ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 17 अंक-24 मार्च-II, 2017 (पाक्षिक) माउण्ट आबू 8.00

शिव जयंति पर्व मनाया धूमधाम से

ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी शिवध्वज लहराते हुए। साथ हैं ब्र.कु.निर्वैर, इशू दादी तथा देश विदेश से आए भाई-बहनें खुशी का इज़हार करते हुए।

माउण्ट आबू। 81वीं शिव जयंति पर्व पर ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने आबू पर्वत पर स्थिति ब्रह्माकुमारीज़ मुख्यालय ओम शांति भवन में शिवध्वज फहराया। इस अवसर पर अपने आशीर्वचन में दादी ने कहा कि परमात्मा का अवतरण इस धरा पर इसलिए हुआ है ताकि यहां सुख, शांति की स्थापना तथा बुराइयों की सदा के लिए विदाई हो। अब भारत पुन: सोने की चिड़िया कहलायेगा। सभी उस परमात्मा की संतान हैं और आपस में भाई-भाई हैं। यह विश्वव्यापी भावना अपना व्यवहारिक रूप ले लेगी। शिव का अवतरण अज्ञान रूपी अंधकार को दूर कर ज्ञान के प्रकाश से सर्व आत्माओं को प्रकाशित करने का यादगार है। शिव जयंति पर्व विश्व इतिहास में परमात्मा के विशेष पार्ट को समझने व जानने का अवसर है। परमात्मा शिव स्वयं सत्य ज्ञान द्वारा इस कलियुगी दुनिया को फिर से सतयुगी दैवीय दुनिया में परिवर्तन कर रहे हैं।

इस अवसर पर संस्थान के मुख्य सचिव ब्र.कु.निर्वैर ने कहा कि वसुधैव कुटुम्बकम का सैम्पल यहां दिखाई दे रहा है। देश-विदेश के भाई-बहनों ने इस आध्यात्मिक राह पर चलकर अपने जीवन को शांतिमय बनाया है। जो अपने आप में परमात्मा की शिक्षाओं द्वारा परिवर्तन का प्रत्यक्ष प्रमाण है।

ब्रहमाकुमारी संस्था के सभी परिसरों में क्रमवार शिवध्वज लहराया गया।

इस अवसर पर भारत के अलावा 60 देशों से आए लगभग तीस हज़ार लोगों ने कार्यक्रम का लाभ लिया। परमात्मा की शिक्षाओं का एक संकल्प लेकर सभी ने उस संकल्प को जन-जन तक पहुँचाने का बीड़ा उठाया ताकि सभी अपने परमपिता से सुख-शांतिमय जीवन जीने का अधिकार प्राप्त कर सकें।

सत्यमेव जयते अहिंसा परमो धर्म

पुरी-ओडिशा(जी.आर.सी.)। ब्रह्माकुमारीज़ के पुरी स्थित गॉडली राजयोग रिट्रीट सेंटर पर सत्यमेव जयते अहिंसा परमो धर्म और श्रीमद्भगवद् गीता का आयोजन हुआ। जिसमें तीन सत्रों में विभिन्न विषयों पर अति विद्वत डाक्टर्स, प्रोफेसर्स, स्कॉलर्स, गीता पाठियों के द्वारा चर्चा की गई। जिसमें कुछ के दिये गये दृष्टिकोण निम्नलिखित हैं।

समस्याओं का समाधान सिर्फ श्रीमद्भगवद् गीता के पास है

डॉ. पुष्पा पाण्डे जिन्होंने गीता पर रिसर्च किया है ने कहा कि आज जहाँ बहुत सारी आध्यात्मिक पुस्तकें, ग्रन्थ हमारे देश में मौजूद हैं, फिर भी समस्याओं का अंबार है। इन सारी समस्याओं का समाधान सिर्फ श्रीमद्भगवद् गीता के पास है। सत्यता और खुशी को हम परमात्म शक्ति द्वारा प्राप्त करके अपने मन को शक्तिशाली बना सकते हैं। आज मनुष्य नाखुश है, उसका सिर्फ यही कारण है कि आज वो काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार से ग्रस्त है। इन सभी से मुक्ति और जीवनमुक्ति इस ज्ञान द्वारा प्राप्त कर सकते हैं।

प्रो. हरेकृष्ण सतपथी पूर्व कुलपति, तिरुपति राष्ट्रीय संस्कृत विश्व विद्यालय ने कहा कि धर्म ही सत्य है और परमात्मा जो सभी गुणों और शक्तियों का सागर है। हम सभी आत्मायें जो पराभौतिक शक्ति भी कहलाती हैं, जब हम आत्मायें और परमात्मा एक दूसरे से मिलते हैं तब जाकर योग की अनुभूति होती है। उन्होंने ज़ोर देकर कहा कि प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय ही एकमात्र ऐसा संस्थान है जो पूरी मानवता को यह सत्य संदेश देकर सतयुगी राज्य की स्थापना में जुटा है।

परमात्मा धरती पर अवतरित होते हैं

ब्र.कु.बृजमोहन, अतिरिक्त सचिव, ब्रह्माकुमारीज़ ने कहा कि परमपिता परम आत्मा विश्व के रचयिता हैं। उनका नाम शिव है, वो निराकार हैं। उनकी पूजा ज्योतिर्लिंग के रूप में आज भी होती है, उन्हें लोग सदाशिव भी कहते हैं, क्योंकि वो जन्म-मरण से न्यारे हैं। वो इस धरती पर तब अवतरित होते हैं जब इस धरती पर पापाचार, भ्रष्टाचार बढ़ जाता है। हम परमात्मा से शांति और आनंद की प्राप्ति तब कर सकते हैं, जब हम अपने आपको पहचान लें।

यही समय है परमात्म-अवतरण का

प्रो. अलख चन्द्र सारंगी,पूर्व कुलपति,श्री जगन्नाथ संस्कृत विद्यालय,पुरी ने कहा कि धर्म का अर्थ है धारणा, अर्थात् हममें दिव्य गुणों की धारणा हो, तब कह सकते हैं कि हम धर्म पर चल रहे हैं। जैसे परमात्मा ही सत्य है और सत्य ही परमात्मा है। हमारा अंतिम लक्ष्य है सत्य को स्वीकार करना। राजयोग तो सभी योगों का राजा है, और इस ईश्वरीय विश्वविद्यालय द्वारा सिखाया जाता है। जो श्रीमद्भगवद् गीता के ज्ञान की पुनरावृत्ति है। यही वो समय है जब भगवान धरती पर अवतरित होकर हमको सतयुग की स्थापना के लिए सत्य गीता ज्ञान दे रहे हैं।

श्रीमद्भगवद् गीता पर राष्ट्रीय सम्मेलन

परमात्मा ही हैं जो हम मनुष्यों को देते हैं सत्य गीता ज्ञान

प्रो.सुरेन्द्र मोहन मिश्रा,एच.ओ.डी., संस्कृत पाली कुरुक्षेत्र युनिवर्सिटी, हरियाणा ने कहा कि निराकार परम आत्मा इस साकार देह में अवतरित होकर सत्य गीता ज्ञान देते हैं। उन्होंने आत्मा, परमात्मा और प्रकृति को अविनाशी बताते हुए कहा कि एक परमात्मा ही हैं जो हमें सत्य गीता ज्ञान देकर सतोप्रधान बना सकते हैं।

त्याग एवं अहिंसा श्रीमद्भगवद् गीता का मुख्य सिद्धान्त है

प्रो. राधा माधव दास, कुलपति,श्री जगन्नाथ संस्कृत विश्वविद्यालय पुरी ने कहा कि अहिंसा श्रीमद्भगवद्गीता का सार है। हम सभी जानते भी हैं कि बंकिम चन्द्र चैटर्जी, अरविंद और गांधी जी ने अहिंसा को अपनाया। त्याग, अहिंसा श्रीमद्भगवद्गीता का मुख्य सिद्धान्त है जिसे हमें अपने जीवन में धारण करना चाहिए। इसके अलावा प्रो. विनायक रथ, डॉ. सुरेश्वर मेहर, ब्र.कु. सुशांत ने भी अपने-अपने विचार सत्य और अहिंसा पर रखे। जी.आर.सी. की डायरेक्टर ब्र.कु. डॉ. निरुपमा ने कार्यक्रम का कुशल संचालन किया। इस कार्यक्रम में एक हज़ार से भी अधिक गीता पाठी तथा साथ ही प्रिन्ट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया से सम्बंधित बहुत सारे पत्रकार भी शामिल हुए।

वृत्ति कभी भी तृप्ति दे नहीं सकती

ज़िन्दगी के उतार-चढ़ाव की बात झूलते हुए झूले जैसी है। एक बार जब झूला पीछे की तरफ जाता है, फिर आता है, और फिर वापिस ऊँचे की तरफ जाता है। ठीक वैसे ही व्यक्ति एक बार अर्थोपार्जन की होड़ को शुरु करता और वापिस उसी तरह अर्थ प्राप्ति उसके जीवन का ध्येय, परम लक्ष्य बन जाता है। संतोषी जीवन था तो सम्पूर्ण शांति थी, लेकिन उस जीवन में असंतोष उपजा यानि उत्पात शुरु हुआ, और ये उत्पात ऐसा था कि आपको शांति से बैठने ना दे।

- ब्र.कु. गंगाधर

ये बात जैसे कि गांठ बांध लेनी चाहिए कि वृत्ति कभी जीवन में तृप्ति नहीं देती। इस ज़माने का दुर्भाग्य ये है कि मनुष्य उस वृत्ति की तृप्ति के पीछे पागल बनकर दौड़ता रहा है और पारावर अतृप्ति में उसके जीवन का अंत आता है। ऐसी अतृप्ति के कारण उसकी ज़िन्दगी अंधकारमय, एक दिशा की दौड़ बन जाती है। उस दौड़ के पीछे कोई बुद्धि या तर्क नहीं होता। बस सब भूलकर और आँखें बंद कर अंधकार दौड़ लगाता रहता है। उसकी भोग की ओर दौड़ उसकी मति को भूला देती है।

जैसे कि पहले उसके जीवन में काम-वासना की वृत्ति आती है और वासना बढ़ते पूरे जगत को वो काम-तृप्ति का साधन मान बैठता है और वो अतृप्ति में घी डालता जाता है, लेकिन अग्नि का घी होम उसकी वृत्ति वासनाओं को और बढ़ाता जाता है और वापिस जीवन में काम-वासना की वृत्ति को संतोषने के लिए एक के बाद एक कदम पैर डालते हुए बेहाल बनाता है। उसकी वासना मात्र उसके अंगत जीवन में रहने के बदले चारो तरफ मर्यादाहीन बनकर बहकती रहती है। खुद की वृत्ति के साधन के तौर-तरीके में वो दूसरे को शामिल करता है और फिर एक समय ऐसा आता है जब खुद की वासना की परितृप्ति के लिए विकृत विषयों की ओर चला जाता है।

हम इस बहुत खूबसूरत धरती पर रहते हैं जहाँ मानव की विकृत हरकतें पशु समान होती हैं, जो कि नैतिकता को दरकिनार कर देती है। चाइल्ड पोनोग्राफी भी इस जगत पर अस्तित्व में आई है। वृत्ति इतनी हद तक विकृत हो जायेगी, उसका एक ये नमूना है। ऐसी वृत्ति की लीला मानव के मन पर बहुत गुप्त रीति से प्रभुत्व जमा देती है। जो व्यक्ति सावधान ना हो, तो वो उसके चित्त में दबते पाँव से प्रभावित करता है। आज से बीस वर्ष पहले के अखबारों को देखें तो भाग्य ही किसी अभिनेत्री की तस्वीर छपती थी, और आज दैनिक अखबार में रोज़ ही उन्हीं की तस्वीरें दिखाई देती हैं। भले ही उनका समाचारों के संबंध में लेना-देना ना हो। ये है वर्तमान समय की वृत्ति को पोषक करने की तरकीबें।

जैसे क्रिकेट जैसे खेल में 'चियर लीडर्स' रखी जाती हैं और खेलोत्सव के पूर्व रंगारंग कार्यक्रम का आयोजन करते हैं। ऐसे मानव अपनी कामवृत्तियों को इतनी हद तक पनपने देता है। चाहे अखबार हो या टेलिविज़न हो या कोई उत्सव हो, अपनी वृत्ति को सभी एंटरटेनमेंट में परिवर्तित करने लगते हैं। ये सब उपाय आज़माते रहते हैं। ऐसे उपायों से किसी को भी शांति, संतोष, तृष्णा की संतृप्ति या आंतरिक सुख नहीं हो सकता।

साधक को सबसे पहले तो वृत्ति को जगाने वाले बीज को खोजना चाहिए। वृत्ति के मूल में जाने की ज़रूरत है। अगर इस मूल को ही काट दिया जाए तो वृत्ति चित्त को प्रभावित नहीं करेगी। हम अपनी वृत्ति के मूल को चिंतन करने के बदले वृत्ति के द्वारा उसी तरफ चले जाते हैं। सच्चा साधक वृत्ति के बीज को खोजता है, जिससे उसके जीवन में वृत्ति का बीज सहज अंकुरित होकर पौधा बन ना सके।

इसीलिए बुद्ध ने उनके एक दु:खी भिक्षुक को कहा, 'आप दु:ख के सागर में डूब गये हो और आपको दु:ख निवारण का कोई मार्ग मिलता नहीं, लेकिन उसका एक सरल मार्ग है। आप इस जंगल में से ज़मीन से तीन पौधे लेकर आओ, जिसके ऊपर छोटे से तीन पत्ते हों, ऐसे अंकुरित पौधे उसके मूल सहित लेकर आओ।'

भिक्षुक जंगल में गया और अलग-अलग प्रकार के चार-पाँच पौधे उखाड़ कर लेकर आया और बुद्ध को दिया। बुद्ध ने इस पौधे में से एक पत्ता तोड़ा और भिक्षुक को पूछा 'कहो, ये पत्ता कौन से पौधे का है?'

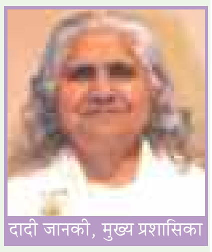
- शेष पेज 8 पर

हीरे जैसा जीवन बनाकर ईगो और अटैचमेंट से मुक्त रहना

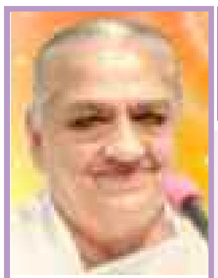
तीन बारी ओम् शान्ति का बहुत अच्छा रेसपांस दिया। मेरा ओम् शान्ति का यह आशीर्वचन नहीं है, परन्तु दिल से मैं कौन हूँ, मेरा कौन है? मैं कौन बोल रही हूँ? आत्मा, शरीर में है तब बोल रही है। क्या बोल रही है कि मैं किसकी हूँ? मैं कौन, मेरा कौन? तो बाबा ने ऐसा लेसन पक्का कराया है जो कभी भी मैं का ईगो नहीं, मेरे का अटैचमेंट नहीं। मैं मैं यह ईगो है, मेरा मेरा यह अटैचमेंट है, इन दोनों से फ्री हो गये ना। बाबा ने गोद बिठाया, गले लगाया, पलकों में बिठा करके परमधाम में ले जा रहा है। ठीक है, सबको क्या भासना आती है! बच्चे कहते बाबा तुम्हें देखता रहूँ... बाबा भी कहता है बच्चे मैं तुम्हें देखता रहूँ...। मैं कहाँ हूँ? बाबा की गोदी में। बाबा इतना अच्छा है गोद बिठाके अपना बना लिया। फिर वर्से में क्या मिलता है, वो दिखा दिया। हम बच्चे हैं बाबा के, बच्ची नहीं हैं। बच्चा हूँ वारिस हूँ। मैं कौन तो लाइट हो गये, मेरा कौन तो माइट आ गयी। माताओं में काम, क्रोध तो नहीं होता है, अहंकार भी नहीं होता है परन्तु थोड़ासा लोभ मोह होता है, तो कहती हैं यह हमारे पास होना चाहिए। मोह व्यक्ति में होता है, लोभ अच्छा घर चाहिए, अच्छे जेवर चाहिए, यह चाहिए, वह चाहिए। जो बाबा ने सिखाया है, समझाया है, जितना प्यार किया है वो सबको मिले, यह भावना है।

जब ऐसी सभा देखते हैं तो कितनी सुन्दर सभा लगती है। डायमण्ड हॉल में बैठे हैं, सभी का लक्ष्य यह है यह समय है हीरे जैसा बनने के लिये। हीरे जैसा जन्म लेना है तो कौड़ियों के पीछे टाइम नहीं गँवाना है। कौड़ी, कौड़ी है, कहाँ सम्भालेंगे। पुराने ज़माने में कौड़ियों से खरीदारी करते थे, तब कौड़ियों का भी मूल्य था। अभी ज़माना बदल गया। हमको अपनी जीवन हीरे जैसी बनानी है। मुझे कोई चीज़ें नहीं चाहिए परन्तु जीवन ऐसी हो जो जीना अच्छा लगे। बाबा ने अपना बनाके मुस्कराना सिखा दिया, तो मुस्कराने के लिये जीना है अब। सारी लाइफ में कोई बात मुश्किल नहीं है। तुम मात पिता हम बालक तेरे, तुम्हरी कृपा से सुख घनेरे, कोई न जाने तुम्हारा अन्त ...पर हम तो जानते हैं वो कौन है, कैसा है, कब आता है, क्या करता है? समझा।

तो अभी हरेक ऐसा फील करे कि अभी हम निर्वाणधाम में जाने के लिये, निराकारी बनने के लिये तैयार हैं! यह संगठन इसीलिए इक्ट्ठा हुआ है। इसके लिये सच्चाई, सफाई और सादगी से जियो, इसमें कोई खर्चा नहीं है। कम खर्च बालानशीन। और यज्ञ में जितना डालो उतना भण्डारा भरपूर काल कंटक दूर। भण्डारे में जितना डालेंगे उतना वो हमारा जमा हो रहा है। बाबा एकदम सिम्पल और साधारण, पर चेहरा ऐसा बाबा तुम्हें देखता रहूँ... क्योंकि बाबा की हमारे ऊपर दृष्टि ऐसी है जो यहाँ ताकत आ जाती है।


दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

मेरे को पूछते हैं तुम्हारे में इतनी शक्ति कहाँ से आती है? मैंने कहा यह भी कोई क्वेश्चन है! सर्वशक्तिवान मेरा बाप है, तो शक्ति उससे आयेगी ना। बहनें मातायें अच्छी तरह से समझना, कभी ढ़ीला-ढ़ाला नहीं बनना है। मेरा नाम जानकी है, तो बाबा ने कहा तुम्हें जनक मिसल ट्रस्टी और विदेही रहना है। अन्दर जो प्रैक्टिस है ना मैं आत्मा इस शरीर में होते न्यारी हूँ, त्रिनेत्री और त्रिकालदर्शी हूँ। आत्मा कहाँ रहती है? चमकता हुआ स्टार आँखों द्वारा दिखाई देता है। हमारा बाप है ज्ञान सूर्य, माँ है ज्ञान चन्द्रमा। सूर्य आता है तो अन्धकार चला जाता है। जब फुल मून होता है तो कई उसको देखने के बाद ही भोजन खाते हैं, तो यह जो कुदरती नियम भक्ति में भी बनाके रखे थे उससे लाइफ में कभी भी कोई प्रॉब्लम नहीं आई। ज्ञान में भी बाबा ने हमें नियम बनाकर दिये हैं। नियम संयम पूर्वक चलते चलो तो कोई मुश्किल नहीं है। बहुत सहज योगी लाइफ है।


दादी हृदयमोहिनी
अति.मुख्य प्रशासिका

व्यर्थ और निगेटिव से बचने की युक्तियाँ

हमारे ख्यालो में भी और ख्वाबों में भी एक बाबा ही है और बाबा की हम बच्चों प्रति यही आश है तुम मेरे, मैं तेरा, न तुम मेरे को भूलो, न मैं तेरे को भूलूँ - यही बाबा चाहता है। जब बाबा याद होगा तो नैचुरल बाबा की याद से जो हम अपने जीवन में शक्तियाँ या धारणाएं चाहते हैं, वह बाबा की याद में समाई हुई है ही। तो बाबा कहते हैं बस और कुछ नहीं करो, मुझे भूलो नहीं क्योंकि मेरे को भूलने से ही आपको इतनी मेहनत करनी पड़ती है, अगर तुम मेरी याद में रहो तो आज कोई कामना उठी या क्रोध आ गया ..तो इस मेहनत से छूट जायेंगे और मेरी याद में खो जायेंगे, बस। जो प्यार के आनंद में खोया हुआ होता है उसको कोई भी बाहर की आकर्षण खींचती नहीं। बाबा की आश को प्रैक्टिकल में लाने के लिए याद भूले नहीं। इसके लिए बाबा ने अभी तो बहुत सहज तरीका सुना दिया। कोई बहानेबाजी इसमें नहीं चल सकती, बाबा ने इसीलिए पाँच बारी ट्रैफिक कंट्रोल रखा कि भूल भी जाये तो फिर से फट से याद आवे। अभी तक तो बाबा पाँच मिनट कहते थे लेकिन अब तो पाँच सेकण्ड ही कहते, ऐसा काम किसी का नहीं है, जो इतना टाइम भी नहीं निकाल सके। सिर्फ यह ज़रूर है कि इस बात के लिए जो बाबा ने सहज साधन दिया है उसके लिए अपने कुछ नियम वा चार्ट बनाना पड़ेगा क्योंकि हरेक काम की रीति रसम, टाइम, संग, कम्पनी भी होती है। इसीलिए बाबा कहते हैं आप ही टाइम निकालो। विधि को सेट करो।

ब्रह्मा बाबा ने ''मैं आत्मा हूँ'' का पाठ इतना पक्का किया था जो बाबा की सारी डायरी उससे भरी हुई थी कि मैं भी आत्मा, यह भी आत्मा, वह भी आत्मा। और हम लोगों को भी बाबा ने शुरू-शुरू में यह आत्मा का पाठ बहुत पक्का कराया। परमात्मा का ज्ञान धीरे-धीरे स्पष्ट हुआ है लेकिन आत्मा का ज्ञान शुरू से ही हम लोगों को मिला। आत्म-अभिमानी बनना यही हमारा मुख्य लक्ष्य और पुरुषार्थ था। इसमें अपने ग्रुप्स बने हुए थे और रेस करते थे जैसे कि हमने पाँच मिनट निकाला, तो दूसरे कहेंगे हम दस मिनट निकालेंगे और फिर तीसरा ग्रुप कहता था रात को दो घण्टा जागकर और बढ़ाऊंगा ऐसे हम लोग आपस में रेस करते थे। और मम्मा की विशेषता यह थी कि आप घड़ी देखो नहीं देखो, अमृतवेले अढ़ाई बजना माना मम्मा के कमरे की लाइट जलना। हम सबने एक दिन मम्मा को पूछा कि आप इतना जल्दी वह भी रोजाना जागकर क्या करती हो? तो मम्मा कहती थी कि मैं योग में आत्म-अभिमानी स्थिति में स्थित होकर बैठती हूँ, मैं रूहों को सकाश देती हूँ, मैं तुम्हारे रूह को भी इमर्ज करके तुमको भी सकाश, शक्ति या लाइट देती हूँ। तो हम लोग इस बात को नहीं समझते थे। अभी तो इन सब बातों का स्पष्टीकरण हमारे सामने है। इसलिए अभी तो वह सब कॉमन बात हो गई है। तो मम्मा ने शुरू से अपनी स्व-उन्नति के लिए इस प्रकार से पुरूषार्थ और पालना की है। तो ऐसे ग्रुप्स को देख एक दो को उमंग आता था, अभी तो अपना व्यक्तिगत चार्ट रखना, पुरूषार्थ करना यह पावर आ गई है। हर एक स्वयं को जितना मेकप करना चाहे उतना कर सकते हैं।

बाबा बीच-बीच में आत्म-अभिमानी बनने अथवा पाँच सेकण्ड की ड्रिल करने के लिए कहता है, उसमें जो बीच में विघ्न पड़ता है वह एक तो है व्यर्थ संकल्प और दूसरा है निगेटिव देखना, सोचना। यह दो विघ्न योग को बहुत नीचे करते हैं क्योंकि मन में ही तो वेस्ट थॉट चलते हैं। और निगेटिव देखने-सोचने की अगर आदत पड़ गई तो हमारी वृत्ति कभी शुद्ध नहीं होगी। तो यह दोनों ही विघ्न हमारी मन्सा शक्ति को नहीं बढ़ा सकते या मनमनाभव होने नहीं देंगे। लेकिन अगर हमारी मन्सा में शुद्धि है, वृत्ति-दृष्टि में निगेटिव नहीं है, शुभभावना, शुभकामना की वृत्ति है तो भले हम कितना भी मन को कामकाज में बिज़ी रखें तो भी हमारी वृत्ति चंचल नहीं होगी। काम पूरा होगा फिर वही वृत्ति आ जायेगी क्योंकि वृत्ति में और कुछ है ही नहीं।

तो हमने देखा कि कइयों के बुरे संकल्प नहीं हैं, कोई विकल्प नहीं हैं लेकिन जो ज़रूरी नहीं है उसको वेस्ट ही कहेंगे। तो वह वेस्ट थॉट इसलिए चलते हैं क्योंकि हमें अपने मन को बिज़ी रखने का तरीका नहीं आता है। खाली बुद्धि है तो वेस्ट चलता है, अगर आपके पास टाइम ही नहीं है तो वेस्ट कैसे जायेगा। ऐसे अगर मन-बुद्धि, वृत्ति में फ्रीडम है, मन बिज़ी नहीं है तो वेस्ट जायेगा। और बुद्धि को बिज़ी रखने के लिए अगर हम बड़े वी.आई.पी. की तरह एक डायरी में पांच-पांच मिनट का टाइम टेबल बना लेते हैं तो वेस्टेज से बच जायेंगे। हमारे लिए तो अभी संगम का यह थोड़ा सा समय ही पुरूषार्थ के लिए है। बिना संगम के तो कोई यह पुरुषार्थ कर ही नहीं सकता है। संगम में ही शिवबाबा हमको मिला, सर्व शक्तियां मिलीं, यह अलौकिक सम्बन्ध मिला। अभी तो वतन में जितना समय चाहो उतना समय मिलन मना सकते हो।

गांधीनगर-गुज.। 'जीवन में खुशियाँ कैसे लायें' कार्यक्रम के दौरान ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी के साथ ब्र.कु.सरला तथा ब्र.कु.कैलाश। सभा में ब्र.कु. भाई-बहनें, शहर के गणमान्य व्यक्ति तथा नागरिक जन।

रंगों से करें शक्ति का संचय

-गतांक से आगे...

कॉमेन्ट्री का अभ्यास

हम जब परमात्मा की सारी शक्तियों को अपने पाँच तत्वों के शरीर व मन पर केंद्रित करते हैं तब शरीर की कर्मेन्द्रियाँ शक्तिशाली एवं पावन बनती हैं। इससे शरीर के रोगों का उपचार स्वत: ही होने लगता है। आपस में सहयोग होने के कारण अन्त:स्रावी किरणें अपने आप निकलती हैं और पाँचों तत्व पावन बनते जाते हैं। इसमें हम सातो रंगों की शक्ति को प्रकृति से जोड़ते हैं।

अब हम इस विधि से हीलिंग राजयोग का अभ्यास करेंगे..

आनंद की किरणें

सबसे पहले अपने मन को बाहरी बातों से हटाकर भृकुटि के बीच में केंद्रित कीजिए और अपने को इस देह की संचालक चैतन्य बिंदु आत्मा समझिए। तीन बार अपने अंदर श्वांस भरिए और जितना देर श्वांस रोक सकें उतना रोकिए। अब आपका तन मन काफी शिथिल हो गया है.....

मैं एक आत्मा हूँ... शिवबाबा की आनंद की किरणों को अपने मन पर केंद्रित होते देख रही हूँ... इससे पीयूष ग्रन्थि व भावनात्मक भाव पर गहरा प्रभाव पड़ रहा है...और मेरे मन में आनंद का संचार हो रहा है...मैं आत्मा परमानन्द में मग्न होती जा रही हूँ.... मेरी अंत: स्राव प्रणाली सुचारू रूप से कार्य कर रही है...मैं ईर्ष्या, तनाव की भावना, काम-वासना घृणा आदि से मुक्त होती जा रही हूँ.... अब मैं आनन्दित हो रही हूँ....

ज्ञान की किरणें

अब मैं आत्मा ज्ञान की किरणों को अपनी बुद्धि पर केंद्रित होता देख रही हूँ....अब मेरी बुद्धि दिव्य बनती जा रही है..... जिससे मुझ आत्मा में परमात्मा और सृष्टि चक्र का ज्ञान स्पष्ट होता जा रहा है...

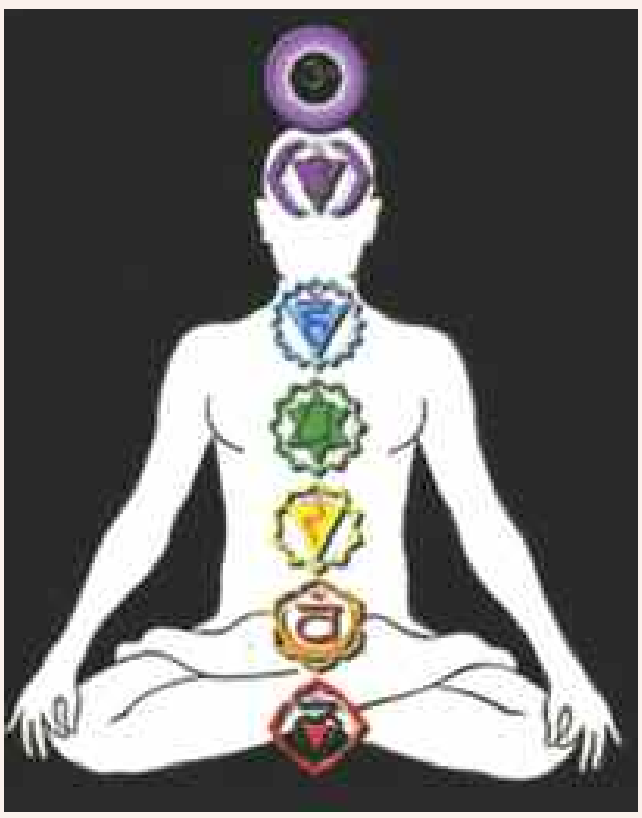
जिससे मन बुद्धि बीज समान बनती जा रही है... मेरी मन बुद्धि और संस्कारों पर शासन करने की क्षमता मज़बूत होती जा रही है... बुद्धि की याददाश्त बढ़ती जा रही है...।

शान्ति की किरणें

अब मैं शान्ति की किरणों को अपने सूक्ष्म देह पर केन्द्रित होता देख रही हूँ...इससे आकाश पावन होता जा रहा है, मेरे पाँचो विकार समाप्त होते जा रहे हैं.... मेरे अस्थमा रोग का उपचार होता जा रहा है.....थायरॉइड ग्रन्थि सुचारू रूप से काम कर रही है...मैं निर्बन्धन का अनुभव करती जा रही हूँ.... अब मैं सम्पूर्ण शान्ति का अनुभव कर रही हूँ...।

प्रेम की किरणें

मैं आत्मा प्रेम की किरणों को अपने सूक्ष्म शरीर पर केन्द्रित होता देख रही हूँ...इससे मेरा भौतिक शरीर और प्रकृति के पाँचो तत्व पावन होते जा रहे हैं। फलस्वरूप हृदय वाहिका प्रणाली सुचारू रूप से कार्य कर रही है....इन प्रेम की किरणों के प्रवाह से धमनियों के अवरोध खुल रहे हैं.....और खून में प्राण वायु बढ़ती जा रही है...वायु विकार समाप्त हो रहे हैं.....प्रेम की किरणों के प्रवाह से मेरी थाईमस ग्रन्थि सुचारू रूप से कार्य कर रही है.... मैं आत्मा निर्मोही बन रही हूँ......मोह समाप्त होता जा रहा है.....।



सुख की किरणें

अब मैं आत्मा शिवबाबा की सुख की किरणों को सूक्ष्म देह पर केंद्रित होते देख रही हूँ .....इससे भौतिक शरीर व सम्पूर्ण विश्व का अग्नि तत्व पावन, सशक्त एवं क्रियाशील बनता जा रहा है......भूख, प्यास, आलस्य, थकान एवं निद्रा पर मेरा नियंत्रण होता जा रहा है...... सुख की किरणों से पेट के अंदर की सभी प्रणलियां सुचारू रूप से क्रियान्वित हो रही हैं.....इन सुख की किरणों से आँखों की रोशनी बढ़ रही है और मधुमेह भी नियंत्रित हो रहा है...क्योंकि इन्सुलिन का पर्याप्त उत्पादन हो रहा है....।

अहा ! अब मैं आत्मा हल्कापन एवं उमंग उत्साह का अनुभव कर रही हूँ...मेरी पेनक्रियाज़ ग्रंथि सुचारू रूप से कार्य कर रही है....।

पवित्रता की किरणें

अब मैं आत्मा शिवबाबा की पवित्रता सम्पन्न ऊर्जा किरणों को सूक्ष्म देह पर केन्द्रित होते देख रही हूँ......जिससे भौतिक शरीर एवं विश्व का सम्पूर्ण जल तत्व शुद्ध, सशक्त एवं क्रियाशील होता जा रहा है.....फलस्वरूप विसर्जन प्रणाली सुचारू रूप से क्रियाशील हो रही है......साथ ही आवश्यकतानुसार खून का बहाव एवं कोशिकाओं के अंदर एवं बाहर तरल पदार्थों पर नियंत्रण होता जा रहा है....पवित्रता की किरणों से ब्रह्मचर्य की शक्ति में वृद्धि हो रही है.....तथा इसके प्रभाव से स्फूर्ति, कार्यक्षमता एवं आयु बढ़ रही है.......ये पवित्रता की किरणें कैंसर एवं एड्स के उपचार के लिए भी उपयोगी हैं.......पवित्रता की किरणों से प्रजनन ग्रंथियाँ सुचारू रूप से कार्य करने लगी हैं....मैं आलस्य से मुक्त होकर स्फूर्ति का अनुभव कर रही हूँ.....मेरी रोग निरोधक क्षमता बढ़ रही है....।

शक्ति की किरणें

मैं आत्मा परमात्मा शिव की शक्ति सम्पन्न ऊर्जा किरणों को सूक्ष्म देह पर केंद्रित कर रही हूँ.....इन शक्ति की किरणों से देह और सम्पूर्ण विश्व का पृथ्वी तत्व पावन एवं क्रियाशील बनता जा रहा है.....फलस्वरूप पृथ्वी तत्व से निर्मित शरीर के हड्डी, मांस, चर्म, नाखून, केश आदि अंग पुष्ट होते जा रहे हैं......पृथ्वी तत्व के पावन होने से एड्रिनल ग्रन्थि सुचारू रूप से कार्य कर रही है जिससे इन अंगों के सभी रोग समाप्त हो रहे हैं और मैं आत्मा शक्तियों से सम्पन्न होती जा रही हूँ....।

इस प्रकार नियमित योगाभ्यास से जहाँ एक ओर हमारा मन स्वच्छ होता है। दूसरी ओर हमारा तन एवं सम्पूर्ण जीवन स्वस्थ हो जाएगा। जब व्यक्ति स्वस्थ होगा, तो सारा समाज स्वस्थ हो जाएगा। अत: आपका स्वास्थ्य आपके हाथों में है।

बैंगलूरु। ब्रह्माकुमारीज़ मेडिकल विंग एवं इंडियन मेडिकल एसो. द्वारा संयुक्त रूप से आयोजित 'केयरिंग इज़ हीलिंग' विषयक कॉन्फ्रेन्स का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए शरण प्रकाश पाटील,मिनिस्टर फॉर मेडिकल एज्युकेशन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु.शिवानी, डॉ. सच्चिदानंद,डायरेक्टर,मेडिकल एज्युकेशन,गवर्नमेंट ऑफ कर्नाटक, डॉ. वीरन्ना,सेक्रेट्री,इंडियन मेडिकल एसोसिएशन, डॉ. बनारसीलाल शाह,माउण्ट आबू, ब्र.कु. सरोज, ब्र.कु. पद्मा, ब्र.कु. रूपा तथा अन्य।

राजकोट-अवधपुरी। लाफिंग क्लब के अध्यक्ष अरविंद भाई वोरा, ब्र.कु. रेखा, राज बैंक के ऑनर मित्तल भाई डोंगा, भूमिका विद्यालय की प्रिन्सीपल तृप्ति बहन तथा अन्य अतिथियों के साथ ब्र.कु. भाई बहनें।

औरंगाबाद-महा.। 'सुखद स्वस्थ जीवन जीने की कला' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.डॉ.सचिन, एस.पी. नवीनचन्द्र रेड्डी, ब्र.कु.शांता, ब्र.कु.स्नेहल तथा ब्र.कु.दीपा।

ग्वालियर। 'सकारात्मक सोच' कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.सुनीता।

ग्वालियर-म.प्र.। संस्कार भारती द्वारा आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु.आदर्श, संस्कार भारती के अध्यक्ष राधाकृष्ण खेतान, प्रदीप शर्मा, मुरारीलाल महेश्वरी तथा अन्य।

मेहसाना-गुज.। गॉडली पैलेस में आयोजित शिव जंयती महोत्सव में कैंडल लाइटिंग करते हुए दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.चक्रधारी, ब्र.कु.लीला, ब्र.कु.सरला, उद्योगपति दशरथ भाई पटेल, चंदनसिंह राजपूत तथा अन्य।

मुम्बई। ग्लोबल हॉस्पिटल माउण्ट आबू के डॉ.रमेश को सम्मानित करते हुए डॉ.भूपेन व्यास।

अलीराजपुर-छ.ग.। स्वामी संतोषानंद महाराज तथा स्वामी मदन दास महाराज को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.लतिका व ब्र.कु.लालू।

कलोल-गुज.। शिवजयंति पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र कु. अरूणा तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।

कपडवंज-गुज.। महाशिवरात्रि पर आयोजित चैतन्य झाँकी में प्रतिभागी बच्चों के साथ समूह चित्र में ब्र.कु. माला, ब्र.कु. कलावती तथा अन्य।

मुंबई-भायंदर। शिव जयंति के अवसर पर निकाली गई शांति यात्रा में लक्ष्मी नारायण की झाँकी के साथ अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

सम्बंधों में विश्वास और सम्मान देना होगा

- गतांक से आगे...

प्रश्न: वास्तव में हम अगर सारा दिन में देखें तो कब हम नॉर्मल होते हैं।

उत्तर: नॉर्मल में क्या होते हैं, खुश माना स्थिरता। नॉर्मल होते हैं तो स्टेबल हैं। आज तक हम सब कुछ खुशी पाने के लिए कर रहे थे और हमें यह मालूम ही नहीं था कि खुशी ऑलरेडी हमारे अंदर है। खुशी, शांति, सुख, प्रेम, पवित्रता ये हर आत्मा का नैचुरल स्वभाव है। नैचुरल अर्थात् जिसके लिए कुछ करना नहीं पड़ता है। अब हमें सारा दिन में क्या ध्यान रखना है कि हम कुछ अस्वाभाविक कार्य न कर दें। और उसके लिए हमने जो गलत मान्यताएं पक्की की हैं कि गुस्से से काम होता है या गुस्से से हम औरों को प्रेरित कर सकते हैं।

प्रश्न: हम बच्चों को भी गुस्से से प्रेरित करते हैं, यह हमारे लिए प्रश्न चिन्ह है। बच्चों को कभी भी डांटा और फिर कहा पढ़ने जाओ। अब डांट खाने के बाद बच्चा पढ़ने के लिए बैठ भी जाता है तो उसके मन में क्या चलता रहेगा....?

उत्तर: अब हम विज़ुलाइज़ कर सकते हैं कि वो लोग जो मेरे लिए जीवन में सबसे महत्वपूर्ण हैं, उन्होंने मुझे डांटा और डांट सुनने के बाद मैं पढ़ने बैठूं। होमवर्क करना है, होमवर्क कराना है तो उसका तरीका कौन-सा है। पैरेंट्स ने फिर ये बिलीफ बना लिया कि 'गुस्से के बिना तो कोई पढ़ता ही नहीं है।'

ब्र. कु. शिवानी

वो और कोई दूसरी विधि को ट्राय भी नहीं करते हैं। सीधा और अच्छा क्या है कि एक बार प्यार से बोला, दो बार प्यार से बोला, अब मैं कितनी बार प्यार से बोलूं! अब ये सिर्फ बच्चे के लिए ही नहीं मेरे लिए भी बहुत कठिन है कि मुझे रोज़ पढ़ाना है। जो काम हमें रोज़ करना है अगर हमने उसको निराशा वाली एनर्जी के साथ अपने जीवन में सेट कर लिया है कि इसके लिए तो मुझे गुस्सा करना ही पड़ेगा। हर रोज़ हम अपने आपको क्या कहते हैं कि गुस्सा तो करना ही है। अब रोज़ गुस्सा करेंगे तो हालत कैसी हो जायेगी और बार-बार गुस्सा करते-करते फिर वो मेरा संस्कार बन जाता है।

इसी तरह ऑफिस में गुस्सा करना है, हम जानते हैं कि हर कोई अपनी स्थिति के अनुसार कार्य कर रहा है, लेकिन हमारा यह बिलीफ है कि गुस्से के बिना लोग काम ही नहीं करते हैं।

इससे हम अपने आपको क्या संदेश देने की कोशिश कर रहे हैं कि सामने वाला मेरी बात तभी मानेगा जब मैं 'आऊट ऑफ कंट्रोल' चली जाऊंगी। यहां पर हमारा बिलीफ यही होता है कि सामने वाले को अपने कंट्रोल में करने के लिए 'मेरा आऊट ऑफ कंट्रोल' जाना ज़रूरी है, क्या यह सही है? एक रिलेशनशिप के अंदर अगर हमें एक-दूसरे के साथ अच्छा संबंध रखना है तो इसके लिए हमें विश्वास रखना पड़ेगा और सम्मान देना पड़ेगा। अब विश्वास और सम्मान के बीच में गुस्सा कहां सेट होगा। जैसे ही हमने किसी से गुस्से से बात की तो उस व्यक्ति के प्रति हमारा सम्मान खत्म हो जाता है।

प्रश्न: क्या ऐसा है कि गुस्सा करने से सम्मान मिलता है? मैं आज बहुत सारे लोगों को देख सकती हूँ कि चाहे वो ऑफिस में बॉस हो, चाहे पैरेंट हो, चाहे टीचर हो, हर जगह उनको इससे अच्छे परिणाम मिल रहे हैं। जो सम्मान वो मांगते हैं या जो चीज़ उन्हें चाहिए, वो उन्हें मिल रही है।

उत्तर: वो कार्य को खुशी-खुशी नहीं करते होंगे! -क्रमश:

भिलाई नगर। 'मूल्य आधारित पाठ्यक्रम कोर्स' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ.मानसिंह परमार, ब्र.कु.आशा, ब्र.कु.माधुरी, जिला शिक्षा अधिकारी आशुतोष चावरे तथा ब्र.कु.बसंत।

स्वास्थ्य

चीकू फल के खाने से अनेक लाभ

चीकू एक छोटा सा दिखने वाला फल और फायदे इतने बड़े..। शायद आपको अंदाज़ा नहीं होगा कि चीकू हमारे शरीर के लिए कितना फायदेमंद हैं, इसीलिए हमने चीकू खाने के फायदों की सूची बनाई ताकि किसी को चीकू के बारे में जानना हो तो वह आसानी से जान सके। चीकू खाने के फायदे ज़रूर पढ़ें। शायद आपके कुछ काम आ जाये।

चीकू खाने के 19 फायदे

1. चीकू में विटामिन ए की मात्रा होती है, जिसके कारण हमारी आँखें कमज़ोर नहीं होती हैं, और बुढ़ापे में चश्मे की ज़रूरत नहीं पड़ती है।
2. जो लोग हर रोज़ वर्कआउट करते हैं, उनके लिए चीकू सोने पर सुहागा है क्योंकि चीकू खाने से हमारे शरीर को तुरंत एनर्जी मिलती है।
3. चीकू खाने से हम कब्ज दस्त और एनीमिया जैसी बीमारियों से बच सकते हैं, और यह हमारी आँतों की शक्ति को बढ़ाता है।
4. चीकू में बेटा-क्राइटॉक्सथीन होता है, जिससे फेफड़ों के कैंसर का खतरा कम रहता है।
5. चीकू खाने से हमारी हड्डियां मजबूत हो जाती हैं, क्योंकि इसमें कैल्शियम और आयरन भरपूर मात्रा में पाया जाता है।
6. चीकू का नियमित रूप से सेवन करने से पेशाब जलन की समस्या दूर हो जाती है।
7. चीकू खाने से हमारा दिमाग शांत रहता है और तनाव नहीं होता है।
8. चीकू हमारे हृदय और रक्त वाहिकाओं के लिए लाभदायक होता है।
9. अगर भोजन के एक घंटे बाद चीकू खाया जाए तो इसका फायदा

दोगुना हो जाता है, भोजन के पाचन में भी ये फायदेमंद है।

10. चीकू में मौजूद विटामिन ए और विटामिन बी से त्वचा की सुरक्षा होती है, और रंग निखरता है।
11. गर्भवती महिला के लिए चीकू बहुत फायदेमंद होता है क्योंकि इसे खाने से शरीर में कमज़ोरी महसूस नहीं होती है।
12. चीकू में एंटी वायरल व एंटीबैक्टीरिया प्रॉपर्टीज़ होती है, जिनके कारण किसी भी प्रकार का इन्फेक्शन हमारे शरीर पर असर नहीं करता है।
13. चीकू को पानी में उबालकर खाने से उस पानी को पीने से बवासीर रोग में भी लाभ मिलता है।
14. चीकू खाने से सर्दी ज़ुकाम और कफ की परेशानी से छुटकारा मिल जाता है, इसलिए सर्दी में चीकू का सेवन ज़रूर करें।
15. चीकू के सेवन से हम नींद में आने वाली बीमारी से भी बच सकते हैं।
16. इसको खाने से हमारे दांतों में कैविटीज़ नहीं होती है।
17. चीकू में मौजूद पोटैशियम, आयरन, फोलेट हमारे पाचन तंत्र को स्वस्थ रखते हैं।
18. चीकू वज़न घटाने में बहुत लाभदायक होता है। यह गैस्ट्रिक एंजाइमों को खत्म करके पाचन तंत्र को मज़बूत कर मोटापे से बचाता है।
19. चीकू में एंटीऑक्सीडेंट अच्छी मात्रा में पाए जाते हैं। इसलिए यह उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को रोकने में सहायक हैं, यह चेहरे पर झुर्रियों को भी कम कर देता है।

पहचानें मन की अद्‌भुत शक्ति को

आपको पता नहीं है, जितना वफादार इस दुनिया में आपका मन है, उतना वफ़ादार कोई भी नहीं है, क्योंकि उसके अंदर की शक्ति को पैदा करने वाला काम हम स्वयं करते हैं। जैसे आपने कुछ चाहा, अर्थात् सोचा, तो वह चीज़ आपके पास आने को आतुर हो जायेगी। कैसे आएगी, उसका रास्ता क्या होगा, कैसे होगा, इसे पहचानना आसान है।

उदाहरण के लिए हम शरीर को ही लें, यदि हमें कोई बीमारी है, तथा उस बीमारी की चर्चा आप बार-बार कर रहे हैं, तो आप ज़्यादा बीमार कोशिकाओं को पैदा कर रहे हैं। हम सभी की ऐसी आदत है कि जैसे हमें बुखार भी हो जाए, तो हम उसे दूसरों को बताये बिना रह भी नहीं सकते। हमें लगता है कि उसे बताने पर हमें सहानुभूति मिल जायेगी। लेकिन ऐसी बात नहीं। आप जैसे ही किसी बात की चर्चा करते हैं, आप उस बात को और अधिक अपनी ओर आकर्षित करते हैं। यही चीज़ आपको और अधिक बीमार करती है।

आपके अच्छे अच्छे एहसास, आपकी भावनाएँ, आपकी खुद की अपने प्रति मनोवृत्ति, आपकी खुद की ज़िन्दगी के रचनाकार होते हैं। लेकिन किसी को दूसरों को समझना आसान लगता है, खुद को समझना इतना मुश्किल क्यों? हमारे और आपके साथ वही सिद्धान्त पूर्णतया कार्य करता है कि भूत व भविष्य की सोच हमारे मन की शक्ति को पूर्ण रूप से खाली कर देती है।

यदि यही चीज़ आप उल्टा कर दें, और यह कहना शुरु कर दें, कि मैं तो बिल्कुल स्वस्थ हूँ, मुझे किसी तरह का कोई भी दर्द नहीं है, आप देखिए चमत्कार; पूरी प्रकृति आपको सपोर्ट करना शुरु कर देगी। कहने का मतलब जो आप नहीं चाहते और उसे आप सोचते हैं, तो उसे आप ऊर्जा देते हैं। यदि उल्टा या पॉज़ीटिव सोचें तो यह बात अच्छी भी तो हो जायेगी। करना क्या, बस सोचना ही तो है। तो क्यों ना सोचें। बहुत आसान है; करना है हमको।

मानो आप अपना क्रोध किसी चीज़ या किसी के विरोध में निकाल रहे हैं, तो आप उससे अपनी और नकारात्मक ऊर्जा को जोड़ने की कोशिश कर रहे हैं। कहने का भाव, प्रेम से प्रेम बढ़ता है, क्रोध से क्रोध बढ़ता है, इसलिए यदि हम अपने आप में शांत रहना शुरु कर दें, तो शांति भी तो बढ़ सकती है ना। इसलिए शांत रहें, शान्तिपन का माहौल भी पैदा करें। लोगों को बस प्यार करें।

नीमच-म.प्र.। मध्यप्रदेश के ऊर्जा मंत्री पारसचंद्र जैन ने ब्रह्माकुमारी संस्था में आयोजित आध्यात्मिक कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए कहा कि ब्रह्ममुहूर्त में जब दुनिया के अधिकांश लोग नींद में होते हैं तो ब्रह्माकुमारी संस्था के राजयोगी भाई-बहनें विश्व कल्याण के लिए राजयोग ध्यान की तपस्या करते हैं। ब्रह्माकुमारी संस्था के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय माउण्ट आबू की पवित्र भूमि में जाकर मुझे स्वर्ग के समान सुख-शांति की अनुभूति हुई तथा दादी रतनमोहिनी जी का आशीर्वाद मिला। ब्रह्माकुमारभाई-बहनों की त्याग-तपस्या, पवित्रता एवं सेवा भाव मुझे बहुत प्रभावित करती है। नीमच सेवाकेन्द्र की सुंदरता व व्यवस्था देखकर मैं अभिभूत हूँ। कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.सुरेन्द्र। मंचासीन हैं ब्र.कु.सविता।

वेगुर-वैंगलूरु। महाशिवरात्रि पर आयोजित 'सर्व धर्मो के पिता शिव' प्रदर्शनी में समूह चित्र में ब्र.कु. रानी के साथ अन्य भाई बहनें।

जयपुर-टोंक। महाशिवरात्रि पर शिवध्वज फहराते हुए जिला उपखण्ड अधिकारी सूरज सिंह नेगी, ब्र.कु.सुषमा तथा अन्य।

रतलाम-डोंगरे नगर। शिव जयंती महोत्सव का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए म.प्र.कृषि आयोग के अध्यक्ष ईश्वरलाल पाटीदार, महापौर सुनिता यारडे, काजी अहमद अली जी तथा ब्र.कु.सविता।

सोनीपत-हरियाणा। सामाजिक सद्भावना कार्यक्रम में उपायुक्त के.मकरंद पांडुरंगा, ब्र.कु.प्रमोद, ब्र.कु.सुनीता तथा अन्य।

शाजापुर-म.प्र.। स्वर्णिम प्रशासन मध्यप्रदेश जागृति अभियान को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.अवधेश। साथ हैं ब्र.कु.पूजा, ब्र.कु.रेखा तथा अन्य।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-16-2017

1				■	2		3	■	4
	■	■	■	5		■	6		
7			8	■	9		■	■	
	■	■	10			■	11	12	■
13		■		■	■	14			■
■	■	15		16	17	■	■	18	
19	20	■	■	21		22	■		■
23			■	■	24		25	■	■
■		■	26	27	■	28		29	■
■	■	30				■	■		■

बनें विजेता : पहेली के कॉलम को काटकर व पेपर पर चिपकाकर उसके साथ उसका जवाब लिखकर हमें इस मीडिया के पीछे लिखे हुए पते पर भेजें। एक वर्ष के भीतर पूछे गए सभी पहेलियों में जिसका सबसे ज्यादा सही जवाब होगा उन्हें विजाताओं के लिस्ट में शामिल किया जाएगा और वर्ष के अंत में उन्हें आकर्षक ईनाम दिया जाएगा। इसलिए पहेली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहेली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

पहेली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहेली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहेली का जवाब भेजें तो उस लिफाफे पर आप अपना भी पूरा पता अच्छी लिखावट में लिखें, अपना मोबाइल नम्बर और हो सके तो अपना ई.मेल आईडी भी लिखकर भेंजें ताकि हमें पहेली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

1. ....शुद्ध पवन है मेरे लाडलों जागो (5)
2. ज्ञान और योग की....सदा जलाये रखने से विकारों रूपी भूत से सुरक्षित रहेंगे (4)
3. ....रूप की बीमारी से स्वयं को सदा सेफ रखो (2)
4. गली-गली में मंदिर....खुलते रहते हैं (3)
8. रस से भरा हुआ, रसीला (4)
11. इच्छा, चाहना, कामना (2)
12. सही तरकीब, उचित, प्रमाणित (4)
16. सारा, सम्पूर्ण (2)
17. चांदी, उज्जवल (3)
19. बीता हुआ, प्रेत, पिशाच (2)
20. जिसका एक पैर बेकार हो (3)
22. प्रार्थना, मुस्लिम धर्म के पंच कर्म में से एक (3)
25. सोहरत, इज़्ज़त (2)
26. सफलता, अलौकिक शक्तियाँ (2)
27. सूजी, जिससे हलवा बनाया जाता है (2)
29. हाथ, हस्त (2)

बायें से दायें

1. आत्मा अजर अमर....है (4)
2. कामना, इच्छा, दूषित भावना (3)
5. भगवान....भारत आम सारी दुनिया का उद्धार करते हैं (2)
6. माला में एक एक....की अपनी विशेषता होती है (3)
7. मेरी....की तस्वीर बनाने वाले, भाग्य (4)
9. मिट्टी का छोटा कण, रज (2)
10. पास, नज़दीक (3)
11. सतयुग में सभी की....भी 150 वर्ष होती है (2)
13. फायदा, नफ़ा (2)
14. किसी भी चीज़ में अपनी....नहीं रखनी है (3)
15. सम्पन्न, भरा हुआ (4)
18. एक कल्प में 4....होते हैं (2)
19. सबसे बड़ी....है परमात्मा को सर्वव्यापी कहना (2)
21. राजा, राज्य करने वाला (3)
23. बलशाली, शक्तिशाली, मज़बूत (3)
24. नुमाइस, मनोरंजक दृश्य (3)
26. कपाल, खोपड़ी (2)
28. पिता, मिथिला नरेश (3)
30. बुद्धिशाली, चतुर (4)

- ब्र.कु. राजेश,शांतिवन

वांकीमोगरा-छ.ग.। श्रीमद्भगवद् गीता ज्ञान यज्ञ कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.विद्या, संसदीय सचिव लखनलाल देवांगन, गौमुखीसेवाधाम की अध्यक्षा इन्दु शर्मा तथा पार्षद रूपा देवी।

कोटा-राज.। शिव जयंति के अवसर पर आयोजित शिव दर्शन झाँकी में शिवध्वजारोहण करते हुए सी.आई. श्रीचंद मीना, एस.डी.एम. शम्भू दयाल मीना, ब्र.कु.उर्मिला तथा अन्य।

इटारसी-म.प्र.। अयोध्या से आये कथा वाचक स्वामी कालकानंद जी को आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु.सरिता।

पन्ना-म.प्र.। शिवजयंति पर आयोजित कार्यक्रम में मुख्य जिला न्यायाधीश राजेश कोष्ठा, जिला न्यायाधीश बी.एल. यादव, रजिस्ट्रार दिनेश राणा, जिला शिक्षा अधिकारी भटनागर जी व अन्य।

चिंतामणि-कर्नाटक। द्वादश ज्योतिर्लिंगम तथा सप्तऋषियों की झाँकी का उद्घाटन करते हुए तहसीलदार राजन्ना जी, प्रो.श्रीनिवास रेड्डी, ब्र.कु.श्यामला तथा अन्य।

मुम्बई-मलाड। महाशिवरात्रि मेले का अवलोकन कराने के पश्चात् चित्र में ब्र.कु.नीरजा, ब्र.कु.कुंती, कॉर्पोरेटर योगिता कोली, सुनील कोली तथा ब्र.कु.मीना।

होली के त्योहार को हुल्लड़ न बनने दें

- ब्र.कु. कमलेश

होली रंगों का त्योहार है। इस दिन सभी लोग विभिन्न रंगों के माध्यम से होली खेलते हैं। अपने अंदर के उल्लास को अभिव्यक्ति करते हैं। खुशियाँ बिखेरते हैं और मन के मैल दूर करते हैं। इस दिन ऊँच-नीच, जात-पात का कोई भेदभाव नहीं दिखता। सब एक जैसे ही दिखते हैं, इसलिए यह समरसता का पर्व भी है। होली अपने अंदर के उल्लास को प्रकट करने का पर्व है। इस दिन लोग नाचते-गाते हैं, पकवान-मिठाइयाँ खाकर त्योहार की खुशियाँ मनाते हैं। इस दिन उन्हें खेलने के लिए रंग, पिचकारी आदि दी जाती है और रंग खेलने की उन्हें पूरी छूट मिलती है।

होली से एक दिन पूर्व संध्या पर होलिकादहन मनाया जाता है। हिंदू पंचांग के अनुसार-संवत्सर के अंतिम महीने 'फाल्गुन' मास की पूर्णिमा को होलिकादहन किया जाता है और उसके दूसरे दिन होली खेली जाती है। यह एक प्रकार से संवत्सर के समाप्त होने की खुशी में भी मनाई जाती है, ताकि होलिकादहन के साथ ही लोग अपने विकारों का शमन करें और अच्छे भावों के साथ नवसंवत्सर की तैयारी में जुटें। होलिकादहन को 'नवान्नेष्टि यज्ञपर्व' भी कहा जाता है, क्योंकि इस दिन खेतों से पककर आए हुए नए अन्न को होलिकादहन की अग्नि में हवन करके प्रसाद लेने की परंपरा भी है। इस अन्न को होला कहते हैं। इसी से इस पर्व का नाम 'होलिकोत्सव' पड़ा।

होली का पर्व हमारे देश में प्राचीनकाल से मनाया जाता रहा है। इसी कारण समयानुसार अनेक पौराणिक आख्यान इससे जुड़ते चले गए। सबसे प्रमुख आख्यान भक्त प्रहलाद, उसके पिता हिरण्यकश्यप व बुआ होलिका से संबंधित है। हिरण्यकश्यप राक्षसों का राजा था। वह अहंकारवश स्वयं को ईश्वर मानने लगा था और वह विष्णु से मन में वैर व प्रतिस्पर्धा रखता था। उसने अपने राज्य में यह घोषणा कर दी थी कि सर्वत्र उसकी पूजा की जाए, कोई भी भगवान की पूजा न करे और न ही उनका नाम ले। लेकिन उसका पुत्र प्रहलाद जन्म से ही विष्णु का परम भक्त था और सदैव उन्हीं का ध्यान व स्मरण करता था।

यह बात हिरण्यकश्यप को सहन नहीं हुई। उसने भक्त प्रहलाद को तरह-तरह की यातनाएँ दीं व उसे मार डालने के अनेक प्रयास भी किए, लेकिन भक्त प्रहलाद हर बार उनसे इस तरह बच जाते थे, जैसे उसके साथ कुछ भी न हुआ हो। हिरण्यकश्यप की बहन होलिका को अग्नि में न जलने का वरदान प्राप्त था। वह नित्य ही अग्निस्नान करती थी और जलती नहीं थी। इसलिए हिरण्यकश्यप ने अपनी बहन होलिका को यह आदेश दिया कि वह प्रहलाद को लेकर अग्निस्नान करे। लेकिन ऐसा करने पर भी प्रहलाद बच गए, जबकि होलिका जलकर भस्म हो गई। प्रहलाद को प्रभु का नाम सुरक्षित बचा ले गया और वरदान प्राप्त होलिका तब भी नष्ट हो गई। इस प्रसिद्ध पौराणिक आख्यान के आधार पर तब से ही भारतवर्ष में होलिकादहन मनाया जाता रहा है। होलिका हमारे अंदर के वैरभाव रूपी विकारों का प्रतीक है और प्रहलाद भक्ति, प्रेमरूपी सद्भावों में निखार व उभार आए-इसी भाव से प्रतिवर्ष होलिका दहन मनाया जाता है।

होलिकादहन के दूसरे दिन होली खेलने की परंपरा है, जिसमें विभिन्न रंगों के गुलाल, अबीर आदि का प्रयोग किया जाता है। लोग एक दूसरे के मस्तक व गालों में गुलाल लगाकर उनसे मिलते हैं, खुशियाँ मनाते हैं। इस रंगोत्सव का उद्देश्य अंतर्मन में आए सद्भावों के उभार को उल्लास के रूप में मनाना रहा है, लेकिन समय के साथ इस क्रम में कई विकृतियों का भी समावेश हुआ है, जैसे बाज़ार में बिकने वाले रंगों में विभिन्न तरह के कृत्रिम रंगों का प्रयोग होता है, जिनमें हानिकारक रसायन होते हैं, जो त्वचा को नुकसान पहुँचाते हैं। यदि रंग आँखों में चले जाते हैं तो इससे आँखें लाल हो जाती हैं, उनमें दर्द होता है। बाज़ार में बिकने वाले कुछ रंग ऐसे होते हैं, जो आसानी से छूटते नहीं हैं और इन्हें छुड़ाने में बहुत सारा पानी, साबुन आदि व्यर्थ बर्बाद होते हैं।

कृत्रिम रंगों के प्रभाव से सिर त्वचा भी प्रभावित होती है व बाल भी झड़ने लगते हैं। इसलिए होली खेलने के साथ लोगों को इस हेतु भी प्रेरित किया जाए कि वे प्राकृतिक रंगों का ही प्रयोग करें। हरे रंग के लिए मेहंदी, पीले रंग के लिए हल्दी-बेसन, लाल-नारंगी रंग के लिए कत्था-हल्दी का मिश्रण व लाल चंदन पाउडर, नीले रंग के लिए नील के पौधे (इंडिगो) के फलों का पाउडर, जकरंद व नीले गुड़हल के फूलों के बुरादों से भी सूखा नीला पाउडर बनाया जा सकता है। सबसे अच्छा तो यह है कि टेसू के फूलों का उपयोग किया जाए, जिनमें नैसर्गिक रूप से सभी प्रमुख रंगों का मिश्रण प्राकृतिक तौर पर विद्यमान है। इस तरह हमारी प्रकृति जो विभिन्न रंगों से सुशोभित है, उससे विभिन्न रंगों को तैयार किया जा सकता है और खुशबूदार-रंगीन होली का आनंद उठाया जा सकता है।

विगत दिनों एक परंपरा यह भी चल गई है कि लोग होली के दिन हँसी-मज़ाक करने के साथ-साथ हास्य सम्मेलन जैसा मनाते हैं। इसका उद्देश्य सामाजिक सद्भाव को बढ़ाना एवं परस्पर वैमनस्य को भुलाकर नवीन आनंद के साथ आगे बढ़ना रहा है। लेकिन आज समाज में लोग ऐसे सम्मेलनों को एक दूसरे पर अनावश्यक छींटाकशी करने, बेहूदे मज़ाक करने एवं व्यंग्य के द्वारा लोगों की भावनाओं को आहत करने में प्रयोग करने लगे हैं। यह अत्यंत ध्यान रखने की बात है कि जिस पर्व-त्योहार का उद्देश्य आंतरिक उल्लास की अभिव्यक्ति हो, वह कहीं ऐसे अनर्गल प्रदर्शनों के द्वारा एक विकृत स्वरूप न ले ले।

होली के हुड़दंग में लोगों के कपड़े फाड़ना, उन्हें कीचड़ में गिराना व कीचड़ से नहलाना-एक अशोभनीय व्यवहार की तरह होता है, जिसे कोई भी पसंद नहीं करता, लेकिन फिर भी लोग ऐसा करते हैं और 'बुरा न मानो होली है' कहकर उसे बढ़ावा देते हैं। होली के हुड़दंगों का फायदा उठाकर समाज में अमानवीय विकृतियाँ सिर उठाती हैं और खुलेआम असहनीय व शर्मनाक घटनाएँ होती हैं। यह सब कृत्य होली के त्योहार पर लगे हुए वे दाग हैं, जो कभी नहीं छूटते और इसे बेरंग बनाते हैं। बहुत से लोग होली के पर्वों पर इसी कारण अपने घरों से नहीं निकलते और अपनी सामूहिक सहभागिता नहीं निभाते।

होली के त्योहार पर हम सभी का यह दायित्व है कि होली के रंगों को बदरंग न किया जाए। ऐसी होली खेली जाए, जिससे हमारा समाज विभिन्न रंगों से सुशोभित हो। होली खेलने में हमारी सभी चिंताएँ और हम सबके तनाव दूर हो जाएँ। जिस तरह खेल खेलने से मन प्रसन्न होता है, उसी तरह होली खेलने से मन में प्रफुल्लता आए, जीवन में उल्लास की अमिट छाप छोड़े। इस दिन हँसी-मज़ाक तो किया जाए, लेकिन किसी का मज़ाक न बनाया जाए। किसी के दिल को दु:खाया न जाए, बल्कि दु:ख के दर्द को दूर करने का प्रयास किया जाए। किसी को कोई क्षति न पहुँचाई जाए, बल्कि क्षतिपूर्ति की भरपाई की जाए। यदि ऐसा हो सका तो हम, हमारी आस्थाओं-मान्यताओं के प्रतीक इस महत्वपूर्ण पर्व की मर्यादा को बनाए रखने में सफल हो सकेंगे अन्यथा आने वाली पीढ़ी इसे एक हुड़दंग के रूप में समझेगी और इसके पीछे छिपे उद्देश्य को भुला बैठेगी।

आणंद-सर्चलाइट। गुजरात के राज्यपाल महामहिम ओ.पी.कोहली तथा माननीय मुख्यमंत्री विजय रूपाणी से आध्यात्मिक ज्ञान चर्चा करते हुए ब्र.कु.गीता।

सातारा-महा.। सर्व धर्म सम्मेलन का उद्‌घाटन करते हुए ब्र.कु.रामनाथ,मा.आबू, ब्र.कु.सुनंदा, ब्र.कु. रुक्मणि तथा विभिन्न धर्मों के संत-महंतजन।

चन्द्रपुर-जुगाद। केन्द्रीय गृह राज्यमंत्री हंसराज अहीर को महाशिवरात्रि पर्व पर लगाई गई आध्यात्मिक प्रदर्शनी का अवलोकन कराते हुए ब्र.कु.कुंदा।

जियो निर्भय होकर

- ब्र.कु. गोविंद,मा.आबू

कभी-कभी हम सबके मन को किसी न किसी कारण का भय घेर लेता है। भय हमेशा कमज़ोर मानसिकता में उपजता है और नकारात्मक दिशा में व्यक्ति के चिंतन को ले जाता है। भय कभी भी जीवन के सकारात्मक पक्ष को नहीं देखता है और न ही देखने देता है। भय जीवन को उन अनजानी चीज़ों से भी होता है, जिनसे हमारा कभी सामना नहीं हुआ और भय उन कारणों से भी हो सकता है, जिनसे हम सुपरिचित हों।

चर्चिल के अनुसार -''भय अँधेरे के समान है और साहस रोशनी के समान। साहस के आते ही भय खुद-ब-खुद गायब हो जाता है। यदि हमारे पास साहस है तो हम निर्भय होकर अपनी सफलता की कहानी खुद गढ़ सकते हैं।'' एवरेस्ट पर चढ़ाई करने वाले नेत्रहीन एरिक वीहेनमेयर से जब पूछा गया कि क्या आपको भय नहीं लगता? तो उनका जवाब था कि कदम-कदम पर मैंने अपने भय पर विजय हासिल की है और आखिरी कदम पर भी भय से मेरा सामना हुआ, जिसने मुझे एवरेस्ट तक पहुँचाया।

भय हमारे जीवन में उन्नति की ओर बढ़ने वाले हर कदम को रोकने के लिए आता है। भय के कारण मन में कई तरह के विचार उठते हैं, शंकाएँ जन्म लेती हैं और हम अपने बढ़ते हुए कदमों को पीछे की ओर खींच लेते हैं या फिर अपनी तेज़ गति को धीमा कर लेते हैं, क्योंकि मन में यह भय आ जाता है कि कहीं हमसे कुछ गलत न हो जाए? जो हम कर रहे हैं, उसका परिणाम क्या होगा? यदि परिणाम हमारी आशा के विपरीत आए तो? और इसी तरह न जाने कितने सवाल हमारे ज़ेहन में आते हैं और हमारे दिमाग को बोझिल कर देते हैं। इन सवालों के घेरे में आकर व्यक्ति ऐसे फँस जाता है, जैसे वह भँवर में फँस गया हो और उससे निकल न पा रहा हो।

भय के कारण व्यक्ति का शरीर और मन, दोनों ही कमज़ोर पड़ जाता है। डर की मात्रा अधिक होने पर शरीर व मन की कार्यशक्ति भी जवाब दे देती है और हमारी सोचने-समझने की क्षमता भी मंद पड़ जाती है। ऐसे समय में यदि कोई सहारा है तो वह है कि किसी भी तरह व्यक्ति को जीवन के सकारात्मक पक्ष से परिचित कराया जाए। यह कार्य व्यक्ति की इच्छाशक्ति के द्वारा भी हो सकता है और अन्य किसी व्यक्ति के द्वारा भी।

भय से मुक्त होने का एक आसान तरीका यह हो सकता है कि जब हमें डर लगे तो हम गहरी साँसें लें। कल्पना करें कि अंदर बैठा हुआ डर साँस छोड़ते समय बाहर निकल रहा है और इसके बाद साँस लेते समय यह भावना करें कि हमारे अंदर साहस, हिम्मत, उत्साह का जागरण हो रहा है। हमारे अंदर इतनी ऊर्जा इकट्ठी हो गई है कि इसके माध्यम से कुछ भी किया जा सकता है और बिना किसी डर व शंका-कुशंका के अपने कार्य में लग जाना चाहिए। हमारे कार्यों का जो भी अधिकतम नुकसान हो सकता है वह सोचना चाहिए और पहले से ही होने वाले नुकसान को सहने के लिए अपनी मानसिकता बना लेनी चाहिए, इसके साथ ही अपने किए जाने वाले कार्यों का जो अधिकतम सकारात्मक पक्ष हो सकता है, वह भी सोचना चाहिए और यथाशक्ति अपने कार्यों को करने के लिए तैयार हो जाना चाहिए।

ऐसा नहीं है कि इससे भय हमारे जीवन से पूरी तरह से चला जाएगा। वह तो निश्चित रूप से आएगा, लेकिन यदि हमारे अंदर भय का समाना करने का साहस है तो वह फिर हमारे सामने ज़्यादा देर तक टिक नहीं पाएगा। हमारे जीवन में जो भी चुनौतियाँ आती हैं, अपने साथ डर को लेकर आती हैं, ताकि हमारा मार्ग अवरूद्ध बना रहे, हम उन चुनौतियों का सामना न कर सकें और छोटी-सी दिखने वाली चुनौतियाँ हमें पहाड़ की तरह बड़ी व अडिग प्रतीत हों, लेकिन आत्मविश्वास व साहस के सामने जीवन में आने वाली बड़ी चुनौतियाँ भी अपने घुटने टेक देती हैं और व्यक्ति को सफल बना देती हैं।

डर को पराजित किया जा सकता है, केवल निडर होकर। जो किसी भी परिस्थिति से घबराता नहीं है, बड़े से बड़े संकट का सामना बहादुरी के साथ करता है, भय उसके सामने आने से घबराता है, लेकिन जो कायर प्रकृति के होते हैं, मन में तरह-तरह की कुशंकाएँ करते हैं, उनके सामने भय अपने विकराल रूप में प्रस्तुत होता है और उन्हें परिस्थितियों के सामने घुटने टेकने पर मजबूर कर देता है। ऐसे लोग अपने जीवन में एक कदम भी मुस्कराकर नहीं बढ़ा पाते, हमेशा दु:खी व बेजान रहते हैं। डर हमारे हाथ-पैरों में पड़ी हुई लोहे की वे बेड़ियाँ हैं, जो हमें अपनी नकारात्मक दुनिया में परतंत्र रखती हैं और हमें कुछ करने नहीं देतीं, हमे कुछ भी सीखने नहीं देतीं और इसके साथ ही जीवन में कभी सफल भी नहीं होने देतीं। भय के कारण ही हम दीन-दुर्बल व दु:खी रहते हैं और इसके कारण ही हम जीवन में कुछ भी करने से घबराते हैं, लेकिन यह डर ही है, जो हमारे व्यक्तित्व के विकास में सबसे बड़ी बाधा है और इसे दूर किया जा सकता है - अपने अंदर की क्षमताओं को पहचान कर। हम क्या कर सकते हैं? हम जो भी अधिकतम अच्छा कर सकते हैं, उसे अवश्य करें, पूरे आत्मविश्वास व साहस के साथ अपने कदम बढ़ाएँ, परिणाम चाहे जो भी हो, हम अपना कर्त्तव्य करें। यदि यह सोच अपनाई जाए, और हिम्मत व उत्साह के साथ अपने कदम बढ़ाए जाएँ तो निश्चित रूप से हम आगे बढ़ेंगे और भय पर विजय प्राप्त करेंगे।

भोपाल-म.प्र.। प्रशासक सम्मेलन में नगर तथा ग्राम निवेश के आयुक्त सह संचालक संदीप यादव, एसडीएम डी.के.सिंह, ब्र.कु.अवधेश, प्रकाश बरतुनिया, कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.रीना तथा अन्य।

छत्तरपुर-म.प्र.। शिवध्वजारोहण के पश्चात् एस.डी.एम. रविन्द्र चौकसे को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.माधुरी व ब्र.कु.रमा। साथ हैं नगरपालिका अध्यक्ष अर्चना सिंह तथा अन्य।

भुज-कच्छ। प्रसिद्ध फिल्म अभिनेत्री अमृता राव को आध्यात्मिक संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रक्षा। साथ हैं ब्र.कु. डोनिका तथा अन्य।

मालिया हाटीना-गुज.। महाशिवरात्रि पर शिव ध्वजारोहण करते हुए सरपंच नटवर सिंह सिसोदिया, शिक्षक झालावाडीया साहेब, सोशल वर्कर गुणवंत भाई रुपारेलीया, ब्र.कु. मीता, ब्र.कु. रूपा तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।

खरगोन-म.प्र.। शिवजयंति पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.किरण। साथ हैं भाजपा जिलाध्यक्ष बाबूलाल महाजन, जर्मनी वाटरशेड डेवलपमेंट के प्रमुख राजेश भाई दुबे तथा अन्य ब्रह्माकुमार भाई-बहनें।

मैंगलोर। शिव जयंति पर आयोजित द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन मेले का उद्घाटन करते हुए विधायक जे.आर.लोबो। साथ हैं एन.आर.येगेश, कुनिमोनु जी, बाजिल डिसूज़ा, ब्र.कु. विश्वेश्वरी, ब्र.कु.विजयलक्ष्मी, ब्र.कु.अम्बिका, ब्र.कु.पार्वती तथा अन्य।

रायपुर-छ.ग.। महाशिवरात्रि पर्व पर आयोजित शिवदर्शन आध्यात्मिक मेले का उद्घाटन करते हुए जिला एवं सत्र न्यायाधीश रमेश कुमार राठी, ब्र.कु.कमला दीदी तथा ब्र.कु.सविता।

अम्बिकापुर-छ.ग.। शिवजयंती पर्व पर आयोजित सर्वधर्म सम्मेलन में मंचासीन हैं छ.ग.विधानसभा के नेता प्रतिपक्ष टी.एस.सिंहदेव, ब्र.कु.विद्या, फादर जेराम मिंज, मेजर अनिल सिंह, मौलाना सगीर अहमद, महेन्द्र सिंह टुटेजा तथा अन्य।

भगवान को दोस्त बनाकर तो देखो..!

-गतांक से आगे...

हे अर्जुन! कोई फल-फूल या जो भी श्रद्धा से देता है उसे मैं स्वीकार करता हूँ। अत: अर्जुन तू जो कुछ आराधना करता है, मुझे समर्पित कर। जब सर्वस्व त्याग हो जायेगा तब योग से युक्त हुआ तू कर्मों के बंधन से मुक्त होता जायेगा। इसलिए समर्पण भाव यह बुद्धि की बात है। कोई शरीर से समर्पण होने की बात नहीं है। किसी व्यक्ति ने सब कुछ त्याग दिया हो लेकिन अगर उसकी मनोवृत्ति में परिवर्तन नहीं आया है, तो उस परिवर्तन के बिना कुछ भी प्रैक्टिकल नहीं माना जा सकता। कोई कहाँ भी है समर्पण भाव को जागृत कर सकता है। किसी भी रूप से वो भगवान को जब निरंतर उसके दिव्य स्वरूप को जानकर के याद करता है और अगर श्रद्धा से उसको फल-फूल अर्पण भी करता है तो भी वो उसे स्वीकार करता है। इस अध्याय के अंत में बहुत सुंदर बात कही कि दुनिया के सब प्राणी के प्रति मेरा सम भाव है। भगवान कभी किसी के लिए पक्षपात नहीं करता है, न किसी से द्वेष, न पक्षपात। बहुत स्पष्ट ही कह दिया है कि जो मेरी अनन्य भाव से सेवा करता है, वह मेरा मित्र है। भगवान को दोस्त तो बनाकर के देखो कि कितना सुंदर अनुभव होता है कि मैं उसका मित्र हूँ। भक्ति में भी जिन्होंने ये सम्बन्ध ईश्वर के साथ जोड़ा है। उन्होंने उस सम्बन्ध का सुख अनुभव किया है। चाहे वो सुदामा था, चाहे वो अर्जुन। अर्जुन के साथ भी जब उसने उसको सारथी रूप में देखा तो वो सारथी बन गया और हर वक्त उसको गाइड करता रहा अर्थात् मित्र भाव से वह उसके व्यवहार में आया। जो अत्यंत दुराचारी भी है, पर निश्चय बुद्धि होकर अनन्य भाव से मेरी शरण ग्रहण करता है, सेवा करता है वो साधू बनने योग्य है। अगर उसकी भगवान के प्रति श्रद्धा है तो। वैसे ये विरोधाभास है। दुराचारी के मन में भगवान के प्रति श्रद्धा नहीं होती है। इसलिए भगवान ने कहा कि वह इतना दयालु है कि अगर कोई दुराचारी होगा फिर भी अगर निश्चय बुद्धि हो करके अनन्य भाव से मेरी शरण ग्रहण करता है, सेवा करता है, तो वो साधु मानने योग्य है।

-ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

एक व्यक्ति भगवान को बिल्कुल नहीं मानता था। उसकी पत्नी ने उसके बेटे का नाम ही नारायण रख दिया। अब उसको बुलाने के लिए तो नारायण बोलना ही पड़ेगा। इस तरह से वो नारायण बोलता था। फिर भी जहाँ तक वो टाल सकता था, टाला करता था। अंतिम समय में जब उसके प्राण तजने का समय आया और यमदूत उसको लेने आते हैं और उसको यमदूत दिखाई देते हैं, तब वो अपने बेटे का नाम पुकारता है, अरे नारायण मुझे बचाओ। ये मुझे लेने आये हैं। भगवान दौड़े चले आते हैं कि तूने नाम तो ले लिया ना।

इसलिए शास्त्रों में ऐसी कथायें हैं। जो हमें स्मृति दिलाती हैं कि भले कोई व्यक्ति कितना भी दुराचारी क्यों न हो, लेकिन भगवान फिर भी कितना दयालु होता है। वो उसकी शरण ग्रहण नहीं करना चाहता है लेकिन फिर भी समय उसको कभी-कभी मजबूर कर देता है , वो साधु मानने योग्य है और वह परम शांति को प्राप्त होता है। फिर धर्मात्मा, ब्राह्मण, योगी, राजऋषियों का तो कहना ही क्या है। इसलिए हे अर्जुन! ''मनमनाभव, मध्याजी भव''। मनमनाभव अर्थात् तुम मन को मेरे में लगाओ। मध्याजी भव माना - ब्रह्मा, विष्णु, महेश के मध्य में कौन है? मध्य में विष्णु है। तू मन को मेरे में लगायेगा तो मध्याजी भव अर्थात् नर से सो नारायण बनना सहज हो जायेगा। भगवान को याद करने से प्राप्ति क्या है? जो जिसके पास अध्ययन करता है वो टीचर भी उसकी गारंटी लेता है कि मैं तुझे इतने मार्क्स से पास करा सकता हूँ। रिश्वत देकर के पास कराने वाली बात नहीं है। उसकी मेहनत और उसको ऐसी विधि बताते हैं कि जिस विधि के आधार से उसको हर बार जैसा करना होता है, वैसा स्पष्ट हो जाता है। वह उतने मार्क्स को प्राप्त कर सकता है। ये गारंटी है। तो परमात्मा, जो सर्वशक्तिमान है, उसकी शक्ति का अंदाज़ा लगाओ कि कोई उसको अनन्य भाव से याद करेगा तो वह किस गति को प्राप्त हो सकता है। 'नर से श्रीनारायण' ये गारंटी ईश्वर की है कि मैं तुझे नारायण स्वरूप में उस श्रेष्ठ गति में जाने के योग्य पात्र बना सकता हूँ। - क्रमश:

इंदौर-प्रेमनगर। शिवजयंति पर्व पर आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए थाना प्रभारी पवन सिंघल, राजिन्दर सिंह खालसा, पवन सिंघानिया, शेख असगर अली मनाकिब वाला, शेख कासिम अली, ब्र.कु.शशि, ब्र.कु. यशवनी, ब्र.कु.शारदा तथा ब्र.कु.रक्षा ।

कोप्पा-कर्नाटक। शिवध्वजारोहण पश्चात् प्रभु स्मृति में ब्र.कु.पुष्पा, नगरपालिका अध्यक्षा वाणी सतीश बहन, उपाध्यक्ष श्रीनिवास शेट्टी तथा अन्य।

मुम्बई-मीरा रोड। शिव जयंति के अवसर पर शहर में पाँच किलोमीटर लम्बी शोभायात्रा निकाली गई। इसमें ब्रह्माकुमार भाई-बहनों के साथ शहर के गणमान्य जनों ने भी भाग लिया। यात्रा का विहंगम दृश्य।

वृत्ति कभी भी... - पेज 2 का शेष

भिक्षुक ने कहा, 'भगवन, मालूम नहीं पड़ता। यह कोमल छोटे छोटे पत्ते पूर्ण रीति से विकसित नहीं हुए हैं, जिससे कौन से पौधे की है, वो कैसे जान सकते हैं!' बुद्ध ने कहा, 'इस पत्ते के मूल के बीज को देखो।' भिक्षुक ने बीज हाथ में लिया और बोल पड़ा कि ये तो निम्बोड़ी है। बुद्ध ने दूसरे पौधे का बीज दिया और पूछा तो भिक्षुक बोल उठा कि ये तो बेर का है। तीसरे पौधे का बीज देख वो बोला कि ये तो जामुन का है।

बुद्ध ने कहा, 'देखो, इसी तरह हरेक दु:ख का एक बीज होता है। जीवन में कोई भी दु:ख वृत्ति के बीज के बिना उगता नहीं। वृत्ति के बीज को पहचानो तो उसका उपाय अपने आप मिल जायेगा।' भिक्षुक को बुद्ध का उपदेश हृदय में स्पर्श कर गया।

वृत्ति के बीज को खाद-पानी डालकर उगाते रहो, तो उस वृक्ष पर विष-युक्त फल ही आयेगा ना। ये फल कैसे होते हैं? रूप सौंदर्य में अत्यंत आसक्त व्यक्ति इसी रीति से अकाल मृत्यु से नष्ट हो जाता है, जिस तरह दीपक की ज्योति में प्रेम व्याकुल पतंगा अकाले ही भस्म हो जाता है। मानव अकाले भस्म होने के लिए वृत्तियों का गुलाम बनकर जीता रहता है। अब ये प्रश्न उठता है कि हम अपनी प्रवृत्तियों को किस दिशा में ले जाना चाहते हैं? अपना जीवन दीपक की ज्योति समान है। तो क्या अपने जीवन को प्रेमाकुल पतंगा की तरह दीपशिखा में जाकर भस्म कर देना चाहते हैं? क्या सिर्फ क्षणिक मौज की खातिर मन की विकृत इच्छाओं से विकृतियों का पालन-पोषण करने देते हैं? धन ना हो तो पहले धन की प्राप्ति के लिए दौड़ते रहते हैं, धन की प्राप्ति के बाद ये वृत्ति कहीं भी अटकती नहीं है। संतोष का श्वास लेने नहीं देती है। और ज़्यादा धन की प्राप्ति के लिए दौड़ाती रहती है। और फिर एक समय ऐसा भी आता है कि वो धन के बोझ के नीचे दब जाता है। उसे जीवन भर किये हुए धन की प्राप्ति की प्रवृत्ति ही ज़िन्दगी के अंतकाल में व्यर्थ लगती है। सारी ज़िन्दगी जो किया, वे उसके लिए आँसू गिराने के निमित्त बन जाते हैं। पहले धन देखकर आनंद होता था, फिर सत्ता के अहम् में घूमता था, पूरा जीवन उसमें स्वाहा कर देने वाला अंत में धन देखकर दु:खी होता है और सत्ता देखकर सिकंदर, हिटलर जैसे उसके मन में असंतोष जागता है कि क्या ज़िन्दगी भर मेहनत सिर्फ सत्ता के लिए ही की!

वृत्ति का मज़ा ये है कि जैसे-जैसे आप उसको पुष्ट करें, वैसे वैसे वो आपकी ज़िन्दगी में अतृप्ति फैलाती रहेगी।

जिसके पास अपने जीवन का प्रायोजन स्पष्ट होगा उसके जीवन में वृत्ति के तूफान आयेंगे ज़रूर, लेकिन वो वृत्तियों से चलित नहीं होगा। उसके जीवन में ऐसे तूफान आते रहेंगे, लेकिन उसको वो पनपने नहीं देगा, और अपने जीवन को उससे अलिप्त बनाके रखने में कामयाब होगा। ज़िन्दगी की प्राप्ति के झूले से मुक्त रहेगा और उच्च जीवन प्रायोजन के लिए आगे बढ़ेगा। अपना जीवन सार्थकता की तरफ ले जायेगा और बुद्धि पूर्वक अपने जीवन का आयोजन करते हुए प्रायोजन सिद्ध करने का पुरुषार्थ करेगा।

ख़्यालों के आईने में...

इस संसार में....
सबसे बढ़िया दवा 'हँसी'
सबसे बड़ी सम्पत्ति 'बुद्धि'
सबसे अच्छा हथियार 'धैर्य'
सबसे अच्छी सुरक्षा 'विश्वास'
और आनंद की बात यह है कि
ये सब नि:शुल्क हैं...!

लोगों का आदर केवल उनकी सम्पत्ति के कारण नहीं करना चाहिये । बल्कि उनकी उदारता के कारण करना चाहिये ।
हम सूरज की कद्र उसकी ऊँचाई के कारण नहीं करते बल्कि उसकी उपयोगिता के कारण करते हैं...।
अत: व्यक्ति नहीं व्यक्तित्व आदरणीय है ।

कथा सरिता

हार और परिस्थितियाँ

कॉलिन विल्सन की आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं थी। उन्हें अर्थिक कठिनाइयों की वजह से पढ़ाई छोड़कर सोलह वर्ष की उम्र से ही काम में लगना पड़ा। एक ऊन बनाने के कारखाने में कुछ समय कार्य करने के बाद वे किसी प्रयोगशाला में सहायक बन गए, पढ़ाई पूरी न कर पाने की निराशा उन पर हावी रहने लगी। एक दिन उन्होंने आत्महत्या करने का निर्णय लिया। वे सायनाइड खाने जा रहे थे कि उनके मन में कुछ कौंध-सा गया। उन्होंने अनुभव किया कि उनके भीतर दो कॉलिन विल्सन है - एक वह, जो परिस्थितियों से निराश है और दूसरा वह, जो विचारक है, समर्थ व सक्षम है।

इस अनुभव ने उनके लिए नवजीवन के द्वार खोल दिए। उन्होंने आत्महत्या का निर्णय त्याग दिया एवं अपनी प्रतिभा के संवर्द्धन में जुट गए। आगे चलकर वे ही कॉलिन विल्सन अंग्रेजी के मशहूर लेखक बने और उन्होंने विभिन्न विषयों के ऊपर सौ से अधिक पुस्तकों की रचना की। इस घटना से यही सीख मिलती है कि हमारे जीवन में उतार-चढ़ाव तो आते रहते हैं, पर हमें परिस्थितियों से हार नहीं माननी चाहिए। सकारात्मकता से कार्य में जुट जाना चाहिए।

लोभ साधना में बाधक

एक राजा ने संत तुकाराम की ख्याति सुनी तो उन्होंने अपने एक मंत्री को उन्हें लेकर आने के लिए उनके घर भेजा। मंत्री ने संत तुकाराम से साथ चलने की प्रार्थना की तो वे विनम्रतापूर्वक बोले - '' मैं यहीं बैठा-बैठा राजा की सफलता की कामना करता हूँ। राजदरबार में चलने पर मुझे भगवान की सेवा से विमुख होना पड़ेगा, इसलिए मैं आपके साथ चलने में असमर्थ हूँ।'' राजा ने जब संत तुकाराम की निस्पृहता की बात सुनी तो वे स्वयं ही उनके दर्शन के लिए पहुँचे। वहाँ पहुँचकर उन्होंने संत तुकाराम के चरणस्पर्श किए तथा स्वर्णमुद्राओं से भरी थैली उनके चरणों में अर्पित कर दी।

संत तुकाराम उस थैली को वापस करते हुए बोले - '' महाराज! माया ही तो भक्ति में बाधक बनती है। प्रभु विठ्ठल की कृपा से मुझे भोजन-वस्त्र, सब कुछ तो मिल ही जाता है। मैं इस धन का क्या करुँगा? इसे आप किसी धर्मकार्य में लगा दीजिए।'' राजा उनकी वीतरागता देख नतमस्तक हो उठे।

मन के साहस में...

चीन में एक लड़का अपनी दादी के साथ रहता था। दादी ने एक बगीचा लगा रखा था। एक दिन दादी बीमार हो गई तो उन्होंने उसे बगीचे की देख-भाल के लिए भेजा। अगले दिन उन्होंने बगीचे में जाकर देखा तो उन्हें पता चला कि उनके पोते ने किसी भी पेड़ में पानी नहीं डाला है। पौधे सूखते हुए दिखाई पड़ रहे हैं। उन्होंने उसे बुलाकर इसका कारण पूछा तो वह बोला - ''दादी ! मैंने हर पौधे की पत्तियाँ पोंछी थीं और उनकी जड़ों में रोटी के टुकड़े भी डाले थे।'' उसकी दादी बोली - '' बेटा ! पेड़ों की जड़ों में पानी डालना चाहिए था।'' लड़का सोच में पड़ गया। उसने दादी से पूछा - '' दादी ! क्या मनुष्य की भी जड़ें होती हैं ?'' दादी बोलीं - ''हाँ बेटा! हमारे मन के साहस में हमारी जड़ें होती हैं। जब इनको रोज़ाना पोषण दिया जाए तो हम ताकतवर बन सकते हैं।'' उस लड़के ने फैसला किया कि वह अपने मन को साहस से भरपूर रखेगा। यही लड़का आगे चलकर चीन का राष्ट्राध्यक्ष,माओत्से तुंग बना।

प्रेमपूर्ण व्यवहार

एक राजा अत्यंत क्रोधी और अनाचारी था। उसके व्यवहार से प्रजा ही नहीं, कुलगुरू से लेकर महामंत्री तक सभी चिंतातुर थे। वे सभी अपनी व्यथा लेकर महात्मा बुद्ध के पास पहुँचे। महात्मा बुद्ध बोले-''चिंता न करो। मैं राजा से बात करता हूँ।'' एक दिन महात्मा बुद्ध राजा से मिलने पहुँचे तो राजा उनके प्रति श्रद्धाभाव लेकर उन्हें अपना राज-उपवन दिखाने ले गया। उपवन घूमते-घूमते महात्मा बुद्ध को एक नीम का पौधा दिखाई पड़ा। उन्होंने राजा से कहा - '' वत्स! ज़रा देखो तो इस पौधे का स्वाद कैसा है?'' राजा ने जैसे ही पत्ता चबाया, उसका मुँह कडुआ हो गया। उसने क्रोध में आकर उस पौधे को ही उखाड़ डाला।

महात्मा बुद्ध ने राजा से पूछा - ''राजन्। तुमने इस पौधे को क्यों रौंद डाला?'' राजा बोला -'' भगवन् ! यह अभी इतना कडुआ है तो आगे तो विषवृक्ष ही बन जाएगा।'' इसे अभी ही जड़ से कुचल देना उचित था। उसके ऐसा कहने पर महात्मा बुद्ध उसे समझाते हुए बोले -'' वत्स! तुम्हारे कटु व्यवहार से पीड़ित नागरिकों ने भी यदि तुम्हारे साथ ऐसा ही व्यवहार किया तो तुम्हें कैसा लगेगा? श्रेष्ठ राजा वही होता है, जो प्रजा के साथ प्रेमपूर्ण व्यवहार करता है।'' महात्मा बुद्ध के इन बोधपूर्ण वचनों ने राजा की आँखें खोल दीं और उसका व्यवहार सभी के प्रति बदल गया।

अशांति का कारण

सुंदरपुर के राजा वज्रबाहु ने प्रजा के हित में स्थान-स्थान पर तालाब, धर्मशालाएँ एवं मंदिर बनवाए। उनकी कीर्ति पूरे क्षेत्र में प्रजावत्सल शासक के रूप में फैल चुकी थी। एक बार कोई महान संत उनके राज्य में पधारे। राजा वज्रबाहु उन संत से मिलने पहुँचे। संत को प्रणाम कर उन्होंने संत से प्रश्न किया - ''महात्मन्। मैंने यथाशक्ति प्रजा के लिए सुविधाएँ एकत्रित करने का प्रयत्न किया है। उसके लिए अनेकों तालाब,धर्मशालाएँ व मंदिर भी बनवाए हैं। इन सभी स्थानों पर मेरे नाम के लगे नामपट्टन इन धार्मिक कार्यों के विस्तार की गवाही देते हैं, फिर भी मेरा मन अशांत रहता है?'' संत, राजा वज्रबाहु से बोले -'' राजन् ! यह सत्य है कि तुमने अनेक पुण्य कर्म किए हैं, परंतु तुम्हारे अनुचरों ने जो तुम्हारे नाम के नामपट्टन लगाए हैं, उनसे उन पुण्यकर्मों का शमन भी हो गया है। सेवाकार्य में अहंकार का प्रदर्शन ही अशांति का कारण है। ये दोनों साथ-साथ नहीं रह सकते।'' राजा वज्रबाहु को अपनी भूल का भान हुआ और उन्होंने निष्काम भाव से पुण्यकर्म करने का निश्चय किया।

त्याग व विनम्रता

एक राजा बहुत अहंकारी था। उसके गुरु ने उससे कहा -'' राजन्! हमारे राज्य में परम ज्ञानी और परम संत महात्मा बुद्ध का आगमन हुआ है। तुम्हें उनके स्वागत हेतु जाना चाहिए।'' राजा ने उत्तर दिया -'' गुरुवर ! मैं उनका स्वागत करने क्यों जाऊँ ? मैं राजा हूँ और सभी मुझसे मिलने महल में आते हैं। उन्हें यदि मुझसे मिलना होगा तो वे स्वयं महल आ जाएंगे।''

कुलगुरू ने कहा -'' वत्स! अपने अहंकार के वशीभूत होकर जो तुम कह रहे हो, वह सही नहीं है। बुद्ध भी कभी एक बड़े सम्राट के पुत्र थे, परंतु उन्होंने अपने राज्य का त्याग कर एक भिक्षु बनना स्वीकार किया। इसका अर्थ यह है कि राज्य के मुकाबले उनका त्याग ज़्यादा बड़ा सिद्ध होता है। मनुष्य की बड़ाई उसकी विनम्रता में है। इसके अभाव में मनुष्य पद और आयु में बड़ा होने पर भी एक अहंकार का पुतला बनकर रह जाता है, जो किसी के सम्मान का पात्र नहीं होता।'' कुलगुरू के शब्दों से राजा को अपनी भूल का भान हुआ और वह महात्मा बुद्ध के उद्बोधन को सुनने पहुँचा, जिससे उसका जीवन सदा के लिए बदल गया।

नवी मुम्बई-वाशी। नवनिर्मित खेल के मैदान के लोकार्पण कार्यक्रम में विधायक संदीप नायक, राजयोगिनी ब्र.कु.शीला, नगर सेवक प्रकाश मोरे, नगर सेविका शिल्पा मोरे तथा अन्य।

पनवेल-महा.। 'आओ प्रभु के द्वार पाओ खुशियों का उपहार' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए टीवी अभिनेत्री अनिता कुलकर्णी, भारतीय ओलम्पिक शूटर सुमा शिरूर, नगराध्यक्ष चारूशिला घरत, आई.एम.ए. के अध्यक्ष डॉ.रमेश पटेल, बार एसो.के अध्यक्ष मनोज भुजबल, ब्र.कु.संतोष दीदी, ब्र.कु.तारा, ब्र.कु.गिरीश तथा अन्य।

कोलकाता-वारानगर। ब्र.कु.किरण को समाज के लिए की जा रही आध्यात्मिक सेवाओं के लिए सम्मानित करते हुए युनिवर्सल ट्रुथ वेलफेयर सोसायटी की मृणाल सरकार एवं पार्षद विमल साहा।

कोरवा-छ.ग.। सात दिवसीय श्रीमद्भगवद् गीता ज्ञान यज्ञ की मुख्य वक्ता ब्र.कु.विद्या कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए।

आबू रोड। रेडियो मधुबन द्वारा विश्व रेडियो दिवस पर यू.एस.बी. कॉलेज में अनेक प्रतियोगिताएं आयोजित की गई। कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में कॉलेज के डायरेक्टर अजय सिंह भाटी, ब्र.कु.रवि तथा अन्य प्रतिभागी छात्रों के साथ।

राजिम-छ.ग.। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करते हुए महामण्डलेश्वर बालकदास, ब्र.कु.पुष्पा, ब्र.कु.विद्या, ब्र.कु.नारायण, ब्र.कु.नंदलाल तथा अन्य।

जो भी आज भगवान से जुड़े हैं, उनको परमात्मा की शक्तियाँ यूज़ करने की या तो समर्थी नहीं है, यदि है तो ठीक विधि नहीं, जिससे कि वो उसका प्रयोग कर उससे जीवन में उन्नति कर पायें। है बहुत ही आसान, लेकिन सिद्धान्त द्वारा सिद्धि के लिए थोड़ी शुद्धि का इस्तेमाल ज़रूरी है।

परमात्मा के दिये टाइटल का प्रयोग

ब्र.कु. अनुज,दिल्ली

आपको हम एक बात याद दिलाना चाहेंगे कि परमात्मा से बातचीत का आधार आपकी स्मृति में है, यदि नहीं है तो उसे दोबारा सुनें कि परमात्मा से बातचीत का आधार समानता है, जहाँ समानता है, सिमिलैरिटी है, वहाँ बातचीत में मुश्किल ही नहीं।

परम शक्तिशाली परमात्मा से जुड़ने के लिए हमें शक्तिशाली गुण तो धारण करने पड़ेंगे, कि नहीं! दुनिया में दोस्ती बराबर वालों से होती है। यह तो हुआ पहला आधार। इसका दूसरा आधार है सत्य पहचान, सत्य परिचय। यहाँ आप ये ना सोचें कि ये कौन सी बड़ी बात आपने बता दी, क्या हमें उसकी पहचान नहीं है क्या? है, लेकिन सत्य नहीं।

सत्य का अर्थ, फिर आप एक्यूरेट नहीं कर सकते हैं, वो ज्योतिबिन्दु हैं, तो बस ज्योति बिन्दु ही हैं, फिर बड़ा देख सकते हैं, थोड़ा छोटा देख सकते हैं, यह कन्फ्यूज़न ही उससे जुड़ने नहीं देता। सभी पूछते हैं, कैसा देखूँ? गुणों और शक्तियों में सिन्धु है, सागर है, आप कैसे हैं, ज़रा चेक करो, तालाब भी नहीं हैं?

कैसे मिलेंगे उससे भई! ये दोनों हो जाए तब चाहिए सम्पूर्ण विश्वास, यही है, बस यही है। जब आपकी किसी से पूर्णत: पहचान हो जाती है, तब आपका विश्वास सातवाँ आसमान छूता है। लेकिन लाना तो पड़ेगा। एक दिन में होगा, नहीं, इतनी मान्यताएं हैं, उनसे निकलना होगा। भगवान भी चाहिए, उसकी शक्तियाँ भी चाहिए, और यही भी, ये तो होगा ही नहीं।

उसने हमें अनेकानेक टाइटल से नवाज़ा है, वो कहते हैं कि मैं सर्वशक्तिमान हूँ, तो आप मास्टर सर्वशक्तिमान हैं। आप इस नशे में आओ तो समस्याएँ छू मंतर। लेकिन इस टाइटल की धारणा उपरोक्त बातों पर ही निर्भर है। एक बार भी स्मृति हटी कि मैं आत्मा, से मैं शरीर हूँ, तो नीचे। ऐसे पूरे दिन में बार-बार इस बात में हम नीचे गिरते ही रहते हैं। हमें थोड़ी नहीं पूरी-पूरी स्मृति रहती है, कि मैं डॉक्टर, इंजीनियर, या फलाना हूँ; इसलिए वो शक्तियाँ शरीर से नहीं, आत्मिक स्मृति में रहने के बाद काम करती हैं।

समझा, हमें क्या करना है। हमें उसके जैसा बनना पड़ेगा, तभी सारे टाइटल्स हम लेकर आगे बढ़ पायेंगे। साधनों से निकलना पड़ेगा। दिन भर आप अपना समय देखो, हमारा कहाँ जाता है, मोबाइल, वाट्स एप्प, फेसबुक, मेल, और हम चले हैं मास्टर भगवान का टाइटल लेने! कितना दिमाग इन बातों में चलता है; यदि भगवान में चलने लग जाये तो सबको पता पड़ेगा, कि भगवान आ गया।

मन की बातें

-ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न : मेरा नाम चंद्राणी है, मैं आपसे अपनी समस्या का समाधान चाहती हूँ, मुझे खुशी नहीं रहती, मैं सदा चिंतित सी रहती हूँ, स्वयं को कमज़ोर और हीन भावना से ग्रस्त अनुभव करती हूँ, मैं इस कमज़ोर मानसिक स्थिति से बाहर आना चाहती हूँ। मैं भी सदा खुशी और उमंग में रहना चाहती हूँ।

उत्तर : खुशी तो मनुष्य के जीवन का सबसे बड़ा खज़ाना है, परंतु आज बुद्धिमान मनुष्य खुशी को खोता जा रहा है। पशु-पक्षी, जीव-जन्तु सभी निश्चिंत हैं परन्तु मनुष्य ही सदा चिंतित प्रतीत होता है। आपने सुंदर लक्ष्य बनाया है नेगेटिविटी से बाहर निकलने का और ईश्वरीय ज्ञान में वो शक्ति है जो हमें खुशी प्रदान करती है और निश्चिंतता से जीना सिखाती है।

आप दस बारह स्वमान की सुन्दर-सुन्दर बातें नोट करें। उनको बार-बार अभ्यास करने से आपके विचार महान होने लगेंगे और आप हीन भावना से मुक्त हो जायेंगी। प्रतिदिन सेवाकेन्द्र पर जाकर ईश्वरीय महावाक्य सुनें....जब आप सुनेंगे कि भगवान कह रहे हैं कि तुम बहुत महान हो, तुम पदमापदम भाग्यशाली हो, तुम तो मेरे नयनों के नूर हो, तो आपके अंदर जागृति आने लगेगी, आपकी ये हीन भावनायें ही आपकी खुशी छीन रही हैं, आप अपनी खुशी के लिए दूसरों के तरफ कदापि ना देखें। याद रखें खुशी हमारे अंदर ही रहती है, हम उसे जगने नहीं देते।

प्रतिदिन सवेरे उठकर आप परमात्मा से मीठी मीठी बातें किया करें, उसका शुक्रिया अदा करें और एक घण्टा रोज़ योगाभ्यास करें। इससे आपकी बुद्धि में लगी हुई गांठें खुल जायेंगी और आप खुशियों भरा जीवन जी सकेंगी। ईश्वरीय चिंतन से चिंताएँ समाप्त हो जाती हैं, 'मैं और मेरा' मनुष्य को चिंताओं के गर्त में ले जाते हैं। सब कुछ तेरा अर्थात् समर्पण भाव और यह स्मृति कि भगवान स्वयं भी मुझे साथ दे रहे हैं, आपको निश्चिन्त जीवन प्रदान करेगी। इनका रोज़ अभ्यास करें। छ: मास तक आपको ये सब अभ्यास अवश्य करने हैं। हमें पूर्ण विश्वास है कि आप स्वयं खुशियों से तो भर ही जाएंगी साथ ही आप सबको खुशी बांटने वाली भी बन जाएंगी।

प्रश्न : मेरा नाम बलवंत है, आजकल कुंडलिनी जागरण करने के लिए बहुत सारे महात्मा और आचार्य कार्यक्रम करते रहते हैं। मैने अभी अभी राजयोग सीखा है। मैं जानना चाहता हूँ कि क्या राजयोग से भी कुंडलिनी जागरण हो सकता है? क्या हमें इसपर ध्यान देना चाहिए? या हमारा लक्ष्य कुछ और होना चाहिए?

उत्तर : कुंडलिनी शक्ति मूलाधार चक्र के साढ़े तीन चक्र में स्थित रहती है, ऐसी मान्यता है कि यदि ये जागृत होकर ऊपर की ओर चलने लगे तो ये सभी चक्रों को भेदन करते हुए ब्रह्म रन्ध्र में पहुँच जाती है और मनुष्य को कई सुन्दर आध्यात्मिक अनुभव होने लगते हैं, उनकी एकाग्रता बढ़ जाती है। चेहरे पर तेज बढ़ जाता है और मनोइच्छित फल उन्हें प्राप्त होने लगता है। इसीलिए लोग कुंडलिनी जागरण के लिए अनेक साधनायें करते आये हैं। राजयोग के द्वारा कुंडलिनी स्वत: ही जागृत हो जाती है। यद्यपि राजयोग में इसका वर्णन एवं चर्चा बिल्कुल नहीं है, क्योंकि परमात्मा ने राजयोग सिखाया है, वो परमात्मा और आत्मा का मिलन है। राजयोग से तो आत्मा ही जागृत हो जाती है इसलिए सबकुछ जागृत हो जाता है। जीवन सुख-शांतिमय हो जाता है। बुद्धि पवित्र और दिव्य होने लगती है। चेहरे पर तेज आ जाता है। साथ ही साथ जीवन सफलता और समृद्धि से भरपूर होने लगता है। वास्तव में कुंडलिनी को लक्ष्य बनाने की कोई आवश्यकता नहीं है। हमारा तो लक्ष्य है आत्मा को सम्पूर्ण पावन बनाना। अपनी मूल सम्पूर्ण स्थिति को प्राप्त करना तथा स्वयं को कर्मातीत स्थिति तक ले चलना है। यही अध्यात्म का सर्वोच्च लक्ष्य है बाकी सभी बातें इसमें समाई हुई हैं।

प्रश्न : मेरे बड़े बेटे की शादी को 4 साल हो गये हैं, कुछ आपसी अनबन के कारण अब दोनों अलग रह रहे हैं। कोर्ट में तलाक का केस भी चल रहा है। लेकिन अब बहू और उसके परिवार वाले केस वापस लेकर साथ रहना चाहते हैं। लेकिन मेरा बेटा इसे स्वीकार नहीं कर रहा है, इससे घर की स्थिति बहुत अशांत बनी रहती है, क्या करें?

उत्तर : कलियुग के इस भयावह काल में भारत में भी तलाक के केसेज़ बढ़ते जा रहे हैं। यद्यपि इसके लिए मनुष्य के पूर्व जन्म के कर्म भी ज़िम्मेवार हैं, परन्तु मनुष्य के स्वभाव, संस्कार, उसका क्रोध, अभिमान और गलत व्यवहार भी इस स्थिति को पैदा करते हैं। आज मनुष्यों में स्वार्थ, लोभ, कामनाएं बहुत बढ़ गई हैं। मनुष्य यदि अपने जीवन के महत्व को समझ ले और जीवन की यात्रा में एक दूसरे के सच्चे मित्र बन जायें, एक दूसरे की भावना को सम्मान दें तो ये समस्या काफी हद तक कम हो सकती है। दहेज पर झगड़ा करने वालों को ये याद रखना चाहिए कि धन-सम्पदा से भी अधिक मूल्यवान है एक चरित्रवान मनुष्य। चरित्र ही सबसे बड़ी दौलत है। जिसके पास तलाक संबंधी ऐसे कोर्ट केस चल रहे हैं, उन्हें बातचीत कर इसके समाधान तक पहुंचने की कोशिश तो ज़रूर करनी चाहिए पर इसके साथ-साथ 21 दिन की एक विघ्न-विनाशक योग भट्ठी भी अवश्य कर लेनी चाहिए। इसको इस विधि से करें - योग से पहले तीन स्वमान पाँच-पाँच बार याद करेंगे...मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, विघ्नविनाशक हूँ और सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। यदि आप बहुत एकाग्रचित्त होकर ये अभ्यास करेंगे तो 21 दिन के बाद आपको बहुत सुन्दर परिणाम प्राप्त होंगे। पिछले दिनों ही दिल्ली के एक अति विशिष्ट व्यक्ति ने अपना अनुभव सुनाया कि उनका पिछले 37 वर्ष से कोर्ट में केस चल रहा था और उन्होंने 21 दिन ऐसी ही योग भट्ठी की और 25 वें दिन ही फैसला उनके अनुकूल हो गया। योग में अनन्त शक्ति है, ये हमारा कल्याण करती है, आप भी योग का ऐसा सुन्दर अभ्यास करेंगे तो आपका भी कल्याण होगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

देखिए 'अपना DTH' में फ्री 24 घंटे 'पीस ऑफ माइंड चैनल' ...उसके साथ 100 अन्य चैनल भी फ्री
अपने डी.टी.एच. डिश के डायरेक्शन का करें परिवनर्तन...
Satellite Position = 75° East, Satellite = ABS-2
LNB Frequency = 10600/10600, Frequency = 12226/12227
Polarization = H, Symbol = 44000
System = MPEG-2(DVB-S) / MPEG-4(DVB-S2)
FEC = 3/4, 22K = On/Auto, Mode = All/FTA
अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें... 8104777111/7014140133

मुम्बई-पवई। डॉ. विजया वाड, ज्येष्ठ साहित्यकार, पूर्व प्रेसीडेंट, मराठी विश्वकोश, महा. शासन को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. जानकी।

राजकोट-गुज.। हैपी विलेज रिट्रीट सेंटर के शिलान्यास एवं सोलह ब्रह्माकुमारी बहनों के समर्पण समारोह कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी, ब्र.कु. सरला दीदी, ब्र.कु. भारती, ब्र.कु. अमर, ब्र.कु. हंसा तथा अन्य।

काम करें, पर अवकाश लेना न भूलें

'आज अवकाश का दिन है' - यह विचार ही व्यक्ति को तनावरहित कर देता है, मन को चिंतामुक्त व भारहीन कर देता है और शरीर को ऊर्जा से भर देता है। अवकाश से तात्पर्य है कि ऐसा समय, जिसमें आप बिना किसी तनाव अथवा दबाव के कार्य कर सकें अथवा आराम कर सकें। इसलिए यह समय व्यक्ति का सबसे अधिक अपना होता है, लेकिन अवकाश का आनंद व्यक्ति तभी ले सकता है, जब वह कठिन मेहनत के दौर से गुज़रकर थोड़ा ठहरना चाहता है। जिस तरह दिन भर कार्य करने के बाद रात्रि में विश्राम करना, नींद लेना अति आवश्यक है; क्योंकि यह हमें विश्रांति व नवीन ऊर्जा प्रदान करती है, उसी प्रकार लगातार काम करने के बाद अवकाश ज़रूरी है; क्योंकि यह अवकाश हमें तनावमुक्त व स्वस्थ करता है और फिर से उत्साहपूर्वक कार्य करने के लिए तैयार करता है।

लगातार कार्य करके थका हुआ व्यक्ति यदि आराम न करे तो वह अनेक शारीरिक और मानसिक बीमारियों का शिकार हो जाता है। वैज्ञानिकों के अनुसार लगातार शारीरिक गतिविधियों के कारण जोड़ो में एक अम्ल उत्पन्न होता है। जब शरीर में इसकी मात्रा अत्यधिक हो जाती है, तो व्यक्ति को थकान की अनुभूति होती है। अवकाश न सिर्फ थकान को दूर करता है, बल्कि शरीर को विश्राम देने के साथ-साथ वह मन को तरोताज़ा व प्रसन्न करता है। अवकाश के द्वारा हम तनामुक्त रहकर कार्य करना सीखते हैं और कार्य करते हैं।

यूनिवर्सिटी ऑफ पोर्ट्समाउथ की वैज्ञानिक पाउला रॉब्सन के अनुसार - जब हमारे मस्तिष्क में 'इंटरक्यूलिन 6' नामक रायायनिक तत्व मस्तिष्क को धीमे चलने का संकेत भेजता है तो इसका अर्थ होता है कि अब मांसपेशियों से अतिरिक्त काम नहीं लिया जा सकता। लंबे समय तक शरीरिक गतिविधि के बाद रक्त में इसका स्तर सामान्य 60 से लेकर 100 गुना तक बढ़ जाता है, उस समय व्यक्ति को आराम की ज़रूरत होती है।

हमारे शरीर के कार्य करने की एक सीमा है। उसी तरह हमारा मन भी निश्चित सीमा तक तनाव व परिस्थितयों का दबाव झेल सकता है। जब हमारा शरीर व मन थक जाता है और वो कार्य करने की स्थित में नही रहता तो उन्हें विश्राम की ज़रूरत होती है। विश्राम करने से हमारा शरीर व मन फिर से तंदुरूस्त व तरोताज़ा हो जाता है और फिर एक नए सिरे से कार्य की शुरूआत हो पाती है। इसी तरह जीवन में मिलने वाला अवकाश हमारे व्यस्ततम जीवन को दो पल का सुकून देता है और हमें अपने अगले कार्यों के लिए तैयार कर देता है।

अवकाश हम मनुष्यों की आवश्यकता है। इसी को ध्यान में रखते हुए श्रम कानून के अंतर्गत अवकाश के नियम बनाए गए हैं। अवकाश का एक अलग आनंद है। एक अमेरिकी सर्वे के अनुसार, जिन कंपनियों ने पुरस्कार के रूप में अपने कर्मचारियों को अवकाश दिया, उनकी बिक्री में 30 प्रतिशत तक की बढ़ोत्तरी हुई; जबकि अन्य कंपनियाँ सामान्य ढंग से चलती रहीं। यूएसए टुडे के एक सर्वे में 93 प्रतिशत प्रतिभागियों ने पुरस्कार के रूप में अवकाश का चयन किया। यह आँकड़ा दर्शाता है कि व्यस्तता से घिरी दिनचर्या से दूर फुर्सत पाने और खुद से मुलाकात करने के लिए अवकाश अत्यंत आवश्यक है।

प्रतिस्पर्धा के इस दौर में लोगों के लिए अवकाश ले पाना सहजता से संभव नहीं हो पाता। ऐसे में शारीरिक व मानसिक थकान से उनका शरीर जल्दी ही बीमार हो जाता है और असंख्य बीमारियाँ उन्हें घेर लेती हैं। जिस तरह भूखे होने पर भोजन का स्वाद पता चलता है, प्यास लगने पर पानी पीना भाता है, शरीर में थकान होने पर निद्रा का आनंद आता है, उसी तरह लगातार काम करने के बाद अवकाश का आनंद आता है। इस अवकाश का आनंद वह कैसे लेता है, यह तो व्यक्ति के ऊपर निर्भर करता है, लेकिन अवकाश वही है, जिसमें अपनी दिनचर्या से हटकर काम हो, जिसको करने से मन प्रसन्न हो, जहाँ पर रोज़मर्रा के कार्यों को करने का दबाव न हो, जहाँ पर हम अपनी मर्ज़ी के मालिक हों।

व्यक्ति अपने जीवन में अवकाश कई तरह से ले सकता है, जैसे-पाँच-छह घंटे लगातार कार्य करने के बीच में एक घंटे या आधे घंटे का अवकाश, सप्ताह में एक दिन का अवकाश, महीने में छह दिन का अवकाश, अपने महत्वपूर्ण कार्यों को पूरा करने के बाद एक-दो दिन का अवकाश आदि। अवकाश वह माध्यम होता है, जो हमें नए ढंग से कार्य करने का अवसर प्रदान करता है। लगातार किसी कार्य को करने के बाद यदि विश्राम न लिया जाए और दूसरे कार्य को करने में लग जाया जाए तो उसे उतनी अच्छी तरह से नहीं किया सकता, जितना विश्राम लेने के बाद तरोताज़ा मन से किया जा सकता है।

बहुत सारे लोग अवकाश का समय सोने में व्यतीत करते हैं, कुछ लोग अपने बचे हुए कार्यों को अवकाश के दौरान पूरा करते हैं, कुछ लोग अवकाश में नए कार्यों की शरुआत करते हैं, कुछ लोग पिकनिक मनाने जाते हैं, तो कुछ अपना अवकाश यों ही व्यतीत कर देते हैं। हम सभी के जीवन में यदि अवकाश है तो उसकी एक निश्चित समय-सीमा भी है। यह हमारे ऊपर निर्भर करता है कि हम इस समय का क्या उपयोग करते है, कैसे उपयोग करते हैं।

अवकाश की हर व्यक्ति को ज़रूरत है, लेकिन अपने कार्यों के दौरान हर कोई अवकाश नहीं चाहता; क्योंकि कार्यों को एक निश्चित समय में पूरा करने के दौरान बार-बार अवकाश लेने से हम उसे समय पर पूरा नहीं कर सकते। अवकाश इसलिए है कि हम तनावमुक्त और हल्के हो सकें और फिर से अपने कार्यों में दोगुने उत्साह से लग सकें। अवकाश होता ही इसलिए है कि हम अपने कार्यों को ज़्यादा बेहतर ढंग से कर सकें और अपने जीवन को अधिक प्रसन्नता से जी सकें। अवकाश का यह मतलब कतई नहीं है कि इस दौरान हम कुछ भी कार्य न करें और अपने जीवन को बोरियत व बोझिलता से भरें। अवकाश का सही अर्थ तो यही है कि हम अपने जीवन को सुंदर रंगों से भर सकें, अपने जीवन को अधिक रचनात्मक व प्रखर कर सकें। इस ऊहापोह एवं भागमभाग से भरी ज़िंदगी में अवकाश ही एक माध्यम है, जिसके द्वारा हम थोड़ा ठहरकर अपनी प्राथमिकताओं का पुनर्मूल्यांकन कर सकते हैं और जीवन को एक नई राह प्रदान कर सकते हैं।

वर्धा-महा.। महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम में शिव संदेश देते हुए ब्र.कु. माधुरी। मंचासीन हैं नगराध्यक्ष अतुल तराले, लायंस क्लब अध्यक्ष अनिल नरेडी, अविनाश दवे, पुलिस उपनिरीक्षक रवीन्द्र किल्लेकर तथा अन्य।

रतलाम-नज़रबाग कॉलोनी। कालिका माता मंदिर में शिवजयंती पर्व पर आयोजित झाँकी में बुराइयों से मुक्त रहने का संकल्प करते हुए नगर पालिका के अध्यक्ष अशोक पोरवाल, सतीश पुरोहित, अनिता कटारिया, अशोक जैन, विष्णु त्रिपाठी, ब्र.कु. सीमा तथा अन्य।

व्यारा-गुज.। महाशिवरात्रि पर्व पर शिव संदेश यात्रा निकालते हुए ब.कु. अरुणा, ब्र.कु. दीपा तथा अन्य ब्रह्माकुमार भाई बहनें।

राजकोट-पडधरी। शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में आरती करते हुए पी.एस.आई. सोलंकी जी, ब्र.कु. काजल, ब्र.कु. पुष्पा व अन्य।

मैंगलोर। रोट्री सेवाश्री अवॉर्ड से ब्र.कु. विश्वेश्वरी को सम्मानित करते हुए रोटेरियन रामाकृष्णा नाइक।

भिलाई नगर से.7। शिव जयंती के अवसर पर शहर में निकाली गई 'त्रिमूर्ति शिव दर्शन यात्रा' का शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. भाई बहनें।

श्रेष्ठ समाज के निर्माण हेतु संकल्पों को बदलें

पटना-बिहार। ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा डॉक्टर्स हेतु माइंड बॉडी मेडिसिन विषय पर आयोजित सम्मेलन का बिहार के मुख्यमंत्री माननीय नितीश कुमार, पूर्व मुख्यमंत्री लालू प्रसाद यादव, मोटिवेशनल ट्रेनर एवं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्र.कु. शिवानी, ब्र.कु. डॉ. मोहित गुप्ता, ब्र.कु. रुक्मणि दीदी, ब्र.कु. संगीता द्वारा उद्घाटन किया गया।

पटना। सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु.संगीता, ब्र.कु. डॉ. मोहित गुप्ता, माननीय मुख्यमंत्री नितीश कुमार, ब्र.कु. शिवानी, पूर्व मुख्यमंत्री लालू प्रसाद यादव, ब्र.कु. रुक्मणि तथा ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए।

जहाँ शांति है वहाँ समृद्धि स्वत: मुख्यमंत्री नितीश कुमार ने कहा कि हरेक को अपने मन के अंदर की शक्ति को पहचानना चाहिए, यही शाश्वत सत्य है। परंतु ध्यान न रख पाने से हमारी शक्तियाँ क्षीण हो गई हैं। लोकतांत्रिक व्यवस्था में रहते हुए सभी के लिए सुंदर समाज का निर्माण करने के लिए हमें कार्य करना चाहिए। उन्होंने ब्र.कु. शिवानी के विचारों को स्वीकार करते हुए अपनी शुभकामनाएँ देते हुए कहा कि आपके सुझाव राज्य के विकास में सहयोग देंगे। गलत तरीके से धन कमाना और जमा करना व्यर्थ है, क्योंकि कफन में जेब नहीं होती। आपके विद्यालय द्वारा किया गया कार्य सराहनीय है।

पूर्व मुख्यमंत्री लालू प्रसाद यादव ने कहा कि जहाँ शांति है वहाँ समृद्धि है। जिस देश में झगड़ा-फसाद होता है वह देश विकास नहीं कर सकता। उन्होंने ब्र.कु. शिवानी के विचार को सम्मान देते हुए कहा कि हम आपके विचार से प्रभावित हुए। आपके द्वारा दिये गए सहज राजयोग का अभ्यास करेंगे। आप लोग इसी तरह कार्य करते रहें।

ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि जीवन में जब हम किसी बात को स्वीकार कर लेते हैं तो मन डिस्टर्ब नहीं होता। अपनी आंतरिक शक्ति को बढ़ाने के लिए दूसरों के संस्कार ना देखें। आपकी सोच ही आपके लिए वरदान है। जो अध्यात्म ने सिखाया है, वो विज्ञान अब बता रहा है। आप जैसा चाहें वैसा सोचें। जब हम भोजन करते हैं या पानी पीते हैं तो उसका प्रभाव भी शरीर पर पड़ता है। उसी तरह संकल्प रूपी भोजन से बुद्धि अच्छी होती है। लोगों को क्रोध एवं अहंकार से मुक्त होकर शुद्ध संकल्पों से जीवन को जीना चाहिए। इससे स्वर्णिम भारत का निर्माण सहज ही हो जायेगा।

दिल्ली से आये डॉ. मोहित गुप्ता ने कहा कि जिस प्रकार गाड़ी की गति को चालक नियंत्रित करता है, उसी प्रकार अपनी कर्मेन्द्रियों को नियंत्रित करने के लिए मन की गति को संतुलित बनाये रखने की आवश्यकता है। आप अपने डॉक्टर रूपी व्यवसाय से निकलकर अपने समय को परिवार, समाज को भी दें। जिस प्रकार आप रोगियों का इलाज करते हुए रोगी से प्रभावित नहीं होते, ठीक इसी प्रकार जीवन में बिज़ी रहते हुए तनावमुक्त रहें।

इस अवसर पर ब्र.कु. रुक्मणि तथा ब्र.कु. संगीता ने भी अपने आशीर्वचन दिये। कार्यक्रम में एक हज़ार से अधिक डॉक्टर्स शामिल हुए।

कर्म से दुआएँ कमानी हैं

ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि जीवन में हर एक्टर का पार्ट अलग-अलग है, कभी किसी पर दोषारोपण ना करें। परमात्मा ने कहा है कि दूसरों की सेवा करने से पहले स्वयं की सेवा करें। डॉक्टर के रूप की दुनिया में भगवान से तुलना की गई है, इसलिए सेवा करते समय खुद का ध्यान रखे बिना दूसरों का ध्यान रखने पर मेहनत ज़्यादा रिज़ल्ट कम है। हमें दुआएँ कमानी हैं जिससे हम रोगी को संतुष्ट कर पायें। यह तभी होगा जब हमारी स्थिति खुश और संतुष्ट हो।

उन्होंने अपना अनुभव सुनाते हुए कहा कि आठ सौ नर्सों के रिपोर्ट के आधार पर बताया कि नर्स या कम्पाउन्डर की स्थिति बिगड़ने में डॉक्टर का बहुत बड़ा रोल होता है। जब वो गुस्सा करते हैं तो मन असंतुलित होता है और वे मरीज का इलाज ठीक से नहीं कर पाते। परमात्मा ने कहा कि सत्य को सिद्ध करने की आवश्यकता नहीं होती। डॉक्टर सारे दिन दूसरों की सेवा करते हैं इसलिए अपने हीलिंग गुण को ऊर्जावान बनाना है, जिससे कि आप दूसरों को दें तो आपको दुआएँ मिलें। साथ ही साथ उन्होंने कुछ टिप्स भी दीं। जैसे मैं दिव्य आत्मा हूँ, ईश्वर का यंत्र हूँ, मेरा विचार-व्यवहार दूसरों को सुख देने वाला है आदि आदि।

मूल्य शिक्षा उत्तीर्ण छात्रों हेतु दीक्षांत समारोह

शांतिवन। गणपत विश्वविद्यालय भोपाल के निदेशक डॉ. महेन्द्र शर्मा ने कहा कि आज के युवाओं को संस्कारित बनाने के लिए समाज में मूल्यों की अति आवश्यकता है। यह तभी संभव होगा जब शिक्षा में मूल्यों का पाठ्यक्रम अनिवार्य रूप से लागू कर दिया जाए। वे ब्रह्माकुमारीज़ के शांतिवन में आयोजित अन्नामलाई गणपत विश्वविद्यालय भोपाल तथा यशवंतराव चौहान विश्वविद्यालय नासिक में दूरस्थ शिक्षा के उत्तीर्ण विद्यार्थियों के लिए आयोजित दीक्षांत समारोह को सम्बोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था के शिक्षा प्रभाग ने मूल्यों पर आधारित जो पाठ्यक्रम तैयार किया है, यह पाठ्यक्रम देश के सभी विश्वविद्यालयों तथा कॉलेजों में लागू किया जाना चाहिए।

ब्रह्माकुमारीज शिक्षा प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि लगता था कि आज के समय में युवा मूल्य आधारित पाठ्यक्रम पर ध्यान देंगे या नहीं, लेकिन जिस तरह से युवाओं का रुझान बढ़ रहा है उससे साबित हो गया है कि युवाओं से ही समाज का उत्थान संभव है।

यशवंतराव चौहान खुला विश्वविद्यालय नासिक के रजिस्ट्रार डॉ. दिनेश भौंडे ने कहा कि नासिक विश्वविद्यालय में युवाओं की संख्या लगातार बढ़ती जा रही है जो मूल्यों को अपनाने के लिए प्रयासरत हैं।

अन्नामलाई विश्वविद्यालय के डीन डॉ. आर बाबू ने कहा कि सबसे पहले यह पाठ्यक्रम अन्नामलाई विश्वविद्यालय में शुरु किया गया था, जिसमें पिछले कई सालों में बड़ी संख्या में छात्रों का रुझान बढ़ रहा है। प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु. मृत्युंजय, दूरस्थ शिक्षा के निदेशक पांड्यामणि, आर.पी. गुप्ता, राष्ट्रीय संयोजक डॉ. हरीश शुक्ला समेत कई लोगों ने अपने विचार व्यक्त किये।

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510. सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088,
Email- omshantimedia@bkivv.org, mediabkm@gmail.com, Website- www.omshantimedia.info
सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 190 रुपये, तीन वर्ष 570 रुपये, आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/15-17, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2015-17, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 03rd March 2017
संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।