

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25

मई - II - 2023



अंक - 04

माउण्ट आबू

Rs.-12



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

सप्त शिव शक्तियों ने किया ईश्वरीय मार्ग पर जीवन समर्पित

माता-पिता एवं परिजन अपनी बेटियों के दिव्य स्वयंवर को देख हुए गदगद

दृढ़ प्रतिज्ञाओं के साथ पूरी हुई दिव्य समर्पण समारोह की प्रक्रिया



3000 से भी अधिक लोग हुए अलौकिक दिव्य समर्पण समारोह में सम्मिलित

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम।

ब्रह्माकुमारीज के भोराकलां स्थित ओम शांति रिट्रीट सेंटर के दादी प्रकाशमणि सभागार में दिव्य

समर्पण समारोह का आयोजन हुआ। कार्यक्रम में 7 कुमारियों ने अपने जीवन को ईश्वरीय सेवाओं में सम्पूर्ण समर्पित करने का दृढ़ संकल्प लिया। उनके माता-पिता को ऐसी दैवी स्वरूप बेटियों को पाकर गौरव महसूस हो रहा था। उनकी आँखों में खुशियों के आँसू छलक आये।

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

अलवर से आई ब्र.कु. ममता

बहन ने माता-पिता के द्वारा उनकी बेटियों के प्रति शुभ संकल्पों का उच्चारण कराया। सभी के माता-पिता ने कहा कि उन्हें अपने भाग्य पर नाज़ है जो

ईश्वर के प्रति समर्पित भाव ही सेवा का सच्चा साधन

आज इन बहनों ने परमात्मा को अपना जीवन समर्पित किया है। ईश्वर के प्रति समर्पित भाव ही सेवा का सच्चा साधन है। ईश्वर के प्रति समर्पण आत्मा को शक्तिशाली बनाता है। ईश्वरीय मार्ग पर समर्पित होना श्रेष्ठ भाग्य की निशानी है। धन्य हैं इन कन्याओं के माता-पिता जिन्होंने

इन्हें परमात्मा को समर्पित कर दिया। जब हम परमात्मा पर अपना सर्वस्व न्योछावर कर देते हैं तो फिर परमात्मा ही हमारा जिम्मेवार हो जाता है - यूरोप स्थित ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी।



उनकी पुत्रियों को ईश्वरीय कार्य में समर्पित होने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। सभी ने अपनी शुभ भावनाएं व्यक्त करते हुए कहा कि उनकी पुत्रियाँ ईश्वरीय मार्ग

पर निरंतर आगे बढ़ती रहें और अनेकों का कल्याण करती रहें। इंदौर से आई ब्र.कु. शकुंतला बहन ने सभी कुमारियों को ईश्वरीय मर्यादाओं के प्रति विशेष

प्रतिज्ञाएं कराई। सभी कुमारियों ने प्रतिज्ञा की कि सदा वफादारी, ईमानदारी और अपने पवित्र श्रेष्ठ जीवन के आधार से परमात्मा की हरेक श्रीमत् का पालन करेंगे।

समारोह में इन्होंने भी रखे विचार

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

सात बहनों ने समर्पित किया अपना जीवन

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

क्लब कार में निकली शोभायात्रा

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

कार्यक्रम की कुछ झलकियां यहां

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

इन्होंने विश्व कल्याण का महान लक्ष्य चुना



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

नव विश्व के सृजन के लिए समर्पण

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



ड्रामा होता ही है खुशी के लिए

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



ब.कु. गंगाधर

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

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

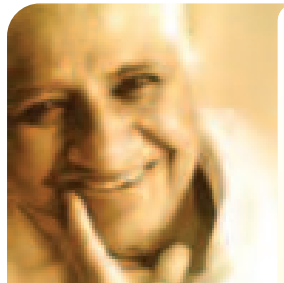
जैसे आत्मा को समझना जरूरी है, परमात्मा को समझना जरूरी है, कर्मों की गति को समझना जरूरी है, भगवान का अवतरण और उसके कर्तव्य स्थापना, पालना और विनाश के राज को समझना जरूरी है, उतना ही ड्रामा के राज को समझना भी जरूरी है। ये कोई कम महत्त्व की बात नहीं है। कितने लोग इस ज्ञान से चले गये क्यों? क्योंकि वे इस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

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

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

कई पूछते हैं दादी आपके ऊपर

इतनी बड़ी जवाबदारी है, बर्डन है तो कभी फिक्क नहीं होती? नींद नहीं फिटती? मैं कहती यही बाबा की मुझे बहुत बड़ी दुआयें हैं कि मैं तकिये पर सिर रखती और मिनट डेढ़ मिनट में नींद आ जाती, यह मुझे बड़ा वरदान है। कारण, ड्रामा, बिन्दु, ओम शान्ति, बाबा आप बैठे हो, आपको जो चाहिए



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

कराओ। यह पक्का याद रहता है। भक्ति मार्ग में भी एक प्रार्थना है- शल सबको सुबुद्धि दे भगवान...। मैं कहती बाबा आपकी सबको श्रीमत है, सब श्रीमत पर चलें, यही मेरी हरेक के प्रति शुभ भावना है। इसी श्रीमत से हम सबका कल्याण होता। श्रीमत पर चलते चलो तो दूसरी कोई बातें हैं ही नहीं। जहाँ

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

मनमत होती वहाँ विघ्न आता, जहाँ श्रीमत है वहाँ विघ्न आता ही नहीं।

मेरे मन में सदा एक बात रहती- बाबा यह सब आपका परिवार है, मुझे कभी आप सभी ड्यूटी देते, दादी आप प्रेजीडेंट हो, दादी आप ये हो... आपकी मेरे लिए इतनी भावना है उसके लिए बहुत-बहुत थैंक्स। पर मैं बाबा को

कहती- बाबा मुझे कोई प्रेजीडेंट कहे, मुझे बड़ा कहे... यह मुझे नहीं चाहिए। परन्तु आप मुझे कोई सेवा देते भी हो तो उसकी योग्यता भी आप ही देना। बाबा आप ही मुझे वरदान से चलाओ, मैं तो बहुत छोटी हूँ, न मैं इतनी पढ़ी, न मैं इतना भाषण करना जानती... आप सबने मुझे टोपी दी है, जैसे मैं

बड़ी अक्ल वाली हूँ, लेकिन मैं आप सबकी छोटी बहन हूँ। फिर भी आप सबका मेरे लिए प्यार है या शुभ कामना है, तो यह भी आप सभी का थैंक्स।

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

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

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

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

साकार के समय मुरली के बीच में कोई ने अगर उबासी ली और बाबा की नजर पड़ गई तो बाबा फौरन कहता था इसको उठाओ क्योंकि बाबा को यही आता था कि कल्प में एक बार इतना दूर से शिवबाबा आके पढ़ाता है और यह ऐसे समय पर उबासी देवे...। तो जब जो बात जैसी बाबा कहते हैं उसी समय वैसा ही अनुभव करते जायें, परमधाम कहा तो परमधाम की स्मृति आ गई, अगर सूक्ष्मवतन कहा तो वो स्मृति आ जाये, भक्तों की बातों की तो मैं देवी के रूप में भक्तों को देख रही हूँ। तो जो बात बाबा कहता है उसी अनुभव में अगर हम होंगे, तो नींद या भारीपन नहीं आयेगा। मानों

अतीन्द्रिय सुख का अनुभव हो रहा है तो नींद, अलबेलापन या सुस्ती आयेगी क्या? तो हमेशा मुरली सुनने के समय हमें यह चेक करना है कि आज मेरे लिए बाबा क्या-क्या सौगात लाये हैं? मेरा टीचर इतना दूर से आया है, वैसे भी कोई दूर से आता है तो उसका कितना स्वागत किया जाता है। यह तो 5 हजार वर्ष के बाद बाबा हमारे लिए आता है। जैसे मेरा बाबा कहते हैं, वैसे मेरे लिए आया हुआ है, यह पर्सनल भासना अगर हमारे पास होगी तो बहुत स्फूर्ति से मुरली सुनेंगे और अनुभव होने लगेगा कि बाबा हमारी झोली में इतने मोती डालकर ज्ञान रत्नों से भरपूर कर रहा है, तो हमारा अटेन्शन मुरली सुनने में होना चाहिए। मुरली में बाबा ने जो कहा उसमें हॉ या ना नहीं किया तो बाबा कहता था यह कौन-सा बुद्ध सामने बैठा है? इतना अटेन्शन ब्रह्मा बाबा हमारे ऊपर देता था। बाबा शिक्षायें भी देता तो प्यार भी इतना करता।

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

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

राजयोगिनी दादी जानकी जी

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

कैसे करें, क्या करें के बजाए पाँच बातें नैचुरल लाइफ में हों। पहले है पवित्रता, अगर थोड़ा भी अपवित्र यानी यथार्थ संकल्प नहीं है तो चेहरा मुँझा हुआ है। संकल्प मेरा बताता है पवित्रता से योगबल कितना जमा कर रहे हैं। पवित्रता से सत्यता ऑटोमेटिक जीवन में धारण हो से बहुत दिल साफ है तो सच्चा

रहना, फिर है धैर्यता, थोड़ा भी अधैर्य हुए तो क्वेश्चन उठेगा कि क्या करूँ, कैसे करूँ? कहाँ गई पवित्रता? कहाँ गई सत्यता? इसलिए नाजुक नहीं बनना है। कभी भी ऐसी फीलिंग आई क्या करूँ, कैसे करूँ... मतलब यह अच्छा नहीं है, शोभता नहीं है। पवित्रता, सत्यता, धैर्यता, फिर है नम्रता और मधुरता। सबसे बड़ी सूक्ष्म इच्छा है- मान की, पर पवित्रता, सत्यता, धैर्यता से स्वमान में रह सकते हैं। व्यवहार में बड़ों को रिगार्ड देना, समान वालों को रिस्पेक्ट देना नैचुरल है।

बाबा कहते सिर्फ तुम अपना पुरुषार्थ अच्छा करो और जिम्मेवारी भले कुछ नहीं सम्भालो। मेरे लिए पुरुषार्थ कोई नहीं करेगा। बाबा भी नहीं करेगा। हम हिम्मत और विश्वास से करेंगे, तो बाबा की मदद काम करती है। 'अपनी घोट तो नशा चढ़े' घोटना यह शब्द सिर्फ कहने अपने को देख औरों का दर्शन बन्द कर, सावधानी से पर का चिंतन बन्द करना जैसे जादू का काम हो जाये, इससे जीवन में बहुत परिवर्तन आयेगा। स्व चिंतन और पर चिंतन में कितना अन्तर है, जैसे अंधे को मुँझा हुआ है। संकल्प मेरा बताता है पवित्रता से सत्यता ऑटोमेटिक जीवन में धारण हो से बहुत दिल साफ है तो सच्चा



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



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



अहमदाबाद-गुज. ऑस्ट्रेलियन क्रिकेटरस उस्मान खवाजा, कैमरून ग्रीन, मैथ्यू हेडन व अन्य खिलाड़ियों को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् साथ हैं ब्र.कु. भावना बहन व ब्र.कु. डायना बहन, न्यूजीलैंड।



भुज-(गुज.)। महिला दिवस के अवसर पर लार्यंस क्लब ऑफ क्वीन भुज में कार्यक्रम को सम्बोधित करने के पश्चात् केक काटते हुए ब्र.कु. रश्मि बहन, ब्र.कु. इला बहन, क्लब की प्रेसिडेंट दमयंती बहन, सेक्रेटरी कमला बहन तथा अन्य।



बिलासपुर-राज किशोर नगर(छ.ग.)। जल-जन अभियान के तहत ब्रह्माकुमारीज के शिव-अनुराग भवन सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में रेलवे क्षेत्र से मुख्य भण्डार सामग्री प्रबंधक ओमप्रकाश सिंह, पूर्व थाना प्रभारी इन्द्र नारायण सिंह, बीएसएनएल के पूर्व कार्यपालक अभियंता राजेन्द्र कुमार गुप्ता, पूर्व प्राचार्य शान्तनु सिंह, ब्र.कु. मंजू दीदी, मस्तुरी, कोटमीसुनार, नरियरा, बलौद, टिकरापारा आदि स्थानों से ब्रह्माकुमारी बहनों सहित रामकथा सुनने आये अनेक श्रद्धालु शामिल हुए।



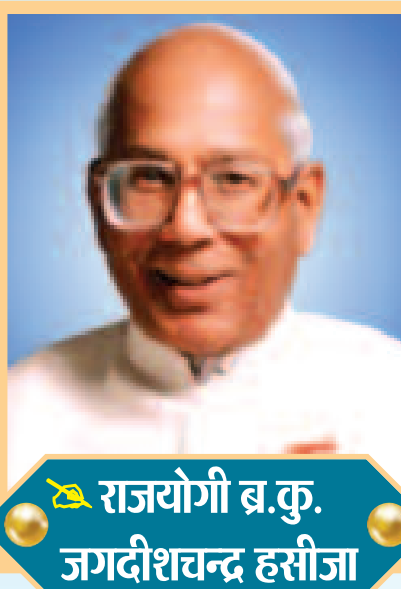
सादुलपुर-राजगढ़(म.प्र.)। आजादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत साहित्य समिति एवं ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित 'महिला सम्मान' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. चंद्रकांता दीदी, ब्र.कु. शोभा बहन, डॉ. उर्मिल जैन, श्रीमति बिमला सिंघल, से.नि. प्राचार्य, प्राचार्य सुनीता पुनियां, शिक्षाविद प्रताप कसवां, महावीर सिंघल तथा अन्य।

सहयोग देने वाले व्यक्ति का हम सम्मान करें

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

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

राय दी, जिस समय हमारे भाग्य की नैया डूब रही थी, उस समय हमें सम्भाल लिया, तब उसने अपना कर्तव्य ही तो किया....।" क्या इस प्रकार की विचारधारा वाले लोग नैतिकता एवं सद् व्यवहार की सीढ़ी पर ऊपर चढ़ सकते हैं? क्या वे योगी बन सकते हैं अथवा 'महात्मा' कोटि के हो सकते हैं?



राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

योगी नहीं कूटनीतिज्ञ

ऐसे लोग राजनीतिज्ञ तो हो सकते हैं, वे योगी नहीं हो सकते क्योंकि योगी जीवन के लिये दो गुणों का होना आवश्यक है। यदि कोई व्यक्ति परमात्मा के एहसानों को ही न मानें, वह सच्चे दिल से परमात्मा का शुक्रिया ही न करे तो उस श्रद्धाहीन, भावना-विहीन, हृदय-रहित व्यक्ति का योग लग ही नहीं सकता। योगी की तो ऐसी स्थिति होती है कि वो अपना सब-कुछ परमात्मा को समर्पित कर देता है; अपने पास कुछ रखता ही नहीं हैं क्योंकि वह ऐसा मानता है कि परमात्मा ने उसे विकारों की दलदल से निकाला है। उसे सत्यता की राह दिखाई है, बुराइयों का सामना करने के लिये उसमें प्रोत्साहन भरा है, उसकी निर्बल आत्मा में शक्ति का संचार किया

है, उसकी काया-कल्प कर दी है, मूर्छा से उसे जगाया है, उसे डूबने से बचाया है और इसलिये वह इतना भाव-विभोर होता है, वो सोचता है कि यदि सब-कुछ परमात्मा पर न्यौछावर कर दिया जाये तो भी तिल अथवा राई मात्र है, जबकि परमात्मा के एहसान हिमालय से भी ऊँचे हैं। ऐसे जब भाव की बाढ़ उसके मन में आती है तो उसकी आँखें छलकने लगती हैं और वह उस समय परमात्मा का मिलन मना रहा होता है। एहसान मानते हुए मिलन मनाने की उस स्थिति विशेष का नाम ही तो 'योग' है। वह 'आसान योग' भी है और 'एहसान योग' भी है। हैवान भी अपने मालिक का एहसान मानता है और यदि इन्सान एहसान न माने, माफ कीजिएगा तो वह 'बे-ईमान' है। इसके अतिरिक्त, योगी को योगी बनने में जो भी कोई सहयोग देता है, उसके प्रति भी उसके मन में एहसान का एहसास होता है क्योंकि वो उसके जीवन को अच्छा बनाने के निमित्त बना। जिसके मन में सहयोगियों के प्रति एहसान नहीं होगा, वह न तो स्वयं सहयोगी बन सकता है, न योगी क्योंकि वह प्रीति की रीति को निभाना ही नहीं जानता। बुरों के साथ भलाई करने की बात तो दूर रही, जिन्होंने उसके साथ भलाई की, वह तो उनके साथ भी भलाई करना नहीं जानता, तब भला उसके व्यवहार में वो सज्जना, सौष्ठव(सुन्दरता) अथवा श्रेष्ठता कैसे आ सकते हैं?

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



राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन,
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

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

जितना स्वदर्शन चक्र चलेगा उतना शुद्धिकरण होता जायेगा

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

क्या हम एक हफ्ते में एक दिन मोबाइल

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

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

हफ्ते में एक दिन आप खुद को देखो मैं गुलाम हूँ या मालिक बनकर प्रयोग कर रहा हूँ! ये आप चेक करो अपने आपमें कि एक दिन अगर मैंने उपवास किया मोबाइल का तो मैं उसके बिना रह सकता हूँ कि नहीं! मोबाइल के बिना अगर बेचैन हो जाते हैं तो इसका मतलब आप गुलाम हैं। इस गुलामी को खत्म करो। और अगर आप

खुशी में रह सकते हैं, तो आप समझो मैं मालिक बनकर प्रयोग कर रहा हूँ। एक दिन पूरा आप बाबा के साथ एन्जॉय करो। और फिर फास्टिंग के बाद आप अपने विचारों को देखो कि आज मेरे विचार कैसे हैं? फिर देखो संस्कार परिवर्तन होता है कि नहीं होता है? फास्टिंग करेंगे तो संस्कार परिवर्तन जरूर होगा।

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



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



बड़वानी-म.प्र.। 'सर्व प्राप्ति' का आधार-श्रीमद् भगवद् गीता' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में अवधेश प्रताप सिंह विश्वविद्यालय के पूर्व कुलपति को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए मध्य प्रदेश उच्च न्यायालय के पूर्व जस्टिस बी.डी. राठी तथा ब्र.कु. मीना बहन।



कामठी-महाराष्ट्र। ब्रह्माकुमारीज के शाखा रनाला में नये सेवाकेन्द्र सद्भावना भवन के राजयोग मेडिटेशन हॉल का उद्घाटन ब्रह्माकुमारीज कृषि व ग्राम विकास प्रभाग की अध्यक्ष राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी के हस्तों से हुआ। कार्यक्रम में महाराष्ट्र के भाजपा प्रमुख चंद्रशेखर बावनकुले, सांसद कृपाल तुमाने, विधायक टेकचंद सावरकर, ब्र.कु. रजनी दीदी, ब्र.कु. रत्नमाला दीदी, ब्र.कु. देव भाई, माउण्ट आबू, पूर्व विधायक देवराव रडके, नगर सेविका परिणीता फुके, सरपंच पंकज साबळे, ब्र.कु. प्रेमलता दीदी सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे। संस्थान की अति. मुख्य प्रशिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी दीदी, न्यूयॉर्क के निविडियो के माध्यम से शुभकामनाएं दी।



रीवा-झारखंड(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा समाजसेवियों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में कलेक्टर मनोज कुमार पुष्प, भारतीय रेड क्रॉस सोसाइटी के चेयरमैन डॉ. प्रभाकर चतुर्वेदी, ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों सहित अनेक समाजसेवी उपस्थित रहे।



For Online Transfer

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



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

जरा सोचें...

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

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

विकार का कोई अंश न रहे। जो कर्मोन्मुख से मुझे नहीं करना है वो मन-बुद्धि से भी नहीं करना है। पहले बाबा कहते थे ना कि माया के कितने भी तूफान मन में उठें लेकिन कर्मोन्मुखों से कर्म नहीं करना है। अब वो तो हम बन गये हैं। कर्मोन्मुखों से पवित्र हैं, शांत हैं, ये संयम तो हम सभी रखते ही हैं अपने आप में। अब हमारा लक्ष्य है कि मुझे पूर्ण शुद्ध आत्मा बनना है। विकार का कोई अंश भी न हो। मन्सा में भी कोई गंदगी न हो। इसी का पुरुषार्थ हम कर रहे हैं। चेहरे के हाव-भाव द्वारा हम विकर्म करते हैं, गलत कर्म करते हैं। किसी आत्मा को देखकर हम ऐसा-वैसा मुँह बनाते हैं। तो हर कर्मोन्मुखों से विकर्म हुए हैं ना! बाबा कहते हैं जिस क्षण आप अपने आप से डिस्कनेक्ट होते हैं, बाबा से

डिस्कनेक्ट होते हैं उस समय ही हम गलत उपयोग करते हैं कर्मोन्मुखों का। भूलें तभी होती हैं जब हम अपनी सत्यता या मेरे बाबा की सत्यता को भूल जाते हैं। अब हर कर्मोन्मुख से आत्मभिमानी ताकत का तेज अनुभव होना चाहिए। ये है तपस्या। बाबा कहते हैं ना जितना योगी तपस्वी बनते हैं हमारी और क्षमता बढ़ती है। पहले हम सिर्फ

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

लौकिक को निभाते थे लेकिन अब अलौकिक कर्तव्य भी हम निभाते हैं। डबल जवाबदारी सब ले रहे हैं। तो ना कॉन्शियस बनना है, ना अटैच होना है। इसलिए बाबा कहते हैं न्यारापन का अभ्यास बहुत जरूरी है। प्यारे बहुत जल्दी बन जाते पर न्यारा बनकर प्यारा बनना है।

देह भान, देह अभिमान जो हमारी विशेषता, गुण, कला, बुद्धिमत्ता उसके अभिमान को देह अभिमान कहा जाता है। और जो हमारी स्थूल भौतिक उपलब्धियाँ हैं कि मैं बड़ी पोस्ट पर हूँ, धनवान हूँ, जमींदार हूँ, ये जो भी स्थूल भौतिक चीजों का अभिमान है वो अहंकार कहा जाता है। बाबा के बन गये अब उस प्रकार का- रूप का, धन का, पोस्ट-पॉजिशन अब वो अहंकार नहीं है। पर कई बार ये सूक्ष्म अहंकार आता है ज्ञान का अभिमान। मेरे जैसा विचार सागर मंथन किसी का नहीं। मेरे जैसा

योगी कोई नहीं, मैं ही रोज क्लास करता हूँ, नहीं। किसी भी चीज का अभिमान नहीं। बुद्धि का अभिमान, कला का अभिमान मैं ही माइक अच्छा चलाना जानता हूँ। अभिमान आ गया तो बाबा कहते हैं ना वो गुण, अवगुण हो गया। अमृत में अभिमान के जहर की बूंद पड़ गई, वो पूरा अमृत बेकार हो गया। कोई भी गुण, कला, विशेषता, बुद्धि का अभिमान आता है तो बाबा कहते हैं गिरती कला शुरू हो जाती है। इसलिए बाबा हमें कहते हैं कि जो भी विशेषता है हमेशा ये समझो कि प्रभु की देन है। ये नहीं कि ये तो मेरे अन्दर पहले से ही था, नहीं।

हम सबका अनुभव भी है कि अंश गुण, कला को बाबा के कार्य में लगाते हैं तो बाबा हमें उसमें परफेक्ट बनाता है। थोड़ा-सा भोजन, टोली बनाने आता था और बनाते-बनाते मातायें मास्टर बन गईं। है ना हम सभी का अनुभव! तो बुद्धि में निमित्त। मैं ये प्रैक्टिस करती थी। एकोमोडेशन देते थे तब। जब उस ऑफिस का उद्घाटन हुआ तो जगदीश भाई ने अपनी बुक में अपने शुभ वचन लिखे थे कि भल एकोमोडेशन कम भी हों पर अपने दिल में सबको एकोमोडेट करना। प्रैक्टिकल उस बात का ध्यान रखने के लिए रोज मैं वो पढ़ती थी और जब मैं अपना कार्य शुरू करती थी तो बुद्धि में याद कर लेती थी। बाबा मैं तो बीच में निमित्त हूँ, यज्ञ आपका है, बच्चे आपके हैं। मुझे निमित्त बनकर देना है। इस अभ्यास के कारण ये कार्य बहुत अच्छी रीति में कर सकी। इसलिए जब अपने को निमित्त समझकर चलेंगे तो न्यारा और बाप का प्यारा स्वतः बन जायेंगे।



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



पंचोर-राजगढ़(म.प्र.)। ब्यावरा अखंड परम धाम आश्रम में आयोजित महिला मोर्चा के 'सुष्मा स्वराज अवॉर्ड वितरण' कार्यक्रम में समाज के विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट कार्य करने हेतु स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. वैशाली बहन को 'सुष्मा स्वराज अवॉर्ड' द्वारा सम्मानित करते हुए महिला मोर्चा की जिला अध्यक्ष अनीता दुबे एवं सराज शास्त्री। साथ हैं जिला भाजपा महामंत्री जगदीश पवार, नगर पालिका अध्यक्ष प्रतिनिधि पवन कुशवाह, भाजपा सदस्य दिलबर यादव, जिला प्रभारी शबनम जी, महिला मोर्चा महामंत्री नीलम सक्सेना, माधवी परमार तथा अन्य गणमान्य महिलायें।



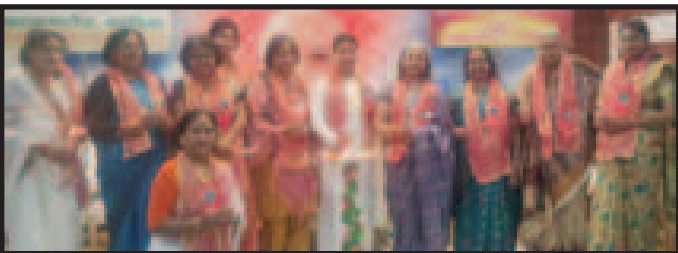
पानसेमल-म.प्र.। श्री शिवजी आर्य, सीएमओ, मंडलेश्वर द्वारा निर्मित वेयर हाउस पानसेमल के उद्घाटन समारोह में विधायक चंद्रभागा किराडे, बारेला समाज अध्यक्ष नामदेव पटले, आमस अध्यक्ष गजानंद ब्रह्मणे, पवारा साहेब, ब्र.कु. दिलीप भाई, ओमशान्ति मीडिया शांतिवन, ब्र.कु. अस्मिता बहन, ब्र.कु. छाया बहन व अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे। इस मौके पर ब्र.कु. दिलीप भाई ने ब्रह्माकुमारीज की सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् श्री शिवजी आर्य को ईश्वरीय सौगात भेंट कर माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया।



जोधपुर-सूर सागर(राज.)। रामानंद धाम, आश्रम सेवा समिति द्वारा आयोजित विराट संत सम्मेलन में ईंदौर मध्य प्रदेश से ब्रह्माकुमारीज के धार्मिक प्रभाग के जोनल कोऑर्डिनेटर राजयोगी ब्र.कु. नारायण भाई एवं नवापारा राजिम छ.ग. से ब्र.कु. पुष्पा बहन को विशेष रूप से आमंत्रित किया गया। इस दौरान महामंडलेश्वर इत्रानंद स्वामी जी, हरिद्वार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पुष्पा बहन व ब्र.कु. नारायण भाई। सम्मेलन में महामंडलेश्वर ज्ञानस्वरूपा नंद जी, महामंडलेश्वर श्री प्रेमानंद जी, महामंडलेश्वर स्वामी रूपेन्द्र प्रकाश जी, जगतगुरु रामानुजाचार्य स्वामी योगेश्वराचार्य जी महाराज, महामंडलेश्वर सर्वेश्वरदास जी महाराज, महामंडलेश्वर स्वामी राकेश आचार्य जी, महामंडलेश्वर प्रबोधानंद गिरी जी महाराज, महामंडलेश्वर स्वामी कल्याण देव जी महाराज, महामंडलेश्वर नवलगिरी जी महाराज, महामंडलेश्वर स्वामी श्री अक्रिया जी महाराज सहित पूरे भारत वर्ष से अनेक संत-महात्मायें शामिल हुए।



जीरापुर-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए नगर अध्यक्ष अनसूया कुशवाह, पार्षद प्रिया पुषद, पटवारी समता गुप्ता, पार्षद सुशीला बरठा, मेडतवाल समाज की अध्यक्ष कुसुम टाक तथा ब्र.कु. नम्रता बहन।



ग्वालियर-माधौगंज(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज के प्रभु उपहार भवन सेवाकेन्द्र में महिला प्रभाग एवं कला-संस्कृति प्रभाग द्वारा आयोजित आध्यात्मिक कवि सम्मेलन एवं स्नेह मिलन कार्यक्रम में कवियत्री डॉ. कादंबरी जी, श्रीमति संगीता गुप्ता, डॉ. मनीष गिरी, डॉ. रमेश शर्मा, श्रीमति मंजुला सिंगल, डॉ. पुष्पा मिश्रा आनंद, श्रीमति आशा पांडे, डॉ. प्रतिभा त्रिवेदी, श्रीमति सत्या शुक्ला, श्रीमति संगीता शुक्ला व अन्य कवियत्री बहनों सहित ब्रह्माकुमारीज लश्कर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श बहन, ब्र.कु. जीतू, ब्र.कु. पवन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



भागदरी-महा। संपंच पिरिसिंग दाद पाडवी के साथ ज्ञानचर्चा के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. दिलीप भाई, ओमशान्ति मीडिया, शांतिवन।

बीना-म.प्र.। नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज द्वारा कच्चे रोड स्थित एक निजी फर्म में कार्यरत श्रमिकों को नशे से होने वाले शारीरिक, मानसिक और सामाजिक दुष्परिणामों के बारे में बताने के पश्चात् नशे से दूर रहने और नशा छोड़ने का संकल्प कराते हुए राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. जानकी बहन व ब्र.कु. सरस्वती बहन। इसके साथ ही मंडी बामोरा में नशा मुक्ति कार्यक्रम का आयोजन कर ब्र.कु. मधु बहन ने लोगों को नशा मुक्ति तथा ज्ञान शिखर सेवाकेन्द्र में ब्र.कु. सरस्वती बहन ने सभी ब्र.कु. भाई-बहनों को नशे से मुक्त रहने का संकल्प कराया।

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

धागे वाली मिश्री के फायदे

धागे वाली मिश्री को बनायें अपने लाइफ स्टाइल का हिस्सा



नकसीर फूटने पर लाभ

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

दस्त में लाभ

धागे वाली मिश्री की तासीर ठंडी होने के कारण पेट

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

कमजोरी दूर करने में उपयोगी

धागा मिश्री शरीर में ग्लूकोज की मात्रा बढ़ाकर ऊर्जा के स्तर को बढ़ाती है व थकान के कारण होने वाली कमजोरी को दूर करती है। गांव में गर्मी के समय थकान होने पर तुरंत शक्ति के लिए मिश्री का शर्बत दिया जाता

है। मिश्री वाला शर्बत पीते ही शरीर में जान-सी आ जाती है।

मानसिक थकान दूर करने में लाभकारी

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

मुख की दुर्गंध दूर करने में

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

वजन कम करने में फायदेमंद

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

मुंह के छालों में इलायची और मिश्री के फायदे

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

बवासीर में फायदेमंद

पेट की गर्मी से कब्ज रहने लगती है और उसका समय

पर इलाज न हो तो वो बवासीर का रूप धारण कर लेती है जिसमें मल के साथ रक्त आता है या गुदा मार्ग से रक्त आता है। यह गुदा मार्ग के छालों के फट जाने के कारण होता है।

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

हाथ-पैरों की जलन में लाभकारी

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

फायदेमंद है एनीमिया में

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

सर्दी एवं जुकाम में लाभकारी

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

बच्चों के लिए फायदेमंद

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

बढ़ती आँखों की रोशनी

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

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



इंदौर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज के ज्ञान शिखर सेवाकेन्द्र में 'जल जन अभियान' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए नगर निगम के वॉटर सप्लाय डिपार्टमेंट के एडिशनल कमिश्नर अशोक गहलोत, ब्रह्माकुमारीज इंदौर जोन की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी, नगर निगम के सिटी इंजीनियर महेश शर्मा, पी.एच.ई. डिपार्टमेंट के एग्जीक्यूटिव इंजीनियर संजीव श्रीवास्तव, ब्र.कु. अनीता बहन, ब्र.कु. उषा बहन, डॉ. गिरीश टॉवरी तथा डॉ. शिल्पा देसाई।



छतरपुर-विश्वनाथ कॉलोनी(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'नशा मुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत डिस्ट्रिक्ट होम कमांडेंट कार्यालय में होमगार्ड के जवानों को पूरे भारत में नशा मुक्त अभियान के कार्यक्रमों के बारे में जानकारी दी गई। तत्पश्चात् ब्र.कु. कल्पना बहन व ब्र.कु. रीमा बहन द्वारा नशा मुक्त की शपथ दिलाई गई।



पिंपरी-चिंचवड(महा.)। महानगरपालिका कालेवाडी क्षेत्र में ज्येष्ठ नागरिक संघ द्वारा स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुरेखा बहन को अलग-अलग क्षेत्रों में सराहनीय कार्य करने के लिए सम्मानित किया गया। इस मौके पर समाज प्रबोधनकार शारदा ताई मुंडे, मराठा महासंघ अध्यक्ष रूशाली मरळ, मराठा क्रांति मोर्चा की सुनीता चौहान, विद्या पोल, सुनीता कसकर, सुरेखा नखाते तथा बाल शाहिर परमवीर आन्हाड, पद्माकर जामभले, सुखदेव खेडकर आदि उपस्थित रहे।



बिलासपुर-रघु विहार(छ.ग.)। ब्रह्माकुमारीज के मेडिटेशन ट्रेनिंग सेंटर में आयोजित कार्यक्रम में सीआईएसएफ के डिप्टी कमांडेंट मुनिराज मीणा तथा अन्य अधिकारियों व जवानों को परमात्म परिचय देकर शॉल व श्रीफल से सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु. भगवती बहन व ब्र.कु. विकास भाई।



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



बैतुल-म.प्र.। प्रचलित अखबार दैनिक भास्कर द्वारा केसर बाग में आयोजित 'बेस्ट वुमेन अवॉर्ड्स 2023' में ब्रह्माकुमारीज की जिला संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू दीदी को अध्यात्म के क्षेत्र में महिलाओं को जागरूक करने एवं उन्हें सशक्त बनाने के लिए 'बेस्ट वुमेन अवॉर्ड 2023' से सम्मानित करते हुए पार्वती बारस्कर, नगर पालिका अध्यक्ष, पूर्व सांसद एवं विधायक हेमंत खंडेलवाल, भाजपा जिला अध्यक्ष बबला शुक्ला तथा अन्य।



राजुला-गुज.। शिव ज्योति दर्शन आध्यात्मिक मेला एवं 12 ज्योतिर्लिंग दर्शन के पश्चात् आध्यात्मिक चर्चा करते हुए विधायक हिरा भाई सोलंकी, ब्र.कु. अनु बहन व ब्र.कु. सरोज बहन।



राजगढ़-व्यावरा(म.प्र.)। श्री गीता मानस प्रचार समिति परायण चौक राजगढ़ द्वारा सप्त दिवसीय श्रीमद् भगवत् गीता पर विशेष व्याख्यान कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए श्री गीता मानस प्रचार समिति के महासचिव अशोक शर्मा, पत्रकार आनंद त्रिपाठी, समाजसेवी राजेंद्र जोशी, कार्यकारिणी सदस्य कैलाश नारायण सेन, कार्यकारिणी सदस्य शिवनारायण मोर्य, समिति सदस्य रश्मि तिवारी, शिक्षिका गायत्री शर्मा तथा ब्रह्माकुमारीज की जिला संचालिका ब्र.कु. मधु बहन।



जबलपुर-नेपियर टाउन(म.प्र.)। झूले लाल जयंती के अवसर पर सिंधी युवा संस्था के द्वारा आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधन के लिए मुख्य रूप से ब्रह्माकुमारी बहनों को आमंत्रित किया गया। इस मौके पर ब्र.कु. मोना बहन एवं ब्र.कु. पूजा बहन का शॉल और पुष्पों से स्वागत किया गया।



बिलासपुर-राजकिशोर नगर(छ.ग.)। ब्रह्माकुमारीज के शिव अनुराग भवन में हनुमान जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में राम, सीता, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न, हनुमान आदि अनेक देवी-देवताओं की चैतन्य मनोमय झाँकी सजाई गई। इस मौके पर ब्र.कु. गायत्री बहन सहित बड़ी संख्या में अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे।



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

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जैसे ही आत्मा शरीर से निकल गई तो शरीर कुछ नहीं कर सकता। सारी जिम्मेदारियां खत्म। बच्चे वहाँ हैं लेकिन आप उनके लिए कुछ नहीं कर सकते। पेड़ पानी बिना नहीं रह सकता, गाड़ी पेट्रोल बिना नहीं चल सकती, शरीर भोजन के बिना नहीं चल सकता, लेकिन आत्मा चलती जा रही है जिसका परिणाम आज हमें दिखाई दे रहा है। हम छोटी-छोटी बातों से नाराज हो जाते हैं, उदास हो जाते हैं क्योंकि

बहुत सालों या शायद कई जन्मों से आत्मा को पोषित करना ही भूल गए हैं हम। आत्मा को पोषित कैसे करना है यह हमें मालूम ही नहीं था।

आत्मा को सकारात्मक चिंतन से पोषित करने के बजाय कई ऐसी चीजें डालनी शुरू कर दीं जो उसके लिए सही नहीं हैं तो उसका भी परिणाम दिखाई देने वाला है। हम सुबह उठते थे, तैयार होते थे, काम पर जाते थे, शाम को आते थे परिवार के साथ बैठते थे। ऐसा ही जीवन बहुत सालों से चल रहा था। हमें कभी-कभी थोड़ा गुस्सा आ जाता था, कभी हम थोड़े उदास हो जाते थे, फिर हम ठीक हो जाते थे।

हम बहुत सारे लोगों के साथ सामंजस्य बैठा लेते थे, कभी-कभी नाराज भी हो जाते थे लेकिन हम वापस उनके साथ हो जाते थे। हाँ, यह है कि हम रोज सुबह-सुबह पूजा-पाठ करते थे, फिर सारा दिन सामान्य चलता था। सुबह की वो थोड़ी-सी पूजा-पाठ भी आत्मा के लिए पोषण थी। मन भी ठीक चल रहा था,

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

शरीर भी ठीक चल रहा था। उस समय इलाज कम होते थे। तब इलाज उतना अच्छा नहीं होता था जितना आज हमारे पास है। लेकिन बीमारियां भी कम थीं। रिश्ते भी अच्छे चल रहे थे। पिछले 50 सालों से हमने भले पोषित नहीं किया लेकिन ज़्यादा कुछ गलत भी नहीं खिलाला। अगर हम पिछले 20 साल को देखें तो हमने इसको बहुत ज़्यादा गलत खिलाना शुरू किया है।

इससे क्या हुआ कि मन की बीमारियां बढ़

गईं, शरीर की बीमारियां बढ़ गईं, रिश्तों में तनाव व कड़वाहट बढ़ते जा रहे हैं। डिप्रेशन रेट बढ़ गया, हृदय रोग बढ़ गए, तलाक बढ़ गए, दुष्कर्म बढ़ गए। आज के बच्चों पर इतना असर क्यों हो रहा है, सूचनाओं का? बच्चों को स्कूल की पढ़ाई मिल रही है लेकिन आत्मा का पोषण नहीं। छोटी-सी उम्र में ही उनके हाथ में फोन हैं, गैजेट्स हैं। वे आज अगर कार्टून भी देख रहे हैं तो उसमें भी हिंसा है। जब ये सारी चीजें आत्मा को बचपन से मिलनी शुरू हो जाएंगी तो आत्मा पोषित कहाँ होगी! मैंने

अपनी सारी जिम्मेदारियां निभाईं लेकिन इससे मेरी आत्मा खुश नहीं है और मैं संघर्ष का जीवन जीती हूँ। इससे तो हम पीछे की पीढ़ी को भी नुकसान पहुंचा रहे हैं।

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



अम्बिकापुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अदानी कोलफील्ड कंपनी उदयपुर में 'आनंदमयी जीवन जीने की कला' विषय पर आयोजित कार्यशाला को सरगुजा संभाग की सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी ने सम्बोधित किया। कार्यक्रम में राम द्विवेदी क्लस्टर एच.आर., शशिकांत दुबे एच.आर., राजीव द्विवेदी वॉशरी हेड, आर.एस. दुबे सेफ्टी इंचार्ज, शैलेश तिवारी एच.आर. सहित करीब 140 अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने भाग लिया।

परमात्म ऊर्जा

कथा सरिता

जबकि वे अपना खाना खुद अपने खेत में उगाते हैं।

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

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

अपने बेटे की बातें सुनकर अमीर व्यक्ति कुछ बोल नहीं पा रहा था। बेटे ने

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

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

बेटे ने कहा- “हाँ, मैंने देखा।”

“हमारे पास एक कुत्ता है और उनके पास चार हैं।”

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

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

“हम अपना खाना बाज़ार से खरीदते हैं

अपना-अपना नज़रिया

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

अपनी बात समाप्त करते हुए कहा- “धन्यवाद पिताजी, मुझे यह बताने के लिए कि हम कितने गरीब हैं।”

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

में दिखाई देनी चाहिए जो सदा अपने को सर्व शक्तियों से सम्पन्न अनुभव करें। जो गायन है “अप्राप्त नहीं कोई वस्तु”... वह इस समय जब सर्व शक्तियों से अपने को सम्पन्न करेंगे तब ही भविष्य में भी सदा सर्व गुणों से भी सम्पन्न, सर्व पदार्थों से भी सम्पन्न और सम्पूर्ण स्टेज को पा सकेंगे। जो भी अपने में अप्राप्ति अनुभव करते थे, वह प्राप्ति के रूप में परिवर्तन हुए, कि अभी तक भी कोई अप्राप्ति अनुभव करते हो? यह प्राप्ति अविनाशी रहेगी। प्राप्ति अर्थात् प्राप्ति।

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

मोहित एक रनर था, इसका सपना ओलंपिक में जाना था। वह हर मैराथन में हिस्सा लेता था। लेकिन आज तक कोई भी मैराथन पूरा नहीं कर पाया और इस बात पर उसे बहुत अफसोस था। वह खुद में ही खुद से हारने लगा था, पर उसने अभी तक हार नहीं मानी थी, वह कोशिश पे कोशिश किए जा रहा था। हर साल मोहित मैराथन में हिस्सा लेता, पर उसे पूरा नहीं कर पाता था।

रोज़ कसरत और दौड़ लगाना शुरू कर दिया और उसने खुद से वादा किया कि इस बार मैं मैराथन जरूर पूरा करूँगा। इस फैसले के बाद उसने कड़ी मेहनत भी चालू कर दी और रोज़ कुछ ज़्यादा वह अपनी क्षमता को बढ़ाने लगा। महीनों की मेहनत थी और वो दिन आ गया जिसका मोहित को बेसब्री से इंतज़ार था। हाँ, आप सही सोच रहे हैं- मैराथन। मोहित मैदान पहुँचा और हर

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

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

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

एक बार लिया गया फैसला छोड़ें नहीं

वह मैदान में जाते ही अपने प्रतियोगी को देख होपलेस हो जाता। उनके सामने खुद से खुद की कमी निकालता, खुद में वो भरोसा नहीं रख पाता। लेकिन हर साल की भाँति इस साल मैराथन होने पर सिर्फ 2 महीने ही बचे थे। मोहित ने

बार की भाँति इस बार भी होपलेस होने लगा मगर अंदर से आवाज़ आई मैं कर सकता हूँ, आसान है।

बाकी सब रनर्स के साथ मोहित ने भी दौड़ना शुरू किया, लेकिन कुछ दूर तक दौड़ लगाने के बाद उसके पैरों में



नमी से बचें

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

अदरक की चाय

तुलसी और अदरक की चाय पिएं।

मिलाकर खाएं। इससे खांसी में कुछ ही देर में फर्क नजर आने लगेगा।

भाप ज़रूर लें

भाप लेने से भी सर्दी-जुकाम या खांसी से खुद को सुरक्षित रख सकते हैं। रोज गर्म पानी की भाप लें। भाप लेने से

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

जुकाम अगर हो जाये तो क्या करें

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

जुकाम



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

लौंग का सेवन करें

बारिश के मौसम में सर्दी, जुकाम या खांसी हो जाए तो आप लौंग का सेवन करें। लौंग को पीस लें और उसमें थोड़ा शहद

आपकी बंद नाक भी खुल जाएगी। अगर सांस नली में सूजन होगी तो वो भी कम हो जाएगी। इससे आपको गले की खराश से भी राहत मिलेगी।

हल्दी का दूध पिएं

पौष्टिक आहार लें

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



छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। श्री राम सेवा समिति द्वारा रामनवमी पर आयोजित शोभायात्रा के स्वागत में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आकाशवाणी तिराहे पर भव्य चैतन्य राम दरबार सजाया गया। ब्रह्माकुमारीज बहनों ने सिर पर कलश रखकर एवं 15 क्विंटल फूलों से शोभा यात्रा का स्वागत किया साथ ही सभी को शीतल जल पिलाया। इस मौके पर छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन, खजुराहो सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या बहन, एडिशनल एस.पी. विक्रम सिंह, कोचवाली थाना टीआई अरविंद दांगी एवं समस्त पुलिस स्टाफ, विधायक आलोक चतुर्वेदी, पूर्व नगरपालिका अध्यक्ष अर्चना सिंह, बीजेपी पूर्व जिला अध्यक्ष गुड्डू सिंह, भाजपा महिला मोर्चा की प्रदेश उपाध्यक्ष नर्दिता पाठक, श्री राम सेवा समिति के प्रतिनिधि गिरजा पाठकर, समाजसेवी एवं प्रतिष्ठित व्यापारी अखिलेश मातेले, प्रमोद रावत सहित नगर के गणमान्य नागरिक व अन्य लोग उपस्थित रहे।



जबलपुर-म.प्र. ब्रह्माकुमारीज द्वारा शहर में राजयोगिनी भागवताचार्य ब्र.कु. वर्षा दीदी के सानिध्य में आयोजित सप्त दिवसीय 'गीता ज्ञान यज्ञ' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए जाट पंचायत सरपंच दिलीप जाट, पार्षद श्रीमति अनीता जाट, जाट महिला महासचिव डॉ. ज्योति जाट, डॉ. कुसुम जैन, पूर्व पार्षद सतबीर जाट, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पूनम बहन, गोटेगांव सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मीना बहन तथा अन्य।



पुणे-पिंपरी(महा.)। शहीद हेमू कलानी के जन्म शताब्दी महोत्सव के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज मेडिटेशन सेंटर, सिंधी संगठन तथा प्रियदर्शनी सोशल ग्रुप पिंपरी की ओर से झाँकी और रैली का आयोजन किया गया जिसमें विशेष भारत माता, देवता झूलालाल, वीर पुरुष शिवाजी महाराज तथा हेमू कलानी जी की चैतन्य झाँकी निकाली गई। इस रैली के दौरान सभी को देश भक्ति के प्रति और मनुष्य को चरित्रवान तथा दैवी गुण धारण करने के प्रति जागरूक किया गया। लाखों लोगों ने रैली का दर्शन एवं स्वागत कर लाभ उठाया।



भोपाल-विवेकानंद कॉलोनी(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा नशा मुक्त भारत अभियान के तहत नशा मुक्ति केन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में केन्द्र के प्रभारी व्यास जी को ईश्वरीय सौगात व ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. मणि दीदी।



खजुराहो-म.प्र. ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'नशा मुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत ग्राम पंचायत भवन बमनौरा में 'व्यसन मुक्ति प्रदर्शनी' का आयोजन कर ब्र.कु. नीरजा बहन द्वारा सभी को व्यसन मुक्त बनने का संदेश दिया गया व संकल्प कराया गया। इस मौके पर ग्राम सरपंच सुरेश यादव, अटल भूजल योजना के तहत ग्राम में कार्य कर रहे संदीप तिवारी, अभिषेक कुमार मिश्रा, पत्रकार राजीव शुक्ला, बी.एल. कुशवाहा सहित अन्य गणमान्य लोग मौजूद रहे।



इंदौर-कालानी नगर(म.प्र.)। 'परमात्म अवतरण द्वारा स्वर्णिम भारत की ओर' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए इंदौर के पूर्व महापौर एवं सांसद कृष्ण मुरारी मोघे, आईआरसीटीसी के स्वतंत्र निदेशक विनय कुमार शर्मा, जुवेनाइल जस्टिस बोर्ड से आई डॉ. साधना राज, पूर्व राज्य मंत्री पंडित योगेंद्र महंत, वार्ड क्रमांक 3 की पार्षद श्रीमति शिखा सदीप दुबे, ब्र.कु. जयंती दीदी, ब्र.कु. सुजाता दीदी तथा अन्य।



महाराज बाड़ा-ग्वालियर(म.प्र.)। नगर निगम द्वारा आयोजित 'स्वच्छता मशाल मार्च' कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज संस्थान के भाई-बहनों ने भी माधौगंज सेवाकेन्द्र से महाराज बाड़े तक पैदल यात्रा निकाल कर दिया स्वच्छता का संदेश। तत्पश्चात् आयोजित कार्यक्रम में महापौर श्रीमति डॉ. शोभा सिंह सिकरवार, नगर निगम कमिश्नर किशोर कन्याल, आईएएस, डिप्टी कमिश्नर अमर सत्य गुप्ता, डिप्टी कमिश्नर अतिबल सिंह यादव, ब्रह्माकुमारीज संस्थान लश्कर सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. आदर्श दीदी, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. प्रहलाद भाई व अनेकानेक ब्र.कु. भाई-बहनों सहित नगर निगम के अन्य पदाधिकारी, पार्षदगण व अन्य सामाजिक संस्थाओं के लोग भी शामिल रहे।

मेडिटेशन एक संजीवनी बूटी है

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

वो लाई गई और पिलाया गया, ऐसी दृढ़ मान्यता है शास्त्रों में। लेकिन उसका हमारे जीवन में क्या भाव है उसको भी तो हमको समझना है ना!

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

चीज का मिलना इस दुनिया में मतलब, दुनिया में बहुत गूढ़ता के साथ, बहुत ज्यादा अन्दर जाकर कोई चीज को दूढ़ता है तब जाकर उसको रहस्य पता चलता है कि हमारे जीवन में जो आज कोई चीज है जो खो गई है, वो है पवित्रता। क्योंकि पहाड़ों को, ऊँचाईयों को देखो तो उनपर कौन



प्रेम ही है। कई बार क्या होता है कि हीलिंग हो रही होती है शरीर में, लेकिन हीलिंग का बेस है कि आप कितना ज्यादा तनावमुक्त हैं, कितना ज्यादा खुश हैं। पहाड़ों में कोई

तपस्या करता था, ऋषि-मुनि करते थे और इतनी दूर कौन-सी चीज सुरक्षित रह सकती है, जो बड़ी प्युअर हो। जो प्युरिटी का रस हम सब आत्माओं के अन्दर ज्यादा से

ज्यादा जाता है तो हमको जिंदा करता है, हमारी मूर्छा को धीरे-धीरे खत्म करता है। तो हम सभी मूर्छित आत्मायें का मतलब हमारा कॉन्शियसनेस है, लेकिन हमारे हाथ-पाँव नहीं चल रहे हैं ठीक से।

इसका मतलब ये है कि अगर आपके हाथ में एक गिलास दे दिया जाये और हाथ हिलता रहे तो क्या उसके अन्दर पानी टिकेगा? शायद नहीं टिकेगा। ऐसे ही जब हमारा ब्रेन एक तरह से हमारा हाथ है वो हिल रहा है, फुल टाइम। लेकिन उसके अन्दर जो मन है- जिसको हम माइंड कहते हैं, जिसको हम सॉल कहते हैं वो सही रूप से अपने आपको स्थिर ही नहीं कर पायेगा। इसलिए ब्रेन को शक्तिशाली बनाने के लिए, ब्रेन को बल देने के लिए, ब्रेन के अन्दर पॉवर डालने के लिए मुझे अपने आपको तैयार करना है। और वो ही तैयारी हमारी आज की मूर्छा का कारण है। क्योंकि मोबाइल से बहुत सारे एडिक्शन हैं हमारे अन्दर। और मोबाइल के कारण हमारे ब्रेन का फेज ही बदल गया है।

ब्रेन हमेशा उस चीज की डिमांड टाइम टू टाइम करता रहता है। वो उस चीज को एक्सेप्ट करने को राजी नहीं है जो हम डेली करते हैं। आपने देखा होगा कि इतना ज्यादा हम लोगों के ऊपर इसका प्रेशर है तो बीच-बीच में हमारा हाथ चला जाता है मोबाइल के ऊपर। और हम उस चीज को करने लग जाते हैं। तो अवेयरनेस मेडिटेशन का पहला

पहलू है। और वो जागृति ये कहती है कि हम सभी इस शरीर से आँख खोल कर तो बैठे हैं, लेकिन अन्दर से हिले हुए हैं। मतलब हम सभी के लक्ष्य में ये जो साधन के रूप में हम मोबाइल का इस्तेमाल करते हैं या किसी गैजेट का इस्तेमाल करते हैं उसने हमारे एक-एक चीज को डैमेज कर दिया है।

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



डॉ. कु. अनुज भाई, दिल्ली

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दे



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

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

ज्ञान-योग से शांत हुआ मन

उन्होंने कहा कि मैंने तीन वर्ष तपस्या की। और फिर बताया कि तीन मास के लिए अच्छी तपस्या करने मैं मधुबन आई। मैंने यहाँ पर तीन मास अच्छी तपस्या की, क्या-क्या किया ये उन्होंने बताया कि सबको क्षमा किया कि किसी ने भी मुझे कष्ट दिया हो। मनुष्य के अंतरमन में वो द्वेष भाव, वो बदले का भाव बढ़ा रहता है जो उसके सेल्स को पॉइज़नस (जहरीला) करता रहता है। फिर कहा कि मैंने सभी को क्षमा किया। सभी

से क्षमा-याचना की। और एक बहुत अच्छी बात उन्होंने कही कि डीप क्लीजिंग किया अपने आपको। गहराई में जाके विचारों को शुद्ध किया। एक-एक विचार पर ध्यान दिया। ये एक बहुत अच्छी बात थी कि मैं क्या गलत सोचती हूँ, मेरे एटीट्यूड में कहाँ गलती है। किस तरह की निगेटिव फीलिंग मेरे पास है। उसको मैंने शुद्ध किया कि नहीं! सब अच्छे हैं, सबकुछ शुद्ध हो रहा है। सब कल्याणकारी है। बहुत अच्छी फीलिंग उन्होंने दी। और पानी रोज़ चार्ज करके



राजयोगी ब्र.कु. सुरेश भाई

पिया। भोजन, पानी, फ्रूट जो भी कुछ होता था उसको चार्ज करके पीती थी। उन्होंने ये बताया कि मुझे ये महसूस होता था कि एक-एक जो खराब संकल्प होता है वो अनेक सेल्स को जहरीला बनाता है। ये रोगों का मुख्य कारण है। उन्होंने प्रकृति को भी योगदान दिया। उसको थैंक्स दिया। तुमने मुझे ये बहुत अच्छा शरीर दिया है। जीवन दिया है। ये कहने के बजाये कि कैसा शरीर दिया है तुमने मुझे बीमार कर दिया। ये मैंने क्या पाप किए थे, नहीं। प्रकृति तुमने मुझे बहुत अच्छा शरीर दिया तुमको बारंबार धन्यवाद। और अब वो बहन बड़े मजे से जी रही है। उन्होंने बताया कि मैं तो चलना ही भूल गई थी। बिस्तर ही मेरी जगह बन गई थी। लोग मुझे इस नजर से देखते थे कि ये तो बीमार ही है पता नहीं कब मरेगी। न जाने कितनों की बहुआएँ मिली। 40 साल से भी ज्यादा कष्ट भोगे। अब

केवल इनहेलर कभी-कभी लेना पड़ता है दो-तीन दिन में एक-दो बार। बाकी सब श्वास ठीक रहता है। मन खुश हो गया है। टांगें अच्छी हो गई हैं। अब अच्छे से चलती हूँ। काम करती हूँ, घर संभाल रही हूँ।

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

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

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

उत्तर : ऐसे केसेज भी बहुत हो रहे हैं आजकल। कुछ लोगों की ज़मीन फटाफट बिक रही है, भाव भी बढ़ रहे हैं। और कुछ लोग ऐसे फँस जाते हैं सबकुछ अटक जाता है और सफलता नहीं मिलती है। विघ्न विनाशक योग की भट्टी जिसको करने के लिए हम बार-बार सभी भाई-

बहनों को बताते हैं और उसके परिणाम भी बहुत सुन्दर हैं। बात यही है कि योग बहुत एकाग्रता के साथ किया जाये, बहुत विश्वास के साथ किया जाये। तो इसको हम 21 दिन की विघ्न विनाशक भट्टी कहते हैं। इसको रोज़ एक घंटा करना है। इस योग को करने से पहले दो स्वमान सात बार याद कर लें। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। विघ्न विनाशक हूँ क्योंकि योग से जो हमें शक्तियाँ मिलेंगी वो उन विघ्नों को नष्ट करेंगी जो इसके सफलता के मार्ग में आड़े आ रहे हैं। और एक घंटा बहुत अच्छा योग कर लें। एक व्यक्ति कर ले जिसका योग बहुत अच्छा होता हो। और आपके पास तो बहुत अच्छी चीज है कि पूरा परिवार ज्ञान में चल रहा है। कुछ अच्छी कॉमेंट्री के द्वारा पूरा परिवार एक टाइम योग में बैठे। अपने परिवार की खुशहाली के लिए भी और इस विघ्न को नष्ट करने के लिए भी ताकि आपका ये कार्य सहज हो जाये।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

Peace of Mind CABLE Network

hathway, DEN, GTPL, FASTWAY, JioTV

TATA SKY 1065, 678, 1221, 1087

TATA SKY 1084, 1060, 578



वरिष्ठ
राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

इसको स्वदर्शन चक्रधारी होना कहते हैं। लेकिन कई लोग परदर्शन चक्र घुमाते रहते हैं, दूसरों का ही चिंतन करते रहते हैं इसको कहते हैं परचिंतन। देखते भी दूसरों को हैं तो अपने को देखना भूल जाते हैं। सोचते भी दूसरों के बारे में हैं तो अपने बारे में सोचना भूल जाते

सारे संसार में फैलते हैं।

हम अपने पर गहरी दृष्टि डालें। हमारा समय दूसरों को देखने में दूसरों का चिंतन करने में तो नहीं जा रहा है? कई मनुष्य तो सुंदर स्थानों पर भी आते-जाते हैं ना तो वहाँ भी न जाने क्या-क्या सोचते हैं! क्या-क्या देखते हैं! जिस

परचिंतन की बजाय करें...स्वचिंतन

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

एक माँ भोजन बना रही है। उसके मन में व्यर्थ संकल्प बहुत चल रहे हैं, तूफान उठ रहा है तो उसका भोजन न तो टेस्टी बनेगा, न उसमें प्यार भर पायेगी, न अच्छे वायब्रेशन भर पायेगी तो हर मार्ग के लिए व्यर्थ संकल्प बहुत बुरी चीज़ है। शिव बाबा ने हमें स्वदर्शन चक्रधारी बनाया है। बहुत बड़ा शब्द है यह। शास्त्रों में केवल श्रीकृष्ण को सुदर्शन-सुदर्शन कह दिया है। शिव बाबा ने हमें कहा स्वदर्शन चक्रधारी ऐसा दिखाया है हम अपना दर्शन करते हैं इस पूरे चक्र में, इस सृष्टि चक्र में हम क्या-क्या थे यह दर्शन हमें होने लगता है,

हैं। हमें संकल्प करना है, सुंदर संकल्प करें कि जन्म-जन्म हम दूसरों को देखते आए अब अपने को देखने का तीसरा नेत्र स्वयं भगवान ने हमें दिया है। क्यों न हम अपने को देखें, अपने को ही चेंज करें! दूसरे चेंज हों यह इंतज़ार हम क्यों करें! पहले हम करेंगे तो हमें

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

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

बहुत कुछ प्राप्त हो जाएगा। परचिंतन तो हम युगों से करते हैं। लेकिन अब समय है अपना चिंतन करने का। मुझे अपनी उन्नति कैसे करनी है? मुझे भगवान की सभी आज्ञा का पालन कैसे-कैसे करना है? अब मैं ईश्वरीय पथ पर आ गया हूँ, भगवान की संतान बन गई हूँ, अब मुझे उसका शो करना है अपने चरित्र से, अपने जीवन से। हमारे सुंदर विचार हमारी पर्सनैलिटी को बहुत सुंदर बनाते हैं। हमारे सुंदर विचार समाज में हमारी पहचान बनाते हैं। हमारे सुंदर विचारों के वायब्रेशन

लक्ष्य से वहाँ जाते हैं उसे तो भूल ही जाते हैं। कौन क्या कर रहा है एक इच्छा बनी रहती है जानने की और जो दूसरों के बारे में जानने की उत्कंठा में लगा हुआ है वो अपने को कभी नहीं जान सकता। वो अपनी शक्तियों को भी नहीं पहचान सकता। परचिंतन करने वाले का चित्त शांत होता ही नहीं, यह तो बिल्कुल क्लीयर बात है। दिखाई देगा गलती वह कर रहे हैं और नुकसान हम उठा रहे हैं। वो गलती करके भी खुश हैं और हम उन्हें देख-देख के परेशान हो रहे हैं। सम्भालें अपने को।

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



करेली-म.प्र. श्री राम मंदिर करेली में आयोजित श्रीमद् भागवत कथा के समापन अवसर पर कथा वाचक पंडित आनंद कृष्ण शास्त्री देव भूमि वृंदावन से ब्र.कु. अंजना बहन, ब्र.कु. विनीता बहन, ब्र.कु. शिवानी बहन व अन्य भाई-बहनों ने मुलाकात कर ईश्वरीय सौगात भेंट की। साथ ही इस अवसर पर नवयुवक बानर सेना, सकल सनातन हिन्दू समाज, आरएसएस, बजरंग दल एवं महिला मंडल द्वारा विशाल शोभायात्रा का आयोजन किया गया जिसमें मुख्य रूप से ब्रह्माकुमारीज ने भी राम दरबार की मनमोहक झाँकी के साथ उपस्थिति दी। इस मौके पर राज्यसभा सांसद कैलाश सोनी सहित अन्य वरिष्ठ जनों द्वारा राम दरबार की आरती कर शोभायात्रा का समापन किया गया।



इंदौर-न्यू पलासिया(म.प्र.) ज्ञान चर्चा करने के पश्चात् मनिंदर सिंह, कमांडेंट, सीआईएसएफ इंदौर अहिल्या बाई एयरपोर्ट के साथ समूह चित्र में ब्र.कु. नारायण भाई, ब्र.कु. प्रमिला बहन व ब्र.कु. ज्योति बहन।



नई दिल्ली। बीजेपी नेशनल प्रेसिडेंट जे.पी. नड्डा की धर्मपत्नी श्रीमति मल्लिका नड्डा से मिलकर उनका अभिवादन करते हुए डॉ. ब्र.कु. मोनिका बहन। साथ हैं प्रो. डॉ. परीन सोमानी, स्किल डेवलपमेंट डायरेक्टर, लंडन।



मुम्बई-घाटकोपर। सौम्या विद्याविहार यूनिवर्सिटीज-वुमेन्स सेल द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज के योग भवन को आध्यात्मिक ज्ञान से परिचित कराने के लिए आमंत्रित किया गया। इस मौके पर कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. डॉ. परेशा। मंचासीन हैं प्रोफेशनल योगा एक्सपर्ट ब्र.कु. जागृति बहन, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका एवं पूर्व बार्क साईटिस्ट ब्र.कु. प्रमिला बहन तथा यूनिवर्सिटी की प्रिंसिपल श्रीमति मखिजानी।



बिलासपुर-राजकिशोर नगर(छ.ग.)। विश्व स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज के शिव अनुराग भवन में मेडिकल विंग के संयुक्त तत्वाधान में 'सभी के लिए स्वास्थ्य' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. गायत्री बहन ने सभी को स्वस्थ रहने के लिए प्रेरित किया। इस मौके पर बड़ी संख्या में भाई-बहनों मौजूद रहे।



जबलपुर-कटंगा कॉलोनी(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र में सिन्धी नव वर्ष चैत्री चण्ड के अवसर पर आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए विधायक अशोक रोहाणी, भारतीय सिन्धु समाज के राजकुमार कंधार, लाडकाना बिरादरी के नारायण दास बुधरानी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विमला बहन तथा अन्य।



जैतवारा-म.प्र. ब्र.कु. मीना बहन के प्रभु समर्पण के 18वें वार्षिकोत्सव पर आयोजित कार्यक्रम में सुरेश नामदेव, विजय पाण्डेय, डॉ. कुशवाहा सहित अन्य भाई-बहनों उपस्थित रहे।



लश्कर-ग्वालियर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज के व्यापार एवं उद्योग प्रभाग द्वारा म.प्र. चेम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री ग्वालियर के पदाधिकारियों के लिए आयोजित स्नेह मिलन एवं सम्मान समारोह में म.प्र. चेम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री ग्वालियर के अध्यक्ष डॉ. प्रवीण अग्रवाल, मानसेवी सचिव दीपक अग्रवाल, कोषाध्यक्ष संदीप नारायण अग्रवाल, कार्यकारिणी सदस्य रोशन गाबरा, आशीष अग्रवाल, अभिषेक गोयल, अंकुर अग्रवाल तथा व्यापार जगत से जुड़े अन्य लोगों सहित सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. प्रहलाद भाई व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों उपस्थित रहे।

जयपुर के झोटवाड़ा क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज संस्थान का नया आध्यात्मिक सेवाकेन्द्र

‘प्रभु गुंजन भवन’ समाज के आत्म उत्थान के लिए समर्पित

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

भव्य सांस्कृतिक कार्यक्रम का भी हुआ आयोजन

झोटवाड़ा-जयपुर(राज.)। यह ‘प्रभु गुंजन भवन’ ईश्वरीय सेवाओं को आगे बढ़ाते हुए परमात्मा के हीरे तराशने अर्थात् श्रेष्ठ मानव का निर्माण करने का काम करेगा। रूहानी क्रांति से ही युग परिवर्तन होता है। युग परिवर्तन के इस दौर में कल्याणकारी परमात्मा शिव दुनिया में अपने बच्चों को निमित्त

बनाकर काम कर रहे हैं। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज के यूरोपीय सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी ने वृन्दावन कॉलोनी झोटवाड़ा में ब्रह्माकुमारीज के ‘प्रभु गुंजन भवन’ सेवाकेन्द्र के उद्घाटन समारोह में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि ज्ञान और योग के जरिये परमात्मा के साथ सम्बंध स्थापित करना ही राजयोग मेडिटेशन है। अगर इस राजयोग से इन्द्रियों को वश में कर लिया तो प्रकृति भी मनुष्य की दासी बन जाती है। ब्रह्माकुमारीज जयपुर सबजोन संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुषमा दीदी ने कहा कि आज के तेजी से बदल रहे समाज में अपने संकल्प और सोच बदलने की जरूरत है। उससे ही दृष्टि और



वृत्ति बदलेगी और तब ही आत्म उन्नति का मार्ग प्रशस्त होगा। राजस्थान यूनिवर्सिटी ऑफ हेल्थ साइंसेज के डॉ. सुधीर भंडारी ने कहा कि एक सभ्य समाज में शहरीकरण, औद्योगीकरण, एकल

परिवार और इंटरनेट मीडिया एडिक्शन की वजह से एकाकीपन बढ़ा है, आपसी संवाद कम हो रहा है और एकाग्रता की कमी हो रही है। ऐसे में मेडिटेशन केन्द्र होना अपने आप में एक उपचार,

चिंता हरण का स्थान है। पूर्व मुख्य न्यायाधीश मद्रास हाई कोर्ट नागेन्द्र कुमार जैन ने कहा कि आज के भौतिक युग में लोग सेल्फ सेंटर्ड हो गए हैं। ऐसे में आज खुद को सुधारने की जरूरत

है। अनजान के प्रति संवेदना ही मानवता है और यह काम देश और दुनिया में ब्रह्माकुमारी बहनें बखूबी कर रही हैं। ब्रह्माकुमारीज के धार्मिक प्रभाग की अध्यक्ष एवं प्रयागराज सबजोन की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. मनोरमा दीदी ने कार्यक्रम का संचालन किया। वैशाली नगर जयपुर सब जोन के तहत बने ‘प्रभु गुंजन भवन’ सेवाकेन्द्र के उद्घाटन कार्यक्रम में जयपुर नेशनल यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर आर.एल. रैना, अल्पसंख्यक आयोग के पूर्व अध्यक्ष जसबीर सिंह, जयपुर वैशाली नगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. चन्द्रकला दीदी समेत सैकड़ों लोग व शहर के गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे। सभी ने अपनी देरों शुभकामनाएं दीं।

‘नशा मुक्त भारत अभियान’ के तहत कार्यक्रम का आयोजन

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



अमिकापुर-चोपड़ापारा(छ.ग.)। सामाजिक न्याय और अधिकारिता विभाग भारत सरकार एवं ब्रह्माकुमारीज मेडिकल विंग के संयुक्त तत्वाधान में संस्थान के नव विश्व भवन में नशा मुक्त भारत अभियान के तहत आयोजित कार्यक्रम में राष्ट्रीय तंबाकू नियंत्रण कार्यक्रम के प्रभारी अधिकारी ई.एन.टी. विशेषज्ञ डॉ. शैलेश गुप्ता ने कहा कि नशा व्यक्ति के

ने कहा कि किसी भी तरह के विकारी नशे में लिस रहने के बजाय ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग को जीवन में अपनाने तथा अच्छे लोगों की संगति करें तभी जीवन में सच्ची खुशी एवं शांति की अनुभूति होगी व जीवन में सकारात्मक परिवर्तन भी आयेगा। उप पुलिस अधीक्षक बहन महालक्ष्मी, जिला समन्वयक क्षय रोग डॉ. श्रवण खुटे, जिला सलाहकार तंबाकू

बच्चों ने नुककड़ नाटक के द्वारा लोगों को नशा न करने के लिए प्रेरित किया ब्र.कु. विद्या दीदी ने सभी को नशे से दूर रहने की प्रतिज्ञा कराई

स्वास्थ्य से लेकर तन-मन-धन सबको खत्म कर देता है। उन्होंने कहा कि जब कोई व्यक्ति नशा छोड़ता है तो हमें उसको सहयोग देना चाहिए ताकि वो अपनी गंदी आदतों को छोड़ने में सहज सफलता प्राप्त कर सके। साथ ही उन्होंने सभी को ब्रह्माकुमारीज द्वारा सिखाये जा रहे राजयोग का अभ्यास करने के लिए भी प्रेरित किया। सरगुजा संभाग की सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी

नियंत्रण कार्यक्रम हनी कोटबिल, खण्ड विस्तार परीक्षण अधिकारी लुण्डा ब्लॉक नन्दू, बी.डी.सी. असकला ग्राम जागेश्वर सिंह, उपसरपंच असकला चोलेश्वर सिंह आदि ने अपने विचार रखे। इसके साथ ही सेवाकेन्द्र द्वारा दुर्गा मंदिर गांधी चौक में नशा मुक्ति चित्र प्रदर्शनी लगाकर लोगों को जागरूक किया गया तथा असकला ग्राम में भी नशा मुक्ति कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

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

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



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

राजयोग के अभ्यास से ही आयेगी सही निर्णय करने की शक्ति



बैतुल-म.प्र.) ब्रह्माकुमारीज भाग्यविधाता भवन सेवाकेन्द्र के प्रथम वर्षगांठ पर ‘स्वर्णिम भारत की स्थापना में न्यायविदों की भूमिका’ विषयक सम्मेलन में रिटा. हाई कोर्ट जस्टिस बी.डी. राठी ने कहा कि अगर हम आध्यात्मिकता को अपने जीवन में अपना लें और दिन में कुछ समय के लिए भी राजयोग का अभ्यास करें तो हम सही मायने में अंदर से सशक्त होंगे, हमारी बुद्धि शुद्ध होगी तथा हम सही निर्णय कर पाएंगे। जिला एवं सत्र न्यायाधीश प्राणेश कुमार पाण्डे ने अपना अनुभव साझा करते हुए न्याय व्यवस्था

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

में क्या-क्या समस्याएं आती हैं तथा कहां सुधार की आवश्यकता है इस विषय को स्पष्ट किया। अधिवक्ता संघ के अध्यक्ष बृजेश ब्रजकिशोर पांडे ने कहा कि इस प्रकार के आयोजन न्यायविदों के लिए हमेशा होते रहने चाहिए ताकि इस वर्ग के लोग अपने निजी जीवन में तनाव मुक्त और भयमुक्त रह सकें। ब्र.कु. अरुणा बहन ने सभी को राजयोग मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराई। ब्र.कु. सुनीता बहन ने सभी का धन्यवाद किया। मौके पर अधिवक्ता एवं सी.ए. जगमोहन खंडेलवाल, सिविल जज लक्ष्मण डोडवे, सी.जी.एम. धीरेन्द्र मंडलोई, सिविल जज कमलेश मीणा, सिविल जज के.एस. मेढा, अति. जिला न्यायाधीश राकेश बंसल, वरिष्ठ अधिवक्ता एवं सी.ए. राजीव खंडेलवाल, ए.डी.जे. दीपिका मालवी, ए.डी.जे.आदेश मालवी, वरिष्ठ अधिवक्ता आर.के. वर्मा व न्याय जगत से जुड़े अनेक महानुभावों सहित ब्र.कु. मंजू बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।