ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25 | अप्रैल - II - 2023 | अंक - 02 | माउण्ट आबू | Rs.-12

कार्यक्रम • ब्रह्माकुमारीज़ एवं सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय के बीच नशा मुक्त भारत अभियान के लिए समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर

देश के हर गांव, स्कूल व कॉलेज को नशा मुक्त करने का है संकल्प

नई दिल्ली। भारत में तंबाकू की लत के खतरे को रोकने के लिए डॉ. अम्बेडकर इंटरनेशल सेंटर जनपथ,दिल्ली में आयोजित भव्य कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ के मेडिकल विंग एवं सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय,भारत सरकार के बीच नशा मुक्त भारत अभियान के लिए एक समझौता ज्ञापन(एमओयू) पर हस्ताक्षर किए गए। कार्यक्रम के दौरान ओ.आर.सी. निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने बताया कि ब्रह्माकुमारीज़ में हम मादक पदार्थों की लत के खतरे को दूर करने के लिए दो-तरफा रणनीति का उपयोग करते हैं - पहला व्यक्ति को आध्यात्मिक परामर्श द्वारा और दूसरा व्यक्ति को सशक्त बनाकर। दोनों रणनीतियां एक साथ काम करती हैं और व्यक्ति की 'आंतरिक ज़रूरतों' को पूरा करने में मदद करती हैं, ताकि किसी को व्यसन की दवाओं का सेवन करने की आवश्यकता न पड़े। वीरेंद्र कुमार,कैबिनेट मंत्री सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता ने इस अभियान के माध्यम से व्यसन मुक्त भारत के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए हर गांव, स्कूल , कॉलेज और विश्वविद्यालय में नशीली दवाओं के खतरे से निपटने के लिये आध्यात्मिक समाधान की आवश्यकता व्यक्त की। रामदास अठावले,सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता राज्य मंत्री ने ब्रह्माकुमारीज़ की सेवाओं और देशव्यापी नेटवर्क में पूर्ण विश्वास व्यक्त किया और कहा कि नशे की लत छुड़ाने के इस नेक सेवा में इस संस्थान को शामिल करके वे खुश हैं। डॉ. सचिन परब ने विश्व ड्रग डे पर देश भर में 10 करोड़ लोगों द्वारा नशामुक्ति का संकल्प लेने के संस्थान के पायलट प्रोजेक्ट के बारे में बताया। कार्यक्रम में सुरेंद्र कुमार,अति.सचिव, राजेश कुमार मक्कड़,उप सचिव तथा अन्य मंत्रालयिक कर्मचारी मौजूद रहे। संचालन एमएसजेई संयुक्त सचिव राधिका चक्रवर्ती ने किया।

32 राज्यों के 372 जिलों तक पहुंचेगा यह व्यसन मुक्ति जागरुकता अभियान : कैबिनेट मंत्री वीरेंद्र कुमार

नशामुक्ति के इस नेक कार्य में ब्रह्माकुमारीज़ के जुड़ने से खुश हूँ : राज्यमंत्री रामदास अठावले

ब्रह्माकुमारीज़ में नशामुक्ति के लिए दो रणनीति 'आध्यात्मिक परामर्श और सशक्तिकरण का होता प्रयोग : ब्र.कु. आशा दीदी

ब्रह्माकुमारीज़ से समझौता ज्ञापन पर ब्र.कु. आशा दीदी,ओआरसी ने हस्ताक्षर किये। उनके साथ ब्र.कु. डॉ. बनारसीलाल शाह,सचिव,मेडिकल विंग, ब्र.कु. डॉ.प्रताप मिड्ढा,जीएचआरसी,माउंट आबू, ब्र.कु. डॉ. सचिन परब,संयुक्त सचिव,प्रभाग, ब्र.कु. प्रो. डॉ. गौरव अग्रवाल, ब्र.कु. प्रो.डॉ. मोहित गुप्ता, ब्र.कु. प्रो.डॉ. रीना तोमर, ब्र.कु. लक्ष्मी बहन,लॉरेंस रोड, ब्र.कु. कमला बहन,द्वारिका दिल्ली व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें मौजूद रहे।

मंत्रियों एवं विधायकों के लिए शान्ति सरोवर में स्नेह मिलन समारोह

आज हर मानव को शांति की नितांत आवश्यकता

कार्यक्रम में मुख्यमंत्री भूपेश बघेल, विधानसभा अध्यक्ष डॉ. चरण दास महन्त, नेता प्रतिपक्ष नारायण दास चन्देल सहित अनेक मंत्री एवं विधायक शामिल हुए

कार्यक्रम के दौरान मंचासीन हैं माननीय मुख्यमंत्री भूपेश बघेल, विधानसभा अध्यक्ष डॉ. चरण दास महंत, क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी एवं धार्मिक सेवा प्रभाग की अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. मनोरमा दीदी।

रायपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ के राजनीतिक सेवा प्रभाग द्वारा मंत्रियों एवं विधायकों के लिए शान्ति सरोवर में आयोजित 'स्नेह मिलन समारोह' को सम्बोधित करते हुए विधानसभा अध्यक्ष डॉ. चरण दास महन्त ने कहा कि हम लोगों को शान्ति की ज़रूरत है। शान्ति के लिए हमारे कई साथी माउण्ट आबू जाने की इच्छा रखते हैं ताकि शान्ति की अनुभूति कर सकें, हमारे अंदर सुधार आए। ब्रह्माकुमारीज़ की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी ने सभी मंत्रियों एवं विधायकों को माउण्ट आबू में शिविर के लिए आमंत्रित करते हुए कहा कि छत्तीसगढ़ राज्य सांस्कृतिक परंपराओं से भरपूर है। इसका विकास विज्ञान के बल पर नहीं किन्तु नैतिक और आध्यात्मिकता के आधार पर करने की ज़रूरत है ताकि यह राज्य सारे देश के लिए रोल मॉडल बन सके। प्रयागराज से आईं धार्मिक सेवा प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्ष ब्र.कु. मनोरमा दीदी ने कहा कि जहां मनोबल होता है वहां सत्यता और सरलता जीवन की अनुगामिनी बनती है और जीवन श्रेष्ठ व्यक्तित्व के रूप में उभरता है। समारोह में स्वास्थ्य मंत्री टी.एस. सिंहदेव, कृषि एवं जल संसाधन मंत्री रविन्द्र चौबे, शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम, पूर्व विधानसभा अध्यक्ष धरम लाल कौशिक, पूर्व मंत्री बृजमोहन अग्रवाल सहित अनेक मंत्री एवं विधायक उपस्थित रहे। भिलाई सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. आशा दीदी ने आभार एवं धमतरी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरिता ने संचालन किया।

मीडिया में सकारात्मकता के साथ स्पष्टता अनिवार्य

मोहाली-पंजाब। मीडिया में सकारात्मकता अनिवार्य है, इसी से पत्रकारिता में स्पष्टता और प्रतिबद्धता लाई जा सकती है। उक्त उद्गार पंजाब के लोक संपर्क आवास व शहरी विकास मंत्री अमन अरोड़ा ने ब्रह्माकुमारीज़ के सुख शान्ति भवन में 'समाधानपरक पत्रकारिता से समृद्ध भारत का निर्माण' क्षेत्रीय अभियान के शुभारंभ पर व्यक्त किये। उन्होंने ब्रह्माकुमारीज़ की इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि इस संगठन से सीखा जा सकता है कि सरल जीवन यापन से रोज़मर्रा की जटिलताओं से कैसे छुटकारा पाया जा सकता है। ज़ी टीवी,पंजाब हरियाणा हिमाचल के संपादक दीपक धीमान ने इस बात पर ज़ोर दिया कि मीडिया को समस्या को उछालना ही नहीं बल्कि उसके समाधान का प्रयास भी लोगों के सहयोग से करना चाहिए। पत्रकार को अपने लोभ व लालच को छोड़कर इस बारे में सोचना होगा कि भारत को समृद्ध कैसे बनाया जा सकता है। आई.आई.एम.सी. नई दिल्ली,सूचना व प्रसारण मंत्रालय के महानिदेशक और वरिष्ठ पत्रकार प्रोफेसर डॉ.संजय द्विवेदी ने कहा कि भारतीय संस्कृति अथवा पत्रकारिता का आधार सकारात्मकता है। पत्रकारिता तभी सफल है जब उसका उद्देश्य लोकहित व पवित्रता हो और लोग उस पर विश्वास करें। दैनिक जागरण के आवासीय संपादक,पंजाब व चंडीगढ़ अमित शर्मा ने भी अपने अमूल्य विचार रखे। ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. सुशांत ने कहा कि मीडिया में सकारात्मकता अभी है और इसे बढ़ाने में आध्यात्मिकता का समावेश ज़रूरी है। मोहाली रोपड़ राजयोग केंद्रों की निदेशिका ब्र.कु. प्रेमलता दीदी ने मीडिया की भूमिका पर विचार रखे। क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. करम चंद भाई ने संचालन किया व रोपड़ संचालिका ब्र.कु. रमा बहन ने स्वागत किया।

'समाधानपरक पत्रकारिता से समृद्ध भारत का निर्माण' क्षेत्रीय अभियान का सुख शांति भवन में भव्य शुभारंभ

श्रेष्ठ चित्र बनेगा आपका परम मित्र

कई लोग होते हैं, उनके साथ न्याय नहीं हुआ तो जोश में आ जाते हैं। क्रोध में आकर कुछ कर बैठते हैं। वे नहीं समझते हैं कि ठीक है, उनको न्याय नहीं मिला लेकिन उनके प्रति क्रोध में आना, अत्याचार कर बैठना, यह भी न्याय नहीं है! न्याय नहीं मिला तो न्याय प्राप्त करने के लिए क्रोध करते हैं, हिंसा करते हैं। अच्छा प्राप्त करने के लिए खराब काम कर लेते हैं। यह ठीक नहीं है। हमारा लक्ष्य भी अच्छा होना चाहिए और उसको प्राप्त करने की विधि भी अच्छी होनी चाहिए। कई बार हमने देखा है, इसमें भी हम धोखा खा लेते हैं। हमारे संपर्क में आने वाले कई भाई-बहनें हैं, वे हमसे व्यवहार ठीक नहीं करते, हमारे पीछे ही पड़ जाते हैं, हमसे ईर्ष्या करते हैं, द्वेष करते हैं। मान लो कभी किसी वजह से हमारा उनका स्वभाव-संस्कार नहीं मिलता है। इसके लिए परमात्मा ने बताया है कि उनके प्रति हमें मधुरता, सहनशीलता, क्षमा, दिव्यता, संतोष, मिलनसार इत्यादि गुणों की धारणा करनी चाहिए और वक्त पर उसे उपयोग भी।

ब्र.कु. गंगाधर

इसके बदले उनकी बात या व्यवहार देख हम भी उत्तेजित होकर बोलने लगते हैं, व्यवहार करने लगते हैं। तो हमारी स्थिति होनी चाहिए फरिश्ता स्वरूप की, बिन्दु स्थिति की या प्रभामण्डल की। वो न होकर हम नीची अवस्था में, शरीर-अभिमानी की अवस्था में आ जाते हैं।

ऐसी परिस्थिति में हमारे सामने ज़रूर एक मूल्य होता है। फलाना आदमी इतने सालों से ज्ञान में होते हुए भी कई लोगों को परेशान कर रहा है, इसको कोई नहीं बोल रहा है, हम कुछ बोलें? हम इसको ठीक कर दें? लेकिन यह ज़िम्मेवारी आपको किसने दी है? परमात्मा कहते हैं, 'लॉ' अपने हाथ में नहीं उठाओ। मैं न्यायकारी हूँ, मैं बैठा हूँ, मैं देखूंगा। आप अपना फर्ज़ पूरा करो। आपके लिए जो बताया है वो धारण करो। मैंने जो स्थिति बनाने के लिए कहा है वो बनाओ। धारणा करने में भी हम देखते दूसरों को हैं। अपने आसुरी गुणों को छोड़ने के लिए जो पुरुषार्थ करना है, उसके लिए भी हम दूसरों को देखते हैं। फिर उसके बाद क्या होता है, हमारे मन में उस व्यक्ति का चित्र सामने आता रहता है कि वह व्यक्ति कैसा है! वो ऐसा कैसे बोल रहा है! हमें भी किसी ने इसके बारे में ऐसा बताया था कि फलां व्यक्ति बहुत गुस्सा करता है। आज वो बात सही हो रही है। न जाने कैसे-कैसे उस व्यक्ति के सम्बंध में, मन में अनेक व्यर्थ, निगेटिव संकल्प-विकल्प की बाढ़-सी आ जाती है।

लेकिन ऐसी परिस्थिति में, ऐसे संजोग में हमें क्या करना चाहिए ये परमात्मा पिता ने बहुत सुंदर बात बताई है कि हमारे मन में चित्र आना चाहिए फरिश्ता स्वरूप का, दिव्यता स्वरूप का, प्रभामण्डल का, सारी सृष्टि को सकाश देने का। परंतु उस समय ये चित्र समाप्त हो जाते हैं। उसके बदले उनके द्वारा जो किया हुआ व्यवहार है, उसका चित्र मन में हावी हो जाता है। जिसके कारण आपके विचार भी बदल जाते हैं। आपके मन में आने वाले चित्र भी निगेटिव में बदल जाते हैं। इसलिए अपने सामने श्रेष्ठ चित्रों को कायम रखें या मूल्यों को कायम रखें तो निश्चित रूप से हमारी वो स्थिति बन जायेगी जो परमात्मा चाहते हैं।

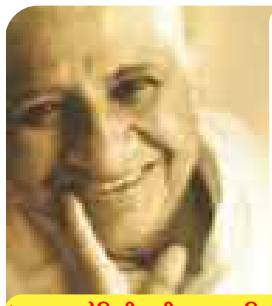
ज़रा सोच के देखो, स्वयं परमात्मा ने हमें विश्व-परिवर्तन के कार्य के लिए चुना है। तो हमारे में वो योग्यता है ही, किंतु कलियुग के दुषित वातावरण व घटनाओं के वश हम अपने स्व-ऊर्जा व स्वमान के दीप को देख नहीं पाते। इसलिए परमात्मा ने कई बार हमें ध्यान रखने के लिए कहा है कि बच्चे, ये सब कुछ होता ही रहेगा, परिस्थितियां आयेंगी-जायेंगी, व्यक्ति के स्वभाव-संस्कार टकरायेंगे, लेकिन अपने दिव्य आभामण्डल का स्मरण व स्मृति को तरोताज़ा रखें, ताकि समय आने पर उनका उपयोग व प्रयोग कर सकें। यही श्रेष्ठ विधि है कि श्रेष्ठ करने के लिए हमारे मन में श्रेष्ठ आदर्श का चित्र होना चाहिए। परमात्मा बार-बार हमें इसी के सम्बंध में भिन्न-भिन्न रूप से शिक्षा व सावधानी देते हैं। हमें इनका गहराई से चिंतन करने की रुचि रखनी चाहिए।

बाबा की याद की गोली खायें...फालतू ख्यालात से फ्री हो जायें

संगमयुग पर बाबा से हेल्थ, वेल्थ और हैप्पीनेस का वर्सा मिलता है। भक्ति में यह तीनों भगवान से मांगते थे, ज्ञान में यह अपने आप बाबा दे रहा है। भक्ति में जब तक सामने कोई मूर्ति नहीं, मंत्र नहीं तब तक याद नहीं कर सकते। ज्ञान मार्ग में न कोई मूर्ति, न मंत्र, न कोई माला, ज्ञान मार्ग में समझ मिल गई। विवेक कहता है भक्ति में बहुत मेहनत है, बुद्धि भटकती है, धक्के खाती है। वहमी बन जाते हैं। करते हैं तो कुछ प्राप्ति नज़र नहीं आती, नहीं करते हैं तो डर लगता है, कुछ हो न जाये।

बाबा ने ज्ञान देकर हमें निर्भय बना दिया है। भक्ति के बंधनों से छुटकारा पाने से बहुत बहादुरी चाहिए। देह के सम्बन्धों से, दुनियावी पदार्थों से छुटकारा पाना बड़ी बात नहीं है, लेकिन भक्ति से छुटकारा पाना सहज नहीं है। यह ज्ञान नास्तिक के लिए सहज है, वह जल्दी समझ जायेगा लेकिन भक्ति के लिए कठिन है। भक्ति में जो अल्पकाल की प्राप्ति है, उसमें वह फंसा रहता है। अब हमारी बुद्धि में भक्ति और ज्ञान का कन्ट्रास्ट है, इसलिए अब भटकने की ज़रूरत नहीं। फालतू पैसा खर्च करने की ज़रूरत नहीं। अब समझ आ गई कि एक बाबा को याद करना है, अपनी जीवन सफल करनी है।

कई पूछते हैं- हमारी धारणा श्रेष्ठ कैसे बने? धारणा श्रेष्ठ तब बनेगी जब पहले बुद्धि क्लीयर हो। बुद्धि का भटकना छूटे। बुद्धि एकाग्र होकर परमात्मा बाप को याद करे तो धारणा श्रेष्ठ बने। एक धारणा होती है गुणों की, दूसरी धारणा होती है ज्ञान व योग लगाने की। गुण धारण करने की धारणा अलग है, योगयुक्त होने के लिए धारणा अलग है।


राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

जो अच्छी तरह प्यार से बाबा को याद करता है, बाबा उसे कहता- बच्चे, मैं तुम्हारी माँ भी हूँ, प्रीतम भी हूँ... वह बहुत प्यार करता है। उस प्यार में उसी समय मन का दुःख व शरीर का दर्द सब चला जायेगा।

योगयुक्त रहने के लिए अशरीरी होकर बाबा से लिंक जोड़ने की लगन हो, इसके लिए चाहिए अन्तर्मुखता और एकान्त। जिसे योगयुक्त होकर रहने की लगन है वह कभी यह नहीं कह सकता कि एकान्त में रहने का टाइम नहीं मिलता है। उसकी रात में भी कई बार आँख खुल जायेगी। नींद ऐसी नहीं होगी जो सोया सो खोया। कोई ऐसे कहते हैं कि क्या करें नींद ही नहीं खुली। कोई फिर कहते नींद आती ही नहीं। योगी के यह चिन्ह नहीं हैं। ऐसे नहीं नींद आये तो बहुत आये, न आये तो आये ही नहीं। जो फालतू ख्याल करते हैं उन्हें नींद नहीं आती। जो फालतू ख्यालात से फ्री रहते हैं वह बाबा की याद में सो जायेंगे। जो बाबा की याद की गोली नहीं खाते, उन्हें नींद के लिए गोली लेनी पड़ती है। योग के टाइम नींद आयेगी, वैसे नींद के समय नींद नहीं आयेगी।

हमारी नींद ऐसी हो जो गुडनाइट की और बाबा की गोद में चले गये फिर आंख खुलने का समय आये तो अपने आप खुल जाए, दिल कहे उठकर बाबा को याद करूँ। जो उठते ही बाबा की याद में बैठता है, वह बाबा का प्यार पाता है। उस समय सुस्ती न आये। यदि सिर में दर्द भी होगा तो ठीक हो जायेगा। जो अच्छी तरह प्यार से बाबा को याद करता है, बाबा उसे कहता- बच्चे, मैं तुम्हारी माँ भी हूँ, प्रीतम भी हूँ... वह बहुत प्यार करता है। उस प्यार में उसी समय मन का दुःख व शरीर का दर्द सब चला जायेगा। यह धारणा है।

कोई-कोई कहता है मुझे खुशी का अनुभव नहीं होता। लेकिन अनुभव तब हो जब ज्ञान को धारण करो और औरों को दान करो। समय पर जो सेवा सामने आये, उसे दिल से, सच्चाई व प्रेम से करो तो खुशी आयेगी। जो मजबूरी से काम करता उसे खुशी नहीं आती। जो काम दिल से करता, उसे खुशी आती है।

अपने ज्ञान-योग के पंखों को चेक करते रहें...

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

कोई चीज़ बढ़िया हो उसको सम्भाल के रखा भी हो परन्तु वो समय पर काम में नहीं आवे तो उसकी क्या वैल्यू? हमारे लिए तो वो बेकार ही हुई ना! ज्ञान सुनते-सुनते शक्तियों की परिभाषा जो आपके पास है, उसे मनन करके यूज़ करो तो समय पर आपको काम में आयेंगी। समय पर शक्ति इमर्ज होगी। तो यह प्रैक्टिस करो, समय पर मेरी शक्ति काम में आती है या नहीं? तो एक सहनशक्ति को धारण करना है क्योंकि उसके बिना गति नहीं है। दूसरा समाने की शक्ति भी आपको बहुत चाहिए।

हर एक अपने पंखों को पहले चेक करो- ज्ञान और योग की दोनों ही सब्जेक्ट मेरी ठीक है? जब मैं उड़ना चाहूँ तब उड़ सकता हूँ? हमारे ज्ञान की तलवार की धार बड़ी तेज होनी चाहिए और इस ज्ञान की तलवार को केवल म्यान में ही रख करके खुश नहीं हो जाओ बल्कि हमेशा अपनी इस तलवार को देखते रहो तो समय पर काम में आ सकेगी।

अन्त में यह पांचों तत्व आंधी, तूफान, आग, पृथ्वी का हिलना... यह सब इकट्ठा काम करेंगे तो सोचो उस समय हमारी कैसी स्थिति होनी चाहिए? अभी तो फिर भी ठीक है, कहीं कुछ, कहीं कुछ होता है तो एक-दो के सहारे से, स्थान के सहयोग से अपने को फिर भी बचा रहे हैं। लेकिन जब पांच तत्व ही एक साथ काम करेंगे तो अन्त में ऐसा कोई सहारे का स्थान नहीं मिलेगा। उस समय तो हमारी यही तैयारी काम आयेगी कि फरिश्ता बनके उड़ जायें, बस।

अन्त समय के लिए अभी तो अशरीरी बनने का अभ्यास करो। अशरीरी माना शरीर में होते हुए भी शरीर का भान न हो। शरीर के सम्बन्ध व पदार्थों के तरफ बार-बार मन का खिंचाव न हो। इसके लिए जितना समय चाहे, जहाँ चाहे उतना समय हमारा मन वहाँ ही रहे, यह अभ्यास चाहिए और यह अभ्यास सारे दिन में भी बीच-बीच में करते रहो।

अभी-अभी बॉडी कॉन्सेस, अभी-अभी सोल कॉन्सेस और अभी-अभी बाबा की याद। बहुतकाल युद्ध के अभ्यासी होंगे तो चन्द्रवंशी में पहुँचेंगे। फिर पहले युग का सुख तो ले ही नहीं पायेंगे। तो ब्रह्माकुमार बनके क्या किया? बी.के. बने हैं तो बाबा से पूरा वर्सा लेना चाहिए। अगर योग में मेहनत व युद्ध है तो कर्मातीत व अशरीरी स्थिति का अनुभव नहीं कर सकेंगे। फिर अन्त में आप युद्ध में ही जायेंगे क्योंकि अन्तकाल तो किसका पूछकर नहीं आयेगा।

बाबा ने कहा है कि सबकुछ अचानक ही होने वाला है इसलिए एवररेडी रहो। जो एवररेडी रहेंगे वही पास होंगे। कल क्या होगा, कुछ भी हो सकता है, इतना एवररेडी हमको रहना चाहिए। इसके लिए मम्मा का एक फेवरेट स्लोगन था कि हर घड़ी हमारी अन्तिम घड़ी है। अन्तिम घड़ी में और कोई बात याद नहीं हो।

कभी भी, कुछ भी हो सकता है लेकिन मैं रेडी हूँ? मैं सेकण्ड में उड़ सकती हूँ या टाइम लगेगा! बाबा को उल्हना देंगे या बाबा से मदद मिलने लिए बाबा को याद करेंगे! लेकिन बाबा ने कहा है कि हिम्मत वाले को मदद मिलेगी। हिम्मत माना योग ठीक हो, विजयी हो।

रियलाइज़ेशन से ही परिवर्तन आता है...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

बाबा कहता है सन्देश तो सारे विश्व में पता चल गया कि ब्रह्माकुमारियां क्या हैं, कईयों को पता है ज्ञान क्या है, परन्तु पहले जो लाइट-माइट का अनुभव होता था ना, वो अनुभव हो। इतना हमारे योग का बल, कर्म का फल हो, जो राइट काम है वही करना है। इतना तो बुद्धि है, विवेक है जो थोड़ा राइट नहीं है वो मुझे नहीं करना है। तो जिसको अन्दर से यह पक्का है कि जो बात ठीक नहीं है वो नहीं करनी है, तो ऑटोमेटिक वो उससे फ्री हो जाते हैं, मैं अनुभव से कहती हूँ। किसके दबाव प्रभाव में आ करके कोई गलत काम करते हैं, यह भी माया है। किसी भी कारण से गलत काम करते हैं, यह भी माया है। किसी भी कारण से गलत काम करने से खुशी नहीं रहेगी, कोई न कोई प्रकार से सजा मिलेगी। छूटेगा नहीं जब तक रियलाइज़ नहीं किया है, माफी नहीं मांगी है।

मम्मा समझाती थी सबसे अच्छी बात है रियलाइज़ेशन, परिवर्तन उससे आता है। मैं आत्मा हूँ परमात्मा का बच्चा हूँ, कर्मों की गुह्य गति को समझा। अपने को आत्मा समझना माना उसी स्वरूप में उसको याद करना, याद से शक्ति आयेगी तो बाबा की जो नॉलेज है, धारण होगी फिर कर्म अच्छे होंगे, फिर संग अच्छा मिलेगा, धारणा सेवा कराती है। आजकल है सकाश तो खुद को भी देखते हैं, परमात्मा बाप की शिक्षा, समझानी, सावधानी से वो सकाश मिल रही है। कोई पूछते हैं तुम कैसे चलती हो? बाबा ने अपने को छिपाकर बच्चों को आगे रखा है। जो बाबा के अन्तिम घड़ी के महावाक्य हैं ना वो हर घड़ी याद रहें- निराकारी, निर्विकारी, निरहंकारी। हमारी अन्त मते सो गति वही होवे। निराकारी स्थिति में रहने से निर्विकारी, काम नहीं, कोई क्रोध नहीं। इस पुरुषार्थ में थकना नहीं है। जिसको पढ़ाई से प्यार है ना, उसे पढ़ाई की और पढ़ाने वाले की बहुत कदर होती है, वो कभी थकेंगे नहीं। थकने में आवाज़ चेंज हो जाता है क्योंकि मंज़िल ऊंची है फिर मुझे पहुँचना ज़रूर है, थकना नहीं है इसलिए बाबा कहता है चित्रों के सामने जाके बैठो, यह पुरुषार्थ बहुत अच्छा है। तो समझा, हम अगर बाबा से अच्छी तरह से सकाश ले रहे हैं ना, तो कोई दूर बैठे भी खींच रहे हैं। कोई-कोई अनुभव लिखते हैं, सकाश खींच रहे हैं। अन्त मते का ख्याल रखो। बहुत काल से जो प्राप्ति है ना वही अन्त मते काम में आयेगी, अभी भी वही काम में आ रही है।

इन्सानियत आखिर है क्या...!!!

हमें यह देख लेना चाहिये कि यदि हमारा व्यवहार ब्राह्मणकुलोचित अथवा फरिश्तों जैसा है तब तो हमें स्वयं से असन्तुष्ट होना ही नहीं चाहिए क्योंकि तब दूसरे व्यक्ति की असन्तुष्टता उसके अपने किसी संस्कार-वश हो सकती है। परन्तु हमें इतना महान एवं योग-युक्त बनना चाहिए, हम अपनी योग-शक्ति से दूसरे व्यक्ति यों की दृष्टि-वृत्ति में परिवर्तन करके उन्हें भी हम उचित रीति से सन्तुष्ट करें।

हम बहुत बार सुनते हैं कि लोग किसी विषय में कह रहे होते हैं कि वह तो इन्सानियत से भी गिरा हुआ है अथवा वह तो इन्सान भी नहीं है बल्कि पशु है, 'जंगली जानवर है' या 'बिलकुल ही गिरा हुआ इन्सान है'। जब कोई व्यक्ति किसी अन्य के बारे में कह रहा होता है तो उसका क्या भाव होता है?

हमारे विचार में निम्नलिखित छह-सात बातों में से कोई एक बात या एक से अधिक बातें जब कोई व्यक्ति में देखता है तब वह उसके लिये कहता है -"उसकी तो बात ही छोड़ दो; वह तो इन्सान ही नहीं है।"

1. निम्नता का व्यवहार

कुछेक व्यक्ति ऐसे होते हैं कि न स्वयं लाभ ले पाते हैं, न दूसरों को लाभ लेने देते हैं। उनका व्यवहार 'चारे के पात्र पर कुत्ता' जैसा होता है। वह कोई कार्य स्वयं तो करने में सक्षम होते नहीं परन्तु अपने देखते हुए दूसरों को भी वैसे ही करने नहीं देते जैसे कि कुत्तस स्वयं तो चारा खा नहीं सकता परन्तु गाय पर भी भौंकता है और उसे भी खाने नहीं देता। यदि इन्सान भी ऐसा ही व्यवहार करता है तो वह भी 'चारे का कुत्ता' ही जैसा निकृष्ट होता है।

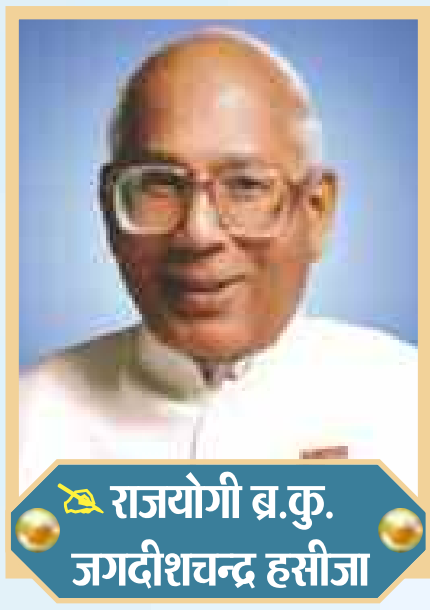
इसका एक प्रकारांतर यह भी होता है कि कुछ लोग किसी दूसरे का कार्य न करते हैं, न किसी दूसरे द्वारा होने देते हैं बल्कि हर बात में अपनी टांग अड़ाते हैं। मान लीजिये कि वे किसी सरकारी पद पर अधिकारी हैं और चाहें तो अपनी लेखनी से किसी का काम कर के उसका भला कर सकते हैं परन्तु वे अपनी जेब से कुछ हानि न होने पर भी लेखनी द्वारा किसी का भला नहीं करते बल्कि फाईल पर चढ़ कर बैठे रहते हैं। इतना ही नहीं बल्कि यदि दूसरा भी कोई सहयोग देकर जन-हित का कोई काम कराना चाहते हैं तो उन्हें भी रोकते हैं।

2. साँप-नेवले की तरह व्यवहार

कुछ लोग ऐसे होते हैं कि सदा वैर-विरोध करते हैं। जैसे साँप और नेवले की सदा शत्रुता बनी रहती है, वैसे ही उसके मन में भी वैर का विष भरा ही रहता है। किसी प्रयोजन के बिना ही यों ही वे लड़ने और मरने अथवा खाने को दौड़ते हैं। देखने में लगता है कि यों ही अथवा अकारण ही झगड़े करने पर उतारू रहते हैं। यह भी इन्सानियत से गिरा हुआ ही व्यवहार है।

3. सनकी और इन्द्रियों के दास

कुछ लोग ऐसे होते हैं कि सोच-समझ कर, हानि-लाभ सोच कर कार्य नहीं करते बल्कि किसी-न-किसी सनक(पागलपन) के सवार होने पर या इन्द्रियों के वश होने के परिणामस्वरूप वैसा व्यवहार करते हैं। उन्हें शराब की, पान की, सिग्रेट की या अन्य किसी इन्द्रिय की लत पड़ी होती है और उसको पूरा करने के लिये रिश्वत माँगते रहते हैं। पैसा लिये बिना भाई-भतीजे का काम भी नहीं करते। कुछ लोग ऐसे भी होते हैं जो सहज प्रवृत्ति के आधार पर ही जीवन जीते हैं जो कि वास्तव में पशुओं के स्तर का जीवन है। या तो किसी न किसी भावावेश अथवा वेग के अधीन होकर कार्य करते हैं। यह भी इन्सानियत के नीचे का स्तर है। ऐसे लोग इन्द्रियलोलुप, जल्दी भड़क जाने वाले और उच्छृंकल होते हैं। काम-वासना का मनोवेग होगा तो किसी की पवित्रता लुटने पर उतारू हो जायेंगे, नाराज़गी होगी तो ऊँचे-ऊँचे और गुस्से से बात करने लगेंगे, मोह-ममता के वश रोने-चिल्लाने लगेंगे और दूसरे की हानि करने को भी तैयार हो जायेंगे। ऐसे जो इन्द्रियों के दास हों और सनक या वेग के कारण मानसिक सन्तुलन गंवा कर कार्य करने वाले होते हैं, वे भी इन्सानियत के दर्जे से नीचे के माने जाते हैं। वे बे-काबू होकर काम करते हैं। उनका स्वयं पर थोड़ा भी नियन्त्रण नहीं होता।



राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

4. कोई विधि-विधान नहीं

कुछ लोग ऐसे होते हैं जिनके जीवन का कोई विधान या नियम नहीं होता। वे किसी भी सिद्धान्त के अनुसार कार्य नहीं करते। मर्यादा नाम की कोई चीज़ उनके जीवन में नहीं होती। जैसे पशु जब चाहे, सड़क के बीचों-बीच चल पड़ते हैं या लेट जाते हैं या उसे पार करने लगते हैं और इस प्रकार, जंगल के कानून पर चलते हैं, वैसे ही कुछ लोगों के व्यवहार के बारे में हम पहले-से कुछ भी नहीं जान सकते क्योंकि उनका कोई असूल तो होता ही नहीं है। ऐसे लोग भी पाश्विक वृत्ति के होते हैं और इन्सानियत से गिरे हुए होते हैं।

5. झगड़े पर झगड़े

कुछ लोग बात से बात नहीं करते बल्कि हरेक बात को एक झगड़े या फसाद का रूप दे देते हैं। इन्सान तो वह है जो शान्ति और न्याय से बात करे और निर्णय करे। परन्तु कुछ लोग तर्क, न्याय या उचित-अनुचित के भेद को छोड़कर सदा अपने ही पक्ष में निर्णय चाहते हैं। वे दूसरों की कठिनाई या बात के बारे में सुनना नहीं चाहते जैसे जानवर सिंगों या माथे से टकराने लगते हैं। वे भी इसी प्रकार ही जीत-हार का फैसला करना चाहते हैं।

6. स्वार्थ-सिद्धि और हमदर्दी का अभाव

संक्षेप और सम रूप में यही कहना ठीक होगा कि जो व्यक्ति नितान्त अपने ही स्वार्थ की सिद्धि में लगे रहते हैं और दूसरों के प्रति जिनके मन में रंचक भी सहानुभूति नहीं होती वे इन्सानियत के दर्जे से गिरे हुए व्यक्ति हैं।

असन्तुष्टता का यह भी कारण है

अतः कुछ लोग जो असन्तुष्ट होते हैं, वे ऐसे स्वभाव के होते हैं। अपनी ईर्ष्या, तृष्णा, भावावेश इत्यादि ही के पीछे लगे रहते हैं और दूसरों का उन्हें कुछ भी ध्यान नहीं रहता। उनकी असन्तुष्टता हमारी ही किसी गलती के कारण हो यह ज़रूरी नहीं है। हमें यह देख लेना चाहिये कि यदि हमारा व्यवहार ब्राह्मणकुलोचित अथवा फरिश्तों जैसा है तब तो हमें स्वयं से असन्तुष्ट होना ही नहीं चाहिए क्योंकि तब दूसरे व्यक्ति की असन्तुष्टता उसके अपने किसी संस्कार-वश हो सकती है। परन्तु हमें इतना महान एवं योग-युक्त बनना चाहिए, हम अपनी योग-शक्ति से दूसरे व्यक्तियों की दृष्टि-वृत्ति में परिवर्तन करके उन्हें भी हम उचित रीति से सन्तुष्ट करें।

कोहिमा-नागालैंड। राज्यपाल ला गणेशन ने स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रूपा बहन एवं संस्थान के अन्य सदस्यों से मुलाकात की एवं संस्थान द्वारा की जा रही सेवाओं की सराहना की।

फतेहपुर-उ.प्र.। कैबिनेट मिनिस्टर राकेश सचान को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीरू बहन।

अमोली-फतेहपुर(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि पर आयोजित शिव संदेश शोभा यात्रा को लाल झंडी दिखाते हुए विधायिका विजयलक्ष्मी बहन। साथ हैं ब्र.कु. दिव्या बहन, ब्र.कु. सीता बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

दिल्ली-न्यू राजेंद्र नगर। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी, राजाराम जी,पूर्व एसीपी,दिल्ली, जगमोहन जी,डायरेक्टर,रेडिसन ब्लू होटल,पश्चिम विहार, ब्र.कु. विजय बहन तथा अन्य।

कादमा-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ पाठशाला रामबास में महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में शिव ध्वजारोहण के पश्चात् उपस्थित हैं सरपंच सुधीर शर्मा, जिला पार्षद प्रतिनिधि अशोक थालौर, सूबेदार रोहतास सांगवान, ब्र.कु. वसुधा बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

टुंडला-उ.प्र.। मातृशक्ति सम्मेलन के दौरान मंचासीन हैं साध्वी कृष्ण प्रिया,मानस मंजरी,वृंदावन, पूज्य महिमा ब्रिज किशोरी, अंतर्राष्ट्रीय प्रवक्ता महामंडलेश्वर स्वामी कृष्णानंद जी, डॉ. स्वामी सत्यमित्रानंद महाराज,वृंदावन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विजय बहन तथा अन्य।

उधमपुर-जम्मू एंड कश्मीर। महाशिवरात्रि के कार्यक्रम में सीआरपीएफ 137बटालियन के कमांडेंट रमेश कुमार तथा उनकी टीम के साथ उपस्थित हैं ब्र.कु. ममता बहन, ब्र.कु. सुरेश भाई तथा अन्य भाई-बहनें।

बिहार शरीफ-नालंदा(बिहार)। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती पर आयोजित चैतन्य झाँकी युक्त शोभा यात्रा का शिव ध्वज दिखाकर शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. अनुपमा बहन, ब्र.कु. पूनम बहन तथा अन्य।

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन,
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

रोज़ अमृतवेले अपने अंदर सर्वशक्तिमान से शक्तियों का आह्वान करें...

शांति में स्थित होकर शुभ भावना-शुभ कामना को प्रवाहित करें

हमें अपने को परिवर्तन करने के लिए जो बाबा ने बहुत अच्छी बात कही वो है दृढ़ संकल्प, संकल्प किया और हुआ। दृढ़ संकल्प की आवश्यकता है। कई लोग क्या कहते हैं कि मेरे में सबकुछ है लेकिन दृढ़ता ही नहीं है। अच्छे-अच्छे विचार भी करती हूँ, लेकिन दृढ़ता नहीं है इसलिए बार-बार वो संकल्प, क्या हो जाता है? ढीला हो जाता है। लेकिन दृढ़ता सबमें है। दृढ़ता है क्या प्रमाण है? देखो बाबा जब आते है ना तो बाबा का कोर्स किया और महसूस हुआ कि हाँ, ये भगवान का ज्ञान है और रोज़ मुरली सुनना चालू किया तो सबसे पहले पहला पेपर क्या आता है? घर वाले पूछते हैं, ये क्या है? सात दिन पूरे नहीं हुए क्या? रोज़ क्यों जा रहे हो? अब बैठो घर में, तो हम क्या कहते हैं कि नहीं, नहीं भगवान का ज्ञान है ना! और फिर अगर बाबा की मुरली के अनुसार धारणा करना चालू किया। प्याज, लहसुन छोड़ा और जैसे ही प्याज, लहसुन लाना घर में बंद किया तो घर वाले कहेंगे ये कौन-सा नया धर्म है? हेल्थ के लिए अच्छा है खाओ। अच्छा उनके कहने से आप खाने लग जायेंगे प्याज-लहसुन, कि हेल्थ के लिए अच्छा है खाओ तो खाना चालू करेंगे? नहीं, भगवान की श्रीमत है नहीं करेंगे।

अच्छा फिर जैसे आप आगे बढ़े तो अमृतवेला उठना बाबा ने कहा, तो अमृतवेला उठना चालू किया। 3:30 बजे उठ गये। परिवार वाले क्या कहेंगे ये कौन-सा नया धर्म है? आधी रात को उठकर क्या कर रहे हैं? सो जाओ। सो जाओ। सो जायेंगे? नहीं सोयेंगे ना! रोज़ अमृतवेला करते है ना, कि नहीं करते हैं? तो दृढ़ता की, की नहीं की लोगों ने, परिवार वालों ने कहा, सो जाओ ये आधी रात को उठकर क्या कर रहे हो? तो सो गये हम,तो क्या करे, परिवार वालों ने मना किया है। भगवान की मत को मानेंगे या परिवार वालों की मत को मानेंगे क्या करेंगे? भगवान की मत मानेंगे, तो दृढ़ता है ना! छोड़ा माना छोड़ा।

फिर पवित्रता की धारणा की फिर चाहे कितना भी झगड़ा करना हो, लड़ाई करना पड़े। सब कुछ किया, लेकिन पवित्रता का पालन कर रहे या नहीं कर रहे? है ना दृढ़ता? तो एक छोटा-सा संस्कार परिवर्तन करने की धारणा नहीं ला सकते हैं? छोटी-सी कमज़ोरी, वो कमज़ोरी को छोड़ना नहीं होता है क्या? उसमें बड़ी बात लगती है कि इस स्वभाव को मैं कैसे छोड़ूं? गुस्से को मैं कैसे छोड़ूं? इस बुराई को, कमज़ोरी को, बड़े-बड़े विकारों को तो छोड़ दिया लेकिन छोटी-छोटी कमज़ोरियां रह गयीं। जब बड़े विकारों को छोड़ दिया इतनी दृढ़ता के साथ तो छोटी कमज़ोरी कौन-सी चीज़ है बताओ? मुश्किल है! नहीं है ना! तो बस, उसी दृढ़ता का प्रयोग करो और एक-एक कमज़ोरियों के ऊपर विजय पाओ। सहज है ना!

दिनभर में भी जब भी आपको याद आये तो एक सेकण्ड के लिए शांति में स्थित हो जाओ। शांति में स्थित होकर शुभभावना-शुभकामना को प्रवाहित करो। पॉज़िटिव एनर्जी को रेडिएंट करो। बाबा से लेते जाओ जो शक्ति का स्रोत है, सोर्स है।

अब सोचो कि ये कमरा है, हॉल है। एकदम अंधेरा है रात को और कोई आ करके कहे अंधेरे को निकालो, निकालेगा? अंधेरा निकलेगा नहीं क्योंकि अंधेरे का स्त्रोत नहीं है। लेकिन प्रकाश जलाओ तो अंधेरा दूर क्योंकि प्रकाश का स्त्रोत है। अंधेरे का स्त्रोत नहीं ठीक इसी तरह हमारे अंदर जो कमी-कमज़ोरी है उसका कोई स्त्रोत नहीं है, वो अंधेरा है। लेकिन ये कमी-कमज़ोरी आई क्यों? शक्ति का अभाव यही कमज़ोरी है। प्रकाश का अभाव अंधकार है तो शक्ति का अभाव कमज़ोरी है।

रोज़ अमृतवेले संस्कार परिवर्तन करना है जैसे माना मेरे में क्रोध का संस्कार है और क्रोध का संस्कार परिवर्तन करना है तो ये रिअलाइज़ेशन करो कि ये क्रोध मुझे क्यों आता है। क्या कोई शक्ति की कमी है? धैर्यता की कमी है या सहनशक्ति की कमी है? जल्दी करो, जल्दी करो अगर नहीं हुआ तो गुस्सा आ गया या शांति की कमी है इसलिए गुस्सा आता है। ये एनालाइज़ करो अपनी पर्सनैलिटी में। अब वो गुस्सा निकाला नहीं जाता, लेकिन शक्ति तो भर सकते हैं! तो रोज़ अमृतवेले अपने अंदर सर्वशक्तिमान से शक्तियों का आह्वान करो। सहनशक्ति का आह्वान करो, शांति की शक्ति का आह्वान करो। धैर्यता की शक्ति का आह्वान करो। लगातार करते जाओ। दिनभर में भी जब भी आपको याद आये तो एक सेकण्ड के लिए शांति में स्थित हो जाओ। शांति में स्थित होकर शुभभावना-शुभकामना को प्रवाहित करो। पॉज़िटिव एनर्जी को रेडिएंट करो। बाबा से लेते जाओ जो शक्ति का स्रोत है, सोर्स है। सोर्स से जब शक्ति अपने अंदर भरते जायेंगे तो कमज़ोरी बाहर आती जायेगी।

बहल-हरियाणा। अंतर्राष्ट्रीय पोषक अनाज वर्ष 2023 के अंतर्गत जिला स्तरीय किसान उत्सव में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा शाश्वत यौगिक खेती प्रदर्शनी लगाई गई। इस दौरान राज्य के कृषि एवं किसान कल्याण मंत्री जय प्रकाश दलाल को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका एवं बाजरे से निर्मित लड्डू भेंट करते हुए ब्र.कु. शकुंतला दीदी व ब्र.कु. पूनम बहन। साथ हैं सरपंच साधुराम पनिहार, कृषि विभाग के जिला उप निदेशक आत्मा राम गोदारा, पूर्व सरपंच गजानंद एडवोकेट व अन्य कृषि अधिकारीगण।

लखना-उ.प्र.। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के उपलक्ष्य में शिव ध्वजारोहण के पश्चात् उपस्थित हैं रॉयल हैप्पी किड्स सीनियर सेकेंड्री स्कूल के मैनेजर प्रकाश सोनी, एसबीआई बैंक मैनेजर शिव कुमार, ब्र.कु. नम्रता बहन, ब्र.कु. वंदना बहन तथा अन्य।

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, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक - 240 रूपये, तीन वर्ष - 720 रूपये, आजीवन - 6000 रूपये

Website: www.omshantimedia.org

For Online Transfer

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA
ACCOUNT NO: - 30826907041,IFSC - CODE - SBIN0010638
BRANCH- Prajapita Brahmakumaris Ishwariya Vishwa Vidhyalya,Shantivan
Note:- AfterTransfer send detail on
E-Mail - omshantimedia.acct@bkivv.org
OR
Whatsapp, Telegram No.:- 9414172087

नवांशहर-शहीद भगत सिंह नगर(पंजाब)। जिला लोक संपर्क अधिकारी रवि इंदर सिंह,डीपीआरओ को ब्रह्माकुमारीज़ के ओमशान्ति मीडिया द्वारा की जा रही सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. राम भाई।

फरीदाबाद से.21डी-हरियाणा। महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में आयोजित 'गीतों भरी शाम परमपिता परमात्मा के नाम' कार्यक्रम में गायक ब्र.कु. अविनाश भाई,नागपुर, रेनू भाटिया एवं प्रमोद जी,जीएसटी कमिश्नर, ब्र.कु. हरीश बहन,से.19 सेवाकेन्द्र की संचालिका, ब्र.कु. प्रीति बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, ओम प्रकाश,चौकी इंचार्ज, ब्र.कु. रंजना बहन तथा अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

दिल्ली-लोधी रोड। उद्योगपतियों, चिकित्सकों, वकीलों, शिक्षाविदों एवं अभियंताओं हेतु 'सम्बंधों में समरसता' विषयक कार्यशाला के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. पीयूष भाई, ब्र.कु. गिरिजा बहन एवं प्रतिभागी।

ठाकुरगंज-बिहार। जनपथ समाचार के संवाददाता संजीव कुमार सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शारदा बहन।

ज़रा सोचें...

ज्ञान समझने का मतलब... परिवर्तन

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

बाबा की याद से ही आत्मा शुद्ध बनती है, शक्तिशाली बनती है। अभी हमारी साधना का, तपस्या का लक्ष्य भी यही है। साधना की जाती है आत्मा शुद्धि के लिए। भक्ति में हम तपस्या करते हैं भगवान को पाने के लिए, हमें भगवान मिल चुका है। हमें भगवान का सम्पूर्ण सत्य ज्ञान मिल गया है। बाबा से सर्व प्राप्तियाँ करके अपने आप को सम्पन्न और सम्पूर्ण बनाना यही हमारा लक्ष्य है। हमें तपस्या क्या करनी है? हमारी पहली तपस्या देहभान से न्यारा, आत्म-अभिमानी बनना है।

हमें समय से पहले अपने आपको सम्पूर्ण बनाना है। योग का लक्ष्य क्या है, तपस्या से मुझे क्या बनना है? बाबा कहते हैं ना, जन्म-जन्मान्तर के विकर्मों का बोझा हमारे सिर पर है वो योग बल से उतारना है। हमें खुद ही खुद को रियलाइज़ कराना है।

हर कर्मेन्द्रियों से देह भान का त्याग करना। हर कर्मेन्द्रियों में आत्म अभिमानिता का तेज भरना। ये हमारा फाउंडेशन है। बार-बार ये महसूस करना है कि मैं कौन हूँ। मैं आत्मा हूँ, शरीर से अलग हूँ। हमें अपने आपको बार-बार डिटैच करते रहना है। अगर बाबा से जुड़ना है, योग लगाना माना बाबा से कनेक्ट होना। जुड़ना है तो मुझे यहाँ से डिटैच होना है। देहभान से, इन्द्रियों के रसों से अपने आपको ऊँचा उठाना है। कहाँ इन्द्रियों के रसों में डूबे हुए थे, हमें उससे न्यारा होना है। देह, देह के सम्बन्ध, दुनिया, वैभव, पदार्थ, दैहिक क्रियाएं इसलिए बाबा ने पहले हमारे पूरे जीवन को बदला है। हमारा योग कोई क्रिया नहीं है। जो घंटा-दो घंटा कर लें, हमारा योग जीवन पद्धति है। जीवन को श्रेष्ठ विधि से जीने की कला है। इसलिए केवल अभ्यास की बात नहीं है, हमें टोटल लाइफ को चेंज करना है।

ज्ञान समझने का मतलब ही है परिवर्तन। ब्राह्मण जीवन की शुरूआत, फाउंडेशन बड़ा पॉवरफुल हम सबने डाला है। सिर्फ फाउंडेशन डालकर खुश रहना है या भवन भी बनाना है। हमें तो पूरी बिल्डिंग बनानी है, पूरी लाइफ बनानी है, पूरी नई दुनिया हमें बनानी है तो हमें इतनी ही मजबूती से आगे भी अपने आपको बढ़ाना है। जो हमारे अंदर कमियाँ, जानते हैं हर एक अपने आपको क्योंकि ज्ञान तो बाबा ने सम्पूर्ण बनने का दिया है। इसलिए जानते हैं कौन-सी कमी-कमज़ोरियाँ हैं। पर हमने शायद ये स्वीकार कर लिया है कि ये थोड़ी बहुत कमियाँ तो रहेंगी, इसलिए पॉवरफुल फाउंडेशन डाला। ब्राह्मण बनने के बाद दो साल, दास साल... वो कमज़ोरियाँ हमारे से गई नहीं। इसलिए इतने अच्छे योगी, पवित्र योगी बनने के बाद भी, मैंने सोचा, इतनी ऊँची धारणाओं के बाद भी हमारे जो साथी हैं लौकिक या अलौकिक हमारे आगे-पीछे हमारे बारे में कौन-सी बातें करते हैं? हमारी कमी-कमज़ोरियों की ही बातें करते हैं। देखो आप चेक करो वरना पवित्रता, अन्न शुद्धि, अमृतवेला उठना, रोज़ ज्ञान-योग करना। कितनी ऊँची धारणायें हैं हमारे जीवन की, पर इसका प्रभाव नहीं है, जो कमियाँ हैं वो ही बातें होती हैं, होती हैं कि नहीं। हमें ये कमियाँ निकालनी हैं या नहीं? पूछना है अपने आप से कि इन कमियों के बारे में हमने क्या सोच लिया?

देखो जब तक हम अपने आपको सम्पन्न नहीं बनायेंगे तब तक संतुष्टता जीवन में नहीं आयेगी। भौतिक रूप से भी घर में सोचते हैं ना! हमारे घर में हर साधन हो, सुविधाएं हों। जो आवश्यक है वो हर साधन हो, हर सुविधा हो, वर्णन भी करते हैं, हमारे घर में ये है, ये है, ये नहीं है बस। वहाँ असंतुष्टता आ जाती है। जो है उसकी खुशी नहीं है, जो नहीं है वो ही बार-बार माइंड होता है। सेम आध्यात्मिक दृष्टि से भी है। जो है धारणायें वो कॉमन हो गई और जो नहीं है, वो ही दिखाई देती हैं। हमारे ये बहुत पुराने ज्ञानी हैं पर फिर कमी का वर्णन करते हैं हम। ये बहुत अच्छे, पर तेरी-मेरी करते हैं, ये बहुत अच्छे, पर गुस्सा करते हैं, अवस्था बिगड़ती रहती है, जो कमी है वो ही वर्णन हो रही है, तो मुझे ये कमी क्यों रखनी है? पूछो अपने आप से, इसलिए बाबा ने सम्पन्न बनने का लक्ष्य दिया, कोई भी कमी नहीं, ऐसे नहीं मैं तो ये सहन नहीं कर सकती, वो हमें करना है, सीखना है। इसके कारण अवस्था बार-बार बिगाड़ते नहीं रहना। क्योंकि अभी बार-बार स्थिति बिगड़ना माना फिर-फिर पानी फिर जाना। और हर कर्म बाबा कहते हैं सम्पूर्ण, परफेक्ट। काफी बातों में हम एक्यूरेट बन गये हैं, पर कहाँ नहीं है। ज्ञान बाबा सम्पूर्णता का देता है इसलिए खुद को भी समझ तो आ जाता है कि ये मेरा ठीक नहीं है।

जो ज्ञान, योग, धारणा और सेवा मैं कर रही हूँ, पर एक्यूरेट कर रहे हैं? जिस विधि से होना चाहिए वो परफेक्ट विधि से है? यहाँ सब कुछ ठीक रखा हो, एक चीज़ उल्टी रखी हो, तो उसपर ही ध्यान जाता है। भई सब ठीक है पर ये गुलदस्ता तो उल्टा रखा है। अटेंशन वहीं जाता है कि ये थोड़ा टेढ़ा है, थोड़ा बांका है तो हम भी ठीक कर देते हैं उसको। तो स्थूल में भी देखो परफेक्शन चाहते हैं ना! तो जीवन के बारे में क्यों नहीं, स्थिति के बारे में क्यों नहीं? बाकी ऐसे ही चलते रहने से तो टाइम पास होता जा रहा है। हमें तो आगे बढ़ना है, लक्ष्य पर पहुंचना है। हमें अपनी आधी-अधूरी स्थिति से संगम पूरा नहीं करना है। लक्ष्य है ना सबका कि हमें समय से पहले अपने आपको सम्पूर्ण बनाना है। योग का लक्ष्य क्या है, तपस्या से मुझे क्या बनना है? बाबा कहते हैं ना, जन्म-जन्मान्तर के विकर्मों का बोझा हमारे सिर पर है वो योग बल से उतारना है। हमें खुद ही खुद को रियलाइज़ कराना है।

कोटा-सुभाष नगर(राज.)। राज्यपाल कलराज मिश्र के ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में आने पर उनका गुलदस्ता भेंट कर स्वागत व अभिवादन करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आरती बहन।

सादुलपुर-राजगढ़(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम में राहुल कस्वां,सांसद,चुरु को शिव संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. चंद्रकांता दीदी, ब्र.कु. शोभा बहन, ब्र.कु. सुमन बहन, ब्र.कु. सुशील व ब्र.कु. शीला बहन।

दिल्ली-ओम विहार। महाशिवरात्रि के अवसर पर मेला ग्राउण्ड में सात दिवसीय 'द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन आध्यात्मिक मेला' के उद्घाटन कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. लीला दीदी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विमला दीदी, ब्र.कु. सावित्री दीदी, ब्र.कु. नेहा बहन, लोधी रोड सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. पीयूष भाई व अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

मथुरा-रिफाइनरी नगर(उ.प्र.)। जनमानस को पर्यावरण के प्रति जागरुक करने के उद्देश्य से मथुरा रिफाइनरी में 37वें फ्लावर शो का आयोजन किया गया। आयोजन में 600 से भी अधिक प्रजातियों के पुष्प और 250 से अधिक सजावटी पौधों की प्रजातियां प्रदर्शित की गईं। प्रदर्शनी का शुभारंभ मथुरा रिफाइनरी के कार्यकारी निदेशक डी.गोगोई ने रिबन काटकर किया। इस मौके पर वृंदा क्लब की अध्यक्षा डॉ. कविता कैला, सीजीएम पी.के. सिन्हा, अजय कैला, ऑफिसर एसोसिएशन के सचिव रविंद्र यादव, कर्मचारी संघ के अध्यक्ष मुकेश शर्मा, सचिव शैलेंद्र शर्मा, ब्र.कु. हंसा बहन, ब्र.कु. मनोज भाई आदि उपस्थित रहे।

उदयपुर-मोती मगरी स्कीम(राज.)। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव में केक काटते हुए जनार्दन राय राजस्थान विद्यापीठ के कुलपति सारंगदेवोत, ब्र.कु. कर्नल सती,माउण्ट आबू तथा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रीटा बहन। इस मौके पर सिंधी समाज के प्रताप राय चुग, प्रतीक ज्वेलर्स से नरेंद्र सिंघवी, मोहन माखीजा अलंकार ज्वेलर्स, ऋषभ भानावत बिल्डर, छाबड़ा जी सिंधी समाज आदि गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

दुमका-झारखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डीपीआरओ अंजना भारती, ब्र.कु. जयमाला बहन तथा अन्य।

घाटमपुर-उ.प्र.। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के उपलक्ष्य में आयोजित शिव संदेश कलश शोभा यात्रा का शिव ध्वज दिखाकर शुभारंभ करते हुए उपजिलाधिकारी अमित कुमार गुप्ता एवं तहसीलदार एस.पी. सिंह। साथ हैं ब्र.कु. अनुराधा बहन, ब्र.कु. कपूर भाई, ब्र.कु. अनीता बहन तथा अन्य।

असंतुलित वात को संतुलित कैसे करें...!!!

वात दोष क्या है

वात दोष 'वायु' और 'आकाश' इन दो तत्वों से मिलकर बना है। वात या वायु दोष को तीनों दोषों में सबसे अधिक महत्वपूर्ण माना गया है। हमारे शरीर में गति से जुड़ी कोई भी प्रक्रिया वात के कारण ही संभव है। चरक संहिता में वायु को ही पाचक अग्नि बढ़ाने वाला, सभी इन्द्रियों का प्रेरक और उत्साह का केंद्र माना गया है। वात का मुख्य स्थान पेट और आंत में है।

वात में योगवाहिता या जोड़ने का एक खास गुण होता है। इसका मतलब है कि यह अन्य दोषों के साथ मिलकर उनके गुणों को भी धारण कर लेता है। जैसे कि जब यह पित्त दोष के साथ मिलता है तो इसमें दाह, गर्मी वाले गुण आ जाते हैं और जब कफ के साथ मिलता है तो इसमें शीतलता और गीलेपन जैसे गुण आ जाते हैं।

वात के गुण

रूखापन, शीतलता, लघु, सूक्ष्म, चंचलता, चिपचिपाहट से रहित और खुरदरापन वात के गुण हैं। रूखापन वात का स्वाभाविक गुण है। जब वात संतुलित अवस्था में रहता है तो आप इसके गुणों को महसूस नहीं कर सकते, लेकिन वात के बढ़ने या असंतुलित होते ही आपको इन गुणों के लक्षण नज़र आने लगेंगे।

वात प्रकृति की विशेषताएं

आयुर्वेद की दृष्टि से किसी भी व्यक्ति के स्वास्थ्य और रोगों के इलाज में उसकी प्रकृति का विशेष योगदान रहता है। इसी प्रकृति के आधार पर ही रोगी को उसके अनुकूल खानपान और औषधि की सलाह दी जाती है।

वात दोष के गुणों के आधार पर ही वात प्रकृति के लक्षण नज़र आते हैं। जैसे कि रूखापन गुण होने के कारण भारी आवाज़, नींद में कमी, दुबलापन और त्वचा में रूखापन जैसे लक्षण होते हैं। शीतला गुण के कारण ठंडी चीज़ों को सहन ना कर पाना, जाड़ों में होने वाले रोगों की चपेट में जल्दी आना, शरीर कांपना जैसे लक्षण होते हैं। शरीर में हल्कापन, तेज चलने में लड़खड़ाने जैसे लक्षण लघुता गुण के कारण होते हैं।

इसी तरह सिर के बालों, नाखूनों, दांत, मुंह और हाथों-पैरों में रूखापन भी वात प्रकृति वाले लोगों के लक्षण हैं। स्वभाव की बात की जाए तो वात प्रकृति वाले लोग बहुत जल्दी कोई निर्णय लेते हैं। बहुत जल्दी गुस्सा होना या चिढ़ जाना और बातों को जल्दी समझकर फिर भूल जाना भी वात प्रकृति वाले लोगों के स्वभाव में होता है।

आपने अपने आस-पास ऐसे कई लोगों को देखा होगा जो ज़रूरत से ज़्यादा बोलते हैं, हमेशा वे बहुत तेजी में रहते हैं या फिर बहुत जल्दी कोई निर्णय ले लेते हैं। इसी तरह कुछ लोग बैठे हुए भी पैर हिलाते रहते हैं। दरअसल ये सारे लक्षण वात प्रकृति वाले लोगों के हैं। अधिकांश वात प्रकृति वाले लोग आपको ऐसे ही करते नज़र आयेंगे। आयुर्वेद में गुणों और लक्षणों के आधार पर प्रकृति का निर्धारण किया गया है। आप अपनी आदतों या लक्षणों को देखकर अपनी प्रकृति का अंदाज़ा लगा सकते हैं। इस लेख में हम आपको वात प्रकृति के गुण, लक्षण और इसे संतुलित रखने के उपाय के बारे में विस्तार से बता रहे हैं...

वात बढ़ जाने के लक्षण

वात बढ़ जाने पर शरीर में तमाम तरह के लक्षण नज़र आते हैं। आइये उनमें से कुछ प्रमुख लक्षणों पर एक नज़र डालते हैं...

अंगों में रूखापन और जकड़न
सुई के चुभने जैसा दर्द
हड्डियों के जोड़ों में ढीलापन
हड्डियों का खिसकना और टूटना
अंगों में कमज़ोरी महसूस होना एवं अंगों में कंपकपी
अंगों का ठंडा और सुन्न होना
कब्ज
नाखून, दांतों और त्वचा का फीका पड़ना
मुंह का स्वाद कड़वा होना

अगर आपमें ऊपर बताए गए लक्षणों में से 2-3 या उससे ज़्यादा लक्षण नज़र आते हैं तो यह दर्शाता है कि आपके शरीर में वात दोष बढ़ गया है। ऐसे में नज़दीकी चिकित्सक के पास जाएं और अपना इलाज करवाएं।

वात को संतुलित करने के उपाए

वात को शांत या संतुलित करने के लिए आपको अपने खानपान और जीवनशैली में बदलाव लाने होंगे। आपको उन कारणों को दूर करना होगा जिनकी वजह से वात बढ़ रहा है। वात प्रकृति वाले लोगों को खानपान का विशेष ध्यान रखना चाहिए जैसे...

घी, तेल और फैट वाली चीज़ों का सेवन करें।
गेहूं, तिल, अदरक और गुड़ से बनी चीज़ों का सेवन करें।
नमकीन छाछ, मक्खन, ताजा पनीर, उबला हुआ गाय के दूध का सेवन करें।
घी में तले हुए सूखे मेवे खाएं या फिर बादाम, कद्दू के बीज, तिल के बीज, सूरजमुखी के बीजों को पानी में भिगोकर खाएं।
खीरा, गाजर, चुकंदर, पालक, शकरकंद आदि सब्जियों का नियमित सेवन करें।
मूंग दाल, राजमा, सोया दूध का सेवन करें।

वात प्रकृति वाले लोगों को क्या नहीं खाना चाहिए

अगर आप वात प्रकृति के हैं तो निम्नलिखित चीज़ों के सेवन से परहेज करें...

साबुत अनाज जैसे कि बाजरा, जौ, मक्का, ब्राउन राइस आदि के सेवन से परहेज करें।
किसी भी तरह की गोभी जैसे कि पत्तागोभी, फूलगोभी, ब्रोकली आदि से परहेज करें।
जाड़ों के दिनों में ठंडे पेय पदार्थों जैसे कि कोल्ड कॉफी, ब्लैक टी, ग्रीन टी, फलों के जूस आदि ना पियें।
नाशपाती, कच्चे केले आदि का सेवन न करें।

जीवनशैली में बदलाव

जिन लोगों का वात अक्सर असंतुलित रहता है उन्हें अपने जीवनशैली में ये बदलाव लाने चाहिए।

शांतिवन। ब्रिटिश साम्राज्य का सर्वोच्च सम्मान 'ऑर्डर ऑफ ब्रिटिश एम्पायर' प्राप्त करने वाले यूनाइटेड किंगडम के मैग्ना कार्टा वर्ल्ड पीस एंड सस्टेनेबिलिटी फाउण्डेशन के चेयरमैन डॉ. प्रेम शर्मा द्वारा लिखे 'वर्ल्ड ऑफ पीस' अंग्रेजी गीत का ब्रह्माकुमारीज़ की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी ने विमोचन किया। इस अवसर पर संस्थान के कार्यकारी सचिव डॉ. ब्र.कु. मृत्युंजय भाई, ओआरसी गुरुग्राम की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, इस गीत की गायिका डॉ. ब्र.कु. दामिनी मेहता तथा गीत के एक्ज़ीक्युटिव प्रोड्यूसर डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके उपस्थित रहे। इस गीत को संगीत दिया है रौनक पंडित ने।

आगरा-आर्ट गैलरी म्यूज़ियम(उ.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर 'खुशहाल महिला, खुशहाल परिवार' विषयक भव्य शोभायात्रा का आयोजन किया गया। जिसमें आगरा के विधायक कालीचरण सुमन, म्यूज़ियम संचालिका ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. माला बहन, ब्र.कु. संगीता बहन, पूर्व प्रधान विजेंद्र भाई, कई महिला संगठन तथा समाजसेवी जनों सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

पदमपुर-ओडिशा। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में आयोजित शिव जयंती उत्सव के दौरान विधायिका श्रीमति बरसा सिंह बरिहा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुजाता बहन। साथ हैं आलोक भाई, सुमित भाई व अन्य।

कुरुक्षेत्र-हरियाणा। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ के विश्व शांति धाम सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. सरोज दीदी,निदेशिका,स्थानीय सेवाकेन्द्र, प्रो. बी.वी. रमन रेड्डी,डायरेक्टर,एनआईटी कुरुक्षेत्र, डॉ. शाश्वतानंद गिरि जी महाराज,पंचायत अखाड़ा श्री निरंजिनी तथा ज्ञानी तनवीर अहमद खादिम,रीप्रेज़ेंटेटिव,द हेडक्वार्टर ऑफ मुस्लिम अहमदिया कम्युनिटी।

रूपनगर-पंजाब। ब्रह्माकुमारीज़ के सद्भावना भवन में 'सामाजिक रूपांतरण में मीडिया की भूमिका' विषय पर आयोजित सेमिनार में भारतीय जनसंचार संस्थान,आईआईएमसी के महानिदेशक प्रो.डॉ. संजय द्विवेदी, राजयोगिनी ब्र.कु. रमा दीदी,रोपड़ सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. सुशांत, रूपनगर प्रेस क्लब के प्रधान बहादुर जीत सिंह, ब्र.कु. प्रवीण, गायक अमन सोढ़ी, वरिष्ठ पत्रकार हरविन्दर सिंह बिंद्रा, लखवीर सिंह, जसबीर सिंह बावा तथा विभिन्न मीडिया संगठनों के पत्रकार उपस्थित रहे।

हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के शान्ति भवन सेवाकेन्द्र के माध्यम से शहर के प्रतिष्ठित विज्ञान स्नातकोत्तर महाविद्यालय,सरस्वती महाविद्यालय की एन.एस.एस. इकाई के कार्यक्रम अधिकारी डॉ. देवप्रकाश यादव के नेतृत्व में 'मेरा भारत व्यसन मुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत एस.आर.बी. पब्लिक स्कूल में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर एस.आर.बी. स्कूल के प्रिंसिपल डॉ. विक्रम सिंह, ब्र.कु. श्वेता बहन, ब्र.कु. मोनिका बहन, ब्र.कु. जीतू भाई, एन.एस.एस. के कार्यकर्ता व स्कूल के विद्यार्थीगण उपस्थित रहे।

हर कर्म को श्रेष्ठ बनाने लिए उसमें परमात्मा की याद ज़रूरी

हम बचपन से सुनते आ रहे हैं कि भगवान को याद करो। प्रश्न उठता है कि क्यों हम सिर्फ भगवान को याद करें, क्यों जाप करें? क्या कारण है कि हम सब कुछ करते हुए उन्हीं को याद करें।

अगर हमें यही समझ में नहीं आया कि क्यों सारा दिन भगवान को याद करना चाहिए तो प्रश्नों के जवाब मिलना मुश्किल है। थोड़ा गहराई में उतरने की कोशिश करते हैं। विज्ञान ने और अनुभव ने एक चीज़ प्रत्यक्ष बताई है कि हम जिसको याद करते हैं उनकी मन की स्थिति, हमारे मन की स्थिति के साथ जुड़ जाती है। जैसा वो महसूस कर रहे होते हैं, हम वही महसूस करना शुरू कर देते हैं। हम सबने अनुभव किया होगा कि अगर घर का कोई सदस्य किसी मुश्किल में होता है तो दूर होने के बावजूद भी हमें पता चल जाता है। विज्ञान और अनुभव कहता है कि जिसको हम याद कर रहे हैं, अगर वो तनाव में हैं, परेशान हैं, डर में हैं, तो हमारे मन की स्थिति पर भी वो उदासी, दुःख के वायब्रेशन आ जाएंगे। और हम कहेंगे कि पता नहीं मुझे अच्छा क्यों नहीं लग रहा। क्योंकि हमने किसी को याद किया है, जिसका मन किसी कारण से दुःखी है।

अगर हम निराकार परमात्मा शिव को याद करेंगे जो पवित्रता-ज्ञान-शांति का सागर है, तो हमारे मन की स्थिति उनके साथ जुड़ जाएगी। जब हमारी मनोस्थिति उनके साथ जुड़ जाएगी तब हम उनके जैसा बनने लग जाएंगे। जो आत्माएं सिर्फ परमात्मा को याद करती हैं उनके अंदर परमात्मा की दिव्यता, उनका प्यार और परमात्मा की सर्व शक्तियां समाने लगती हैं, मानो उनकी मन की स्थिति वैसी बन जाती है। और उन्हीं आत्माओं को देवी-देवता कहते हैं। वही आत्माएं सोलह कला सम्पन्न, सम्पूर्ण निर्विकारी, मर्यादा पुरुषोत्तम बन जाती हैं। क्योंकि वो सर्वशक्तिवान परमात्मा को याद करती हैं। उठते-बैठते, खाते-पीते हर कर्म करते हुए मन में सिर्फ परमात्मा की याद बसी है।

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जो आत्माएं सिर्फ परमात्मा को याद करती हैं उनके अंदर परमात्मा की दिव्यता, उनका प्यार और परमात्मा की सर्व शक्ति यां समाने लगती हैं, मानो उनकी मन की स्थिति वैसी बन जाती है। और उन्हीं आत्माओं को देवी-देवता कहते हैं।

हर कर्म में ईश्वर का ध्यान हो

जब मन में सिर्फ एक का ज्ञान और एक की याद रहती है, तो हम जो कर्म करते हैं उसमें परमात्मा की पवित्रता, परमात्मा का ज्ञान प्रत्यक्ष दिखाई देने लगता है। जब हर कर्म परमात्म ज्ञान के आधार से होगा, तब हमारा हर कर्म सर्वश्रेष्ठ बन जाएगा। हमारा हर संस्कार, दिव्य संस्कार बन जाएगा। तो अब जाकर समझ में आया कि किसको याद करना है, कैसे और क्यों याद करना है? जब तक इन तीन बातों की स्पष्टतः नहीं आती तो वो सम्बन्ध नहीं जुड़ता और वो याद निरंतर नहीं बनती है। वो निराकार परमात्मा शिव जिसकी हम शिवरात्रि पर बहुत महिमा करते हैं, पूजन करते हैं। वो निराकार परमात्मा शिव जब इस सृष्टि पर स्वयं अवतरित होते हैं तो वो सबसे पहले हमें सत्य ज्ञान देते हैं। जिसके आधार से हम उन्हें पहचानते हैं और उनसे सम्बन्ध जुड़ना शुरू होता है। नहीं तो हम कहते थे हम याद तो करना चाहते थे लेकिन क्या करें मन तो यहाँ-वहाँ भटक गया। और वो इसलिए याद नहीं आया क्योंकि हमने उनसे रिश्ता बनाया ही नहीं था। इसे हम इस बात से समझ सकते हैं कि जब भी जीवन में छोटी या बड़ी कोई भी बात आए, तो चेक करना कि सबसे पहले मुझे कौन याद आता है? कई बार ऐसा होता है कि हम इनसे पूछते हैं, सबसे राय लेते हैं। जब कहीं से समाधान नहीं मिलता तब अंत में हम भगवान को याद करते हैं और कहते हैं अब तो तुम्हीं एक सहारा हो। तो वह हमारे रिश्तों की सूची में थोड़ा पीछे चले जाते हैं। लेकिन जब उनके साथ एक बहुत समीप, घनिष्ठ रिश्ता होता है तो सारा दिन हर बात में सबसे पहले वही याद आता है। और जब उनको याद कर लो और उनसे बात कर लो, उनकी टचिंग लेकर अपने जीवन की बात को सॉल्व कर लो तो किसी और से जाकर कुछ मांगने की ज़रूरत ही नहीं पड़ती है। क्योंकि हमारे सारे सम्बन्ध उनके साथ हैं। अगर हम अभी भी किसी से मांग रहे हैं या किसी से अपेक्षा रख रहे हैं तो समझ लो हमने परमात्मा से संबंध नहीं जोड़ा। क्योंकि जिसका कनेक्शन परमात्मा से जुड़ा वो सृष्टि पर कभी किसी से कुछ मांगेगा ही नहीं। उससे जुड़ गया तो हम सिर्फ देंगे और देते ही रहेंगे। और देते-देते वो ही आत्माएं देवी-देवता बन जाते हैं, तब यह सृष्टि सतयुग बन जाती है।

शिमला सिटी-हि.प्र.। हिमाचल प्रदेश सचिवालय में राज्य के नये माननीय मुख्यमंत्री सुखविंदर सुखु को बधाई देने एवं माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुनीता बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

मुज़फ्फर नगर-केशवपुरी(उ.प्र.)। महाशिवरात्रि कार्यक्रम के दौरान केन्द्रीय राज्यमंत्री संजीव बालियान की धर्मपत्नी सुनीता बालियान, भाजपा नेता विशाल गर्ग, भाजपा जिला अध्यक्ष विजय शुक्ला एवं ग्राम प्रधान ब्रह्म सिंह आदि गणमान्य अतिथियों को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जयन्ती बहन।

बरवाला-हिसार(हरियाणा)। शिव जयंती पर शिव ध्वजारोहण करते हुए ब्र.कु. इंद्रा बहन, विधायक जोगीराम सिहाग, डीएसपी रोहतास सिहाग, चेयरमैन रमेश सरदाना, स्कूल डायरेक्टर साधुराम जाखल तथा अन्य।

उकलाना मंडी-हरियाणा। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव में आये गौ-भक्त महंत दर्शन गिरी जी महाराज को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मोहिनी बहन। साथ हैं आशा खदेड,महामंत्री महिला मोर्चा, ब्र.कु. किरण बहन, ब्र.कु. मदन भाई व अन्य।

सिमगा-झारखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'खुशहाल महिला खुशहाल परिवार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए मुरारी मिश्रा,पूर्व जिला पंचायत सदस्य। मंचासीन हैं शारदा भोसले,अध्यक्ष,महिला मराठा समाज, कुसुम सिंह,लेक्चरर, कुमारी निहारिका झावर,आर्किटेक्ट इंजीनियर, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. गंगा बहन व अन्य।

नदबई-भरतपुर(राज.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए प्रधान मुन्नी देवी, चेयरमैन हरवती देवी, पार्षद केसर देवी, अग्रवाल समाज की मंत्री अनिता गोयल, ब्र.कु. संतोष बहन, प्रीति बहन, शिवानी बहन तथा अन्य।

नगर-भरतपुर(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ के ओम शांति भवन सेवाकेन्द्र द्वारा 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव पर शिव संदेश कलश यात्रा का आयोजन किया गया एवं शिव ध्वजारोहण भी किया गया। इस दौरान नगर पालिका अध्यक्ष रामावतार अग्रवाल, थानाधिकारी हरलाल मीणा, पूर्व अध्यक्ष बद्रीप्रसाद, उप खण्ड अधिकारी विष्णु बंसल, लक्ष्मीनारायण, राजेन्द्र प्रसाद शर्मा, आगरा ज़ोन की सह संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी, ब्र.कु. तारेश बहन, ब्र.कु. पवन भाई सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

राजिन्दर नगर-बनतालाब(जम्मू एंड कश्मीर)। ब्रह्माकुमारीज़ के स्थानीय सेवाकेन्द्र चरित्र निर्माण भवन एवं 248-ए मेडिटेशन सेंटर के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित 87वीं शिव जयंती महोत्सव में डॉ. रवि शंकर शर्मा,डायरेक्टर,स्कूल एजुकेशन जम्मू, कॉर्पोरेटर कपिल चिब, राजयोगिनी ब्र.कु. सुदर्शन दीदी,संचालिका,जम्मू एंड कश्मीर,लद्दाख, राजयोगी ब्र.कु. रविंदर भाई, ब्र.कु. कुसुम लता बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. रोमल सिंह, ब्र.कु. सुरिंदर तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

सादाबाद-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर कूपा गली स्थित सरस्वती शिशु विद्या मंदिर स्कूल में 'खुशहाल महिला, खुशहाल परिवार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में सिविल जज नीतू सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए जनपद प्रभारी राजयोगिनी ब्र.कु. सीता दीदी एवं वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. भावना बहन। इस मौके पर महाराजा अग्रसेन गर्ल्स इंटर कॉलेज की प्रिंसिपल बहन मंजेशलता, समाजसेवी गीता गौड़ सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

परमात्म ऊर्जा

यह जो मन है यह एक बड़ी कैमरा है। हर सेकण्ड का चित्र इसमें खैंचा नहीं जाता। कैमरा तो सभी के पास है लेकिन कोई कैमरा नज़दीक के चित्र को खींच सकती है और कोई कैमरा चन्द्रमा तक भी फोटो खैंच लेती है। है तो वह भी कैमरा, वह भी कैमरा। और यहाँ की छोटी-मोटी भी कैमरा तो है ना! तो हरेक के पास कितना पॉवरफुल कैमरा है! जब वह लोग चन्द्रमा से यहाँ, यहाँ से वहाँ का खैंच सकते हैं तो आप साकार लोक में रहते निराकारी दुनिया का, आकारी दुनिया का व इस सारी सृष्टि के पास्ट व भविष्य का चित्र नहीं खैंच सकते हो? कैमरा तो पॉवरफुल बनाओ जो उसमें जो बात, जो दृश्य जैसा है वैसा दिखाई दे, भिन्न-भिन्न रूप में दिखाई नहीं दे। जो है जैसा है, वैसे स्पष्ट दिखाई दे। इसको कहते हैं पॉवरफुल। फिर बताओ कोई भी समस्या, समस्या का रूप होगा या खेल अनुभव होगा? तो अब की स्टेज के अनुसार ऐसी स्टेज बनाओ, तब कहेंगे तीव्र पुरुषार्थी। अगर ऐसे कैमरा द्वारा चित्र पहले खींचते जाते हैं, उसके बाद साफ कराने के बाद मालूम पड़ता है कि कैसे खींचे हैं। इसी रीति से सारे दिन में जो अपने-अपने ऑटोमेटिक कैमरा द्वारा अनेकानेक चित्र खैंचते रहते हो, रात को फिर बैठ कर क्लीयर देखना चाहिए कि किस प्रकार के चित्र आज इस कैमरे द्वारा खींचे। और जैसे हैं वैसे ही चित्र खींचे व कुछ नीचे-ऊपर भी हो गया! कभी-कभी कैमरा ठीक न होने के कारण सफेद चीज़ भी काली हो जाती है, रूप बदल जाता है, फीचर्स भी कब बदल जाते हैं। तो यहाँ भी कभी-कभी कैमरा ठीक क्लीयर न होने के कारण बात समस्या बन जाती है। उनकी रूपरेखा बदल जाती है, उनका रंग-रूप भी बदल जाता है। यथार्थ का अयथार्थ रूप भी कब खैंचा जाता है। इसलिए सदैव अपने कैमरा को क्लीयर और पॉवरफुल बनाओ। अपने को सेवाधारी समझने से त्याग, तपस्या सभी आ जाता है। सेवाधारी हूँ और सेवा के लिए ही यह जीवन है, यह समझने से सेकण्ड भी सेवा बिगर नहीं जायेगा। तो सदा अपने को सेवाधारी समझते चलो। और अपने को बुज़ुर्ग समझना चाहिए, तो फिर छोटी-मोटी बातें खिलौने दिखाई देंगी, रहमदिल बन जायेंगे। तिरस्कार के बदले तरस आयेगा।

भूना-फतेहाबाद(हरियाणा)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में भूना नगर पालिका प्रधान अर्पणा पसरीजा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए फतेहाबाद सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मोहिनी बहन, भूना सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति बहन व भट्टू सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन।

कथा सरिता

एक व्यापारी व्यापार करने के लिए शहर से दूसरे शहर जाता था, बीच में रेगिस्तान का कुछ इलाका पड़ता था। वह आदमी एक निगेटिव सोच वाला इंसान था हमेशा शिकायत करता था कि मेरे पास ये नहीं है, वो नहीं है इसकी कमी है, उसकी कमी है।

एक दिन वह रेगिस्तान में से गुजर रहा था तभी उसकी पानी की बोतल खाली हो जाती है उसे बड़ी जोर से प्यास लगती है, लेकिन रेगिस्तान में पानी ना मिलने की वजह से उसे बहुत गुस्सा आता है और बोलता है कि खराब जगह है ना कोई पेड़ है ना पानी, रास्ता भी लम्बा है, रेगिस्तान पार करना पड़ता है।

तभी आसमान की तरफ देख करके कहता है कि भगवान ये कैसी जगह बना दी है आपने। अगर मेरे पास में बहुत सारा पानी होता, बहुत सारे संसाधन होते तो इस जगह पर हरियाली कर देता, बहुत सारे पेड़ लगा देता। वह आदमी ऊपर देखकर ये सब बातें कह रहा होता है और ऐसा लग रहा था कि जैसे ऊपर वाले से जवाब की प्रतीक्षा कर रहा हो कि भगवान कुछ कह दे।

वह कुएं के पास पहुंचा और देखा कि कुआं पूरी तरह पानी से भरा हुआ है परन्तु वह आदमी निगेटिव सोच वाला था और हमेशा शिकायत करता रहता था और फिर से आसमान की तरफ देखते हुए बोला भगवान पानी से भरा हुआ कुआं तो दे दिया लेकिन पानी निकालूंगा कैसे? तो इस बार जब उसने नीचे देखा तो फिर से चमत्कार हुआ उसे कुएं के पास रस्सी और बाल्टी दिखाई दी, लेकिन आदमी ने फिर से ऊपर देखा और बोला भगवान अब इस पानी को ले जाऊंगा कैसे?

तभी उसको एहसास हुआ जैसे उसके पीछे कोई है, उसने पीछे मुड़कर देखा तो एक ऊंट खड़ा हुआ होता है। वह पूरी तरह से घबरा गया और सोचने लगा कि ये तो सच में हो रहा है। मैंने बातों-बातों में कह तो दिया लेकिन अब मुझे यहाँ हरियाली करनी पड़ेगी और पेड़ लगाने की ज़िम्मेदारी लेनी पड़ेगी।

आदमी को पानी से भरा कुआं मिल गया, बाल्टी और रस्सी मिल गई, पानी को ले जाने के लिए ऊंट भी मिल गया, सबकुछ मिल गया। अब वह आदमी सोच रहा था कि बातों-बातों में मैंने ये क्या बोल दिया! ये तो गड़बड़ हो गयी। अब वह अपनी ज़िम्मेदारी से बचने के लिए तेजी से दौड़कर भागने लगा। तभी एक कागज उड़ते हुए आया और उसके शरीर से चिपक गया। उसने जब उस कागज को देखा तो उसपर लिखा था कि मैंने तुम्हें पानी दिया, कुआं दिया, रस्सी और बाल्टी दी, पानी ले जाने के लिए साधन दिया फिर भी क्यों बचकर भाग रहे हो? उस आदमी को लगा कि मेरे साथ पता नहीं क्या हो रहा है। वह दौड़ते-दौड़ते रेगिस्तान को पार कर लेता है लेकिन उस रेगिस्तान को हरा-भरा नहीं बना सका।

सीख : हम हमेशा शिकायतें ढूंढा करते हैं, अपनी ज़िम्मेदारी से बचकर भाग रहे होते हैं। ये कहानी हमें सिखाती है कि लाइफ में हम जो कुछ भी कर रहे हैं 100 प्रतिशत ज़िम्मेदारी हमारी है कि उस काम को बिना किसी शिकायत के पूरा करें और दूसरों को दोष देना, उनकी गलतियां बताना बंद कीजिए, अपनी गलतियों को सुधारना शुरू कीजिए।

एक बार एक शिकारी शिकार करने के लिए जंगल में पहुंचा। उसने अपने तीर पर बहुत खतरनाक ज़हर लगाया और शिकार को निशाना बना करके उसने तीर को छोड़ा लेकिन उसका तीर चूक गया और तीर एक पेड़ पर जा लगा। वह पेड़ बहुत ही हरा-भरा था और बहुत सारे तोते उस पेड़ पर रहते थे।

जैसे ही वह ज़हरीला तीर उस पेड़ पर जाकर लगा वह पेड़ धीरे-धीरे सूखने लगा और उस पेड़ पर जो भी तोते रहते थे वह एक-एक करके उस पेड़ को छोड़कर जाने लगे।

उस बड़े से पेड़ के कोटर में एक बहुत ही बूढ़ा तोता रहता था, जो बहुत ही धर्मात्मा और अच्छे मन का था। सभी तोते उस पेड़ को छोड़कर जाने लगे थे लेकिन वह बूढ़ा तोता जाता और दाना लेकर के आता फिर उसी कोटर में आ करके बैठ जाता था। परन्तु उस पेड़ को छोड़ने को तैयार नहीं था।

बूढ़े तोते के साथियों ने कई बार आकर उसे समझाया कि यह पेड़ सूख रहा है और किसी दिन गिर भी जायेगा, चलो किसी और पेड़ पर चल कर रहा जाये परन्तु वह बूढ़ा तोता वहाँ से जाने को तैयार नहीं हो रहा था।

अब यह बात देवराज इंद्र तक पहुंची। उन्हें बताया गया कि एक तोता है वह जिस पेड़ पर रहता है उस पेड़ पर एक जहरीला तीर लगने के कारण सूखने, गिरने और खत्म होने के कगार पर आ पहुंचा है और एक बूढ़ा तोता अभी भी वहीं पर रह रहा है वह दाना लेकर आता है और वहीं पर रहता है जबकि उस जंगल में बहुत सारे पेड़ हैं लेकिन वह उसी पेड़ पर रह रहा है।

देवराज इंद्र प्रगट हुए और उस बूढ़े तोते से कहने लगे कि आप बहुत धर्मात्मा हैं बहुत ही अच्छे मन के हैं लेकिन आप इस पेड़ को छोड़कर किसी और पेड़ पर चले जाइये क्योंकि यह पेड़ कुछ ही दिनों में गिर जायेगा। तालाब के पास में बहुत से बड़े-बड़े, हरे-भरे पेड़ हैं, बड़े-बड़े कोटर हैं उन पेड़ों पर फल भी लगे हुए हैं उन्हें वहीं पर तोड़कर खा सकते हैं, परन्तु यहाँ से आप चले जाओ।

तोता बोला माफ कीजिएगा, इस पेड़ ने मुझे जीवन दिया है, शिकारियों से मेरी रक्षा की है, हर मौसम में मेरे साथ रहा है। ये कोटर मेरा घर है, यहाँ मैं पला-बढ़ा हूँ और इस पेड़ को मैं छोड़कर कैसे जा सकता हूँ। इस पर संकट आया है तो क्या मैं इसे छोड़कर चला जाऊं? मैं ऐसा कभी नहीं कर सकता।

देवराज इंद्र तोते की इस बात से बहुत ही प्रसन्न हुए उन्होंने तोते से कहा मैं आपकी इस बात से बहुत ही खुश हूँ, मांगो जो आपको मांगना हो। उस बूढ़े तोते ने कहा मुझे बस इतना मांगना है कि जिस पेड़ ने मुझे जन्म दिया, जहाँ मैं रहा, पला-बढ़ा, जिसे आप मेरी जन्म भूमि कह सकते हैं आप इसे फिर से वैसा हरा-भरा कर दो जैसा यह था।

देवराज इंद्र ने अमृत से उस पेड़ को सींच दिया और पहले की तरह हरा-भरा कर दिया। अब वापस से उस पेड़ पर आकर के बाकी तोते रहने लगे। वह बूढ़ा तोता कुछ समय तक और ज़िन्दा रहा फिर उसकी मृत्यु हो गयी और वह स्वर्ग में चला गया।

सीख : इस कहानी से हमें ये सीख मिलती है कि आप किसी के सुख के साथी बनें या न बनें लेकिन आपको हमेशा किसी के दुःख के साथी ज़रूर बनना चाहिए।

कार्यक्रम : संसद भवन के प्राइड ऑडिटोरियम में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'तनाव मुक्त जीवन एवं सकारात्मक चिंतन' विषय पर सेमिनार का आयोजन

व्यर्थ की अपवित्रता को करना होगा समाप्त

नई दिल्ली-आर.के.पुरम। संसद भवन के राज्यसभा सचिवालय एवं ब्रह्माकुमारीज़ के संयुक्त तत्वाधान में संसद भवन के प्राइड ऑडिटोरियम में आयोजित 'तनाव मुक्त जीवन एवं सकारात्मक चिंतन' विषयक कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए राज्यसभा की अतिरिक्त सचिव डॉ. वंदना कुमार ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्था पिछले 87 वर्षों से आध्यात्मिकता द्वारा स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन का कार्य कर रही है। संस्था का एक स्लोगन मुझे बहुत पसंद आता है जिसमें कहा जाता है कि स्वचिंतन उन्नति की सीढ़ी है और परचिंतन पतन की जड़ है। उन्होंने कहा कि हमें अपने मन-वचन-कर्म से व्यर्थ की अपवित्रता को समाप्त करना होगा, तभी हम तनाव मुक्त जीवन जी सकेंगे। इस कार्यक्रम को ऐतिहासिक कार्यक्रम बताते हुए राज्यसभा की ज्वाइंट सेक्रेट्री कुसुम सुधीर ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्था के वक्ताओं का अभिनंदन करते हुए इस कार्यक्रम के आयोजन के लिए धन्यवाद व्यक्त किया। सचिवालय की निर्देशिका डॉ. शुभश्री पनिग्रही ने कुशलतापूर्वक मंच का संचालन किया। सेमिनार के मुख्य वक्ता,मोटिवेशनल स्पीकर और संस्था की वर्ल्ड रिन्यूअल मैगज़ीन के एसोसिएट एडिटर ब्र.कु. प्रो. ओंकार चंद ने 'स्ट्रेस फ्री लिविंग एवं हार्मनी इन लाइफ' विषय पर अपना व्याख्यान दिया। राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. ज्योति बहन ने सकारात्मक चिंतन की शक्ति पर अपने प्रेरणादाई विचार व्यक्त किए। स्थानीय सेवाकेंद्र की मुख्य निर्देशिका राजयोगिनी ब्र.कु. अनिता बहन ने राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास से सभी को गहन शांति की अनुभूति कराई। कार्यक्रम का सभी ने भरपूर लाभ लिया।

सभी संसद सदस्यों ने ब्रह्माकुमारीज़ की प्रशंसा करते हुए इस कार्यक्रम को ऐतिहासिक व बहु-उपयोगी बताया

'खुशियों का पासवर्ड'

रावत भाटा-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राणापूंजा स्टेडियम में 'खुशी का पासवर्ड' विषय पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए विश्व विख्यात जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी बहन ने कहा कि आज प्रकृति में उथल-पुथल मची है। क्योंकि नेचर के पास जितना है नहीं, उससे अधिक हम ले रहे हैं। स्थिति यह है कि घरों में कपड़ों से अलमारियां भरी हैं, लेकिन हम खरीददारी नहीं छोड़

शिवानी दीदी ने बताए खुश रहने के टिप्स और कहा...

नेचर के पास जितना है नहीं, उससे अधिक हम ले रहे

रहे हैं। हम सोचते हैं कि खरीदने से खुशी मिलती है। लेकिन खरीदने से खुशी नहीं मिलती। हमें जितनी ज़रूरत है, उतना ही खरीदें। सादगी से जीवन जीएं, इसी में खुशी है। उन्होंने कहा कि हमें यह संकल्प लेना होगा कि दूसरों का व्यवहार ठीक न भी हो, फिर भी हम अपना व्यवहार ठीक रखेंगे। हमारा संस्कार प्यार है, पवित्रता है। मेरा कर्म और मेरा संस्कार हर क्षण मेरा भाग्य लिख रहा है। खुशी हमारा संस्कार है। इस दौरान अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक ज्ञान प्रकाश नवल, एसडीएम दीपक सिंह खटाणा, तहसीलदार किशोर सिंह सिंधी, पालिकाध्यक्ष दीपिका तिल्लानी, पूर्व पालिकाध्यक्ष धर्मेंद्र तिल्लानी, सीआईएसएफ कमांडेंट विवेक, भारी पानी संयंत्र के जीएम वीपी उपाध्याय, डीजीएम एल.सी. लोढ़ा, पालिका ईओ मोहम्मद सुहैल शेख,सदर बाबूखां, पनबिजलीघर अधिशाषी अभियंता आशीष जैन, एसोसिएट डायरेक्टर एसडी पारसवार, नगर कांग्रेस अध्यक्ष ज्योति पारेता, महामंत्री वंदना शर्मा, ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. शांता तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

पॉज़िटिव सोच रखने से टेंशन होती कम

करनाल से.7-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'राजयोग द्वारा वर्तमान स्थिति में तनाव मुक्त जीवन' विषय पर आयोजित आध्यात्मिक महासम्मेलन में मुख्य वक्ता वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी,माउण्ट आबू ने कहा कि कलियुग में हर कोई तनाव में जी रहा है। जब आत्मा की आध्यात्मिक शक्ति कमज़ोर हो जाती है तो भौतिक शरीर की इम्युनिटी कम हो जाती है। इम्युनिटी कम होना ही तनाव का कारण बन जाता है। पॉज़िटिव सोच रखने से टेंशन कम हो जाती है। दीदी ने कहा कि आज मनुष्य डिप्रेशन में जी रहे हैं, जिसका मुख्य कारण नकारात्मक सोच है। इसके निवारण के लिए प्रातःकाल व रात्रि के समय कम से कम 20 से 30 मिनट ध्यान योग अवश्य लगाएं। उचित न्यूट्रीशन, एक्सरसाइज़ और रेस्ट द्वारा तनाव मुक्त रहा जा सकता है। उन्होंने कहा कि आज हम एक-दूसरे को टॉलरेट नहीं कर पाते। बेमतलब सालों पुरानी बातों को पकड़े रखते हैं। ब्रेन को पॉज़ीटिव विचारों से भरें तो नेगेटिव विचार स्वतः निकल जाएंगे। मोबाइल की बैटरी की तरह अपनी आत्मा की बैटरी को राजयोग मेडिटेशन द्वारा प्रतिदिन चार्ज करें। इस मौके पर उपस्थित मेयर रेणु बाला गुप्ता व सीएम प्रतिनिधि संजय बठला ने भी अपने विचार रखे। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रेम दीदी ने मेहमानों का अभिनन्दन किया। ब्र.कु. मेहरचंद भाई ने सभी का धन्यवाद किया। बहन पूर्णिमा,प्रसिद्ध कथक नृत्यांगना ने सुंदर नृत्य की प्रस्तुति दी। पार्षद मुकेश अरोड़ा, पार्षद मेघा भंडारी, सहारनपुर से आईं ब्र.कु. संगीता बहन, ब्र.कु. शिखा बहन भी मंच पर उपस्थित रहे। शहर के अनेक प्रतिष्ठित लोग, अनेक संस्थाओं के प्रतिनिधि व हज़ारों लोगों ने उपस्थित रह कार्यक्रम का लाभ लिया।

'राजयोग द्वारा वर्तमान स्थिति में तनाव मुक्त जीवन' आध्यात्मिक महासम्मेलन

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'खुशहाल महिला खुशहाल परिवार' कार्यक्रम का आयोजन

पूरे विश्व का कल्याण कर सकती है नारी

उज्जैन-ऋषि नगर(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ के शिव दर्शन धाम सेवाकेन्द्र में 'खुशहाल महिला खुशहाल परिवार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी ने बताया कि जब महिला खुशहाल होगी तब ही खुशहाल परिवार संभव है। जीवन में परिस्थितियां, बातें तो हमेशा ही आएंगी, लेकिन खुशी जो मेरी अपनी निजी प्रॉपर्टी है उसे कभी नहीं छोड़ना है क्योंकि खुशी नारी शक्ति की सांसे हैं। इसलिए प्राण भले चला जाए पर खुशी न जाए। उषा सोडाणी,माहेश्वरी समाज अध्यक्ष ने बताया कि महिलाओं को सरकारी कानून ने व ईश्वर ने बहुत अधिकार दिए हैं लेकिन उन अधिकारों के साथ-साथ हमें अपने कर्त्तव्यों को भी नहीं भूलना चाहिए। साथ ही उन्होंने कहा कि हर एक को भी महिला का सम्मान ज़रूर करना चाहिए। डॉ. प्रो. अरुणा सेठी,प्राचार्य,सम्राट विक्रमादित्य शासकीय विधि विश्वविद्यालय ने कहा कि महिलाएं ऐसी मशीनरी है जो निरंतर चलती रहती है, कभी थकती नहीं। साथ ही उन्होंने अपना अनुभव साझा करते हुए कहा कि मुझे ब्रह्माकुमारीज़ में आकर आत्मिक शांति की प्राप्ति हुई । डॉ. रश्मि शर्मा,नेत्र रोग विशेषज्ञ ने कहा कि महिलाएं तनाव झेलने की शक्ति को ओवर कम कर दे तो फिज़िकल हेल्थ के साथ-साथ मेंटल हेल्थ भी ठीक रहेगा। 90 प्रतिशत बीमारियों का कारण सिर्फ स्ट्रेस साइकोलॉजी है। रुचिका मिश्रा,फिजियोथैरेपिस्ट प्रोफेसर,ऑडी गाड़ी मेडिकल कॉलेज ने बताया कि नारी केवल परिवार की धुरी नहीं अपितु नारी अपने आप में एक ब्रह्मांड है जो सब कुछ करने का सामर्थ्य रखती है। डॉ. स्नेहल देशमुख,देशमुख हॉस्पिटल की डायरेक्टर एवं स्त्री रोग विशेषज्ञ ने कहा कि एक महिला ही है जो बच्चे को जन्म देकर पूरी ज़िंदगी उसकी गलतियों को माफ कर उसे स्वीकार करती है, ऐसी नारीशक्ति को शत्-शत् नमन्। ब्रह्माकुमारी मंजू दीदी जी ने बताया कि अगर एक महिला शिक्षित होती है तो पूरे परिवार को शिक्षित कर देती है। नारी सिर्फ एक परिवार का ही नहीं अपितु संपूर्ण विश्व का कल्याण कर सकती है। संसार में चाहे कोई कितना भी विद्वान, पंडित है लेकिन फिर भी पूजा तो नारी शक्ति सरस्वती और लक्ष्मी की ही करते हैं। ब्र.कु. निरुपमा बहन ने संचालन किया।

"प्रतिष्ठित महिलाओं ने किया कार्यक्रम को सम्बोधित

"नारी की महानता को किया सभी ने प्रणाम

जब कुछ नहीं हमारा तो!

ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

इस दुनिया में कहा जाता है कि दुःख की पहली सीढ़ी अपने आपको शरीर समझना या मेरा कहना है। इस दुनिया में जो कुछ भी मेरा है उसके साथ दुःख जुड़ा हुआ है। तो जब मेरा है ही नहीं कुछ भी तो उसको मेरा मानना माना उसके साथ गहराई से जुड़ जाना, और जुड़ने के बाद दुःख पक्का है। हम सभी ज्ञानी, समझदार और अवेअरनेस में रहने वाली सभी आत्माओं को, जो बुद्धिमान हैं, बुद्धिजीवी हैं सभी को पता है लेकिन इसकी हमेशा कॉन्शियसनेस नहीं रहती। ये कॉन्शियसनेस न रहने के कारण हम हर वक्त दुःख फील करते हैं। मतलब जीना बड़ा आसान है। कहावत भी है कि ख्यालों को बदलने से भी सूरज निकलता है, या यूं कहें कि ख्यालों को बदलने से नया दिन निकलता है। तो हर दिन हम चाहें तो ख्याल बदलें तो एक नई शुरुआत या नया सुख हम क्रिएट कर सकते हैं। तो दुःख हमारी क्रियेशन है या ना समझी हमारी क्रिएशन है? हम सबको सबकुछ समझ में आ रहा है कि इस दुनिया में हमारा कुछ भी नहीं है कुछ भी माना कुछ भी नहीं है। सबकुछ छोड़कर जाना है। जब तक हमारा कुछ-कुछ है तब तक हमको दुःख है। और ये जो मेरापन है इसकी हर पल हर क्षण अवेअरनेस, जागृति हो तो शायद इससे छुटकारा भी मिले। लेकिन थोड़ी-थोड़ी देर बाद हमको ये सारी चीज़ें भूल जाती हैं, तो इसका अभ्यास इतना आवश्यक है, इतना ज़रूरी है कि इसका मतलब इस ब्रह्माण्ड का सबकुछ ऊर्जा है। सबको पता है ऊर्जा न तो पैदा होती है, न ही उसको नष्ट किया जा सकता है।

इसका मतलब जो कुछ भी है आज-कल में परिवर्तित हो जाता है फिर हम उसको यूज़ कर लेते हैं। 30-40-50 साल यूज़ करते हैं, फिर चले जाते हैं, फिर पैदा होते हैं फिर यूज़ करते हैं, फिर चले जाते हैं। तो ये आने-जाने का सिलसिला सबका बरकरार बना रहता है। लेकिन दुःख से छूटने एक आधार, एक कारण हमको मिल जाये तो सभी जीने लग जायें। तो हम सभी को एक समझदारी डेवलप करनी चाहिए। अपने अन्दर इसकी पूर्ण जागृति चाहिए कि सबकुछ जो कुछ हमारे साथ, मेरे के साथ जुड़ा हुआ है, जब तक उसमें थोड़ा भी मेरापन है चाहे वो घड़ी है, चाहे वो कोई छोटा पेन है, किताब है कोई भी चीज़ है जिसको अगर थोड़ा भी कुछ हो जाये तो तकलीफ होती है। माना कितना मेरापन है। तो दुःख तो हमने एक, या तो कहें कि हम दुःख को लेने को आतुर हैं। जानबूझ कर हम दुःख लेना ही चाहते हैं, इससे निकलना ही नहीं चाहते। आधार पता है फिर भी हम नहीं कर पा रहे, तो इसे कहते हैं सोना।

पूजा-पाठ का जो एक्ज़ेक्ट मतलब है, पूजा-पाठ का जो मतलब लोग समझते हैं वो है पूरी तरह से जागकर अपने आपको इस जागृति में जिलाना कि मैं इस शरीर से अलग हूँ। मतलब मेरापन का एक कितना गहरा रहस्य है। ये मेरापन ही जीवन का वो जाल है जिससे हमको हरपल दुःख मिल रहा है। और शायद जो मेरा हम समझ रहे हैं उसको हम बचा भी इसलिए नहीं पाते क्योंकि इस दुनिया में जो भी है वो हमारा हो ही नहीं सकता तो हम उस पर कब्जा भी नहीं कर सकते। उसके साथ रह भी नहीं सकते। रहने और सहने इन दोनों बातों से अगर आपको किनारा करना है, हर पल, हर क्षण को अगर हमें एन्जॉय करना है तो बार-बार हमको ये याद दिलाना है कि मुझे कुछ ही दिनों में जाना है और वो एन्जॉयमेंट भी हमारे जीवन को सफल बनने में मदद करेगा। एक दिन की बात नहीं है हर पल को सफल करने की बात है। लम्बे काल के अभ्यास से सारा कुछ छोड़कर अगर हम इसमें जुड़ जायें तो ज़िंदगी बड़ी सुकून वाली हो जायेगी, शांति वाली हो जायेगी।

आज सोचो हम सब ज्ञानी होने के बावजूद भी अगर ये कहें कि हमको रात को नींद नहीं आती, या रात भर आज ऐसा होता रहा है, संकल्प चल गया ये सोच के तो हम सबसे अच्छे तो वो लोग हैं जो आराम से खा-पी कर सो रहे हैं। एन्जॉय कर रहे हैं। तो क्यों न हम इसे अच्छे से समझें और पूरी तरह से इस बात को अपने अन्दर डाल दें कि दुःख में एक पल भी मुझे नहीं जीना है।

जो आपके जीवन को बदल दे

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

प्रश्न : मैं कोरबा से लवलीन हूँ। अपने को शक्तिशाली बनाने के लिए आप मास्टर सर्वशक्तिवान की प्रैक्टिस करने को कहते हैं, लेकिन मुझे शिव शक्ति के स्वमान में रहना ज़्यादा अच्छा लगता है। क्या दोनों स्वमान में कोई अंतर है? कृपया इसे क्लीयर करें।

उत्तर : शिव शक्तियों की मंदिरों में पूजा हो रही है। भिन्न-भिन्न रूप से उनका गायन हो रहा है। और परमात्मा ने हमें आकर ये इतना सुन्दर टाइटल दिया है, वरदान दिया है कि तुम मास्टर सर्वशक्तिवान हो, और विशेष रूप से उसे हमारी बहनों और माताओं को ये टाइटल दिया है कि तुम शिव शक्ति हो। यानी शिव की शक्ति हो। अर्थात् शिव की शक्तियां तुम्हारे पास हैं। और मास्टर सर्वशक्तिवान का अर्थ भी यही है कि सर्वशक्तिवान बाबा की शक्तियां हमारे पास हैं। दोनों सेम चीज़ हैं। दोनों में कोई अन्तर नहीं है। लेकिन अगर आपको मैं शिव शक्ति हूँ इसका अभ्यास ज़्यादा अच्छा लगता है तो आपको यही करना चाहिए। दोनों में कोई अन्तर नहीं है, दोनों में समान प्राप्ति होगी। लेकिन आपको कुछ चीज़ों का ध्यान रखना भी आवश्यक है। हमें शक्तिशाली बनना है। हमारा मूल प्रश्न ये था तो ये जो स्वमान हैं ये तो हमारी सोयी हुई शक्तियों को जगाते हैं। सर्वशक्तिवान से हमें अनेक शक्तियां मिल चुकी हैं। लेकिन जब हम इन शक्तियों का अभ्यास करते हैं कि मैं शिव शक्ति हूँ, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, परमात्म शक्तियां मेरे पास हैं तो हमारी सोयी हुई शक्तियां जागने लगती हैं। लेकिन मनुष्य को एक चीज़ पर और ध्यान देना चाहिए कि हमारी शक्तियां जाती कैसे हैं? कोई ये भी अभ्यास करता हो और व्यर्थ संकल्पों में भी रहता हो। किसी को भय भी बहुत हो या कोई निगेटिव बहुत सोचता हो। किसी को क्रोध बहुत आता हो तो इससे ये शक्तियां नष्ट होती रहती हैं। इन पर ध्यान देना भी परम आवश्यक है। साथ-साथ प्युरिटी के द्वारा शक्तियां बहुत बढ़ेंगी, त्याग के द्वारा शक्तियां बहुत बढ़ेंगी। ज्ञान भी एक बहुत बड़ा बल है, श्रेष्ठ चिंतन भी हमें शक्तियां देगा। और फाइनली जितना हम योग अभ्यास करेंगे हम शक्तिशाली बनते जायेंगे। इन सभी चीज़ों का अभ्यास शक्तिशाली बनने के लिए हरेक को करना ही चाहिए।

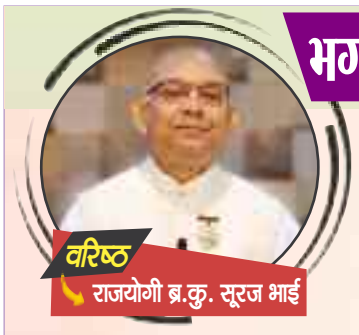
प्रश्न : मेरा नाम सुनंदा है। मेरी दो बेटियां हैं एक 21 साल की और दूसरी 17 साल की। ये दोनों पहले एक दूसरे से बहुत लड़ती थीं, लेकिन अब इन दोनों ने आपस में बात करना ही बंद कर दिया है। मैं सिंगल पैरेंट हूँ इसलिए मुझे उन दोनों की चिंता रहती है कि आखिर ये कैसे एक-दूसरे के साथ प्रेम से रहें। मैं जब ऑफिस जाती हूँ, बाहर रहती हूँ तो इन दोनों की चिंता बनी रहती है, क्या किया जाये?

उत्तर : मुझे लगता है बचपन में इन दोनों का एक-दूसरे से बहुत प्यार रहा होगा और प्यार में एक-दूसरे से उमीदें ज़्यादा हो जाती हैं। और अगर एक-दूसरे से बात ही नहीं करेंगे, निगेटिव फीलिंग है एक-दूसरे के लिए, मुंह अलग-अलग दिशाओं में रहेंगे तो इससे घर का वातावरण बहुत भारी रहेगा। आजकल बच्चे बहुत ही मानसिक बीमारियों से पीड़ित होते जा रहे हैं। उनके देह में हार्मोन्स की चेंज भी बहुत होती है तब भी उन्हें बहुत कठिनाइयां होती हैं। वो इर्रिटेट(चिढ़ना) रहते हैं। इनकी आपको चिंता करने की बजाय कुछ अच्छे उपाय अपनाने चाहिए। चिंता से तो ये समस्या हल नहीं होगी। एक तो इन्हें पवित्र भोजन खिलायें। मैं परमपवित्र आत्मा हूँ, बच्चों को भी भोजन बनाने में लगायें और खुद भी बैठ कर ये अभ्यास करें। सवेरे उठकर पाँच मिनट आप अपनी दोनों कन्याओं को योगदान दें। इसकी चर्चा हम बहुत बार कर चुके हैं। और फिर माइंड टू माइंड उनसे बात करें। उनके स्वमान को जगाएं। तुम तो बहुत अच्छी आत्मा हो, तुम तो भगवान के बच्चे हो, तुम तो पीसफुल हो, तुम तो दोनों बहनें हो ना तुम्हारा तो आपस में बहुत प्यार है। तुम तो क्रोधमुक्त हो, पीसफुल हो। ये संकल्प कई बार सवेरे उठकर पाँच मिनट प्रयोग करेंगे तो जब वो उठेंगे तो धीरे-धीरे उनके मन में ये जाग्रति होगी कि नहीं हमें ऐसा नहीं करना चाहिए। जो संकल्प आप भेजेंगी वही संकल्प उठते ही उनके मन में आयेंगे और थोड़ा-सा, हालांकि आप भी जॉब पर जाती हैं और एक नई टेंशन भी रहती है लेकिन फिर भी अपने घर में आधा घंटा सवेरे और आधा घंटा शाम को कम से कम इतना योग का अभ्यास अवश्य करें तो घर का माहौल भी पीसफुल होगा। नहीं तो ये बात आपके लिए भी टेंशन बनी रहेगी। और अकेली जान क्या-क्या करेगी। और आप बहुत प्यार से उनके पास बैठकर उनसे बात भी कर सकती हैं। आत्मिक दृष्टि रखकर, स्वमान के साथ, ऑर्डर से नहीं कि तुम बात क्यों नहीं करती हो? दोनों को बहुत प्यार से समझायें। तुम दोनों बहुत अच्छी हो, बहुत समझदार हो। उनकी सोयी हुई शक्तियों को जगाना है। कई बार ऐसा भी होता है अगर किसी एक को थोड़ा ज़्यादा प्यार देते हैं तो दूसरे भाई या बहन को उनसे ईर्ष्या होने लगती है। तो ये भी कारण होते हैं आपस में मतभेद के। इसीलिए दोनों के साथ समानता का व्यवहार रखें। क्योंकि ये चीज़ अब बढ़ती जा रही है। देखने में तो वो बच्चे हैं ना लेकिन वो दोनों आत्मायें हैं, न जाने हज़ार साल से क्या-क्या उन्होंने अपने अन्दर समाया है। एक-दूसरे के लिए ऐसे एटीट्यूड बना लिए हैं। ये मृत्यु आदि तो यात्रा में एक पड़ाव है, आत्मायें तो चलती आ रही हैं ना। और इस पड़ाव को पार करके एक नया दूसरा जीवन लेती है और फिर पड़ाव आता है मृत्यु के रूप में। फिर नया जीवन आता है तो न जाने क्या-क्या अपने साथ लाये हैं। लेकिन उसको राजयोग के बल से ही समाप्त किया जा सकता है।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

भगवान की श्रीमत है...अभी अभिमान से मुक्त हो जाओ...



वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

हम आध्यात्मिक मार्ग पर अग्रसर हैं और अध्यात्म का एक प्रैक्टिकल स्वरूप होता- अहंकार को छोड़ देना, नम्रचित्त हो जाना। आपने सुना होगा दुर्वासा ऋषि धनुष भंग होने पर जब क्रोध करने लगे तो लक्ष्मण ने उन्हें क्या कहा था? तुलसीदास की चौपाई है- संत नहीं होत अभिमानी। संत कभी अभिमानी नहीं होते हैं। हम सब भी सच्चे संत बने हैं, पवित्र बने हैं। हमें अपनी पवित्रता में पूर्ण विश्वास है, उसका स्वमान अवश्य होना चाहिए। अहंकार को छोड़ना, ये प्रभु आज्ञा है। स्वमान से अभिमान नष्ट हो जाता है। मैं रीयल में कौन हूँ, जब हमें ये आभास होने लगता है तो मैं-मैं खत्म हो जाता है। मनुष्य के बहुत संकल्प उसके अहंकार के कारण चलते हैं। अहंकार का एक रूप मैंपन और साथ में मेरापन भी होता है। मेरापन जो मोह को पैदा करता है।

बाबा के कभी महावाक्य सुने थे। बहुत साल हो गये कि 10 मिनट योग में बैठो और अपने को चेक करो कि मेरे संकल्प कहाँ जा रहे हैं,तो पता चलेगा। संकल्पों का इधर-उधर भागने का कारण, मैंपन और मेरापन ही है इनको समाप्त कर दो। अभी इनको समाप्त करना है तो गहरी साधना परंतु हम लोगों को साधना मालूम है और हमारे लिए बिल्कुल सहज है। इसलिए मैंपन और मेरेपन को समाप्त करेंगे। हम देह अहंकार को छोड़ते जा रहे हैं। इसकी पहली विधि तो सबको मालूम है, हमको मालूम है कि मैं देह हूँ ही नहीं। अंहकार मनुष्य को विभिन्न प्रकार का रहता है। किसी को देह का अंहकार, सुंदर देह है उसको ही सजाने-संवारने में लगे हैं। अपने देह का खुद ही बहुत आकर्षण रहता है। सारे दिन ख्याल रहता है कि मैं अच्छा तो दिख रहा हूँ, अच्छी तो हूँ। कपड़े वैसे ही पहनेंगे, श्रृंगार वैसा ही करेंगे। इसमें टाइम कितना जाता है और मान लो किसी ने कह दिया कि तुम तो अच्छी नहीं लग रही हो आज, तो फिर क्या होता है? हमारे पास एक व्यक्ति था लोगों ने उसकी नब्ज देख ली थी,उसको भगाते रहते थे। नये कपड़े पहनकर आया। अरे भई! क्या कपड़े पहने हैं दादी देखेंगी तो तुम्हें क्या कहेंगी, ये कोई कपड़े होते हैं! बेचारा सज-धज कर आया था, उसको लगा मैंने कुछ गड़बड़ की हुई है। गया दूसरी ड्रेस पहनकर आया, फिर दूसरा ग्रुप तैयार था- 10-15 मिनट के बाद उसने कहा अरे! ये क्या पहना है तुमने सन्यासियों जैसा कपड़ा। ये कोई कपड़े होते हैं? तुम्हारी पर्सनैलिटी के अनुसार तो ये कुछ भी नहीं हैं। फिर बेचारा भागा शायद मैंने गलत पहन लिया। और अच्छा करके आया। फिर तीसरा ग्रुप मिला कुछ समय के बाद फिर उसने भी कुछ कह दिया। फिर भागा गया।

आखिर में मैंने एक दिन उसको समझाया कि कपड़े कौन देखता है, चेहरा देखते हैं लोग, कई सन्यासी सीधा-सादा बैठे रहते हैं। चेहरे पर तपस्या की झलक होती है। लोग उनके कपड़ों को देखते हैं क्या? हमसे भी कई लोग बिल्कुल साधारण सफेद कपड़े पहने रहते हैं, कोई सूट-बूट नहीं। चेहरा आकर्षित करता है लोग देखते ही नहीं है क्या पहना हुआ है। अब हमें इस तरह का देह

जब से मैंने सुना था तब से ये बात बहुत प्रिय लग गई थी मुझे। बाबा ने कहा जो कुछ भी तुम्हारे पास है वो सब ईश्वरीय देन है। मन भावन महावाक्य है भगवान का। ये सब कुछ उसने दिया हमें।

अभिमान रहता है तो एक्सपेक्टेशन्स(उम्मीद) ये भी रहती है कि लोग हमें एप्रीशिएट(प्रशंसा) करें। अगर कोई प्रशंसा न करे तो संकल्प चलने लगेंगे कि यहाँ तो सब मगन हैं अपने-अपने में, स्वार्थी हो गये हैं सब। किसी को नाम-मान-शान का, मेरा बहुत नाम है इसका अभिमान, किसी को तो ये भी हो जाता है कि मैं बहुत अनुभवी हूँ। मुझे बहुत समय से ज्ञान मिला हुआ है भगवान का। भगवान को पहचाना है तो इन सबको हमें पीछे छोड़ना है, नहीं तो ये सब व्यर्थ संकल्पों के कारण बन जाते हैं।

अब इस मैंपन के कारण, इस अभिमान के कारण, व्यक्ति की मान की इच्छा बहुत रहेगी और मान सब जगह मिलेगा नहीं ये भी निश्चित है। मान नहीं मिलेगा तो व्यर्थ संकल्प बहुत चलेंगे। देखा मुझे पूछा ही नहीं गया, छोटों-छोटों को मान दिया जा रहा है। मेरी तरफ तो देखा ही नहीं, मेरा स्वागत ही नहीं हुआ। छोटे-छोटे संकल्प की लहर, चेन बहुत लम्बी-चौड़ी चलती रहेगी। इसलिए एक संकल्प कर लें, देखें एक ही संकल्प अनेक संकल्पों को काटने वाला होता है। संकल्प कर दें कि भगवान मुझे मान दे रहा है। भगवान की श्रीमत है अभी इस अभिमान से मुक्त हो जाओ। जन्म-जन्म इसी में तो तुम रहे हो, नीचे उतरते आये हो, गिरते आये हो। तुमने अपने सुख-चैन भी खो दिये हैं। छोड़ो इसको, अब मुझे भगवान की आज्ञा माननी है तो देखो एक लाइन केवल, अब मुझे भगवान की आज्ञा माननी है। हमें कई तरह के संकल्पों से मुक्त कर देगी।

हम सभी अपने चित्त को शांत करेंगे। ये हमारा महत्त्वपूर्ण लक्ष्य है तो ऐसे इधर-उधर की बातें सोचने की आदत हमें अपने अंदर नहीं डालनी है। एक संकल्प बहुत सुंदर रखना है। आपने बहुत बार सुना होगा, लेकिन इसको प्रैक्टिकल में लाना है। तो देखना कि हमारा जीवन कितने आनंद से भर जायेगा। जब से मैंने सुना था तब से ये बात बहुत प्रिय लग गई थी मुझे। बाबा ने कहा जो कुछ भी तुम्हारे पास है वो सब ईश्वरीय देन है। मन भावन महावाक्य है भगवान का। ये सब कुछ उसने दिया हमें। अच्छे काम करने वाले भी बहुत हैं दुनिया में लेकिन मान नहीं मिलता है। हमें मान मिल रहा है प्रभु देन है हमारे साथ। बहुत मेहनत करने वाले बहुत हैं। सफलता दूर रहती है। हम सफल हो रहे हैं ये प्रभु की गिफ्ट है, वरदान है सफलता का। हमारा योग बहुत अच्छा लग रहा है। हम जो ज्ञान दूसरों को देते वो उन पर बहुत प्रभाव डालता है। ये सब प्रभु देन है मुझे, उसका बल मेरे साथ है, काम कर रहा है। तो मैं निमित्त हूँ। करनकरावनहार शिवबाबा है, मुझे केवल करना है। मैं निमित्त मात्र हूँ। उसकी शक्तियाँ मेरे साथ न जुड़ी हों तो हम बहुत सारे अच्छे काम कर नहीं पाते हैं। ऐसे सुंदर संकल्पों से अपने चित्त को शांत करेंगे। स्वमान में रहने से सम्मान स्वतः ही मिलेगा। स्वमान में रहने से ये अभिमान स्वतः ही नष्ट होता जायेगा। हमारा स्वमान हमें जगाता है। हमें याद दिलाता है कि तुम्हें कितने बड़े-बड़े काम करने हैं। तुम भगवान के राइट हैण्ड हो, अगर तुम व्यर्थ में रहोगे तो तुम बड़े-बड़े काम कैसे करोगे। अपने को सुंदर संकल्प देते रहें, बड़े काम करने हैं हम बड़े बाप के बच्चे हैं। हमारे विचार भी बहुत बड़े होने चाहिए। काम भी हमें बड़े ही करने हैं। इन संकल्पों में रमण करने से व्यर्थ का प्रकोप समाप्त हो जायेगा। चित्त शीतल और शांत हो जायेगा। जीवन की यात्रा का परम आनंद अनुभव होगा।

आंवलखेड़ा-आगरा(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित 'खुशहाल महिला, खुशहाल परिवार' एवं अलौकिक होली स्नेह-मिलन समारोह में प्रो. एस.पी. सिंह बघेल,न्याय कानून राज्यमंत्री की धर्मपत्नी मधु बघेल, डॉ. यशोधरा शर्मा,प्रिंसिपल,माँ भगवती देवी गवर्नमेंट गर्ल्स डिग्री कॉलेज आंवलखेड़ा आगरा, डॉ. लक्ष्मी शर्मा,डायरेक्टर,श्री शिव प्रसाद गर्ल्स डिग्री कॉलेज,इंटर कॉलेज,एसएसपी पब्लिक स्कूल टूंडला, दीक्षा चौहान,आगरा महानगर मंत्री महिला मोर्चा भाजपा, डॉ. रक्षा यादव,डेंटल स्पेशलिस्ट, ब्र.कु. विजय बहन टूंडला तथा अन्य गणमान्य महिलायें शामिल रहीं।

दिल्ली-पीतमपुरा। शिव जयंती के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं बायें से ब्र.कु. उषा बहन, ब्र.कु. लता बहन, ब्र.कु. प्रभा बहन,सेवाकेन्द्र संचालिका, राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी,चेयरपर्सन,वुमेंस विंग एवं शक्तिनगर सब ज़ोन इंचार्ज,ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. रानी दीदी,डेरावल नगर सेवाकेन्द्र संचालिका तथा अन्य भाई-बहनें।

सोनीपत से.15-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ के सुख शांति भवन सेवाकेन्द्र में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस एवं होली मिलन समारोह के कार्यक्रम में कविता जैन,पूर्व मंत्री,हरियाणा सरकार, सुमन मंजरी,रिटा.डीआईजी,हरियाणा पुलिस, मीनू अग्रवाल,प्रिंसिपल,जीवीएम कॉलेज,सोनीपत, सिम्मी दहिया, प्रेसिडेंट,महिला सशक्तिकरण एनजीओ,सोनीपत, ब्र.कु. प्रमोद बहन व अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

वैर-भरतपुर(राज.)। सीबीईओ गोपाल प्रसाद मीणा को परमात्म संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता बहन व ब्र.कु. संस्कृति बहन।

भरतपुर-हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ उपसेवाकेन्द्र द्वारा 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं ओमप्रकाश केरो,पूर्व ज्वाइंट डायरेक्टर,शिक्षा प्रभाग भरतपुर संभाग, हरिओम हरि जी,कवि, के.के. शर्मा,पार्षद,एसटीसी हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी भरतपुर, राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी, ब्र.कु. भावना दीदी तथा ब्र.कु. सुदेश भाई।

दिल्ली-गाज़ीपुर। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र के 22वें वार्षिकोत्सव के कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. सुधा बहन, ब्र.कु. नीलम बहन, ब्र.कु. ममता बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

नरवाना-हरियाणा। महाशिवरात्रि महोत्सव में हरियाणा के डिप्टी लेबर कमिश्नर दिनेश कुमार, नगर परिषद चेयरमैन विशाल मिर्धा, वाइस चेयरमैन शशिकांत शर्मा, पार्षद विनोद राइका आदि अतिथियों को सम्मानित करते हुए ब्र.कु. सीमा बहन, ब्र.कु. ममता बहन व ब्र.कु. वंदना बहन।

पटना सिटी-पंचवटी कॉलोनी(बिहार)। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित शिव संदेश शोभा यात्रा का हरी झंडी दिखाकर शुभारंभ करते हुए अनुमंडल पदाधिकारी मुकेश रंजन। साथ हैं सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी बहन तथा अन्य।

बरनाला-पंजाब। त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव के उपलक्ष्य में आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ईशा शर्मा,मैनेजर,बैंक ऑफ इंडिया, मधुकर भाई, ब्र.कु. बृज बहन, ब्र.कु. पुष्प बहन, ब्र.कु. सुदर्शन बहन तथा अन्य।

ब्रह्माकुमारीज़ के गुजरात ग्लोबल रिट्रीट सेंटर में...

'जनक कुंज-सरल कुंज' भव्य भवन का भव्य उद्घाटन

जीजीआरसी-गुज.। ब्रह्माकुमारीज़ के गुजरात ग्लोबल रिट्रीट सेंटर में नवनिर्मित 'जनक कुंज-सरल कुंज' भवन के भव्य मंगल उद्घाटन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी, अति. महासचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई, ब्र.कु. चंद्रिका दीदी, यूएई सेवाकेन्द्रों की निदेशिका ब्र.कु. ज्योति बहन, महिला प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. शारदा बहन, इंजीनियरिंग विंग के चेयरपर्सन ब्र.कु. मोहन सिंघल भाई, मणिनगर सबज़ोन संचालिका ब्र.कु. नेहा बहन, ब्र.कु. अमर बहन, जीजीआरसी डायरेक्टर डॉ. मुकेश भाई पटेल तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में देश-विदेश के भाई-बहनें शामिल हुए। सभी ने शुभकामनाएं देते हुए कहा कि यह भवन अनेकों की सेवा करेगा।

हमारे अंदर देने का संस्कार हो लेने का नहीं

जयपुर-राजापार्क(राज.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज़ के महिला प्रभाग द्वारा भारतीय विद्या भवन,महाराणा प्रताप ऑडिटोरियम जयपुर में आयोजित 'खुशहाल महिला-खुशहाल परिवार' कार्यक्रम में ब्र.कु. शारदा दीदी,ब्रह्माकुमारीज़ महिला प्रभाग की राष्ट्रीय समन्वयक ने कहा कि अपेक्षा से किया हुआ कोई भी कार्य सफल नहीं होता, इसलिए अपेक्षा नहीं होनी चाहिए। आज हम सभी मिलकर रहना चाहते हैं, लेकिन हमारे में सबसे लेने की ऐसी इच्छा जागृत हो जाती है जो इन बातों को खत्म कर देती है। हमारे अंदर देने का संस्कार होना चाहिए लेने का नहीं। ब्र.कु. पूनम दीदी,जयपुर सबज़ोन इंचार्ज ने कहा कि हमारा परिवार विविधताओं को लिये हुए अवश्य है लेकिन है तो एक मुट्ठी जो संगठन बन जाता है और कठिन समय में हमारी शक्ति बनता है। तो महिलायें इससे अलग होने का कभी ख्याल न करें क्योंकि सबको आप जोड़ कर रखते हो। ये प्रभु की देन आपके पास है, इसको बनाए रखना। रफीक खान,विधायक,आदर्श नगर ने कहा कि जिस प्रकार नदी सुख भी जाती है, लेकिन उसकी देने की प्रवृत्ति के कारण वो अपना पेट चीरकर भी पानी देती है। ऐसे ही ये ब्रह्माकुमारीज़ आश्रम है, यहां लेने की नहीं देने की भावना है और जो उपदेश आप देते हैं वो हम सभी अपने साथ लेकर जाएंगे। श्रीमति सौम्या गुर्जर,महापौर,जयपुर ग्रेटर नगर निगम ने कहा कि सिर्फ एक दिन नहीं बल्कि 365 दिन महिला दिवस होना चाहिए। हर लम्हा हम महिलाओं को जीना चाहिए और जिस सम्मान की महिलाएं हकदार हैं वह सम्मान महिलाओं को मिलना चाहिए। संगीता बेनीवाल,अध्यक्ष,राजस्थान राज्य बाल अधिकार संरक्षण आयोग ने ब्रह्माकुमारीज़ मुख्यालय में कराई गई बाल कल्याण समिति की ट्रेनिंग का अनुभव साझा करते हुए कहा कि हम सभी को वहां बहुत ही सुकून की अनुभूति हुई। श्रीमति मंजू मीणा,उपनिदेशक,दूरदर्शन केंद्र,जयपुर ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान जिस तरह से हममें आत्मविश्वास पैदा करता है, ये अपने आप में एक मिसाल है। श्रीमति प्रिया सिंह,राजस्थान की पहली बॉडी बिल्डर ने कहा कि यहां एक सुकून है, शांति है। मुझे यहां आकर दिल से अच्छा लगता है। श्रीमति राजकुमारी जी,सदस्य,आरपीएससी,अजमेर ने अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस की नींव कब और कैसे रखी गई इसके बारे में बताया। नारी शक्ति का प्रदर्शन नृत्य नाटिका के द्वारा बच्चों ने देकर सभी का मन मोह लिया। संगीत की रंगारंग प्रस्तुति गायक रोहित कटारिया एवं आकांक्षा कटारिया ने दी। संचालन सोडाला सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. स्नेहा ने किया।

[[किसने क्या कहा...]]

अपेक्षा से किया कोई भी कार्य सफल नहीं होता : ब्र.कु. शारदा दीदी

महिलायें ही परिवार को जोड़कर रखती हैं: ब्र.कु. पूनम बहन

ब्रह्माकुमारीज़ में लेने की नहीं देने की भावना : विधायक रफीक खान

हम महिलाओं को हर लम्हा जीना चाहिए : महापौर सौम्या गुर्जर

उद्देश्य की सार्थकता के लिए सदा सीखने पर केंद्रित रहें

इंदौर छावनी-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर आयोजित 'खुशहाल महिला-खुशहाल परिवार' कार्यक्रम में मुख्य वक्ता ब्र.कु. मधु बहन ने कहा कि हमारी संस्कृति में सदियों से नारी को पुरुषों से भी अधिक सम्मान दिया गया है। किंतु समय के चलते महिला ही महिला को पीछे करने में अपने उद्देश्य को भूलने लग गई। यदि देखा जाए तो महिला ही समाज की धुरी है, माता ही बच्चे की प्रथम गुरु है। यदि ठान लें तो अच्छे भावों और प्रयासों से हम महिलाएं समाज को आदर्श समाज का स्वरूप दे सकती हैं। उन्होंने कहा कि हमें यह याद रखना है कि आलोचनाओं को सहन करते हुए सदा कुछ अच्छा सीखने का प्रयास करना है। लीनेस क्लब की जिला प्रमुख रचना गुप्ता ने कहा कि हम परिवार के अन्य सदस्यों का तो ध्यान रखते हैं लेकिन अपना ध्यान नहीं रख पाते। एक खुशहाल परिवार के निर्माण के लिए अपने स्वास्थ्य व मन का भी ध्यान रखें। फिजियोथैरेपिस्ट विनी जैन ने सभी को हेल्थ टिप्स दिए। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कुसुम बहन ने सभी का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि सदा खुश रहने के लिए 'धीरज, प्रेम और शान्ति' तीन टैबलेट रोज़ खाएं। कार्यक्रम में शहर के प्रीमियम क्लब प्रमुख कुसुम तिवारी, मंगलम क्लब प्रमुख रेखा अग्रवाल, सर्व ब्राह्मण समाज प्रमुख वर्षा शर्मा, गौड़ ब्राह्मण समाज प्रमुख मंजुला मंडलोई ने भी महिला दिवस की शुभकामनाएं दी। ब्र.कु. लीशा ने योग अनुभूति कराई एवं ब्र.कु. ज्योत्सना ने संचालन किया।

महिलाओं ने एक-दूसरे को आगे बढ़ाने हेतु प्रतिज्ञा की एवं प्राकृतिक फूलों से ईको फ्रेंडली होली मना कर, केमिकल रंगों का उपयोग न करने का संदेश दिया

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 April, 2023
स्वामी - राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन, 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