

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25

अगस्त - II - 2023



अंक - 10

माउण्ट आबू

Rs.-12

ज्ञानसरोवर में... कला एवं संस्कृति प्रभाग द्वारा कलाकारों के लिए 'उत्कृष्ट समाज के लिए कलाकार का किरदार' त्रिदिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन एवं राजयोग रिट्रीट

उत्कृष्ट समाज के लिए कलाकारों को निभानी होगी महत्वपूर्ण भूमिका : शशि शर्मा

सम्मेलन में कला जगत से जुड़ी नामचीन हस्तियां हुई शामिल

सभी ने उत्कृष्ट समाज के निर्माण में कलाकारों की महत्वपूर्ण भूमिका पर दिया जोर



ज्ञानसरोवर-माउण्ट आबू। ब्रह्माकुमारीज के कला एवं संस्कृति प्रभाग द्वारा 'उत्कृष्ट समाज के लिए कलाकार का किरदार' विषय पर आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन एवं राजयोग रिट्रीट को सम्बोधित करते हुए

बॉलीवुड फिल्म एक्ट्रेस एवं डायरेक्टर शशि शर्मा ने कहा कि एक उत्कृष्ट समाज बनाने के लिए कलाकारों को बहुत ही महत्वपूर्ण भूमिका निभानी होगी। सम्मेलन में प्रितपाल सिंह पन्नु, प्रेसिडेंट,

एनआईएफएए, बॉलीवुड एक्टर अनाहद, म्यूजिशियन एंड सिंगर ओम व्यास, टीवी एंड फिल्म एक्टर निधि उत्तम, कन्नड़ टीवी एक्ट्रेस काव्या जी. राव, भोजपुरी फिल्म एक्टर राजेश मिश्रा, कथक कवीन

जयंती माला मिश्रा, लाइफ कोच ट्रेनर दीप्ति शाह तथा धीरज कुमार, एडिशनल कमिश्नर, करनाल म्यूनिसिपल कॉर्पोरेशन आदि विशिष्ट जन मौजूद रहे। प्रभाग के वाइस चेयरमैन ब्र.कु. दयाल भाई ने कहा

कि संगठन का प्रयास रहा है कि कलाकारों की प्रतिभा को निखारकर उन्हें जन-कल्याण के पथ पर आगे बढ़ाया जाए। प्रभाग की चेयरपर्सन राजयोगिनी ब्र.कु. चंद्रिका दीदी ने आशा जाहिर करते हुए कहा कि इस सम्मेलन में सभी कलाकार एक सुखद वायब्रेशन और उमंग-उत्साह का अनुभव कर पायेंगे। अनीषा मूलचंदानी, अंजली गंगारमानी, भूमिका भाटिया एवं पलक गिदवानी ने प्रभाग के उद्देश्य को दर्शाते हुए सम्मेलन की थीम पर सुंदर नृत्य की प्रस्तुति दी। जिसकी कोरियोग्राफी सागर गिदवानी द्वारा की गई। संस्थान के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय तथा कला एवं संस्कृति प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. सतीश ने भी सम्बोधित किया। मधुरवाणी ग्रुप द्वारा स्वागत गीत एवं खोडियार ग्रुप ओडिशा द्वारा स्वागत नृत्य की प्रस्तुति दी गई।

ब्रह्माकुमारीज के साथ कार्य करना गौरव की बात



ब्रह्माकुमारीज के लाईट हाउस सेवाकेन्द्र में आध्यात्मिक स्नेह मिलन में पहुंचे महापौर अशोक तिवारी सहित नवनिर्वाचित पार्षदगण।

सारनाथ-वाराणसी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र लाईट हाउस में नव निर्वाचित महापौर एवं सारनाथ और आसपास के पार्षदों के लिए आध्यात्मिक स्नेह मिलन एवं स्वागत के साथ पौधा रोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि महापौर अशोक तिवारी ने कहा कि संस्था की विश्वव्यापी आध्यात्मिक और सामाजिक गतिविधियां अतुलनीय हैं। आज यहाँ आकर मैं खुद को धन्य महसूस कर रहा हूँ। ऐसी संस्था के साथ कार्य करना हम सभी के लिए गौरव की बात है। संस्थान की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुरेंद्र दीदी ने कहा कि आध्यात्मिक मूल्य ही हमारी वास्तविक पहचान है। हम सामाजिक जीवन में आध्यात्मिकता के समावेश द्वारा मानव के जीवन स्तर को ऊँचा उठाकर मूल्यनिष्ठ समाज की परिकल्पना को साकार कर सकते हैं। संस्थान के क्षेत्रीय

प्रबंधक ब्र.कु. दीपेन्द्र भाई ने अतिथियों को संस्था की व्यापक गतिविधियों से अवगत करते हुए कहा कि संस्था जाति, धर्म, भाषा, सम्प्रदाय आदि की सीमा से ऊपर उठकर विश्व को आपसी एकता

आध्यात्मिक स्नेह मिलन में पौधारोपण के साथ सैकड़ों लोगों को भेंट किये पौधे

सुप्रसिद्ध गायिका अनमोल सिंह ने बांधी सुरों की शमा

के सूत्र में पिरोने का कार्य कर रही है। कार्यक्रम में सारनाथ पार्षद अभय कुमार पाण्डेय, पत्रकार प्रेस परिषद के जिलाध्यक्ष पवन पाण्डेय, आशापुर की पार्षद उर्मिला पाण्डेय, अकथा पार्षद राजेंद्र मौर्या, लालपुर पार्षद ज्ञानचंद पटेल, तिलमापुर के पूर्व प्रधान नागेश्वर

मिश्र, समाजसेवी ओ.एन. उपाध्याय, होली सिटी हॉस्पिटल के डायरेक्टर डॉ. के.पी. जायसवाल, अनुज पाण्डेय, मुंशी प्रेमचंद मेमोरियल ट्रस्ट के अध्यक्ष सुरेशचंद्र दूबे आदि ने भी अपने विचार प्रस्तुत करते हुए संस्था के कार्यों की मुक्त कंठ से प्रशंसा की। कार्यक्रम में बनारसी शेरनी के नाम से ख्याति प्राप्त गायिका एवं बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ अभियान की वाइस प्रेसिडेंट अनमोल सिंह ने आध्यात्मिक गीतों की प्रस्तुति से शमा बांधा। कार्यक्रम संचालन मोटिवेशनल ट्रेनर ब्र.कु. तापोशी बहन ने किया। महापौर अशोक तिवारी, ब्र.कु. सुरेंद्र दीदी, ब्र.कु. दीपेन्द्र भाई आदि ने कार्यक्रम में उपस्थित लोगों को पौधे वितरित किए। संस्था के परिसर में महापौर ने पौधा लगाकर हरित काशी के लिए सभी का आह्वान किया। कार्यक्रम में एंटी कर्षण कमेटी के मंडल अध्यक्ष मोहन गुप्ता के सौजन्य से प्राप्त पौधों को भी लोगों के बीच वितरित किया गया।

दुबई के होटल क्राउन प्लाजा में आयोजित सम्मान समारोह में...

डॉ. ब्र.कु. गंगाधर तथा डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके 'आइकॉन ऑफ एशिया' पुरस्कार से सम्मानित

दुबई-यूएई। होटल क्राउन प्लाजा, डीरा, दुबई में आयोजित सम्मान समारोह में माउण्ट आबू से प्रकाशित होने वाले ओमशान्ति मीडिया पत्रिका के मुख्य संपादक ब्र.कु. डॉ. गंगाधर भाई को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका द्वारा मूल्य आधारित पत्रकारिता को बढ़ावा देने के लिए कजाकिस्तान गणराज्य के भारत के लिए मानद कौंसल जनरल डॉ. नवाब मीर नासिर अली खान तथा पलाउ गणराज्य के भारत के लिए महावाणिज्यदूत नीरज शर्मा के हाथों से 'आइकॉन ऑफ एशिया' पुरस्कार प्रदान किया गया। इसके साथ ही राजयोग के प्रचार और प्रसार के लिए ब्र.कु. डॉ. दीपक



हरके को कोमोरोस गणराज्य के भारत के महावाणिज्यदूत के.एल. गंजू के हाथों से 'आइकॉन ऑफ एशिया' पुरस्कार से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर संयुक्त अरब अमीरात, ओमान तथा कतार के ब्रह्माकुमारीज राजयोग सेवाकेन्द्रों की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. ज्योति बहन एवं सह संचालिका ब्र.कु. ज्योतिका बहन उपस्थित रहे। राजयोगिनी ब्र.कु. ज्योति बहन ने इस मौके पर उपस्थित सभी गणमान्य लोग, इस्कॉन के अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता प्रशांत मुकुंद दास तथा संयुक्त अरब अमीरात के सुप्रसिद्ध उद्योगपति अहमद बिन माजिद को ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र द्वारा हो रही ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराया तथा अनेक देशों से आई प्रतिभाशाली महिलाओं को 'आइकॉन ऑफ एशिया' पुरस्कार से सम्मानित भी किया।

पुरुषोत्तम मास में उत्तम बनने का पुरुषार्थ

त्योहारों का उद्देश्य न सिर्फ उसे मनाना और दो दिन के बाद चले जाना है बल्कि इनका एक उद्देश्य मानव को सुशिक्षित करना भी है। त्योहारों का उद्देश्य लोगों में जागृति, सद्भावना, एकता, संगठन की वृत्ति पैदा करना और सुसंस्कृत, शिष्ट और सुयोग्य नागरिक बनाना है। जहाँ सामाजिकता की भावना प्रबल होती हो। ऐसी भावनाओं को सबल बनाने के लिए समय प्रति समय त्योहार आने पर हमें स्वयं को सुशिक्षित व प्रशिक्षित करना चाहिए। विशेष तौर पर श्रावण मास को पुण्य का मास कहते हैं। ये भी कहते हैं कि इस मास के दौरान इतने पुण्य करो जो सारे पाप कट जायें।

हमें अपने पर नजर डालकर देखना चाहिए कि कहां-कहां मेरे से भूलें होती हैं या पाप होते हैं, उनपर गौर करना चाहिए। जैसे कि झूठ बोलना, अधिक बोलना, कड़वा बोलना, जिसके कारण हम स्वयं भी तंग होते और दूसरे भी। ऐसी बातों से बचना चाहिए और आंकलन करना चाहिए कि इसपर कड़ी नजर रखकर जहाँ हमारी एनर्जी वेस्ट होती है, उसे बचाना चाहिए। व्यावहारिकता में असमानता का भाव रखना भी पाप है। जैसे घर में बेटा और बेटी होते हैं, और उन्हें मिठाई बांटते वक्त

बेटे को ज्यादा और बेटी को कम देते हैं। स्वयं के बच्चों में भी ऊपर-नीचे का भाव, ये भी हमारे जीवन में हीनता पैदा करता है। इसपर भी हमें ध्यान देकर इसे बदलना चाहिए। ऐसे भाव को विकसित करना चाहिए कि हर मनुष्य एक समान है।

कटु बोल बोलना, विशेष तौर पर इस भाव को बदलने के लिए शंकर जी की मूर्ति के ऊपर चंद्रमा दिखाते हैं। जो कि शीतलता का प्रतीक है। हमें भी विकट परिस्थितियों में मगज को शांत रखना चाहिए। मधुर, हितकारी और सत्य बोलना चाहिए। ईर्ष्या करना, ये भी तो बहुत बड़ा पाप है। ईर्ष्या मानसिक विकृति तो है ही, साथ-साथ उसके प्रभाव से शरीर भी विकृत बनता है। आजकल देखने में आता है कि यदि कोई सुखी है, तो उसको देखकर भी हम दुःखी हो जाते हैं। ईर्ष्या की बीमारी उत्पन्न होती है। हमेशा दूसरों की प्रगति और उन्नति देखकर खुश होना चाहिए। किसी ने ठीक कहा है, जिसके अंदर दूसरों के दुःख देखकर करुणा नहीं आती, दया नहीं आती, तो फिर भगवान वहां कैसे आ सकेंगे। छल-कपट करना, दगा देना, खाने-पीने की चीजों में मिलावट करना, ये सब भी महापाप हैं। परमात्मा को निर्मल और स्वच्छ हृदय वाले भोले और सरल लोग ही प्रिय हैं। रामचरितमानस में श्री राम ने कहा है,

‘निर्मल मन जन सो मोहि पावा,
मोहि कपट छल छिद्र न भावा।’

कंजूसी करना भी पाप है। कंजूस व्यक्ति वो है जो आवश्यक खर्च भी नहीं करता। कंजूस व्यक्ति सिर्फ जोड़-तोड़ कर इकट्ठा करता रहता है। वो अच्छे कामों में भी पैसे नहीं खर्च करता। ऐसे में हमें स्वयं को शिक्षित करना होगा कि हमें उदार बनना चाहिए। यही मुक्ति का मार्ग है। गुस्सा करना भी पाप की श्रेणी में आता है। हम जहाँ भी जाएं और वहाँ के वातावरण को भारी कर दें, तंग कर दें, तो ऐसे में ध्यान रहे कि गुस्सा करने से पुण्य का क्षय होता है। हमारा प्रयास होना चाहिए कि हमारी हाजिरी से हर कोई हल्का अनुभव करे, लाइट अनुभव करे। किसी का भी मनोबल तोड़ना, ये भी सूक्ष्म पाप है। जबकि किसी का आत्मविश्वास बढ़ाना, उमंग दिलाना, आगे बढ़ाना, ये पुण्य की श्रेणी में आता है। विशेष तौर पर पुरुषोत्तम मास में हमें पुण्य करने का समय मिलता है, तो हमें देखना चाहिए, स्वयं में झांकना चाहिए और जो भी जाने-अनजाने हमारे व्यवहार से, हमारे विचारों से, संकल्पों से दिन भर में निगेटिव की श्रेणी में आने वाली बातें होती रहती हैं, न सिर्फ उनका प्रायश्चित्त करना है बल्कि उन्हें रियलाइज करके उन्नत, श्रेष्ठ व पुण्य में रिव्लेस करना है।



डॉ. क. गंगाधर

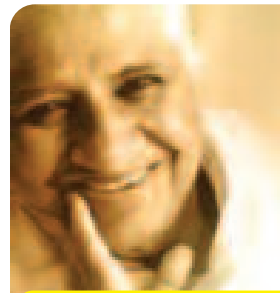
निर्भय माना कोई विकार की शक्ति नहीं जो मुझे डरा सके

भाग्य विधाता, वरदाता बाप ने हम सभी बच्चों को अनेक वरदान दिये हैं। परन्तु उसमें पहला वरदान दिया कि तुम सभी शिव वंशी हो। एक शिवबाबा के वंश के हो। जिससे पहला-पहला नाता जोड़ा कि हम सब भाई-भाई हैं। दूसरा नाता जोड़ा कि हम ब्रह्मा की औलाद ब्रह्माकुमार कुमारी हैं। ब्राह्मण कुल के हैं। ऊंच धर्म के, ऊंच कुल के, ऊंच चोटी हैं। तो पहले हम संगम के इस वरदान पर खड़े रहते। भविष्य में तो ऊंच पद पाने का लक्ष्य है ही परन्तु अपने आपको पहले इस स्थिति पर रोज देखो कि हम शिव वंशी हैं।

बाबा आया है हम बच्चों को गुप्त दान देने। सबसे पहले उसने हमें अपने समान बनाया फिर अपना राज्य भाग्य दिया। तो पहले खुद से हरेक पूछे कि बरोबर मुझे ये नशा है कि हम खुदा के बच्चे हैं। सिर्फ बच्चे हैं, नहीं। परन्तु हमें खुदा ने अपना बनाया है, रौरव नर्क में पड़े हुए को अपनी गोदी में बिठाया है। हम इस समय प्यारे बापदादा की गोदी में खेल रहे हैं, पल रहे हैं। हमें उनका लालन-पालन मिल रहा है। हम ऐसे सर्जन के बच्चे मास्टर सर्जन हैं जो

किसी के भी मन का रोग मिटा सकते हैं। मन से तन भी ठीक हो जाता है।

हमारी गाड़ी तीन इंजन से चल रही है। परम बाप, परम शिक्षक और परम सतगुरु के हम तकदीरवान बच्चे हैं। जब हम अपनी इतनी महान तकदीर रोज देखते तो अन्दर से निकलता वाह बाबा वाह! वाह ड्रामा वाह! जो मेरा



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

भाग्य बना वह औरों का भी बनें।

हम तो ऊंची चोटी पर बैठे हुए ऊंचे ते ऊंचे ब्राह्मण हैं। फिर ब्राह्मण कैसे कहेंगे यह माया आती, यह होता! जैसे कोई छोटी चीज का भय बैठ जाता, रस्सी को भी सांप समझ भयभीत हो जाते, वैसे माया है, यह भी भय के भूत

का बड़ा सांप दिमाग में रख दिया है। अब सांप तो है ही सांप। वह तो है ही विषैला। वह तो जहर ही फूकेगा। सांप से खेलो नहीं, उससे डरते क्यों हो, वह कोई खिलौना नहीं है। सांप है तो किनारा कर लो। 5 विकार भूत हैं लेकिन वह हैं ही भूत, है ही गन्दी चीज। गन्दी चीज को देखेंगे, दृष्टि डालेंगे या उससे

हम इस समय प्यारे बापदादा की गोदी में खेल रहे हैं, पल रहे हैं। हमें उनका लालन-पालन मिल रहा है। हम ऐसे सर्जन के बच्चे मास्टर सर्जन हैं जो किसी के भी मन का रोग मिटा सकते हैं। मन से तन भी ठीक हो जाता है।

किनारा करके चले जायेंगे! उनके पास जायेंगे तो जरूर बदबू आयेगी। किनारे हो जाओ तो बदबू से बच जायेंगे। यह है ही छो-छो दुनिया। मैं अगर शौक से पिकचर देखूंगी तो वह मुझे जरूर खींचेगी। मैंने देखा तो वह जरूर आकर्षित करेगी। मैंने अटेन्शन दिया तो

उसने खींचा। अगर हम कहें यह तो डर्टी है, तो वह खींच नहीं सकती। जरा भी इन्टेस्ट लिया तो खींच जरूर होगी।

अगर मैं परचितन करूंगी तो दूसरा सुनेगा। बाबा ने कहा बच्चे, इस असार-संसार का समाचार न सुनो, न देखो और न वर्णन करो। यह बड़ी सुन्दर है, यह अच्छी लगती। यह चीज अच्छी है, ऐसे सोचा तो खत्म। बाबा की गोदी छोड़कर उतरते क्यों हो! गोदी में सदैव बैठे रहो, उनकी छत्रछाया के नीचे रहो तो कोई की ताकत नहीं जो मेरे पास आये। माया आती है इसका कारण तुम उसे देखते हो। बाबा की गोदी छोड़ते हो। भय का भूत बैठा हुआ है। निर्भय बनो तो माया आ नहीं सकती।

निर्भय माना कोई भी विकार की शक्ति नहीं जो मुझे डरा सके। माया हरा नहीं सकती। मैं तो महावीर-महावीरनी हूँ। दुनिया की कोई भी शक्ति नहीं जो मुझे भयभीत करे या मुझे अपनी अंगुली दिखाये। आप चैलेन्ज करो कि कोई ऐसी ताकत नहीं जो मुझे हरा सके। यह कहने की बात नहीं लेकिन अन्दर में दृढ़ता हो, इतना मास्टर सर्वशक्तिवान बनकर रहो।

मन-बुद्धि की स्वच्छता और एकाग्रता ही है वरदान प्राप्त करने का आधार

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

दुनिया में अगर वरदान प्राप्त करना होता है तो अपना मस्तक झुकाना पड़ता है। लेकिन हमको वरदान लेना है तो हमें क्या करना है? बाबा ने भिन्न-भिन्न मुरलियों में यह स्पष्ट किया है कि वरदान लेने के लिए, वरदान अनुभव करने के लिए हमारा मन और बुद्धि आधार है। उसके लिए एक तो हमारा मन एकाग्र होना चाहिए। एकाग्रता से कोई भी चीज बुद्धि में डालो तो धारण हो सकती है। हमारा मन अगर एकाग्र नहीं है हलचल में है तो हम वरदान नहीं है हलचल में है तो हम वरदान सुनेंगे, बाबा हमें वरदान देगा, सुनने में बहुत अच्छा लगेगा लेकिन अन्दर उसका फल मिले, मेहनत न करनी पड़े। वरदान लिफ्ट का काम करते हैं। सुनना अलग चीज है, स्मृति स्वरूप बनना अलग चीज है, इसमें सिर्फ अटेन्शन देने की जरूरत है। तो वरदान के लिए मन की एकाग्रता चाहिए।

दूसरा बुद्धि हमारी क्लीन और क्लीयर हो। अगर बुद्धि में जरा भी सफाई नहीं है और क्लीयर नहीं है तो वरदान मिल नहीं सकता। भोलानाथ को अगर राजी करना है तो उसकी सहज विधि है, सच्चाई और सफाई।

सच्चाई और सफाई, सच्ची दिल से जो भी अपनी कमजोरी है उसे महसूस करें। कुछ न कुछ तो सभी में कमजोरी है। पुराने संस्कार, जिसको हम नेचर कह देते हैं। उस नेचर को भले हम दूसरों से छिपायें वो बात दूसरी है, बाबा के आगे स्पष्ट हो। बाबा को अपना

दिलाराम समझ कर महसूसता से, मिटाने चाहती हूँ, इस दृढ़ता से सुनाओ। ऐसे नहीं बाबा को सुना दो ये मेरी कमजोरी है, आप मिटा दो। बाबा कहता है मैं मदद तो करता हूँ, पर मिटाना तो आपको ही पड़ेगा।

महसूसता और दृढ़ता से संकल्प करें कि मुझे इस कमी को समाप्त करना ही है, बाबा आप मुझे मदद करें मैं करके दिखाऊंगी। यह दृढ़ता तो हमको ही धारण करना पड़ेगा। सच्चाई और सफाई से हम बाबा को अपना बना सकते हैं। वो संस्कार जो मोटे-मोटे तो खत्म हो गये हैं। सूक्ष्म रूप के संस्कार पुरुषार्थ में गैलप नहीं करने देते हैं। जो मैं बुद्धि से करना चाहूँ, बुद्धि और कहाँ भटके नहीं उसको कहा जाता है तीव्र पुरुषार्थ।

हर साल हम बाबा से वायदा करते हैं कि अभी हम करके ही दिखायेंगे। अभी अपने आप से पूछें, जो बाबा से पिछले साल वायदा किया वो प्रैक्टिकल हुआ है? जिसको हम सूक्ष्म संस्कार व नेचर कहते हैं, वो खत्म हुआ है? तो वरदान प्राप्त करने आधार है- मन और बुद्धि हमारी क्लीन-क्लीयर होनी चाहिए। वरदान में तो बाबा कोई न कोई शक्ति देता ही है। तो वरदान में ली हुई शक्तियाँ हमारे जीवन का आधार होना चाहिए। जिस समय हमको जिस शक्ति की आवश्यकता है, उस समय वो शक्ति काम आये। बाबा ने वरदान दिया है कि सब बच्चे मेरे राजे बच्चे हो।

जितना अन्तर्मुखता से अपने को देखेंगे... बाबा आपको देखेगा

राजयोगिनी दादी जानकी जी

जिस बात का नियम बन जाता है, नियम का पालन करते रहो तो उसका भी बल जमा होता रहता है। भक्ति में भी कहानियाँ हैं कि कोई नियम को पालन करने वाले बड़े पक्के, आंधी हो या तूफान। बाबा ने जो नियम बना के दिये हैं, उसी आधार पर हमारी जीवन है।

हमारी यह ईश्वरीय फैमिली है, सबसे फ्रेंडशिप है, उसमें कुछ भी मिक्स नहीं है तो दुआयें जमा होती हैं। जरा-सा भी देहभान की बांस वाला इन्द्रसभा में बैठ नहीं सकता। जरा भी देहभान की बदबू न हो। स्वर्ग में तो पीछे की बात है, अभी तो इन्द्रप्रस्थ में रहते हैं जहाँ भगवान वर्षा करते हैं, हरा-भरा करने के लिए, कांटों को फूल बनाने के लिए। बरसात पड़ने से मौसम चेंज हो जाता है, ऑटोमेटिक फूल खिलने लग जाते हैं। सुन्दर बगीचा बन जाता है। कांटे तो अभी हैं ही नहीं। इतना न्यारापन। फिर एक-दो को आप समान बनाना नहीं पड़ता है, आपही बन जाते हैं। जो ऐसा बनता है उसके वायब्रेशन से, मित्रता भाव से, सच्चाई से, प्रेम से बन जाते हैं। अपने आप वृद्धि होती जाती है। फिर हरेक कहता है- यह लाइफ मुझे अच्छी मिली है, भाग्य से मिली है।

बाबा ने कितना दिया है, कभी उसे बैठकर, खोलके देखो तो सही। ज्वैली भले पहनों नहीं कभी खोलके देखो तो सही। किसी को मुख से कुछ दान नहीं किया तो कैसे पता चलेगा कितना है आपके पास। चलते-फिरते

अन्दर से जो भावना है, बाबा ने हमको जितना दिया है वह औरों को देना है। दाता ने इतना दिया है जो देख करके खुश होते हैं। सारे दिन में मेरे से औरों को कितनी खुशी मिली? और मैं ही खुश न रही तो क्या किया? खुशी दी नहीं, चलो खुश तो रहूँ। बाबा सैकण्ड में कांटा निकाल कर इतनी शक्ति देता है, जो चेहरा चमक जाता है। चेक करो क्या अन्दर कांटा है, जो चेहरा मूँझा रहता है? मेरे में कोई देह भान की या पुरानी बातों की बांस न रहे। खुशबू हेलदी बनती है, सवरे बगीचे में जाओ, थोड़ी सैर करके आओ। बाबा ने टाइम भी हमारी पढ़ाई का ऐसा फिक्स किया है जो सारा दिन माइंड हैप्पी रहे। अपने को मुस्कुराना सिखाने के लिए, अमृतवेला करने के पहले अपना चेहरा देखो फिर अमृतवेला करने के बाद देखो। अन्तर्मुखता से अपना चेहरा दिखाई देता है। बाह्यमुखता से औरों को देखते हैं। जितना अन्तर्मुखता से अपने को देखेंगे बाबा आपको देखेगा। नहीं तो बाबा आपको देख रहा है और आप दूसरों को देख रहे हो। इधर-उधर देखने वाला बाबा को नहीं देखता है, अपने को नहीं देखता है। बाह्यमुखता माना सब बातें जानने की इच्छा। अभी तो समझते हैं न्यूज जरूरी है, बाबा हमको कहता था न्यूज पढ़ने का मतलब? बाबा पढ़ता था सेवा के लिए न कि अन्दर न्यूज समाने के लिए। सबसे बड़ा न्यूज पेपर है हमारी मुरली। सारे 84 जन्मों की कहानी का न्यूज पेपर है ये।



जयपुर-पीस पैलेस(श्रीनिवास नगर)। राजभवन में महामहिम राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू को पुष्प गुच्छे से सम्मानित करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. हेमलता दीदी, ब्र.कु. कविता बहन, उद्योगपति ब्र.कु. मदन लाल शर्मा तथा अन्य। मुलाकात के दौरान ब्र.कु. हेमलता दीदी ने पीस पैलेस के द्वारा हो रही सेवाओं से अवगत कराया और आगामी विशेष कार्यक्रम में आने के लिए आमंत्रित भी किया।



शांतिवन। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती(मम्मा) के 58वें पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. निर्मला दीदी, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. शीलू दीदी, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष राजयोगिनी ब्र.कु. करुणा भाई तथा अन्य।

शांति और सन्तुष्टता की प्राप्ति का आधार - योग और पवित्रता

आमतौर पर यह देखने में आता है कि जब कभी कोई विशिष्ट व्यक्ति ब्रह्माकुमारी बहनों से मिलते हैं, तब वे अपना अनुभव व्यक्त करते हुए कहते हैं कि इन बहनों के चेहरों से आन्तरिक सन्तोष, शान्ति तथा पवित्रता की रेखायें झलकती हैं। परन्तु शायद ही ये व्यस्त लोग कभी उन कारणों पर विचार करते होंगे जिनके फलस्वरूप आन्तरिक सामंजस्य, शान्ति तथा सन्तुष्टता से युक्त अवस्था बनती है। जबकि वे इन प्राप्ति के अमूल्य समझते भी हैं तो भी वे इन्हें प्राप्त करने के लिए गंभीरता से प्रयास नहीं करते।

अन्तर्निरीक्षण तथा शान्त मन से इस विषय पर विचार करने से यही निष्कर्ष निकलेगा कि उच्च कोटि व अधिक मात्रा में भौतिक पदार्थों की प्राप्ति से सन्तुष्टता नहीं मिलती। अज्ञानता की घोर रात्रि की समाप्ति के बाद ही सन्तुष्टता का उदय होता है। वर्तमान भौतिक जगत से होने वाली प्राप्ति क्षणिक और विनाशी हैं यह अनुभूति ही सन्तुष्टता को जन्म देती है। जिसके मन से भौतिक जगत की प्राप्ति की इच्छा समाप्त हो जाती है, केवल वह व्यक्ति ही सन्तुष्ट हो सकता है। अतः सन्तुष्टता आध्यात्मिक ज्ञान की उच्चतम स्थिति का संकेतक है। जहाँ त्याग और सेवा भाव हो, और सम्पन्नता की अनुभूति हो, वहाँ ही सन्तुष्टता पनपती है।

इसी प्रकार जब आन्तरिक द्वन्द्व समाप्त हो जाता है तथा मन और बुद्धि का सामंजस्य हो जाता है, तभी मानव को मानसिक शान्ति की अनुभूति होती है। जब चिन्ताओं, सांसारिक

प्राप्ति व अधिकारों की इच्छा से मानव उपराम हो जाता है, तब ही 'शान्ति' का जन्म होता है। पवित्रता ही शान्ति की जननी है। जब



राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

मानव वास्तविक तथा सतत शान्ति की स्थिति में रहता है, तब उसके चेहरे तथा मस्तक पर पवित्रता की चमक होती है।

सन्तुष्टता, पवित्रता तथा शान्ति- ये त्रिगुण ही जीवन को जीने-योग्य बनाते हैं। इनका जीवन में तभी पदार्पण होता है जब कोई व्यक्ति आध्यात्मिक ज्ञान तथा राजयोग का निरन्तर

अभ्यास करता रहता है। योग तपस्या के बिना मानव आन्तरिक शान्ति का न अनुभव कर सकता है और न ही उसे कायम रख सकता है।

परन्तु समस्या यह है कि लोग आमतौर पर यह समझते हैं कि आध्यात्मिक ज्ञान रूचिकर नहीं है, कठिन है और केवल श्रद्धा (कई जगह 'अन्धश्रद्धा') का विषय है और मंत्र उच्चारण तथा कर्मकाण्ड पर आधारित है। परन्तु वास्तविकता यह नहीं है। आध्यात्मिक ज्ञान उतना ही रूचिकर है जितना कि अन्य कोई विषय। योग भी न कोई कर्मकाण्ड है और न ही इसमें कोई संस्कृत के मंत्र रटने की आवश्यकता है। मनन करना, याद करना और अनुभव करना- यही सहज योग है। यह इतना ही सहज है। हाँ, प्रारम्भ में इसके लिए कुछ प्रशिक्षण लेने की आवश्यकता है। कुछ समय इसमें लगाना उसी प्रकार है, जैसे कोई मनुष्य अधिकाधिक कमाने व प्राप्त करने के लिए अपना धन व्यय करता है। इसके अभ्यास में कुछ समय लगाने से मनुष्य सन्तुष्टता और शान्ति रूपी जीवन के अनमोल उपहारों की प्राप्ति कर सकता है।

आज हर प्राणी और हर समाज शान्ति या सामंजस्य की अनुभूति व प्राप्ति के लिए कितने समय, धन और शक्ति का व्यय करते हैं परन्तु ये सब प्रयास वे यह जाने बिना ही किये जा रहे हैं कि आध्यात्मिक ज्ञान पर आधारित योग और पवित्रता से ही शान्ति और सन्तुष्टता की प्राप्ति हो सकती है।



नवी मुम्बई-वाशी। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर महानगर पालिका, सिडको, आर्ट ऑफ लिविंग एवं ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए कमिश्नर राजेश नावेंकर, विधायक मंदाताई म्हात्रे, एडिशनल कमिश्नर सुजाता ढोले, एडिशनल कमिश्नर संजय कावडे, सीटी इंजीनियर संजय देसाई, डिप्टी कमिश्नर अनंत जाधव, डिप्टी कमिश्नर बहन मालवे, डिप्टी कमिश्नर श्री राम पवार, राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी, आर्ट ऑफ लिविंग के पर्सो ब्रदर तथा अन्य।



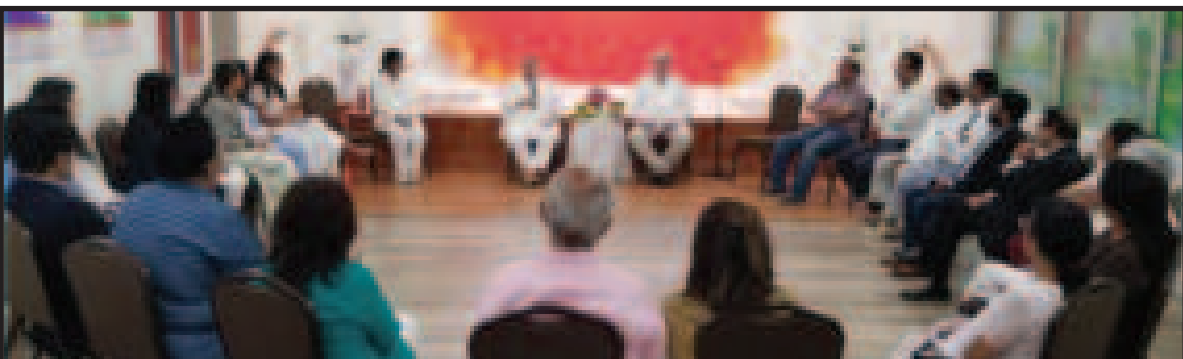
बेंगलुरु-कर्नाटक। देवनहाली में ब्रह्माकुमारीज के नये सेवाकेन्द्र 'सुख शांति भवन' के उद्घाटन समारोह में माउण्ट आबू से प्रेरक वक्ता राजयोगी ब्र.कु. सूर्य भाई, ब्र.कु. भगवान भाई, व ब्र.कु. गीता बहन, ब्र.कु. लीला बहन, कडाप्पा की ब्र.कु. गीता बहन, ब्र.कु. सुकन्या बहन, ब्र.कु. शारदा बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।



ग्वालियर-माधौगंज(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के प्रभु उपहार सेवाकेन्द्र में 'मानवता के लिए योग' थीम पर आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श दीदी, ब्र.कु. रूकमणी बहन, ब्र.कु. रीता बहन, ब्र.कु. विनीता बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. सुधा बहन सहित सैकड़ों की संख्या में लोग उपस्थित रहे।



इंदौर-गंगोत्री विहार। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के श्री साई गंगोत्री विहार पंचकुइयां रोड स्थित ज्ञानदीप भवन सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए योग प्रशिक्षक आचार्य के.सी. जैन, योगा इंस्ट्रक्टर जितेश दुबे एवं रमेश मारुजी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन, ब्र.कु. प्रतिमा बहन एवं ब्र.कु. ललिता बहन।



यू.एस.ए.-न्यू जर्सी। वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. केन ओ.डोनेल, डायरेक्टर, ब्रह्माकुमारीज, लैटिन अमेरिका एवं ब्र.कु. लुसियाना, कोऑर्डिनेटर, ब्रह्माकुमारीज सेंटर्स, ब्राजील के ब्रह्माकुमारीज एडिसन सेंटर, न्यू जर्सी में आने पर ब्र.कु. भाई-बहनों के लिए कार्यक्रम के आयोजन पश्चात् 'द आर्ट ऑफ प्रॉब्लम सॉल्विंग' विषय पर टीवी एशियाज टॉक-शो के होस्ट विकास नागिया(होस्ट, फोकस लाइव) द्वारा ब्र.कु. केन का इंटरव्यू लिया गया। तत्पश्चात् इसी विषय पर आयोजित पब्लिक प्रोग्राम में 30 वीआईपीज गेस्ट्स शामिल रहे। इस दौरान सेवाकेन्द्र संयोजिका ब्र.कु. शीतल बहन, ब्र.कु. हेमांग भाई व ब्र.कु. अनोली बहन आदि उपस्थित रहे।



अम्बिकापुर-छ.ग.। राज्य के प्रथम उप मुख्यमंत्री बनने के बाद टी.एस. सिंहदेव के अम्बिकापुर में आगमन पर उन्हें गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब्र.कु. विद्या बहन।



अलीराजपुर-म.प्र.। डॉक्टर्स डे पर डॉक्टर्स के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं डॉ. जितेंद्र मकवाना, डॉ. परेश पटेल, डॉ. संतोष सोलंकी, डॉ. वरुण सराफ आयुर्वेद ऑफिसर, जीवन जीने की कला के प्रणेता ब्र.कु. नारायण भाई, डॉ. कन्हैया लाल, डॉ. प्रीति, गायनेकोलॉजिस्ट तथा सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. माथुरी बहन।



बेंगलुरु-कुमारा पार्क(कर्नाटक)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज कुमार पार्क सबजोन एवं शेषाद्रीपुरम कॉलेज बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में शेषाद्रीपुरम कॉलेज ग्राउण्ड में 'योगा एंड मेडिटेशन फॉर हेल्थी एंड हैपी लाइफ' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में विनोद राजानी, मेबर ऑफ सिंधी सेवा समिति, बेंगलुरु, ब्र.कु. सुरेन्द्र, रिजनल को-ऑर्डिनेटर, एजुकेशन विंग, ब्रह्माकुमारीज.मा.आबू, डॉ. संजय बजाज, प्रेसिडेंट, पी.डी. हिंदुजा सिंधी हॉस्पिटल, नादोजा डॉ. वृंडे पी. कृष्णा, ऑनररी जनरल सेक्रेटरी, शेषाद्रीपुरम एजुकेशनल ट्रस्ट, श्रीनिवास राजु, चेयरमैन, व्यास इंटरनेशनल स्कूल, ब्र.कु. सरोजा बहन, ब्रह्माकुमारीज सबजोन इंचार्ज, कुमार पार्क बेंगलुरु, एम.एस. नटराज, चेयरमैन, गवर्निंग काउंसिल, शेषाद्रीपुरम कॉलेज, बी.जी. भास्कर, प्रिंसिपल, शेषाद्रीपुरम कॉलेज, प्रो. मंजुनाथ आर.वी., प्रिंसिपल, शेषाद्रीपुरम इंस्टीट्यूट पी.यू. कॉलेज सहित अन्य गणमान्य लोग शामिल रहे।



बिलासपुर-टिकरापारा(छ.ग.)। नौवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर जिला प्रशासन के द्वारा आयोजित योग अभ्यास कार्यक्रम का संचालन करते हुए ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र की निदेशिका एवं छत्तीसगढ़ योग आयोग की पूर्व सदस्य राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू दीदी। मंच पर छ.ग. योग आयोग से अजय भाई, अनुराग भाई, ब्रह्माकुमारीज से ब्र.कु. नीता बहन व ब्र.कु. प्रीति बहन, गायत्री परिवार से सुजाता बहन व इन्दु बहन, आर्ट ऑफ लिविंग से प्रीतपाल भाई आदि उपस्थित रहे। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में संसदीय सचिव डॉ. रमेश सिंह, संभाग आयुक्त भीमसेन जी, कलेक्टर सौरभ कुमार, नगर निगम आयुक्त एवं अन्य गणमान्य लोग व बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।



राजनांदगांव-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज के वरदान भवन लालबाग सेवाकेन्द्र में संस्थान की प्रथम मुख्य प्रशासिका मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती(मम्मा) के पुण्य स्मृति दिवस पर अपने श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए छत्तीसगढ़ राज्य युवा आयोग के अध्यक्ष जितेंद्र मुदलियार, किसान नेता अशोक चौधरी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पा बहन, ब्र.कु. प्रभा बहन एवं ब्र.कु. मुस्लीमर सोमानी भाई।



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

जिस लक्ष्य से हम बाबा के बने हैं, वो लक्ष्य रोज याद रखना है। ताकि इधर-उधर न हो जायें। जिस निश्चय और नशे से ज्ञान में चले हैं, जिस उमंग-उत्साह से हम योगी-तपस्वी बने हैं, उसमें ज़रा भी ढीलापन नहीं आना चाहिए। चलते-चलते थोड़ा ढीलापन आ जाता है ना, इधर-उधर अटेंशन जाने लगता है, अलबेलापन आने लगता है। तो बाबा कहते हैं— 'दुनिया में तो बहुत झंझट हैं, अनुभवी आप सब हैं ही।' घर-गृहस्थी की कितनी बातें हैं, नौकरी-धन्धे की भी कितनी बातें हैं। जीवन की मूल बातों पर विचार करते हैं कि अंत में तो आत्मा को क्या साथ लेकर जाना है? बेशक जीवन में, यज्ञ में, सेवा में, समाज में, धन, साधन, सुविधायें सबकुछ चाहिए। और उसी के लिए आप मेहनत करते हैं, कमाते हैं। वो तो आवश्यक है। पर दिन-रात केवल उसी में लगे रहेंगे तो हम आत्म-कल्याण, आत्म-उन्नति के लिए और कुछ नहीं कर सकेंगे।

बीच-बीच में कुछ समय डिटैच होने से, न्यारे होने से, हम शान्ति से सोच सकते हैं कि जो कुछ दिन-रात हम कर रहे हैं, उसमें से क्या ज़रूरी है? कितना आवश्यक है? बहुत ट्रैफिक जाम हो जाता है तो कुछ भी हौचपौच, संघर्ष होने की सम्भावना हो जाती है। पर ट्रैफिक कंट्रोल 'रेड सिग्नल' हो जाता है तो 'स्टॉप' हो जाते हैं। फिर चैनलाइज कर देते हैं तो परिस्थिति ठीक रहती है। तो जीवन में पैदा हुए तब से तो हम कहते हैं ना - 'हर क्षण, जन्म से लेकर मृत्यु की ओर चल रहे हैं।' तो बीच में कुछ रुक कर देखने की, ऑब्ज़र्व करने की, सोचने की आवश्यकता है कि - 'कहाँ जा रहे हैं, क्या कर रहे हैं, क्या आवश्यक है, किसमें फायदा है?' यह हरेक को सोचने की आवश्यकता है। जब तक हम डिटैच होकर अपने आपको नहीं देखते तब

जरा सोचें...

स्वयं ही स्वयं का निरीक्षण कर जीवन में आगे बढ़ते जायें...

तक अपने आप में क्या ठीक करना है वो पता नहीं चलता है।

एक बात में आप सभी को बताना चाहती हूँ, एक कम्पनी के मैनेजर्स का ग्रुप यहाँ आया था, मैनेजमेंट ट्रेनिंग के लिए। उसमें एक मैनेजर जो खुद भी बुद्धिमान था। दो-तीन क्लास करने के बाद उसने कहा कि मेरे पास भी ऐसे बहुत अच्छे-अच्छे विचार हैं जैसे आप सब बता रहे हैं, लेकिन मेरी कम्प्लेन है कि मुझे कोई सुनता नहीं है। तो हम सभी ने उनको कहा कि— 'भाई, नेक्स्ट क्लास में आप

आपको देखें कि किस लक्ष्य से हम बाबा के बने थे, और उसी लक्ष्य की दिशा में हम चल रहे हैं? ज्ञान-योग करके हम क्या बनना चाहते हैं? बाप समान पतित से पावन बनना और बनाना चाहते हैं ना! पावन बनने का लक्ष्य है? आत्मा की स्थिति हिलती कब है, जब कोई-न-कोई माया का आकर्षण आता है, तो अपसेट होते हैं। अवस्था बिगड़ गयी, माया का तूफान आ गया, संगदोष लग गया, है ना! जब हम कोई-न-कोई विकार के प्रभाव में आते हैं, तो अवस्था हमारी डगमग होती है।

मूड ऑफ होता है, खुशी गायब होती है, इच्छाएँ मन में उत्पन्न होती हैं और आकर्षण में आते हैं।

फिर हम लक्ष्य को याद करते हैं कि लक्ष्य क्या है? हमें क्या चाहिए? तो हमें चाहिए - सुख, शान्ति, आनन्द, प्रेम, पवित्रता, ज्ञान, शक्ति। परन्तु हमें सत्य चाहिए, शुद्ध चाहिए। बनावटी नहीं चाहिए।

जीवन में पैदा हुए तब से तो हम कहते हैं ना - 'हर क्षण, जन्म से लेकर मृत्यु की ओर चल रहे हैं।' तो बीच में कुछ रुक कर देखने की, ऑब्ज़र्व करने की, सोचने की आवश्यकता है कि - 'कहाँ जा रहे हैं, क्या कर रहे हैं, क्या आवश्यक है, किसमें फायदा है?'

हमें भी नहीं सुनिये और बाहर कैम्पस में, साइलेंस में वॉक करिए, गार्डन में जाइये, और स्व-निरीक्षण करिये, अपने आपको आब्ज़र्व करिये, देखिये, कि क्यों लोग आपको सुनते नहीं हैं? शाम को क्लास में वो आये, बड़े खुश नज़र आ रहे थे। हम सबने पूछा कि आपको अपने प्रॉब्लम का सॉल्यूशन मिला? उन्होंने कहा कि— हाँ, जो मैंने एक घंटा साइलेंस में वॉक किया, अपने आपको देखा, तो मुझे समझ में आया कि लोग मुझे क्यों नहीं सुनते हैं? क्योंकि मैं ही किसी को नहीं सुनता हूँ। उनको ये इग्नो था, इसलिए वो किसी की सुनते नहीं थे। तो जब हम किसी की नहीं सुनेंगे, तो हमारी कौन सुनेगा?

हम सभी ज्ञान मार्ग में चल रहे हैं, रोज क्लास-योग कर रहे हैं, सेवा कर रहे हैं, बाबा के मददगार साथी बच्चे हैं, पर हम अपने

वहाँ ही तो रिलेशन टूटते हैं, फिर निराशा आती है कि झूठा प्यार निकला, धोखा किया। तो आत्मा ओरिजनली सत्य है, शुद्ध है, अविनाशी है। इसलिए आत्मा को जो कुछ चाहिए- वो भी कैसा चाहिए? सत्य चाहिए, शुद्ध चाहिए, अविनाशी चाहिए। टेम्पररी या मतलब से नहीं चाहिए। तो बाबा मिले, सत्य ज्ञान मिला, सही मार्ग मिला, तो हम सबने अपने जीवन को परिवर्तन किया। बाबा से हम सत्य, शुद्ध, सात्विक आनन्द प्राप्त कर रहे हैं। क्योंकि जब तक सही ज्ञान बुद्धि में नहीं, जीवन की परिस्थितियों को भी हम यथार्थ समझ नहीं सकते। बिना ज्ञान आप अचल-अडोल नहीं रह सकते। इसलिए हमें स्वयं ही स्वयं को समझना है। स्वयं ही स्वयं का निरीक्षण कर जीवन में आगे बढ़ते जाना है।



मुम्बई-सांताक्रूज वेस्ट। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर 'योगा फॉर वसुधैव कुटुम्बकम्' थीम के अंतर्गत पवन हंस लि. में आयोजित कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. विनीता बहन। इस मौके पर उन्होंने 'स्ट्रेस फ्री लाइफ, मेडिटेशन एंड योगा' विषय पर सत्र को सम्बोधित किया एवं ब्र.कु. बलराम तलरेजा ने सभी को योगाभ्यास कराया। इस दौरान सदीप कुमार, जी.एम., वेस्टर्न रिजन तथा अन्य स्टाफ मौजूद रहे।



भिलाई-छ.ग.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में सिविक सेंटर स्थित मुनामेंट उद्यान में योग के पश्चात् समूह चित्र में पद्मश्री पुरस्कार से सम्मानित डॉ. राधेश्याम बालें, बीएसएफ कमाण्डेंट मनीष सिन्हा, ब्र.कु. आशा दीदी तथा शहर के प्रबुद्धजन।



राजगढ़-ब्यावारा(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा इंगले कॉलोनी के हनुमान मंदिर में सप्त दिवसीय गीता प्रवचन का कलश यात्रा निकालकर शुभारंभ करते हुए प्रवचनकर्ता ब्र.कु. मधु दीदी, ब्र.कु. सुरेखा दीदी तथा अन्य।



व्यारा-गुज.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योगाभ्यास करने के पश्चात् समूह चित्र में योगा टीचर अमिषा बहन, ब्र.कु. दीपा बहन तथा अन्य।



जयपुर-वैशाली नगर। राजभवन में महामहिम राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू से मुलाकात कर ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए जयपुर म्यूजियम सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुषमा दीदी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. चन्द्रकला दीदी, ब्र.कु. एकता बहन, ब्र.कु. राजेश असनानी तथा ब्र.कु. पारस।



वाराणसी-उ.प्र.। माननीय मुख्यमंत्री श्री योगी आदित्य नाथ जी से मुलाकात कर ज्ञानचर्चा के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज के श्रीराम नगर कॉलोनी, बीएलडब्ल्यू स्थित सेवाकेन्द्र की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. सरोज दीदी। दीदी ने माननीय मुख्यमंत्री को संस्थान की गतिविधियों से अवगत कराया तथा मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया जिसे उन्होंने सहर्ष स्वीकार किया। इस अवसर पर सेवाकेन्द्र की सह-संचालिका ब्र.कु. चंदा बहन, ब्र.कु. खुशी बहन, ब्र.कु. श्याम भाई, ब्र.कु. सूरज भाई एवं ब्र.कु. अभिनंदन भाई उपस्थित रहे।



राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

गतांक से आगे...

कई बार कई लोगों को पूर्वजन्म याद आता है। देखा जाता है कई लोग जो बताते हैं पूर्वजन्म की बातें छोटे-छोटे बच्चे और वहाँ जाकर रिसर्च किया जाता है तो वास्तविक होता है।

मुझे याद आता है एक छोटा बच्चा दीपक नाम था उसका, 3-4 साल का जब हुआ तो अपने माता-पिता को कहता कि मुझे अपने घर जाना है, मुझे अपने घर जाना है। माता-पिता बार-बार उसको समझाये कि यही अपना घर है। लेकिन वो कहे मेरा घर अलग है। मुझे वहाँ जाना है। खैर माता-पिता को तो मालूम नहीं था और एक दिन वो परिवार कहीं घूमने गया हुआ था और घूम कर के जब वापस आ रहा था। रास्ते में एक मोड़ ऐसा आया जहाँ से बच्चे ने कहा कि अब यहाँ से राइट ले लो। माता-पिता ने कहा नहीं बेटा हमारा घर तो इस तरफ है, नहीं, कहा मेरा घर तो इस तरफ है इस तरफ ले लो। फिर राइट, लेफ्ट आदि बताते हुए अपने एक बहुत बड़े बंगले के पास पहुँचा और कहा यह मेरा घर है। बहुत खुश हो गया। उसको कहा बेटा यह अपना घर नहीं है, उन्होंने सोचा पता नहीं किसका बंगला है और कहाँ यह ले आया! उसने कहा, नहीं मेरा घर है, चलो आप। वहाँ

हर मनुष्य अपने कर्मों का फल अपनी योनि में रहकर ही भोगता है

वॉचमेन खड़ा था तो उससे पूछा शारदा है घर में? उसने दरवाजा खोला, अंदर लेकर गया वहाँ जाकर बेल बजाई, एक बहन आई तो उसको देखते ही कहता शारदा मुझे पहचाना? उसने कहा, नहीं, पता नहीं कौन है? फिर जाकर वो अपनी कुर्सी पर जहाँ हमेशा बैठता था, उसी स्टाइल में जाकर बैठा तब उस बहन को महसूस हुआ कि अरे यह तो कहीं उनकी आत्मा तो नहीं है!

फिर उसने पूछा कि घर में एक हरि नाम का नौकर था वो कहाँ है? बहन ने कहा वह तो सेठ जी के जाने के एक महीने बाद ही मर गया था। उसने फिर और भी बहुत कुछ पूछा, बच्चों के बारे में पूछा तो उस बहन को समझ आ गया कि यह वही आत्मा है। माना उसका पति जो पिछले जन्म में था। फिर उसने कहा नौकर को बुलाओ पीछे जाना है, घर के पीछे के साइड में गए और वहाँ एक बड़ा पेड़ था, उस नौकर को कहा कि यहाँ खुदाई करो, खुदाई किया और नीचे से पिटारा निकाला तो बड़ा आश्चर्य हुआ! उसमें सारे बैंक के किताबें और पता नहीं क्या-क्या इम्पोर्टेंट डॉक्यूमेंट्स उसके अंदर थे।

उसने उस बहन को दिया कि यह बच्चों को दे देना और सबकुछ बताया कि उसने ये पेटी अपने नौकर हरि के साथ मिलकर यहाँ गाड़ दी थी। ये बात सिर्फ उसे और उसके नौकर हरि को पता थी। उसके बाद वो चला गया। और सबकुछ भूल गया।

इसलिए वह आत्मा जब गई वो संस्कार लेकर गई, माना उसकी अंतिम इच्छा यही थी कि उसके मरने से पूर्व कि अब सब दबा का दबा रह जाएगा, किसी को कुछ पता नहीं चलेगा, तो इस जन्म में जाकर भी वह पिछली स्मृति जो उसको सता रही थी कि ये वो सब मैं अपने बच्चों को हैंड ऑवर कर दूँ, जब कर दिया तो उसके बाद विस्मृत हो गया। फिर अपने माता-पिता को कहता है चलो अपने घर। बस वो लास्ट संकल्प उसका पूरा हो गया।

जितने भी आज तक पूर्वजन्म के किस्से सुने हैं या देखे हैं तो कोई भी ऐसा केस सामने नहीं आया कि कोई मनुष्य ये कहे कि वो पिछले जन्म में ये पशु था या ये पक्षी था। कहने का भावार्थ मनुष्य, मनुष्य योनि में रह कर के ही अपने कर्मों का फल भोगता है।

जिस कर्म का बीज हमने बोया उसी का ही तो फल मिलेगा ना! फिर क्यों कहते मेरे साथ ही ऐसा क्यों? अगर इस राज को अच्छे से समझ लें तो क्यों, क्या ये सब प्रश्न समाप्त हो जायें। कर्मों की गुह्य गति को जाना नहीं इसलिए प्रश्न उठता...



रतलाम-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज के भाग्योदय भवन द्वारा विश्व पर्यावरण दिवस पर आयोजित पौधारोपण कार्यक्रम में कमल सिंह देवड़ा, सहायक वन परिक्षेत्र जावरा, नंदकिशोर कर्मव्या, वन रक्षक ताल, नगर निगम पार्षद शबाना खान, राजेंद्र शर्मा, रिटा. इफ्का सहायक जनरल मैनेजर, महेंद्र शर्मा, बीजेपी वरिष्ठ नेता, ब्र.कु. मनोरमा बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

For Online Transfer

Name: OM SHANTI MEDIA OF RERF
Pay Directly to: osmorerf@indianbk



BANK NAME:- INDIAN BANK
BRANCH:- Shantivan, Talhati
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA OF RERF
ACCOUNT NO:- 7552337300,
IFSC - CODE:- IDIB000S319

Note:- After Transfer 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, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न-5, आबू रोड, राज. 307510

सम्पर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088

Email-omshantimedia@bkivv.org

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

Website: www.omshantimedia.org



साउथ अफ्रीका। राजयोगिनी ब्र.कु. सुषमा दीदी एवं राजयोगिनी ब्र.कु. चंद्रकला दीदी की साउथ अफ्रीका यात्रा के दौरान केप टाउन में विभिन्न धर्म प्रतिनिधियों के लिए 'एंकरिंग ऑवरसेल्क्स एंड बिल्डिंग इनर स्ट्रेंथ' विषय पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। साथ ही 'सोल पॉवर-ए ट्रांसफॉर्मेटिव एनर्जी' कार्यक्रम भी आयोजित हुआ जिसमें कॉन्सुलेट जनरल अशोक बाबू शामिल रहे। इसके पश्चात् डर्बन में 'स्पिरिचुअल रीन्यूअल-स्टेपिंग इन्टू द सर्कल ऑफ प्रोटेक्शन' विषय पर ब्र.कु. भाई-बहनों के लिए त्रिदिवसीय रिट्रीट का आयोजन हुआ तथा 'पीस इन द होम' विषय पर विस्तृत समुदाय के लिए कार्यक्रम का आयोजन हुआ। नेल्सपूर में 'गॉड्स पॉवर फॉर होप एंड प्रोटेक्शन' विषय पर कार्यक्रम के पश्चात् प्रिटोरिया स्थित ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर ब्र.कु. भाई-बहनों एवं संपर्क वालों के लिए 'स्नेह मिलन' का आयोजन हुआ। इसके साथ ही लेनासिया एवं उसके पश्चात् जोहान्सबर्ग में कार्यक्रम के साथ ही ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र में योग दिवस भी उमंग-उत्साह के साथ मनाया गया। इस कार्यक्रम में रीप्रेजेंटेटिव ऑफ द इंडियन कॉन्सुलेट इन जोहान्सबर्ग सुधीर खुराना भी शामिल हुए।



रायपुर-छ.ग. राज्य के स्वास्थ्य, चिकित्सा शिक्षा एवं ग्रामीण विकास मंत्री टी.एस. सिंहदेव को उप मुख्यमंत्री बनाए जाने पर स्थानीय सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. सविता बहन ने उन्हें तिलक लगाकर और गुलदस्ता भेंट कर बधाई दी एवं ईश्वरीय प्रसाद भी भेंट किया।



भिलाई-छ.ग. ब्रह्माकुमारीज द्वारा से.7 स्थित पीस ऑडिटोरियम में 'समीपता, सम्पन्नता एवं सम्पूर्णता' विषय पर आयोजित दो दिवसीय योग तपस्या कार्यक्रम में चण्डीगढ़ पंजाब से आई राजयोगिनी ब्र.कु. अनीता दीदी, भिलाई सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।



इंदौर-लंदन विला(अरविंदो) ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित त्रिदिवसीय 'तनाव प्रबंधन राजयोग शिविर' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए श्रीमति सविता पटेल, भाजपा नगर मंत्री, मैडम राधा जामुन, टी.आई., रविंद्र चौहान, रहवासी संघ के अध्यक्ष, नितिन पंडित, मंडल मंत्री, भा.पा. तथा ब्र.कु. विका दीदी।



कुक्षी-धार(म.प्र.) रामानुजन कोचिंग इंस्टिट्यूट के छात्र-छात्राओं को एकाग्रता के विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् उपस्थित हैं जीवन जीने की कला के प्रणेता ब्र.कु. नारायण भाई, ब्र.कु. ममता बहन, इंस्टिट्यूट के डायरेक्टर अरविंद काग तथा अन्य।



सताना-महा. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में नगराध्यक्ष सुनील मोरे, नगरसेवक दत्त बैताडे, नगर सेविका सुरेखा बचछाव, संगीत योगा टीचर डॉ. उज्जवल कपडनीस एमडी मेडिसिन, डॉ. मल्हार देशपांडे, नेत्र रोग तज्ञ, योगा टीचर हर्षाली पवार व उनकी बेटी नेहा पवार, ब्र.कु. भास्कर भाई, माउण्ट आबू, ब्र.कु. कृष्णा भाई, ब्र.कु. अंजू लता बहन आदि शामिल रहे।

जीवित रहने और खुद को बीमारियों से दूर रखने के लिए मौसम चाहे सर्दी का हो या गर्मी का, प्यास बुझाने के लिए पानी कितना जरूरी है, यह हम सभी जानते हैं। लेकिन पानी को अगर सही तरह से ना पिया जाए, तो यह कई समस्याओं का कारण भी बन सकता है।

ज़्यादातर लोगों में सबसे बुरी आदत होती है खड़े होकर पानी पीने की। लोग जल्दबाजी में कई बार खड़े-खड़े ही पानी पी लेते हैं। अगर आप भी इन लोगों में शामिल हैं तो अभी से संभल जाइए। आयुर्वेद के अनुसार, खड़े होकर पानी पीने से यह सीधे अंदर जाता है, इसलिए आवश्यक पोषक तत्व और विटामिन लीवर और पाचन तंत्र तक नहीं पहुंच पाते हैं। इससे आप जाने-अनजाने में कई बीमारियों को अपने पास बुला लेते हैं। इसका सबसे ज़्यादा दुष्प्रभाव लीवर, किडनी और जोड़ों पर पड़ता है। इसलिए बेहतर है कि आप पहले ही इसके बुरे प्रभावों को जानकर अपनी सेहत का अच्छे से ध्यान रख सकें। यहाँ पर हम ऐसे ही कुछ दुष्प्रभावों को बता रहे हैं जो खड़े होकर पानी पीने से हो सकते हैं।



संभल जायें... खड़े होकर पानी न पिएं

फेफड़ों को होता है नुकसान

एनसीबीआई के एक अध्ययन के अनुसार, खड़े होकर पानी पीने से हमारे शरीर को सही तरह से पोषक तत्व नहीं मिल पाते हैं। पानी हमारे सिस्टम से होते हुए बहुत तेजी से गुजर



जाता है। इससे हमारे फेफड़ों और हृदय को भी नुकसान पहुंचता है क्योंकि खड़े होकर पानी पीने से फूड और विंड पाइप में होने वाली ऑक्सीजन की सप्लाई रुक जाती है।

पाचन तंत्र को भी होता है नुकसान



खड़े होकर पानी पीने का असर हमारे पाचन तंत्र पर भी पड़ता है। क्योंकि इस तरह पानी पीने से यह तेज गति से भोजन नली से होते हुए सीधे पेट के निचले हिस्से पर पहुंच जाता है और दीवारों पर अधिक दबाव बनता है, जो हानिकारक है। इससे तरल पदार्थ का संतुलन बिगड़ जाता है और टॉक्सिन्स व बदहज्मी बढ़ती है।

किडनी के लिए हानिकारक

जब हम खड़े होकर पानी पीते हैं तो यह बिना फिल्टर हुए निचले पेट की तरफ तेजी से बढ़ता



पानी पीने का सही तरीका क्या?

एक्सपर्ट्स के अनुसार, पानी पीने का सही तरीका है बैठकर पीना। बैठकर पीने से पानी सही तरीके से पचकर शरीर के सभी सेल्स तक पहुंचता है। व्यक्ति की बाँड़ी को जितने पानी की आवश्यकता होती है उतना पानी सोखकर वह बाकी का पानी और टॉक्सिन्स यूरिन के जरिए शरीर से बाहर निकाल देता है।

इसके लिए कुर्सी पर बैठें, पीठ को सीधा रखें और फिर पानी पिएं। इससे पोषक तत्व दिमाग तक पहुंचते हैं और मस्तिष्क गतिविधि में सुधार आता है। सिर्फ इतना ही नहीं, इससे पाचन में सुधार आता है और पेट में सूजन या पेट फूलने की दिक्कत नहीं होती।

बैठकर पानी पीने से खून में हानिकारक तत्व नहीं घुलते बल्कि ये खून साफ करते हैं। झूट-झूटकर पानी पीने से पेट में एसिड का स्तर नहीं बढ़ता बल्कि खराब एसिड शरीर से बाहर निकल जाता है।

है। यह पानी में जमा अशुद्धियों को ले जाकर पित्ताशय में जमा कर देता है, जो किडनी के लिए बहुत हानिकारक हो सकता है। इससे युरिनरी ट्रेक्ट से जुड़ी बीमारियां हो सकती हैं।

गठिया का खतरा बढ़ता है

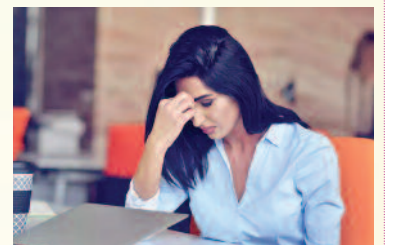
जब आप खड़े होकर गटागट पानी पी जाते हैं

तो इससे नसें तनाव की स्थिति में आ जाती हैं। और यह शरीर से होकर जोड़ों में जमा हो जाता है। जो हड्डियों और जोड़ों को खतरे में डाल सकता है। इसकी वजह से जोड़ वाले हिस्से में तरल पदार्थ की कमी की वजह से



दर्द के साथ कमजोरी आने लगती है। कमजोर हड्डियों के चलते व्यक्ति गठिया जैसी बीमारी से पीड़ित हो सकता है।

खड़े होकर पानी पीने से बढ़ता है तनाव



इस बात पर हो सकता है कि आपको यकीन न हो, लेकिन खड़े होकर पानी पीने से आपका तनाव भी बढ़ सकता है। दरअसल, खड़े होकर पानी पिया जाए तो इसका सीधा असर हमारे तंत्रिका तंत्र पर पड़ता है। इस तरह से पानी पीने से पोषक तत्व पूरी तरह से बेकार हो जाते हैं और शरीर तनाव में आ जाता है।

नोट : यह लेख केवल सामान्य जानकारी के लिए है। यह किसी भी तरह से किसी दवा या इलाज का विकल्प नहीं हो सकता। ज़्यादा जानकारी के लिए हमेशा अपने डॉक्टर से सम्पर्क करें।



रायपुर-छ.ग. हयात होटल में आयोजित हिन्दुस्तान पेट्रोलियम के वार्षिक वितरक सम्मेलन में आमंत्रित किये जाने पर 'तनाव मुक्त जीवन जीने की कला' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारीज की राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. दीक्षा बहन। सम्मेलन में हिन्दुस्तान पेट्रोलियम के मुख्य क्षेत्रीय प्रबंधक पंकज प्रकाश रत्न पारखी एवं सहायक विक्रय प्रबंधक अनूप कुशल पाण्डे सहित पूरे छत्तीसगढ़ के वितरकगण उपस्थित रहे।



दुबई-यूएई। होटल क्राउन प्लाजा, डीरा, दुबई में आयोजित सम्मान समारोह में राजयोग के प्रचार और प्रसार के लिए डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को कोमोरोस गणराज्य के भारत के महावाणिज्यदूत के.एल. गंजू के हाथों से 'आइकॉन ऑफ एशिया' पुरस्कार से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर संयुक्त अरब अमीरात, ओमान तथा कतार के ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्रों की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. ज्योति बहन एवं सह संचालिका ब्र.कु. ज्योतिका बहन उपस्थित रहे।



ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जैसी सोच होगी, वैसा समाज होगा

मीडिया समाज को सिर्फ दुनिया का दर्पण नहीं दिखाता, मीडिया समाज जो है, उसको वैसा बनाता भी है। हम में से अधिकतर की आज बीमारी है ज़्यादा सोचना। लेकिन ज़्यादा सोचने का कारण क्या? मेरे अंदर क्या सोच चल रही है, उसका स्रोत क्या है? हम सही सोच रहे हैं या नहीं, ज़्यादा सोच रहे हैं या कम? वो जो सोच है एक एनर्जी है। उसका स्रोत क्या है? अगर उस एनर्जी को बदलना है तो उसके स्रोत को बदलना पड़ेगा।

हम कोई भी कार्यक्रम एक मिनट के मौन से शुरू करते हैं। क्योंकि ज्यादातर हम कुछ भी कार्य करने के लिए बाकी सब चीजों की तैयारी करते हैं, लेकिन जिस मन ने उस काम को करना है, उस मन की ही तैयारी नहीं करते। हम एक काम के बाद दूसरा काम, दूसरे के बाद तीसरे में शिफ्ट होते जाते हैं। वो सब करने के लिए बीच-बीच में हमें एक मिनट का मौन लेना चाहिए। चारों तरफ कुछ भी चल रहा हो, लेकिन हमारे अंदर वो शक्ति है कि अपने मन को डिटैच करके हम एक मिनट सिर्फ अपने आपसे बात कर सकते हैं।

सारे दिन में हमारा रोल रहता है सबको बताना कि दुनिया में क्या हो रहा है। दुनिया में पता भी हिले तो हमें सबको बताना है। सारा

दिन में इतना फोकस बाहर की दुनिया पर होता है। ये जो अपने अंदर की बाहर की दुनिया पर होता है। ये जो अपने अंदर की दुनिया है, उसकी तरफ देखने का कभी-कभी टाइम ही नहीं मिलता। बाहर की जो दुनिया है, वो किससे बनती है? किसी हॉल में पचास लोग बैठे हैं। उसकी एनर्जी फील्ड क्या होगी? पचास मन की जो एनर्जी होगी, वो टोटल उस हॉल की एनर्जी होगी। अगर हमें उस हॉल की एनर्जी को चेंज करना है तो हमें किसको चेंज करना पड़ेगा? हम सबको बता रहे हैं कि दुनिया में क्या हो रहा है। लेकिन उसके साथ-साथ अगर हम थोड़ा-थोड़ा ये बताना शुरू करें कि जो हो रहा है उसको अगर बदलना है तो क्या करना है? पिछले दस-पंद्रह साल में जितना हम सुन रहे हैं, पढ़ रहे हैं, देख रहे हैं, उससे इन्फॉर्मेशन बढ़ी है, जितनी हमें मिलती है। आप और मैं स्कूल में थे तो कितनी इन्फॉर्मेशन मिलती थी? कितने टीवी चैनल थे, कितने न्यूज पेपर थे और इंटरनेट तो था ही नहीं। यह भाग्यशाली पीढ़ी। भाग्यशाली इसलिए क्योंकि कम इन्फॉर्मेशन कम थॉट, ज़्यादा इन्फॉर्मेशन ज़्यादा थॉट्स। गलत इन्फॉर्मेशन गलत थॉट्स। इन्फॉर्मेशन सीधे-सीधे सोच का स्रोत है।

जो हम पढ़ते हैं, सुनते हैं, देखते हैं वो जैसे मन का भोजन है। वो हम मन में भरेंगे, उसी से सोच बनेगी। जैसी सोच होगी, वैसा समाज होगा। जैसा समाज होगा, वो आप कल पेपर में लिखेंगे। जो आप लिखेंगे, उसे सब लोग पढ़ेंगे। जो पढ़ेंगे, वैसा ही सोचेंगे। वैसा ही सोचेंगे, वो कल फिर और होता जाएगा। जो मीडिया में आता जा रहा है, वो समाज में बढ़ता जाएगा। अपने आप बढ़ता जाएगा। हमारे पास शक्ति है समाज को बदलने की। अगर हम रोज सिर्फ ये पढ़ेंगे कि क्या-क्या गलत हो रहा

है तो मेरा नज़रिया दुनिया के प्रति हो जाएगा कि सब कुछ गलत है। इतना सारा कुछ जो अच्छा हो रहा है, वो शायद ही कहीं आ रहा है।

मैं आपको एक उदाहरण बताती हूँ। एक प्रोग्राम में हम थे। उसमें बहुत सारे गेस्ट थे स्टेज पर। उस स्टेज के चीफ मिनिस्टर और विपक्षी पार्टी के लीडर, वो दोनों भी थे। अब वो थोड़ा लेट आए, हम पहले पहुंचे। अरेंजमेंट ऐसा था स्टेज पर, एक बड़ी कुर्सी थी, बीच में बाकी सब साधारण कुर्सी थी। जैसे ही हम आए तो हमें बिठा दिया उस कुर्सी पर क्योंकि मुझे टॉक देनी थी। मुझे पांच मिनट के बाद लगा कि सीएम को आना है इस प्रोग्राम में। फिर मैं साइड वाली कुर्सी पर बैठी। उसके बाद जो विपक्षी लीडर थे वो आए, वो बैठ गए उस बड़ी कुर्सी पर।

जब सीएम ने आना था, तो वो जो लीडर थे उनको कहा गया कि आपको यहाँ से उठना और दूसरी कुर्सी पर बैठना है। ये सब कुछ पांच-सात मिनट की बात थी सिर्फ। उसके बाद एक बहुत सुंदर प्रोग्राम था दो घंटे का इनर पीस और इनर पावर पर। दोनों ने बहुत अच्छा बोला। अपने आप के लिए, स्व-परिवर्तन के लिए और राज्य के लिए। अगले दिन वो न्यूज कवर हुई। वो चैनल्स पर आई। न्यूज में ये नहीं आया कि उन्होंने क्या बोला। न्यूज सिर्फ ये आई कि वो उनकी कुर्सी पर बैठे। सिर्फ यही दिखाया कि ये यहाँ से कुर्सी से उठ रहे थे और दूसरे वहाँ पर बैठ रहे थे। उस पूरे इवेंट से हमने क्या चुना? जो अच्छी चीज थी, उसको चुनना जरूरी नहीं समझा और एक छोटी-सी चीज को हाईलाइट करके बार-बार उसको दिखाया। यही सब आज सारा दिन हर जगह हो रहा है।



रतलाम-पत्रकार कॉलोनी(म.प्र.)। भारत सरकार के केंद्रीय वाणिज्य मंत्री एवं उद्योग राज्यमंत्री सोमप्रकाश जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज इंदौर की क्षेत्रीय समन्वयक राजयोगिनी ब्र.कु. अनीता दीदी। साथ हैं रतलाम-झाबुआ सांसद गुमान सिंह डामोर, शहर विधायक चैतन्य कश्यप, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सविता बहन व ब्र.कु. गीता बहन।



नांदेड़-महा। ब्रह्माकुमारीज द्वारा जिला कारागृह में कैदियों के लिए आयोजित कार्यक्रम में 'सकारात्मक जीवन शैली, व्यवहार शुद्धि' विषय पर सम्बोधित करते हुए राजयोगी ब्र.कु. भगवान भाई, माउण्ट आबू। इस अवसर पर कैलाश नगर सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. अर्चना बहन, कारागृह अधीक्षक सुभाष सोनावने, कारागृह उपाधीक्षक रविन्द्र म्हणाले, ब्र.कु. नागनाथ भाई, ब्र.कु. माधव भाई आदि उपस्थित रहे।



बिलासपुर-टिकरापारा(छ.ग.)। ब्रह्माकुमारीज के प्रभु दर्शन भवन में बच्चों एवं अभिभावकों की उपस्थिति में रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के साथ 'उड़ान-बाल संस्कार शिविर' का समापन हुआ। इस अवसर पर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मंजू दीदी ने बच्चों एवं अभिभावकों का विभिन्न विषयों पर मार्गदर्शन किया एवं शिविर में सेवाएं देने वाले प्रशिक्षकों को बधाई दी। साथ ही मौके पर प्रतिभागी बच्चों को सौगात के साथ प्रमाणपत्र भी दिया गया।



सैंधवा-म.प्र. वाई20 श्रृंखला के अंतर्गत 'तंदुरुस्ती एवं खेल: युवाओं के लिए एजेंडा' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए डॉ. राहुल सूर्यवंशी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. छाया बहन, निर्भया टीम की बहन सुरभि, पार्षद पिकी पवार, बड़वानी जिला क्रिकेट टीम के खिलाड़ी होश सूर्यवंशी तथा अन्य।



राजगढ़-ब्यावरा(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज के शिव वरदान भवन सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए जिला योग प्रभारी महेश त्रिवेदी, पूर्व योग शिक्षक रमेशचंद्र गुप्ता, परिवार परामर्श केंद्र के सदस्य रमेश चंद शर्मा, अंजलि लाल मंदिर के संरक्षक प्रताप सिंह सिसोदिया एवं ब्र.कु. कविता बहन।

परमात्म ऊर्जा

कथा सरिता



कई सालों पहले की बात है। एक गांव में युधिष्ठिर नाम का एक कुम्हार रहा करता था। दिन में वह मिट्टी के बर्तन बनाता था और जो भी पैसे मिलते थे, उनसे शराब खरीद कर पी लेता।

एक रात वह शराब के नशे में अपने घर लौट रहा था। वह इतना नशे में था कि ठीक से चल भी नहीं पा रहा था। अचानक उसका पैर लड़खड़ाया और वह जमीन पर गिर पड़ा। जमीन पर कांच के टुकड़े पड़े थे, जिनमें से एक टुकड़ा उसके माथे में घुस गया।

उसके माथे से खून बहने लगा। इसके बाद कुम्हार किसी तरह उठा और अपने घर की ओर चल दिया।

अगले दिन जब उसे होश आया तो वह वैद्य के पास गया और पट्टी करवाकर दवाई ली। वैद्य ने कहा, “घाव गहरा होने के कारण इसे भरने में समय लगेगा। पूरा भर जाने के बाद भी इस घाव का निशान नहीं जाएगा।” इसके बाद कई दिन बीत गए। अचानक



उसके गांव में सूखा पड़ गया। सभी लोग गांव छोड़ कर जाने लगे। कुम्हार ने भी गांव छोड़ कर जाने का फैसला किया और दूसरे देश की तरफ निकल गया।

नए देश में जाकर वह राजा के दरबार में नौकरी मांगने गया। वहाँ राजा ने उसके माथे पर चोट का निशान देखा और सोचा, यह जरूर कोई पराक्रमी योद्धा होगा और दुश्मन से लड़ते समय इसके माथे पर चोट लगी होगी। यह सोचकर राजा ने उसे अपने दरबार में एक खास जगह दे दी और

होगी। यह सोचकर उसने राजा से कहा, “राजन, मैं कोई योद्धा नहीं हूँ। मैं तो एक साधारण-सा कुम्हार हूँ। यह चोट मुझे किसी युद्ध में नहीं, बल्कि शराब पीकर गिरने के कारण लगी थी।”

कुम्हार की यह बात सुनकर राजा को बहुत गुस्सा आया। उसने कहा, “तुमने मेरा विश्वास तोड़ा है और मुझे छल कर दरबार में इतना ऊंचा पद पाया है। निकल जाओ मेरे राज्य से।” कुम्हार ने राजा से बहुत मिन्नतें की, उसने कहा कि अगर उसे मौका मिले, तो वह युद्ध में राजा के लिए प्राण भी दे सकता है।

राजा ने कहा, “तुम चाहे जितने भी वीर और पराक्रमी

सच को कभी छिपायें नहीं

उस पर विशेष ध्यान देने लगे। यह देख कर राजा के दरबार में मौजूद राजकुमार, सेनापति और अन्य मंत्री उससे जलने लगे।

ऐसा कई दिनों तक चलता रहा। एक दिन शत्रुओं ने राजा के महल पर हमला कर दिया। राजा ने अपनी पूरी सेना को युद्ध के लिए तैयार किया। उसने युधिष्ठिर से भी युद्ध में जाने के लिए कहा। युधिष्ठिर जब युद्ध भूमि की तरफ जा रहा था तो राजा ने उससे पूछा कि उसके माथे पर यह चोट किस युद्ध में लगी।

इस पर कुम्हार ने सोचा कि अब वह राजा का भरोसा जीत चुका है और अब अगर वह राजा को सच बता देगा तो कोई समस्या नहीं

हो, लेकिन तुम शूरवीरों के कुल से नहीं हो। तुम्हारी हालत शेरों के बीच रहने वाले उस गौड़ की तरह है, जो हाथी से लड़ने की जगह उससे दूर भागने की बात करता है। मैं तुम्हें जाने दे रहा हूँ, लेकिन अगर राजकुमारों को तुम्हारा राज पता चल गया, तो वो तुम्हें मार डालेंगे। इसलिए, कहता हूँ कि अपनी जान बचाओ और भाग जाओ।” कुम्हार ने राजा की बात मानी और तुरंत उस राज्य को छोड़ कर चला गया।

सीख : इस कहानी से यह सीख मिलती है कि इंसान की असलियत ज्यादा दिन तक छुप नहीं सकती, एक न एक दिन राज खुल ही जाता है।

एक समय की बात है, जब एक रुरु मृग हुआ करते थे। इस मृग का रंग सोने की तरह, बाल रेशमी मखमल से भी अधिक मुलायम और आँखें आसमानी रंग की होती थी। रुरु मृग किसी के भी मन को मोह लेता था। यह मृग अधिक सुंदर और विवेकशील था और मनुष्य की तरह बात कर सकता था। रुरु मृग अच्छी तरह जानता था कि मनुष्य एक लोभी प्राणी है। फिर भी वह मनुष्य के प्रति करुणा भाव रखता था।

एक दिन रुरु मृग जंगल में सैर कर रहा था, लेकिन तभी वह किसी मनुष्य के चिल्लाने की आवाज़ सुनता है। जब वह मौके पर पहुंचता है तो उसे नदी की धारा में एक आदमी बहता हुआ नजर आता है। यह देखकर मृग उसे बचाने के लिए नदी में कूद पड़ता है और डूबते व्यक्ति को उसके पैर पकड़ने की सलाह देता है लेकिन वह व्यक्ति उसके पैर पकड़कर मृग के ऊपर ही बैठ जाता है। अगर मृग चाहता, तो उसे गिराकर पानी से बाहर आ सकता था, लेकिन उसने ऐसा नहीं किया। वह स्वयं तकलीफ सहकर उस व्यक्ति को किनारे तक ले आता है।

बाहर आते ही व्यक्ति मृग को धन्यवाद कहता है तो इस पर मृग कहता है, अगर तुम मुझे सच में धन्यवाद करना चाहते हो, तो किसी को यह मत बताना कि तुम्हें एक स्वर्ण मृग ने डूबने से बचाया है।” मृग ने उसे कहा, “अगर मनुष्य मेरे बारे में जानेंगे, तो वे मेरा शिकार करने की कोशिश करेंगे।” यह कहकर रुरु मृग जंगल में चला जाता है।

कुछ समय बाद उस राज्य की रानी एक सपना देखती है, जिसमें उसे रुरु मृग दिखाई देता है। रुरु मृग की सुन्दरता को

देखने के बाद रानी उसे अपने पास रखने की लालसा करने लगती है। इसके बाद रानी, राजा को रुरु मृग को ढूंढकर लाने के लिए कहती है। राजा बिना देरी किए नगर में ढिंढोरा पिटवा देता है कि जो कोई भी रुरु मृग को ढूंढने में मदद करेगा, उसे एक गाँव और 10 सुन्दर युवतियाँ इनाम में दी जाएंगी।

राजा की यह सूचना उस व्यक्ति तक भी पहुंचती है, जिसे मृग ने बचाया था। वह व्यक्ति बिना समय गंवाए राजा के दरबार में पहुंच जाता है और रुरु मृग के बारे में राजा को बताता है। राजा और सिपाही

लेकिन पहले मैं यह जानना चाहता हूँ कि तुम्हें मेरी जगह का रास्ता किसने बताया।” इस पर राजा ने उस व्यक्ति की ओर इशारा किया जिसकी जान मृग ने बचाई थी। उस व्यक्ति को देख कर मृग कहता है - “निकाल लो लकड़ी के कुन्दे को पानी से, न निकालना कभी एक अकृतज्ञ इंसान को।”

जब राजा ने मृग से इन शब्दों का मतलब पूछा, तो मृग ने बताया कि उसने इस व्यक्ति को डूबने से बचाया था। मृग की बातें सुनकर राजा के अन्दर की ईंसानियत जाग गई। उसे खुद पर शर्म आने लगी और क्रोध



सहित वह व्यक्ति जंगल की ओर चल पड़ता है। जंगल में पहुंचने के बाद राजा के सिपाही मृग के निवास स्थान को चारों तरफ से घेर लेते हैं।

जब राजा मृग को देखता है, तो खुशी से फूले नहीं समाता क्योंकि वह मृग बिल्कुल वैसा ही था जैसा रानी ने बताया था। मृग चारों ओर से सिपाही से घिरा हुआ था और राजा उस पर बाण साधे हुए था, लेकिन तभी मृग राजा से मनुष्य की भाषा में कहता है “हे राजन, तुम मुझे मार देना

मैं उस व्यक्ति की ओर तीर का निशाना कर दिया। यह देखकर मृग ने राजा से उस व्यक्ति को न मारने की प्रार्थना की। मृग की दया भावना देखकर राजा ने उसे अपने राज्य में आने का निमंत्रण दिया। मृग राजा के निमंत्रण पर कुछ दिन राजमहल में रहा और फिर वापस जंगल लौट गया।

सीख : इस कहानी से हमें यह सीख मिलती है कि हमें किसी का अहसान कभी नहीं भूलना चाहिए। चाहे वह इंसान हो या जानवर।



जैसे बाप के लिए कहा हुआ है कि वह जो है, वैसा है, वैसा ही उनको जानने वाला सर्व प्राप्ति कर सकता है। वैसे ही स्वयं को जानने के लिए भी जो हूँ वैसा हूँ, ऐसा ही जान कर और मान कर सारा दिन चलते-फिरते हो? क्योंकि जैसे बाप को सर्व स्वरूपों से व सर्व सम्बन्धों से जानना आवश्यक है, ऐसे ही बाप द्वारा स्वयं को भी ऐसा जानना आवश्यक है। जानना अर्थात् मानना। मैं जो हूँ, वैसा हूँ-ऐसे मानकर चलेंगे तो क्या स्थिति होगी? देह में विदेही, व्यक्त में होते अव्यक्त, चलते-फिरते फरिश्ता व कर्म करते हुए कर्मातीत। क्योंकि जब स्वयं को अच्छी तरह से जान और मान लेते हैं; तो जो स्वयं को जानता है उस द्वारा कोई भी संयम अर्थात् नियम नीचे-ऊपर नहीं हो सकता।

संयम को जानना अर्थात् संयम में चलना। स्वयं को मानकर के चलने वाले से स्वतः ही संयम साथ-साथ रहता है। उनको सोचना नहीं पड़ता कि यह संयम है व नहीं, लेकिन स्वयं की स्थिति में स्थित होने वाला जो कर्म करता है, जो

बोल बोलता है, जो संकल्प करता है वही संयम बन जाता है। जैसे साकार में स्वयं की स्मृति में रहने से जो कर्म किया वही ब्राह्मण परिवार का संयम हो गया ना! यह संयम कैसे बने? ब्रह्मा द्वारा जो कुछ चला वही ब्राह्मण परिवार के लिए संयम बना। तो स्वयं की स्मृति में रहने से हर कर्म संयम बन ही जाता है और साथ-साथ समय की पहचान भी उनके सामने सदैव स्पष्ट रहती है। जैसे बड़े ऑफिसर्स के सामने सारा प्लैन होता है, जिसको देखते हुए वह अपनी-अपनी कारोबार चलाते हैं। जैसे एरोप्लेन व स्टीमर चलाने वालों के पास अपने-अपने प्लैन्स होते हैं जिससे वह रास्ते को स्पष्ट समझ जाते हैं।

इसी प्रकार जो स्वयं को जानता है उससे संयम ऑटोमेटिकली चलते रहते हैं और समय की पहचान भी ऐसे स्पष्ट होती है। सारा दिन स्वयं जो है, वैसा है वैसी स्मृति रहती है। इसलिए गाया हुआ भी है - जो कर्म मैं करूंगा मुझे देख सभी करेंगे। तो ऐसे स्वयं को जानने वाला जो कर्म करेगा वही संयम बन जायेगा। उनको देख सभी फॉलो करेंगे। ऐसी स्मृति सदा रहे।



बिजावर-छतरपुर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा स्वास्थ्य विभाग में आशा कार्यकर्ताओं के लिए आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. रचना बहन, ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. छत्रसाल भाई, बीएमओ नीलम तिवारी सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

कलात्मक जीवन का सार 'कृष्ण'



काम कब अच्छे होते हैं, जब हम अंदर से प्रसन्न और खुश रहते हैं और हमारी

तंग किये। हम थकते ही इसलिए हैं कि हमारे साथ कोई न कोई तुलना में खड़ा होता है।

कृष्ण की बाल लीला से बड़े होने तक की कहानी आप

ध्यान से देखो या पढ़ो तो बिल्कुल आपको अपने जीवन से मेल खाती नज़र आयेगी। कृष्ण के चरित्र में एक और चीज़ दिखाई देती है कि वो कार्य करके कभी ये नहीं कहते कि ये मैंने किया। कहते, ये तो बस हो गया। इसका भाव समझते हैं कि जब व्यक्ति किसी कल्याण के लिए कोई कार्य करता, बहुजन हिताय-बहुजन सुखाय के लिए जब कार्य करता है तो न वो जताता है न बताता है। लेकिन यहाँ हम अपने स्व के रथ के लिए सिर्फ कार्य करते हैं माना स्वार्थ के लिए, तो इसलिए बताते और जताते हमारा जीवन दुःख में निकल जाता। यही जीवन जीने की सबसे बड़ी कला है, यही जीवन की सबसे बड़ी धारणा है। हम सभी जीवन में सिर्फ इसी पुरुषार्थ को अपना लें कि हमें सिर्फ कल्याण के लिए ही कार्य करना है। जिसमें स्व-

कल्याण, विश्व-कल्याण समाया हुआ हो। इसलिए पूरे कृष्ण जन्माष्टमी को

खुशी और प्रसन्नता का जो स्तर है उस स्तर से अगर हम किसी कार्य को अंजाम दें तो उस कार्य के अंदर बरकत होती है। और हर कोई जब उस कार्य को देखता है तो कहता है कि मन करता है इस कार्य को देखते रह जायें। मतलब कोई भी कार्य बोज़ नहीं है। बस उसको करके उससे अलग होना मुख्य धारणा है। आज हम बहुत सारे कार्य एक साथ कर रहे होते हैं, लेकिन कार्य करने के बाद हम थकावट फील करते हैं या अच्छा नहीं लग रहा होता, कहते हैं हर दिन यही कार्य! मन खिन्न-सा हो जाता है। उसका कारण आपने ढूँढ है? उसका कारण क्या हो सकता है? कार्य को अपना न मानना पहला, दूसरा कोई न कोई आपके पास और हो जिसकी तुलना में वो कार्य बार-बार करना कि क्या ये मैं ही करूँ! नवीनता भी हम चाहते हैं और करना भी नहीं चाहते हैं। जैसे आपके घर में कोई भी न हो तो आप कैसे हर कार्य कर लेते हैं जल्दी-जल्दी।

वैसे ही दिखाया गया है कि कृष्ण बालपन से बाल लीला कर रहे हैं। लीला माना कार्य। लेकिन उसमें क्या सौ लोग लगे होते थे! चाहे वो कितने सारे राक्षसों का वध दिखाते हैं, लेकिन वे राक्षसों के साथ अकेले लड़ रहे होते थे, परिस्थितियों से अकेले लड़ रहे होते थे, लेकिन खुश होकर, बिना किसी को

सबके साथ रहते, सबको खुश करते, बिना किसी को दुःख पहुंचाये कार्य को किया और चले गये। इसीलिए कृष्ण की बाल लीला हर एक आत्मा की कहानी है। जब वो इस दुनिया में बिल्कुल डिटेच्ड अनुभव करता है, तो वो सभी का होता है और फिर जब वो कोई कार्य करता है तो माता-पिता को कितनी खुशी होती है! वो बच्चा रात को सोता है और भूल जाता है, सुबह कहो कि आपने ये कार्य किया तो कहेगा पता नहीं। क्या हमारी ऐसी स्थिति है?

हो, प्रसन्न हो और एकदम अलग हो। वही इस दुनिया में सभी का है और सब उसके हैं। राम जीवन है, कृष्ण कलाकार है, इन दोनों का मात्र एक 'धारणा' ही आधार है।

अब एक शब्द हम पकड़ के चलते हैं, वो है धारणा। इन्होंने पूरे जीवन को एक ऐसी धारणा के साथ बांधा जो उनके चरित्र में व्याप्त है। आप उसी से सीखते हैं, आप उसी को सबको बताते भी हैं कि भाई, अगर जीवन सीखना है तो राम से सीखो, कृष्ण से सीखो। इनके जीवन को झाँककर देखो। इसीलिए शायद कृष्ण की झाँकी लगाई जाती है कि अलग-अलग परिस्थितियों को उन्होंने कैसे जीता, उनको जीत करके सबके सामने एक मिसाल पेश किया कि परिस्थिति को कलात्मक ढंग से कैसे जीता जा सकता है।

आप हमेशा सुनते रहे होंगे कि कृष्ण सोलह कला सम्पूर्ण थे और उनके हाथ में बांसुरी हमेशा दिखाई जाती है। कोई ऐसा अस्त्र-शस्त्र नहीं दिखाया जाता। मतलब मन इतना शांत और निर्मल है कि वो चैन की बांसुरी बजा रहे हैं, ऐसा दिखाते हैं। आप देखो, जीवन में हमारे

बाल लीला के साथ जोड़ा जाता है कि खेल-खेल में सबको हँसाते, बहलाते,

अगर नहीं है तो बनायें और इस जन्माष्टमी पर उसे अपने जीवन का अंग बनायें। तब जाकर सही मायने में कृष्ण को साकार सृष्टि पर हम अनुभव कर पायेंगे।



अफ्रीका-नैरोबी। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'अफ्रीका डे' के अवसर पर दो विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किये गये जिसमें एक कार्यक्रम जूम के माध्यम से ऑनलाइन आयोजित किया गया और यूट्यूब पर स्ट्रीम किया गया। इसका संचालन किउरी मबुराथी, आर्किटेक्ट एंड मेडिटेशन प्रैक्टिसनर, केन्या द्वारा किया गया। इस कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. वेदांती बहन, डायरेक्टर, ब्रह्माकुमारीज, अफ्रीका, बसगोपॉल माहेन, अफ्रीकन यूनिथन रीप्रेजेंटेटिव, हिंगोमा ग्लोरिया, यूथ एक्टिविस्ट एंड फाउंडर ऑफ जाम्बिया पीस इनीशिएटिव, फातिमा डाइक, मेडिटेशन टीचर, आर्टिस्ट एंड मॉडल ऑन उबंटू, डिवाइन एनटीओकम, डायरेक्टर ऑफ ग्लोबल स्मार्ट एप्रीकलचर यूथ नेटवर्क ग्लोबल, ब्र.कु. प्रतिभा बहन, ब्रह्माकुमारीज मेडिटेशन टीचर, साउथ अफ्रीका, विक्रम डूकना, रीप्रेजेंटेटिव, ब्रह्माकुमारीज मॉरीशियस आदि शामिल रहे।

इसके साथ ही सिटी काउंसिल ऑफ पोर्ट-लुईस, मॉरीशियस में 'अफ्रीका डे' के अवसर पर 'अवर अफ्रीका अवर फ्यूचर' थीम के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम को रिकार्डों रोज़, द कोऑर्डिनेटर ऑफ इनर स्पेस मेडिटेशन सेंटर, ओलिवर थॉमस, चेयरपर्सन ऑफ द नेल्सन मंडेला सेंटर फॉर अफ्रीकन कल्चर, महेन्द्रनाथ बसगोपॉल, डिप्टी प्रेसाइडिंग ऑफिसर ऑफ ईसीओएसओसीसी, ब्र.कु. गायत्री बहन, चेयरपर्सन ऑफ द ब्रह्माकुमारीज मॉरीशियस तथा मुख्य अतिथि के रूप में एडी बॉयसेजन, जीओएसके, वाइस प्रेसिडेंट ऑफ द रिपब्लिक ऑफ मॉरीशियस ने सम्बोधित किया। स्टेफनी नोएलिस, आर्टिस्ट एंड सिंगर ने सुंदर सांस्कृतिक प्रस्तुति दी तथा डिप्लोमेटिक कॉर्प्स के सदस्य, जाम्बिया, सेनेगल, कोटे द आइवर, केन्या तथा रॉड्रिग्स के प्रतिनिधियों सहित अन्य गणमान्य लोगों ने उपस्थित रहकर कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई।



छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा सागर रोड पर बगौता स्थित रॉयल गार्डन में आयोजित कार्यक्रम में छतरपुर सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन, योगा केंद्रीय विद्यालय स्पोर्ट्स टीचर बलराम सोनी, शिक्षक एवं हर्बल लाइफ कोच विजय सिंह गौतम, व्यापारी रमेश गांधी, जानकी भाई व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों सहित 280 लोग शामिल रहे।



भुज-गुज। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर पैनासोनिक कंपनी में कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में योगा टीचर जसोदा बहन, कंपनी के एचआर हेड मुकेश भाई, सीनियर ऑफिसर भावेश भाई, ब्र.कु. रीना बहन, ब्र.कु. रश्मि बहन, ब्र.कु. बाबू भाई तथा कंपनी के स्टाफ।

मनुष्य का मन जैसा कहता वैसा वो करता। इसी को आम भाषा में, साधारण भाषा में मनमत कहते हैं। क्योंकि मनुष्य कभी किसी बात को ठीक कहता है, कभी किसी बात को गलत कहता है। इतनी ज़ुटियां हैं मनुष्यों के अंदर कि जब भी वो किसी को कुछ बतायेगा तो अपूर्णता के साथ ही बतायेगा, सत्य नहीं बता सकता जिससे कि सुख मिले। इसको और साधारण भाषा में पक्षपात (बायसनेस) कहते हैं।

मनुष्य किसी संस्कृति के आधार से, देश के आधार से, परिस्थिति के आधार से, जाति के आधार से, भाषा के आधार से, अल्पज्ञ रीति से सभी को मत देता है। हर स्थान पर उसका पक्षपात दिखता है। इसीलिए मनुष्य किसी को भी ऐसे सद्मार्ग को दिखाने में असमर्थ है क्योंकि खुद ही उस मार्ग पर चलता नहीं। इतनी सारी कमी और कमजोरियों को लेकर चलने वाला मनुष्य कभी भी किसी को उन्नत मार्ग कैसे दिखायेगा!

इसके अलावा कई बार लोग सम्बंधियों से, दोस्तों से, औरों से भी सलाह करते हैं। ये सलाह भी उनकी अपनी परिस्थिति के आधार से ही होगी। तो

इसको परमत कहते हैं। परमत अर्थात् जिसमें पूरी तरह



श्रीमत क्यों ज़रूरी है?

से हमारा वो अनुभव नहीं है, किसी और के कहने पर हम चल पड़े। तो ज़रूर हम उसमें कहीं न कहीं मात खा जायेंगे। अब इन दोनों मतों को आपने देख लिया, तो इसमें क्या पाया कि जो भी मनुष्य देगा या परमत से हम सीखेंगे, उन सब में कुछ न कुछ मिलावट अवश्य होगी। और जहाँ मिलावट होगी वहाँ पर पूरी तरह से बात निखर के सामने नहीं आयेगी।

अब इसी के समाधान में 'श्रीमत' शब्द भी है जो श्रेष्ठता के आधार से चलती है। जहाँ श्रेष्ठता है वहाँ पर शांति अवश्य होगी। उदाहरण के लिए एक शब्द आप लें, महानता या निर्माणता या पवित्रता, इन शब्दों को बोलने से ही हमको शांति फील होती है। आपको नफरत का एहसास नहीं हो रहा है, ईर्ष्या-द्वेष का एहसास नहीं हो रहा है। तो परमात्मा हमेशा श्रीमत देते हैं, जो श्रेष्ठ मत कही जाती है।

क्योंकि जब साधारण और विकारयुक्त मतों से हम मलीन होते हैं तो वहीं परमात्मा के

दिये हुए श्रीमत से हम श्रेष्ठ भी बनते हैं। श्रीमत को अगर एक शब्द में बोला जाये तो एक ऐसी मत जिसमें न्यूटल भाव है, सबके लिए एक भाव है। मतलब

इस शरीर के जितने भी टाइटल्स हैं, उन सबसे

ऊपर उठकर आत्म-उन्नति का भाव है। ये भाव हमको धर्म भेद, भाषा भेद, रंग भेद, लिंग भेद, इन सबसे ऊपर उठाता है। और ये सिखाता है कि हम सभी आत्मायें इस शरीर से अलग हैं

और एक पिता परमात्मा की संतान हैं। जिसके अंदर श्रेष्ठ विचार पहले से मौजूद थे लेकिन आज बहुत समय से दूसरे (शारीरिक) भावों के साथ रहने के कारण बदलाव आया। और वो बदलाव मनुष्य को नीचे ही गिराता जा रहा है। इसलिए इस दुःख के सागर से निकालने के लिए एक 'परमात्म-मत' ही कार्य कर सकती है। आज हम कितनी भी किताबें पढ़ लें, कितने भी प्रेरणादाई कोट पढ़ लें लेकिन आपको अपनी उन्नति फील हो ही नहीं सकती। लेकिन जैसे ही परमात्मा की मत को हम लेते हैं, हम आगे बढ़ना शुरू हो जाते हैं।

जैसे एक कहावत है कि मनुष्य गलतियों का पुतला है, वैसे ही शास्त्र-मत और गुरु-मत में भी वही कुछ मान्यताएँ हैं जो हमको अच्छी शिक्षा ज़रूर दे देती है लेकिन उसको किया कैसे जाये वो हमें पता नहीं होता। इसलिए श्रेष्ठ मत सदा ही सर्वश्रेष्ठ है और वो परमात्मा के आधार से ही चलता है।



ब्र.कु. अनुराज भाई, दिल्ली

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न : मैं अमलनेर से कठुणा जैन हूँ। मेरी सात साल की बेटी अपने भाई और पिता के साथ तो अच्छे से रहती है लेकिन मुझसे बहुत बुरा व्यवहार करती है, मुझे जैसे खाने को दोड़ती है। ऐसे में मैं क्या करूँ?

उत्तर : ये प्रश्न कुछ परिवारों में समस्यायें बन कर आ रहे हैं। किसी परिवार में हम पाँच-सात सदस्य इकट्ठे हुए हैं। पहले तो कोई किसी से परिचित नहीं था भाई कहीं था, तो बहन कहीं। दोनों की शादी हुई, परिचय हुआ मेल हुआ, बच्चे के बारे में किसी को कोई ज्ञान नहीं था। बच्चे आये, जन्म लिया। तो ये जो हमारे परिवार बन रहे हैं इसमें हमें ये बात, इस सत्य को जानना ही चाहिए, मानना ही चाहिए कि जन्म-जन्म के जिन आत्माओं से कर्मों के गहन सम्बन्ध हैं वो ही हमारे परिवार में आ रहे हैं। उनके संग पुण्य कर्म भी हुए हैं और कुछ बुरे कर्म भी, पाप कर्म भी। जैसा कि आपने बताया कि आपकी बेटी का व्यवहार आपके साथ ऐसा है तो इसका बिल्कुल सीधा-सा कारण है कि आपने इस बच्ची की आत्मा को बहुत सताया है, कष्ट दिया है, बुरा व्यवहार किया है, उसको हट किया है बहुत ज़्यादा, तो उसके मन में क्रोध और जो बदले की भावना भरी हुई है वो अब यहाँ प्रैक्टिकल में कंटिन्यू है और कार्य कर रही है। इसीलिए ये बहुत ज़रूरी है कि हम किसी को हट ना करें। हम किसी का दिल ना दुखायें, हम किसी को परेशान न करें।

जैसे किसी ने किसी का मर्डर कर दिया और कोर्ट से ले देके वो बरी कर दिया। अब उसे तो पता है ना कि उसने मर्डर किया था। बरी तो वो हो गया, उसके भी सर्व्कॉन्शियस माइंड में भरा हुआ है कि मर्डर तो तुमने ही किया था। किसी भी तरह से तुम बच निकले हो। तो उसको उसकी सज़ा मिलेगी ही। वो इस जन्म में मिले या अगले जन्म में। आपका यही कर्मों का सम्बन्ध है। इसका एक ही तरीका है आप राजयोग की थोड़ी प्रैक्टिस करें।

और अपनी बेटी से आप सवेरे उठते ही मन ही मन क्षमा-याचना करें। कम से कम सात दिन तक। आपको तरीका यही अपनाना है कि जब आप सुबह उठें तो थोड़ा भगवान को याद करें, थोड़ा कर्मों की गति को भी याद करें और फिर इस गुड फीलिंग में आ जायें कि मैं भगवान की संतान हूँ, मैं महान हूँ, इसलिए महान आत्मा को क्षमा-याचना करने में लज्जा नहीं।

मन की बातें



- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

तो बिल्कुल सच्चे मन से स्वीकार करते हुए अपनी बच्ची को सामने इमर्ज करें, स्वीकार करें कि हे आत्मा मैंने पूर्वजन्मों में तुमको ज़रूर कष्ट दिया है, मैं तुमको सच्चे मन से हाथ जोड़कर क्षमा-याचना करती हूँ। अगर आप सच्चे मन से क्षमा-याचना करेंगी, तीन बार कर लें रोज सवेरे-सवेरे ही, तो सात दिन में ही उसका चित्त शान्त हो जायेगा, आपकी बेटी शांत हो जायेगी। और उसका व्यवहार आपके प्रति भी वैसा ही हो जायेगा जैसा कि भाई और पिता के प्रति है।

प्रश्न : मैं दुर्ग ले राम नारायण मिश्र हूँ। हमारे घर में बहुत अरुण बिजनेस है। हमारे पड़ोसियों ने शायद हमारे ऊपर जादू टोना कर दिया है। ताकि हम डाउन हो जायें। तो हम इससे कैसे बचें?

उत्तर : आजकल धन का लोभ, इच्छाएं, स्वार्थ बहुत बढ़ गया है। तो तांत्रिकों को कोई लेना-देना नहीं कि कौन परेशान होगा,

उन्हों को तो पैसा मिला, उन्होंने तो कहा कि बस हमें तो दस हजार रूपए दे दो तो हम आपका काम कर देते हैं। कई-कई तो लालची होते हैं कि व्यक्ति आया है, बोलते पचास हजार दे दो तो हम आपका सारा काम कर देंगे। उसने तो पचास हजार ले लिए और तांत्रिक प्रयोग करा दिया। दूसरा व्यक्ति परेशान हो रहा है, उसका सबकुछ बिगड़ गया है, उसका बिजनेस नष्ट हो गया है। तो ये सब केस हो रहे हैं।

लेकिन तांत्रिकों को मैं एक बात बहुत प्यार से कहूँगा कि कर्म की गति के अनुसार इस पाप का फल इनको भी भुगतना पड़ेगा। मैं ऐसे कई तांत्रिकों को देख चुका हूँ जिनके दो-दो जवान बच्चे मर गए। और वो भी एक-एक हफ्ते के अंतर से, बिना कारण से। माना कोई रोग नहीं हुआ। तब उनका जीवन खाली हो गया, कोई नहीं बचा परिवार में।

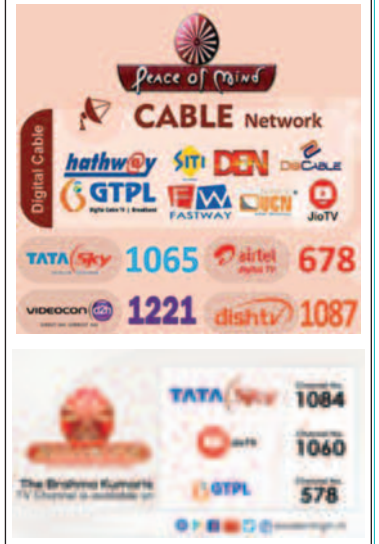
तो तांत्रिकों को भी क्योंकि वो भी तो मनुष्य हैं, उनके पास भी विवेक है अपने सद्विवेक का प्रयोग करके अपनी तंत्र विद्या को जो वेदों से ही निकली हुई है, पवित्र विद्या है, उसका मिसयूज पापकर्म में कभी नहीं करना चाहिए।

मैं आपको ये कहूँगा दो काम आपको करने होंगे, एक तो रोज सवेरे विशेष रूप से सवेरे और सोने से पहले परिवार के जितने भी सदस्य हैं शांत में बैठेंगे और 108 बार याद करेंगे मैं भगवान की संतान हूँ, मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, इसमें 15 से 20 मिनट लगायें। इससे क्या होगा आपके अंग-अंग से शक्तियों की किरणें पूरे घर में फैलेंगी। घर में ही करना है, इससे उनमें भी शक्ति आयेगी और पूरे घर के वातावरण में भी वो शक्तियां फैल जायेंगी और ये जो तंत्र-मंत्र का इफेक्ट है वो नष्ट हो जायेगा। क्योंकि तंत्र-मंत्र की शक्ति इतनी शक्तिशाली नहीं होती जो सबकुछ नष्ट कर दे। कहीं-कहीं वो करती भी है। लेकिन

मनुष्य को अपने मनोबल को डाउन नहीं करना चाहिए। आप और आपका परिवार दृढ़ संकल्प करे कि हम सर्वशक्तिवान के बच्चे हैं। मास्टर सर्वशक्तिवान हैं। हम इस तंत्र-मंत्र से अधिक पॉवरफुल हैं। इनका प्रभाव हम पर होगा ही नहीं। हमारा बिजनेस बिल्कुल अच्छा चलेगा। ये जो भय होता है कि हमारे ऊपर किसी ने कुछ करा दिया, हमारा तो बिजनेस बिल्कुल डाउन हो गया, अब हम क्या करें तो निगेटिव एनर्जी पॉवरफुल होने लगेगी। अपने घर में नौ दिन तक गाय के घी का एक अखण्ड दीपक जला दें। मान लो कहीं ऐसा हो भी गया है तो गाय के घी की जो लौ निकलती है और उससे जो वेक्स निकलती हैं वो भी निगेटिव एनर्जी को नष्ट कर देती हैं। हमें पूर्ण विश्वास है और मिश्र जी भी विश्वास करें कि ये खत्म होने वाली है, ये इतनी पॉवरफुल नहीं होती कि किसी को भी चाहे नष्ट कर दें। आप इसको हरा दें। आप ये समाधान करेंगे तो बिल्कुल ठीक हो जायेगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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





आइए... चतुर्थी के अर्थ के साथ जीते हैं...

दुनिया में जितनी भी समस्याएं हैं उनकी शुरुआत हमारे शरीर के दो अंगों से होती है। एक आँख, दूसरा कान। ये दो इनपुट डिवाइसेज हैं जिससे हमारे शरीर का हर एक अंग प्रभावित होता है। शारीरिक और मानसिक बीमारियां पनप जाती हैं।

शरीर के हर एक अंग का अपना महत्व है, और हर एक अंग का एक-दूसरे के साथ जुड़ाव भी है। समानता और असमानता के साथ अगर हर एक अंग काम न करे तो शरीर की यांत्रिकी रुक जायेगी। वैसे ही आप सब को भी पता है कि दुनिया का कोई भी वैज्ञानिक पहलू इस बात के साथ ताल्लुक नहीं रखता कि ऐसा भी कोई मानव होगा जिसका धड़ मनुष्य का और सिर किसी जानवर का हो। यह एक प्रतीकात्मक पहलू है जिसका हमारे जीवन के साथ बहुत गहरा कनेक्शन है। इस दुनिया में एक बात कही जाती है कि सुबह-सुबह अच्छे का मुँह देखकर निकलना चाहिए ताकि हमारा कार्य अच्छा हो। और जब थोड़ा भी बुरा हो तो हम कहते हैं कि पता नहीं सुबह किसका मुँह देख लिया। इस भाव को हम समझते हैं।

दुनिया में जितनी भी समस्याएं हैं उनकी शुरुआत हमारे शरीर के दो अंगों से होती है। एक आँख, दूसरा कान। ये दो इनपुट डिवाइसेज हैं जिससे हमारे शरीर का हर एक अंग प्रभावित होता है। शारीरिक और मानसिक बीमारियां पनप जाती हैं। तो क्या हम इन दोनों अंगों को और अंगों के साथ जोड़कर कुछ नया नहीं निकाल सकते! कहा जाता है कि जिस प्रकार पेट में ज्यादा कुछ चला जाये जो हमारे पेट के लिए जरूरी नहीं है तो उसमें समस्या उत्पन्न हो जाती है। उसी प्रकार कहा जाता है कि पेट में समाने की ताकत होती है माना पचाने की ताकत होती है। लेकिन पचा भी वो वही पाता है जो उसके लायक हो। नहीं तो थोड़ा भी अगर पेट के मुआफिक नहीं होगा तो अपच हो जाएगी। इसलिए गणेश जी के पेट को सबसे बड़ा दिखाया जाता

है। दुनिया की सारी ऐसी बातें जिससे किसी का मन खराब हो या मन दुःखी हो, उस बात को अगर हम पहले ही समा लें या अपने अंदर ही पचा लें तो वहां विघ्न आने से बच जायेगा। इसलिए सबकी बातों को पचा लो।

दूसरा, गणेश जी को दिखाते हैं कि उनका एक दांत बाहर निकला हुआ होता है अर्थात् वो एक दांत वाले हैं। लेकिन खाने के दांत अंदर होते हैं। बाहर का निकला हुआ दांत इस बात का प्रतीक है कि मैं आप सबके साथ हूँ लेकिन अंदर से डिटेच हूँ। इसलिए लोग कहते हैं कि हाथी के दांत दिखाने के कुछ और, और खाने के कुछ और।

गणेश जी के कान को बहुत बड़ा दिखाया जाता है। कहा जाता है कि अगर कोई किसी के खाने में जहर घोल दे तो

वो बच सकता है लेकिन अगर कोई किसी के कान में जहर घोल दे तो वो बच नहीं सकता। इसीलिए हमेशा ऐसे संग से, ऐसी बातों से हमें बचना है जो हमारे जीवन में जहर घोल दें। आँखें हाथी की सबसे छोटी होती हैं और झुकी होती हैं, मतलब वो स्वयं को देखता है। और दूसरी एक बात कही जाती है कि हाथी हर किसी को उसकी ऊँचाई से डबल देखता है। ऐसे ही हम सभी को हर किसी को ऊँचा उठाना है। किसी के भी प्रति दुर्भावना रख उसको नीचे न गिराएं। हमेशा ऊँचा देखने से हमारे अंदर एक अच्छी भावना पैदा होती है। और हमेशा गणेश जी को विघ्न-विनाशक कहते हैं या सिद्धि-विनायक कहते हैं।

तो देखो हम निर्विघ्न या विघ्न-विनाशक कब बनेंगे जब श्रेष्ठ सुनेंगे,

ऊँचा देखेंगे, सबकी बातों को पचा लेंगे, सबसे डिटेच रहेंगे तो ऐसे ही हमारे जीवन में विघ्न नहीं आयेंगे। हम हमेशा निर्विघ्न रहेंगे।

अतः सिद्धि-विनायक, विघ्न-विनाशक गणेश हम सबके एक मार्गदर्शक के रूप में हम सभी के अंतरमन में विराजमान हैं। बस जागृति से उसको जगाओ क्योंकि ऐसा बच्चा आज भी कोई स्वीकार नहीं कर सकता। सिर्फ तस्वीरों तक ही ये रूप सीमित है। इसलिए उसे अपने जीवन में अपनाने से पता चलेगा कि गणेश वास्तव में हमारे जीवन का एक अंग है और उस अंग को जीवन-संगिनी बनाकर चलें तो निरंतर हम विघ्नों से बचे रहेंगे। तो आओ, इस गणेश चतुर्थी पर हम सभी ये संकल्प लेते हैं और निर्विघ्न बनने की राह पर आगे बढ़ते हैं।



बेंगलुरु-कर्नाटक। नशा मुक्त भारत अभियान प्रोजेक्ट के तहत नशीली दवाओं के दुरुपयोग के अंतर्राष्ट्रीय दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा आर.एन.एस. इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी कॉलेज में आयोजित जागरूकता कार्यक्रम में ब्र.कु. मेधा दीप बहन द्वारा 'पीपल फर्स्ट: स्टॉप स्टिग्मा एंड डिस्क्रिमिनेशन, स्ट्रेन्डेन प्रेवेंशन' वार्षिक थीम पर पॉवर प्वाइंट प्रेजेंटेशन द्वारा विस्तार से समझाया गया। कार्यक्रम में 600 से अधिक इंजीनियरिंग स्टूडेंट्स ने भाग लिया। इस मौके पर सभी को अपने देश को व्यसनो ने मुक्त बनाने की प्रतिज्ञा कराई गई।



बिजावर-म.प्र. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज द्वारा बिजावर स्थित सब जेल में सभी बंदी भाइयों के लिए तन-मन की एक्सरसाइज अर्थात् योग का कार्यक्रम रखा गया। कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. शिल्पा बहन, ब्र.कु. छत्रसाल भाई, ब्र.कु. सुभाष भाई, जेलर मुकेश माझी आदि शामिल रहे।



छतरपुर-म.प्र. जिला होमगार्ड एसडीआईआरएफ द्वारा चलाए जा रहे आपदा प्रबंधन प्रशिक्षण 'आपदा मित्र योजना' में सम्बोधित करने के लिए ब्रह्माकुमारीज को आमंत्रित किये जाने पर ब्र.कु. रीना बहन एवं ब्र.कु. सुमन बहन ने कार्यक्रम में प्रशिक्षण ले रहे जिले भर से 200 बच्चों को बाहरी तौर पर सशक्त होने के साथ ही अंदर से सशक्त होने का तरीका बताया। साथ ही बच्चों को विभिन्न एक्टिविटीज कराई। इस अवसर पर होम कमांडेंट संजय गौर एवं आपदा प्रबंधन देने वाले प्रशिक्षक उपस्थित रहे।



दुर्ग-छ.ग. नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत विश्व तम्बाकू निषेध दिवस के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज के केलाबाड़ी सेवाकेन्द्र द्वारा दुर्ग रेलवे स्टेशन पर आयोजित 'व्यसन मुक्ति चित्र प्रदर्शनी' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए स्टेशन मास्टर लखविंदर सिंह मुंगेर, ब्र.कु. पूर्णिमा बहन, ब्र.कु. रेणुका बहन व ब्र.कु. राजू भाई।

बीती बातों को विदाई देकर अपना जीवन बनाएं खुशहाल

ब्रह्माकुमारीज द्वारा गैरिसन ग्राउंड सदर में आयोजित 'हैप्पीनेस अनलिमिटेड' प्रोग्राम को ब्र.कु. शिवानी बहन ने किया सम्बोधित



जबलपुर-कटंगा कॉलोनी(म.प्र.)। बीती बातों को भूल जाएं और हर दिन को एक नये उमंग और ताजगी के साथ जिएं। जब परिस्थितियां प्रतिकूल हों तो मन को नियंत्रित रखें, फिर सब अच्छा होगा। उक्त विचार अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता एवं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी दीदी ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा गैरिसन ग्राउंड सदर में आयोजित 'हैप्पीनेस अनलिमिटेड' कार्यक्रम में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि हर किसी को दिल से दुआएं दें, हर किसी को क्षमा करें, बीती बातों को विदाई दें, तो जीवन अपने आप खुशहाल हो जाएगा।

ज़्यादा चिंतन खुशी को कम करता है... शिवानी बहन ने कहा कि हम जैसी प्रतिक्रिया करते हैं, हमारा आगे आने वाला जीवन उसी पर निर्भर करता है। हमें यह याद रखना चाहिए कि जिस व्यक्ति के प्रति हमें घृणा की अनुभूति होती है, उसी व्यक्ति के सम्बंध में हम दिन में सबसे ज़्यादा चिंतन करते हैं, जो हमारी

डॉक्टरों के लिए मानस भवन में 'माइंड-बॉडी-मेडिसिन' कॉन्फ्रेंस

स्वस्थ समाज बनाने वाले 'चिकित्सक' बनें

चिकित्सकों को हेल्थ का ब्रांड एम्बेसडर बनने की जरूरत है। यह एक ऐसा प्रोफेशन है, जहां प्रेशर तो हो सकता है, लेकिन स्ट्रेस के लिए जगह नहीं है। डॉक्टरों अगर खुश रहेंगे तो हेल्दी समाज का निर्माण होगा। आपको इमोशनल हेल्थ का डॉक्टर भी बनना होगा, साथ ही स्वयं हेल्दी लाइफ स्टाइल का एग्जाम्पल सेट करना चाहिए। डॉक्टरों सिर्फ बीमारी का इलाज करने वाले डॉक्टर न बनें, बल्कि समाज से बीमारी को खत्म करना होगा। उक्त विचार जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी दीदी ने मानस भवन में व्यक्त किये। वे ब्रह्माकुमारीज जबलपुर की मेडिकल विंग एवं इंडियन मेडिकल एसोसिएशन एमपी स्टेट द्वारा आयोजित 'माइंड-बॉडी-मेडिसिन' कॉन्फ्रेंस में चिकित्सकों को सम्बोधित कर रही थीं।

'नशा मुक्त भारत अभियान' की भव्य शुरुआत

कॉन्फ्रेंस में भारत सरकार और ब्रह्माकुमारीज के सौजन्य से चल रहे 'नशा मुक्त भारत अभियान' का शहर में शुभारंभ भी हुआ। समारोह में मेडिकल विंग के सेक्रेटरी डॉ. बनारसी लाल शाह, डॉ. मोहित गुप्ता, डॉ. ब्रजेश सिंघल, ब्र.कु. हेमा बहन, ब्र.कु. आशा बहन, ब्र.कु. ऊषा बहन व ब्र.कु. शक्ति बहन शामिल हुईं। नशा मुक्ति कलश ब्र.कु. भूमि बहन एवं ध्वज डॉ. श्याम रावत को प्रदान किया गया। मंच पर म.प्र. मेडिकल साइंस यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉ. अशोक खंडेलवाल, आईएमए स्टेट प्रेसीडेंट डॉ. आर.के. पाठक, सीएमएचओ डॉ. संजय मिश्रा, मेडिकल डीन डॉ. गीता गुर्गन उपस्थित रहे। समारोह में 'दिव्य गर्भ गीता' पुस्तक का विमोचन भी हुआ। आयोजन में बड़ी संख्या में शहर के चिकित्सक शामिल हुए।

खुशी को कम करता है। उन्होंने कहा कि राजयोग को अपनाकर जीवन की हर परिस्थिति में आनंद का अनुभव किया जा सकता है।

कार्यक्रम में महापौर जगत बहादुर सिंह, अन्नू, यामिनी सिंह, विधायक अशोक रोहाणी, मनीषा रोहाणी, ननि अध्यक्ष रिकुंज विज, समाजसेवी डॉ. कैलाश गुप्ता, नेता प्रतिपक्ष कमलेश अग्रवाल, ब्र.कु. विकास समेत भारतीय सेना के जवान और अफसरों की उपस्थिति रही। ब्रह्माकुमारीज इंदौर जोन की निदेशिका ब्र.कु. हेमलता दीदी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विमला दीदी ने आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम का सफल संचालन ब्र.कु. बाला बहन ने किया।

ब्रह्माकुमारियों ने लिया प्राकृतिक यौगिक खेती प्रशिक्षण



महेसाणा-गुज.। ब्रह्माकुमारी बहनों के लिए 'गॉडली पैलेस' ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र में आयोजित त्रिदिवसीय शाश्वत यौगिक खेती के राष्ट्रीय स्तर के प्रशिक्षण के उद्घाटन अवसर पर अपने विचार रखते हुए आत्मा प्रोजेक्ट,महेसाणा के डायरेक्टर भरत भाई पटेल ने कहा कि ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा किसानों को भूमि संतुलन करने की पद्धति सिखाई जाए जिससे भूमि शुद्ध बने। खेती में प्राकृतिक चीजों का इस्तेमाल कर हम भूमि को बचा सकते हैं। रासायनिक खाद के द्वारा उगाए गए अन्न से बीमारियों की वृद्धि भी हो रही है। शुद्ध अन्न होगा तो दवाइयों का खर्चा भी कम हो जायेगा। महेसाणा के अर्बन बैंक के जनरल मैनेजर प्रकाश भाई पटेल ने कहा कि आप बहनों शुद्ध अन्न पैदा करने का एक अच्छा संकल्प लेकर

'गॉडली पैलेस' में त्रिदिवसीय शाश्वत यौगिक खेती का राष्ट्रीय स्तर का प्रशिक्षण कार्यक्रम

भारत भर से आई सैकड़ों ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा प्रशिक्षण ले प्रदूषित खेती को शुद्ध बनाने का प्रयास सराहनीय

समाज में जा रही हैं। सही अर्थ में यह प्रशासन का कार्य है परंतु आप यह महान कार्य कर रहे हैं। इस महान कार्य द्वारा समाज में परिवर्तन अवश्य होगा। माउण्ट आबू से कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के उपाध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. राजू भाई ने कहा कि वर्तमान समय शुद्ध

अन्न पैदा करने के लिए यह प्रशिक्षण आवश्यक है। ब्रह्माकुमारी बहनों के पास दो शक्तियां हैं। एक है पवित्रता का बल, दूसरा है योग बल। इन दोनों शक्तियों द्वारा असंभव कार्य को भी संभव कर सकते हैं। प्रभाग की अध्यक्षा, ब्रह्माकुमारीज के महेसाणा उपक्षेत्र की संचालिका एवं प्रशिक्षण आयोजिका राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी ने पूरे देश से इस प्रशिक्षण में भाग लेने आई बहनों को बधाई देते हुए कहा कि भौतिक एवं पराभौतिक सत्ता के समन्वय द्वारा सात्विक एवं पौष्टिक अन्न पैदा करना, यही शाश्वत यौगिक खेती है। गोधरा से आई प्रभाग की गुजरात जोन संयोजिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुरेखा बहन, प्रभाग के कार्यकारी सदस्य एवं फार्म ब्रीज फाउण्डेशन गुजरात के डायरेक्टर ब्र.कु. राजेश दवे ने भी शुभकामनाएं दी। त्रिदिवसीय प्रशिक्षण में शाश्वत यौगिक खेती की पद्धति, मिश्रित फसल एवं फसल सुरक्षा, यौगिक गृह वाटिका आदि विषयों पर भारत भर से आये विभिन्न वक्ताओं जैसे कि शाश्वत यौगिक खेती के प्रणेता एवं प्रतिशील किसान बाला सौ रूजे,इचलकरंजी, शाश्वत यौगिक खेती की प्रेरक ब्र.कु. मनीषा बहन,शिरोल, फार्म ब्रीज फाउण्डेशन,गुजरात के डायरेक्टर ब्र.कु. राजेश दवे, गोल्डन एरा ईको सर्विसेज(इंटरनेशनल रीजनरेशन सर्विसेस फर्म) के फाउंडर एवं सीईओ ब्र.कु. प्रियंका बहन,आबूरोड, इफको कोरडेट कौल के ट्रेनिंग ऑफिसर एवं पी एंड ए ब्र.कु. ज़िनेश आदि द्वारा प्रशिक्षण दिया गया।

डॉक्टरों डे एवं सी.ए. डे के उपलक्ष्य में भव्य सम्मान समारोह

धमतरी-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज के तत्वाधान में एवं समाजसेवी राजेश शर्मा के सहयोग से डॉक्टरों डे एवं सी.ए. डे के उपलक्ष्य में राधाकृष्ण हॉल महालक्ष्मी ग्रीन में आयोजित भव्य सम्मान समारोह में मुख्य वक्ता डॉ. दिलीप नलगे,हेल्थ काउंसलर मुम्बई ने उपस्थित चिकित्सक, सीए तथा बार एसोसिएशन के नवनिर्वाचित सदस्यों को बधाई देते हुए कहा कि वर्तमान दौर में तनाव मनुष्य जीवन का अविभाज्य अंग बनता जा रहा है। चिंता, क्रोध, डर आदि नकारात्मक भावनाओं की वजह से बीमारियां भी बढ़ती जा रही हैं। ऐसे समय में डॉक्टरों को भी अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना बहुत आवश्यक हो गया है। सही आहार, योग्य व्यायाम, संतुलित दिनचर्या तथा विपरीत परिस्थिति में भी शांत मन रखने की कला सीखना हर व्यक्ति के बहुत जरूरी है। और मन को शक्तिशाली एवं स्थिर रखने के लिए राजयोग मेडिटेशन एक बहुत अच्छा साधन है। समाजसेवी राजेश शर्मा ने सभी का स्वागत, सम्मान एवं धन्यवाद करते हुए कहा कि समाज को स्वस्थ रखने में डॉक्टरों का अहम योगदान है। राजयोगिनी ब्र.कु. सरिता दीदी ने सभी डॉक्टरों एवं सीएज को आशीर्वाचन देकर उनके लम्बे एवं स्वस्थ जीवन की कामना की तथा सभी का स्वागत एवं सम्मान किया। कार्यक्रम संचालन ब्र.कु. प्राजक्ता ने किया। समारोह में डॉ. प्रभात गुप्ता,एम.एस. सर्जन गुप्ता हॉस्पिटल, राजेन्द्र शर्मा,पूर्व सभापति नगर निगम धमतरी, भुनेश्वर सिन्हा,नवनिर्वाचित बार एसोसिएशन अध्यक्ष, बहन वीथिका विश्वास,महामंत्री बीजेपी आदि शामिल रहे।

