहन। कार्यक्रम में कॉलेज स्टाफ सहित 120 विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया।

बिहार शरीफ-नालंदा(बिहार)। जिला पदाधिकारी डीएम शशांक सुभंकर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पूनम बहन।

कोयलानगर-कानपुर(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के नये भवन 'पीस पैलेस' के उद्घाटन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए सतीश महाना,विधानसभा अध्यक्ष उ.प्र., वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी,माउण्ट आबू, ब्र.कु. गिरिजा बहन, ब्र.कु. शालिनी बहन, ब्र.कु. नीलम बहन तथा अन्य।

दिल्ली-मोहम्मदपुर। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. निशा बहन, अभिनेत्री सुषमा सेठ, ब्र.कु. फलक बहन एवं ब्र.कु. सुरेश भाई।

हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के शान्ति भवन सेवाकेन्द्र व चिकित्सा सेवा प्रभाग तथा भारत सरकार के सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग के सहयोग से 'नशामुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत हाथरस सिटी रेलवे स्टेशन पर 'व्यसनमुक्ति चित्र प्रदर्शनी' के आयोजन के पश्चात् स्टेशन मास्टर विपिन कुमार शर्मा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शान्ता बहन। इस दौरान स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं हाथरस महोत्सव में भी नशामुक्त भारत अभियान के अंतर्गत कार्यक्रम आयोजित किये गये जिसमें उ.प्र. राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग के अध्यक्ष डॉ. देवेन्द्र शर्मा, जिलाधिकारी अर्चना वर्मा, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, जिले के मुख्य विकास अधिकारी, उपजिलाधिकारी, सी.ओ. सिटी, जिला औषधि निरीक्षण अधिकारी, जिला आबकारी अधिकारी सहित अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

चक्रधरपुर-झारखण्ड। ब्रह्माकुमारीज़ पाठशाला की संचालिका ब्र.कु. मानिनि बहन को सम्मानित करते हुए ज्ञान श्रवण से अभिभूत अन्नपूर्णा फाउंडेशन के अध्यक्ष सह पश्चिमी सिंहभूम चेम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री के पोड़ाहाट-चक्रधरपुर उपाध्यक्ष प्रदीप कुमार भगेरिया।

जयपुर के झोटवाड़ा क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान का नया आध्यात्मिक सेवाकेन्द्र

'प्रभु गुंजन भवन' समाज के आत्म उत्थान के लिए समर्पित

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के यूरोपीय सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी ने गणमान्य लोगों की मौजूदगी में किया उद्घाटन

भव्य सांस्कृतिक कार्यक्रम का भी हुआ आयोजन

झोटवाड़ा-जयपुर(राज.)। यह 'प्रभु गुंजन भवन' ईश्वरीय सेवाओं को आगे बढ़ाते हुए परमात्मा के हीरे तराशने अर्थात् श्रेष्ठ मानव का निर्माण करने का काम करेगा। रूहानी क्रांति से ही युग परिवर्तन होता है। युग परिवर्तन के इस दौर में कल्याणकारी परमात्मा शिव दुनिया में अपने बच्चों को निमित्त बनाकर काम कर रहे हैं। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज़ के यूरोपीय सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी ने वृन्दावन कॉलोनी झोटवाड़ा में ब्रह्माकुमारीज़ के 'प्रभु गुंजन भवन' सेवाकेन्द्र के उद्घाटन समारोह में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि ज्ञान और योग के ज़रिये परमात्मा के साथ सम्बंध स्थापित करना ही राजयोग मेडिटेशन है। अगर इस राजयोग से इन्द्रियों को वश में कर लिया तो प्रकृति भी मनुष्य की दासी बन जाती है। ब्रह्माकुमारीज़ जयपुर सबज़ोन संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुषमा दीदी ने कहा कि आज के तेज़ी से बदल रहे समाज में अपने संकल्प और सोच बदलने की ज़रूरत है। उससे ही दृष्टि और

वृत्ति बदलेगी और तब ही आत्म उन्नति का मार्ग प्रशस्त होगा। राजस्थान यूनिवर्सिटी ऑफ हेल्थ साइंसेज़ के डॉ. सुधीर भंडारी ने कहा कि एक सभ्य समाज में शहरीकरण, औद्योगीकरण, एकल परिवार और इंटरनेट मीडिया एडिक्शन की वजह से एकांकीपन बढ़ा है, आपसी संवाद कम हो रहा है और एकाग्रता की कमी हो रही है। ऐसे में मेडिटेशन केन्द्र होना अपने आप में एक उपचार, चिंता हरण का स्थान है। पूर्व मुख्य न्यायाधीश मद्रास हाई कोर्ट नागेंद्र कुमार जैन ने कहा कि आज के भौतिक युग में लोग सेल्फ सेंटर्ड हो गए हैं। ऐसे में आज खुद को सुधारने की ज़रूरत है। अनजान के प्रति संवेदना ही मानवता है और यह काम देश और दुनिया में ब्रह्माकुमारी बहनें बखूबी कर रही हैं। ब्रह्माकुमारीज़ के धार्मिक प्रभाग की अध्यक्षा एवं प्रयागराज सबज़ोन की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. मनोरमा दीदी ने कार्यक्रम का संचालन किया। वैशाली नगर जयपुर सब ज़ोन के तहत बने 'प्रभु गुंजन भवन' सेवाकेन्द्र के उद्घाटन कार्यक्रम में जयपुर नेशनल यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर आर.एल. रैना, अल्पसंख्यक आयोग के पूर्व अध्यक्ष जसबीर सिंह, जयपुर वैशाली नगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. चन्द्रकला दीदी समेत सैंकड़ो लोग व शहर के गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे। सभी ने अपनी ढ़ेरों शुभकामनाएं दीं।

'नशा मुक्त भारत अभियान' के तहत कार्यक्रम का आयोजन

नशा व्यक्ति के स्वास्थ्य से लेकर तन-मन-धन सबको खत्म कर देता है

अम्बिकापुर-चोपड़ापारा(छ.ग.)। सामाजिक न्याय और अधिकारिता विभाग भारत सरकार एवं ब्रह्माकुमारीज़ मेडिकल विंग के संयुक्त तत्वाधान में संस्थान के नव विश्व भवन में नशा मुक्त भारत अभियान के तहत आयोजित कार्यक्रम में राष्ट्रीय तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम के प्रभारी अधिकारी ई.एन.टी. विशेषज्ञ डॉ. शैलेष गुप्ता ने कहा कि नशा व्यक्ति के स्वास्थ्य से लेकर तन-मन-धन सबको खत्म कर देता है। उन्होंने कहा कि जब कोई व्यक्ति नशा छोड़ता है तो हमें उसको सहयोग देना चाहिए ताकि वो अपनी गंदी आदतों को छोड़ने में सहज सफलता प्राप्त कर सके। साथ ही उन्होंने सभी को ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सिखाये जा रहे राजयोग का अभ्यास करने के लिए भी प्रेरित किया। सरगुजा संभाग की सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी ने कहा कि किसी भी तरह के विकारी नशे में लिप्त रहने के बजाय ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग को जीवन में अपनायें तथा अच्छे लोगों की संगति करें तभी जीवन में सच्ची खुशी एवं शांति की अनुभूति होगी व जीवन में सकारात्मक परिवर्तन भी आयेगा। उप पुलिस अधीक्षक बहन महालक्ष्मी, जिला समन्वयक क्षय रोग डॉ. श्रवण खुटे, जिला सलाहकार तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम हनी कोटबिल, खण्ड विस्तार परीक्षण अधिकारी लुण्ड्रा ब्लॉक नन्दू, बी.डी.सी. असकला ग्राम जागेश्वर सिंह, उपसरपंच असकला चोलेश्वर सिंह आदि ने अपने विचार रखे। इसके साथ ही सेवाकेन्द्र द्वारा दुर्गा मंदिर गांधी चौक में नशा मुक्ति चित्र प्रदर्शनी लगाकर लोगों को जागरुक किया गया तथा असकला ग्राम में भी नशा मुक्ति कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

बच्चों ने नुक्कड़ नाटक के द्वारा लोगों को नशा न करने के लिए प्रेरित किया

ब्र.कु. विद्या दीदी ने सभी को नशे से दूर रहने की प्रतिज्ञा कराई

आई.टी.बी.पी. के अधिकारियों एवं जवानों ने सीखा राजयोग

लखनऊ-जानकीपुरम(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में आई.टी.बी.पी. एवं नर्सिंग स्टाफ के लिए आयोजित 'स्ट्रेस मैनेजमेंट' कार्यक्रम में मुख्य वक्ता ब्र.कु. डॉ. स्वामीनाथन ने स्ट्रेस मैनेजमेंट के विशेष टिप्स दिए और वाह ज़िन्दगी वाह की रमणीक एक्सरसाइज़ कराते हुए बताया कि तनाव के कारण स्वभाव में नीरसता, उदासी व चिड़चिड़ापन आ जाने से अत्यंत भावुकता आ जाती है। बात-बात में रोना, गुस्सा, नफरत, घृणा का स्वभाव ही बन जाता है। कई बार तो जोश में आकर अपना ही बड़े से बड़ा नुकसान कर लेते हैं जिससे तन व मन दोनों का बैलेंस बिगड़ सकता है। इन सारी बातों का अगर अवलोकन न किया जाये तो परिणामस्वरूप तनाव से पनप रही अत्यंत घातक स्थिति का पता चलता है। डॉ. स्वामीनाथ ने मेडिटेशन का महत्व समझाते हुए वैज्ञानिक प्रमाण भी दिए। उन्होंने बताया कि राजयोग ही एक मात्र मार्ग है शांति और संस्कार परिवर्तन का। आई.टी.बी.पी. के डिप्टी कमांडेंट राजकुमार जी ने कार्यक्रम की प्रशंसा करते हुए कहा

कि आज स्ट्रेस सभी के जीवन में बीमारी की तरह फैल गया है जिससे ब्रह्माकुमारीज़ राजयोग के द्वारा लड़ने की शक्ति प्रदान कर रहा है। मौके पर आई.टी.बी.पी. के असिस्टेंट कमांडेंट कुलवंत जी, प्रो. मोहित, ब्र.कु. सुमन बहन सहित आई.टी.बी.पी. के जवान व नर्सिंग स्टाफ उपस्थित रहे।

राजयोग के अभ्यास से ही आयेगी सही निर्णय करने की शक्ति

केक काटकर मनाया गया भाग्यविधाता भवन के प्रथम वर्षगांठ का उत्सव तथा विडियो प्रेज़ेंटेशन के द्वारा गत वर्ष हुई सेवाओं को विस्तार से दिखाया गया

बैतूल-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ भाग्यविधाता भवन सेवाकेन्द्र के प्रथम वर्षगांठ पर 'स्वर्णिम भारत की स्थापना में न्यायविदों की भूमिका' विषयक सम्मेलन में रिटा. हाई कोर्ट जस्टिस बी.डी. राठी ने कहा कि अगर हम आध्यात्मिकता को अपने जीवन में अपना लें और दिन में कुछ समय के लिए भी राजयोग का अभ्यास करें तो हम सही मायने में अंदर से सशक्त होंगे, हमारी बुद्धि शुद्ध होगी तथा हम सही निर्णय कर पाएंगे। जिला एवं सत्र न्यायाधीश प्राणेश कुमार पाण्डे ने अपना अनुभव साझा करते हुए न्याय व्यवस्था में क्या-क्या समस्याएं आती हैं तथा कहां सुधार की आवश्यकता है इस विषय को स्पष्ट किया। अधिवक्ता संघ के अध्यक्ष बृजेश ब्रजकिशोर पांडे ने कहा कि इस प्रकार के आयोजन न्यायविदों के लिए हमेशा होते रहने चाहिए ताकि इस वर्ग के लोग अपने निजी जीवन में तनाव मुक्त और भयमुक्त रह सकें। ब्र.कु. अरुणा बहन ने सभी को राजयोग मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराई। ब्र.कु. सुनीता बहन ने सभी का धन्यवाद किया। मौके पर अधिवक्ता एवं सी.ए. जगमोहन खंडेलवाल, सिविल जज लक्ष्मण ड़ोडवे, सी.जी.एम. धीरेन्द्र मंडलोई, सिविल जज कमलेश मीणा, सिविल जज के.एस. मेढ़ा, अति. जिला न्यायाधीश राकेश बंसल, वरिष्ठ अधिवक्ता एवं सी.ए. राजीव खंडेलवाल, ए.डी.जे. दीपिका मालवी, ए.डी.जे.आदेश मालवी, वरिष्ठ अधिवक्ता आर.के. वर्मा व न्याय जगत से जुड़े अनेक महानुभावों सहित ब्र.कु. मंजू बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/21-23, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2021-23, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 3rd May, 2023
स्वामी - प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्व विद्यालय, प्रकाशक, सम्पादक एवं मुद्रक- गंगाधर नरसिंघानी द्वारा डी.बी. कॉर्प.लि. भास्कर प्रिन्टिंग प्रेस,शिवदासपुरा, टोंक रोड,जयपुर से मुद्रित एवं ओमशान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया
ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन,- 307510
See Latest News
www.omshantimedia.org