

आमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 16

अंक-17

दिसम्बर-1, 2015

पाक्षिक

माउण्ट आबू

₹ 8.00

राजयोग पहुँचायेगा स्व के राज्य तक

सभी धर्मों के अनुयायियों ने माना राजयोग के राज को, इण्डिया गेट बना साक्षी

भारत की राजधानी दिल्ली में सुबह से भोर की किरण जब निकली उस नूतन वेला में हमारे अध्यात्म की प्रखर प्रज्ञा दादी जानकी और दादी हृदयमोहिनी के आगमन से दिल्ली का इण्डिया गेट उनकी आभा से प्रखर हो उठा। उनके कदम जैसे ही वहां पड़े, वहां बैठे धर्म के पुरोधों ने उनका सहृदय सम्मान किया। ऐसा लग रहा था जैसे दोनों दादियों की वाणी ने इण्डिया गेट के पूरे प्रांगण को प्राण दान दे दिये हों और जैसे वहाँ से पूरे विश्व में आध्यात्मिक शांति की क्रान्ति का आगाज़ हो रहा हो। उसी समय विश्व के 146 देशों के ब्रह्माकुमारी संस्था के अनुयायियों ने एक ही समय पर एक साथ सामूहिक राजयोग का अभ्यास किया। ऐसा मनोरम दृश्य था इण्डिया गेट पर, हम तो यही कहेंगे जिसने ये नहीं देखा उसने कुछ नहीं देखा। ये हमारे यज्ञ के इतिहास का ऐतिहासिक दिन था जिसमें लगभग 70 हज़ार भाई बहनों की विशाल सभा उस दृश्य की साक्षी बनी।

नई दिल्ली। मैं कौन-मैं आत्मा, मेरा कौन- मेरा परमात्मा को पहचान कर स्वयं का परमात्मा से सम्बन्ध जोड़ना ही राजयोग है जिससे न केवल हमारा मन, बुद्धि एवं चरित्र सुधरता है साथ ही आंतरिक बुराइयां, विकार और व्यसन भी समाप्त हो जाते हैं। उक्त उद्गार इण्डिया गेट के मैदान पर विश्व शान्ति हेतु सामूहिक राजयोग शिविर में ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका **दादी जानकी** ने व्यक्त किये।

इस अवसर पर ब्रह्माकुमारी संस्था की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका **दादी**

हृदयमोहिनी ने अपने उद्गार व्यक्त करते हुए कहा कि राजयोग कोई आसन प्रक्रिया नहीं है बल्कि चलते-फिरते, कर्म करते हुए भी किया जा सकता है। इसके अभ्यास से हम स्वयं के, समाज के और सारे विश्व के वर्तमान एवं भविष्य को शांतमय, सुखमय, प्रेममय और सद्भावपूर्ण बना सकते हैं।

ब्रह्माकुमारी संस्था के मुख्य वक्ता **ब्र.कु. वृजमोहन** ने सभी विभिन्न धर्म, समुदायों के आये हुए नेताओं का अल्पावधि बुलावे पर आने का शुक्रिया

किया तथा कहा कि राजयोग हमारे आंतरिक और बाह्य प्रकृति में असंतुलन और बाधाओं को समाप्त करता है।

केन्द्रीय गृह मंत्री **राजनाथ सिंह** जो

और सद्भाव के लिए भारत के प्राचीन राजयोग और नैतिक मूल्यों के प्रसार के लिए धन्यवाद दिया।

जैन विवेक मुनी - भारत की जो मूलभूल विद्या है, जिसके कारण भारत

योग का जिससे ही हम अपने जीवन में शांति को प्राप्त कर सकते हैं, अपने मन एवं इंद्रियों को जीत सकते हैं। बिना योग के ना ही जीवन में संचार हो सकता है, ना ही विश्व में शांति हो सकती है। ब्रह्माकुमारी संस्था शांति, सद्भाव, भाईचारे के लिए व उस परमपिता परमात्मा से जुड़ने के लिए जिस साधना के मार्ग पर चल रही है वो सारे विश्व को एकता के सूत्र में बांधने का काम करता है। यह सिर्फ प्रशंसनीय नहीं है परंतु वंदनीय भी है और अनुकरणीय भी। - शेष पेज 7 पर

राजयोग से आंतरिक व बाह्य प्रकृति का भी होगा परिवर्तन- दादी राजयोग कोई आसन प्रक्रिया नहीं है बल्कि चलते-फिरते, कर्म करते हुए भी किया जा सकता है-दादी हृदयमोहिनी

किन्हीं कारणों से कार्यक्रम में सम्मिलित नहीं हो पाये ने अपने लिखित संदेश में ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा विश्व शान्ति

विश्वगुरु के रूप में जाना जाता है, वह योग और अध्यात्म है। योग में भी राजयोग का मार्ग है, वह राज मार्ग है



इण्डिया गेट पर मुख्य प्रशासिका दादी जानकी, अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी तथा विभिन्न धर्मों के अग्रणियों ने किया सम्बोधित। देश विदेश से आये करीब 70 हज़ार राजयोगी भाई बहनें सामूहिक राजयोग मेडिटेशन करते हुए।

मन को उबल बनाने की दृश्यब

-ब्र.कु. नेहा

शहर के फुटपाथ पर चलते वक्त एक मनुष्य जब दूसरे मनुष्य के साथ टकराता है तो सामने वाला आदमी कहता है : "जरा देख कर चलो"। वो मनुष्य कहता है: "मैं अभी एक संत से मिलकर आ रहा हूँ। मैं भिन्न-भिन्न प्रकार के अनिष्टों से घिरा हुआ हूँ। मैंने संत की सलाह ली और उसने कहा: "बिना देखे चलो"।

दूसरे मनुष्य ने कहा, मुझे भी संत ने सलाह दी थी: "जरा देखकर चलो"। आप ऐसा करो, आप दोनों सलाह को योग्य रीति से उपयोग करके देखो।

शेर थोड़ा चलने के बाद चले हुए रास्ते के अंतर का बारीकी से अवलोकन करता है और "देखकर फिर चलता है"।

थोड़ा सावधानी और थोड़ा सा ध्यान, परिस्थिति का मूल्यांकन करने की क्षमता और खतरे का पूर्वानुमान प्राप्त करने की सूझबूझ मनुष्य को अनेक मुश्किलों से बचा सकती है।

दो आदमी जब एक दूसरे से टकराते हैं, तब सर्व साधारण उक्ति होती है: "दिखता नहीं है? अंधे हो क्या?"

ऐसे समय पर हम यह बात भूल जाते हैं कि सामने वाले व्यक्ति से जो हम अपेक्षा रखते हैं, हम खुद उस रीति से बात करते हैं क्या?

हम अपने मन को महकते पुष्पों की वाटिका के बदले 'जंगल' बना देते हैं। मन में विस्तारित ये जंगल ही मनुष्य को जंगली बना देता है। मनुष्य में बसा हुआ देवत्व 'सद्भाव' बनाना चाहता है और छिपा हुआ दानत्व उसे शैतानियत के जंगल में धकेल देने का काम करता है। बहुत से लोग ज़्यादा देवत्व को स्वीकार कर 'अति सज्जन' बन जाते हैं तो दूसरी ओर कई लोग शैतानियत का सहारा ले स्वयं में बसे हुए देवत्व का दमन कर देते हैं।

जीवन में जब संतुलन और उदात्त दृष्टिकोण का समन्वय होता है, तब प्रसन्नता की भूमिका तैयार होती है।

मनुष्य प्रसन्नता को वस्तुओं में ढूँढ़ता है। परिणामस्वरूप उनकी अपेक्षायें अतृप्त रहती हैं। प्रसन्नता मन और हृदय की विशालता का विषय है।

विचारक रोबिन शर्मा ने कुछ अच्छी

आदतों के बारे में कहा है -

1. आप सर्व कार्य निपुणता और निष्ठा के साथ सर्वोत्कृष्ट रीति से संयोजित करें।
2. लोगों के साथ संबंधों को अपने जीवन में सर्वोच्च स्थान प्रदान करें।
3. विपरीत परिस्थितियों का स्वयं के पक्ष में उपयोग कर अपनी जीवन शैली को और ज़्यादा सुंदर बनायें।
4. सुबह जल्दी उठें।
5. आप जितना कर सकते हो उससे कम वायदा करें, और किये हुए या दिये हुए वायदे का ज़्यादा अच्छी रीति से पालन करें।
6. नया-नया सीखने की तृष्णा वाले इन्सान

उसका आगाज़ करते हैं। "देख कर चलने" का भी यही मर्म है। सर्वोत्तम बनने के लिए आप संकल्प करें, प्रमाणिकता बढ़ायें, अनिष्टता के भय से कायरतापूर्ण निष्क्रियता अपनाया प्रगति के द्वार बंद करने के बराबर है। अनिष्टता के सामने घुटने टेकने के बजाय साहस अपनाकर एक योद्धा की तरह लड़ते-लड़ते वीरगति को प्राप्त होना ज़्यादा बेहतर है।

"बिना देखे चलने" का अर्थ यह नहीं है कि जीवन को अंधकारमय बना लें। मुसीबत के समय भयग्रस्त बन परिणाम के प्रति शंकाशील बन पीछे हटते रहेंगे तो खाई में गिरने की स्थिति निर्माण होगी।

"बिना देखे चलने" का मतलब निंदा, स्तुति और व्यर्थ आक्षेपों को जानकर आत्म-मूल्यांकन करते चलना है। इन सबको महत्व देकर प्रगति के चेतक बन छलांग लगाकर आगे बढ़ना ही आत्मबल बनाये रखने का श्रेष्ठ उपाय है।

धुन्ध मनुष्य को स्पष्ट रूप से देखने में अड़चन पैदा करती है, उसी तरह यह धुन्ध अपने जीवन विषयक 'दर्शन' में बाधक बनती है।

संबंध का अर्थ:- एक दिन सागर ने नदी से पूछा: "तू मुझे कब तक मीठा पानी देती रहेगी?"

नदी ने इसपर जवाब दिया: "जब तक तुझमें मिठास नहीं आ जाती तब तक"। यही संबंध है।

थोड़ा विचार करें:- एक वृक्ष की लकड़ी से माचिस की एक लाख दीयासलाई बनती है, लेकिन माचिस की एक दीयासलाई एक लाख वृक्षों को भस्मीभूत कर देती है। इसी तरह एक नकारात्मक विचार या कुशंका हज़ारों स्वप्नों को भस्मीभूत कर देते हैं।

कुछ तो मिलेगा - जब आप किसी पर विश्वास रखते हैं तो बिना किसी शंका के उसपर भरोसा रखकर देखो। ऐसा करने से आपको जीवन का बोध होगा या बहुत अच्छा विश्वासनीय साथी मिलेगा।

भीतर से शुरुआत - जब अण्डे को बाहर से तोड़ देते हैं तो एक ज़िन्दगी खत्म हो जाती है, लेकिन अण्डा अंदर से टूटता है तो ज़िन्दगी की शुरुआत होती है। ध्यान रखें, महानता का आरंभ हमेशा अंदर से होता है।

रही थी।"

मेजबान ने उसे मठ से बाहर टेल दिया। कुछ मिनट बाद उसने देखा कि वह भिक्षु मठ के बाहर मील का पत्थर पूज रहा था। मेजबान ने हैरानी से पूछा:- अरे! कुछ देर पहले तो तुम बुद्ध की मूर्ति जला रहे थे और अब तुम एक मील का पत्थर पूज रहे हो?

भिक्षु ने कहा - "मेरे भीतर का बुद्ध पूजा करना चाह रहा था"। प्रबाध, बौद्धिकता का ऐसा भाव है जिसे सूर्य तर्क से समझा नहीं जा सकता। हमें जीवन के बारे में चिंता करने की बजाए उसे समृद्ध बनाने पर ध्यान देना चाहिए। भविष्य या अतीत पर चिंतन करने



काठमाण्डू। नेपाल की नवनिर्वाचित प्रथम महिला राष्ट्रपति श्रीमती विद्या भण्डारी को बधाई एवं ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. राज दीदी। साथ हैं ब्र.कु. किरण व अन्य ब्र.कु. भाई बहन।



हल्दवानी। मेडिकल कॉलेज में कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. स्वामीनाथन, ब्र.कु. नीलम, बी.सी. सती, व अन्य।



दिल्ली-पालम। सैनिक अस्पताल दिल्ली कैट में मरीजों को शीघ्र स्वास्थ्य लाभ की जानकारी देने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. सरोज, हॉस्पिटल के कमांडेंट मेजर जनरल डॉ. संजीव चोपड़ा, ब्रिगेडियर पी.एम. अलियस व अन्य।



जयपुर-अर्जुन नगर। दीपशिखा रिजनल कॉलेज में "मूल्य शिक्षा में आध्यात्मिकता" विषय पर बच्चों को सम्बोधित करने के पश्चात् प्रिन्सीपल डॉ. अमन जैन को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. भावना।



रामगंजमंडी-कोटा(राज.)। पुलिस उप अधीक्षक चन्दनदान बारहट को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. शीतल।

की बजाए वर्तमान पर ध्यान देना चाहिए।

(7). विश्वास पद्धति का रूपांतरण:- राजयोग का अर्थ है विश्वास पद्धति में बदलाव। कोई व्यक्ति बाहरी हालात का सामना कैसे करेगा यह उसकी सोच पर ही निर्भर करता है। एक ही हालात में लोगों के मन व प्रतिक्रिया एक सी नहीं होती है। उनके विश्वास तरंग में अंतर होने से ही ऐसा होता है।

आत्मा, परमात्मा, कर्म का नियम, शश्वत संसार का नाटक, आदि का ज्ञान ही किसी भी व्यक्ति की विचारधारा को सकारात्मक व आशावादी बनाता है। राजयोग की मदद से तनावपूर्ण स्थितियों में भी मन की स्थिरता व सहजता पाई जा सकती है।

राजयोग का... - पेज 6 का शेष

को देखने लगते हैं। जिससे हमारे चरित्र व आचरण में भी बदलाव आता है। इस कहानी पर ध्यान दें:-

सर्दियों की ठंडी रात थी। एक भिक्षु मठ में रुका। मेजबान ने उसे जगह तो दे दी लेकिन उसने देखा कि भिक्षु ने आग जलाने के लिए बुद्ध की लकड़ी से बनी मूर्ति जला रखी थी। उसने गुस्से से कहा - "क्या पागल हो गए हो? आग तापने के लिए बुद्ध की मूर्ति जला दी!"

भिक्षु ने कहा - "मेरे अंदर बैठे बुद्ध को सर्दी लग

प्रोत्साहन के लिए डर नहीं प्रेरणा दीजिए

गतांक से आगे...

प्रश्न:- आप अभी तक जिस थॉट को पकड़कर चल रहे थे उससे तो आपका बहुत नुकसान हो सकता है।

उत्तर:- बच्चों को जिस परिणाम की आशा होती है अगर वो नहीं मिलता है तो इसका ये मतलब नहीं है कि वो बच्चा असफल है। दिल्ली में पिछले साल की बात है। एक लड़की ने परीक्षा द्वितीय श्रेणी से पास की जबकि उसकी चाहना और उसकी उम्मीद थी कि वह प्रथम श्रेणी से पास होगी। और उसने इससे दुःखी होकर आत्महत्या कर ली। उस समय उसकी मानसिक स्थिति की हम कल्पना कर सकते हैं कि वो प्रथम आने के विचार से इतना ज़्यादा जुड़ गयी थी कि वो द्वितीय श्रेणी से पास हुई है इसको स्वीकार करने की उसमें क्षमता ही नहीं थी।

बच्चे और पिता दोनों बहुत ही महत्वपूर्ण रोल अदा करते हैं। अगर आप मेहनत कर रहे हो तो रिज़ल्ट अच्छा आना ही आना है। लेकिन वो भय वाली सोच अभी से क्रियेट करके अपने आपको हताश नहीं करो, क्योंकि क्या होता है जब परेंट्स भी बहुत मेहनत कर रहे होते हैं बच्चे के साथ तो बच्चा भी देखता है कि मेरा परिणाम परेंट्स के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। जब मुझे दिखाई देता कि ये मेरे मार्क्स जो आने वाले हैं परेंट्स के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण हैं, इसी से उन्हें खुशी मिलेगी। उससे भी एक दबाव बच्चे के ऊपर क्रियेट हो जाता है कि पिता की खुशी के लिए मुझे अच्छा प्रदर्शन

करना है।

मेरी खुशी से ज़्यादा मेरे परेंट्स की खुशी मेरे मार्क्स से जुड़ी हुई है। ये जो सारे दबाव हैं वो अनावश्यक हैं। पढ़ाई पूरी करने का दबाव इतना ज़्यादा है, वो थोड़ी देर के लिए सही भी लगता है कि उसका सामना तो कर लेंगे लेकिन ये अपेक्षा का दबाव कि मेरी खुशी इस पर निर्भर है, आपका पूरा जीवन इस पर निर्भर है, ये जो दबाव हैं ये फिर वो न्यूमरेटर को बहुत ज़्यादा बड़ा कर देते हैं और बच्चे के पास इतनी शक्ति नहीं होती है कि वो उस बड़े हुए न्यूमरेटर का सामना कर सके। जिसके फलस्वरूप बच्चा विद्यार्थी जीवन में ही डिप्रेशन, डायबिटीज़, हाईपर टेंशन, आदि-आदि रोगों से ग्रस्त हो जाता है। अब प्रश्न उठता है कि आज क्यों ऐसा हो रहा है? क्योंकि बच्चों के ऊपर दबाव बहुत बढ़ते जा रहे हैं और इसकी सीमा क्या है यह कोई भी नहीं जानता है। सही सोचने की कला क्या है इसे आज कोई भी नहीं सिखा रहा, यह भी कोई नहीं सिखा रहा है कि कॉम्पिटिशन स्वास्थ्य के लिए लाभदायक नहीं है, यह तो जैसे तुलना करना हो गया। आज सभी यही सिखा रहे हैं कि दूसरों से तुलना करना है, कॉम्पिटिशन करना है।

प्रश्न:- जब उनके पिता ने कहा कि अगर

मैं स्ट्रेस पैदा नहीं करूंगा तो वो अच्छा प्रदर्शन नहीं कर पायेगा। यह बहुत ही महत्वपूर्ण बिलीफ सिस्टम है कि जब तक स्ट्रेस नहीं होगा तो लोग अच्छा प्रदर्शन नहीं करेंगे। हम ऑफिस में या बहुराष्ट्रीय कम्पनियों में देखते हैं कि बॉस बोलता है कि अगर मैं उन्हें लक्ष्य नहीं दूंगा, दबाव नहीं डालूंगा, स्ट्रेस पैदा नहीं करूंगा तो अच्छा परफॉर्मन्स नहीं आयेगा।

उत्तर:- ये भी एक सोचने की बात है कि स्ट्रेस का मतलब डर होता है। हम प्रोत्साहित करने के लिए उनके मन में डर बिठा रहे हैं। जैसे मानो डर प्रेरणा देने वाला हो जाता है। डर एक नेगेटिव एनर्जी है जबकि प्रेरणा एक पॉज़ीटिव एनर्जी है तो एक नेगेटिव एनर्जी से आप पॉज़ीटिव एनर्जी कैसे क्रियेट कर सकते हैं!

आप उसे प्यार दो, कम्पैशन दो, सहयोग दो, लेकिन हम उसे क्या दे रहे हैं? भय, ताकि वह प्रोत्साहित हो जाये। अभी भी अगर हम ऑफिस में देखें कि सब लोग बहुत अच्छा काम कर रहे हैं लेकिन जैसे ही कोई सीनियर आकर खड़ा हो जाता है जो कि हमेशा गुस्से में रहता है। तो आप देखेंगे कि सबकी निगाहें स्वतः ही उनकी ओर होंगी, वो कहेंगे कि गलतियां तो निकालनी चाहिए, इनकी आलोचना करते रहेंगे ना तब ये अपने आपका और भी ज़्यादा सुधार करेंगे। अगर हम दिनभर इनकी प्रशंसा करते रहे न, तो इनका प्रदर्शन अच्छा नहीं होगा। और ये अच्छा परिणाम नहीं दे पायेंगे।

न्योता मिल जाता है।

रिसर्च फाउण्डेशन ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी द्वारा किए गए एक अध्ययन के अनुसार भारतीयों में इन रसायनों के अवशेष की मात्रा सबसे अधिक है। रासायनिक कीटनाशक व खरपतवार नाशक में ग्लाइफोसेट नाम के हरबीसाइड भले ही बाज़ार में पर्यावरण संरक्षक के रूप में लांच किए गए हों पर इससे अल्सर जैसी घातक बीमारियाँ हो सकती हैं। यही नहीं, ये रसायन गुर्दे को भी प्रभावित करते हैं। अनुसंधानों द्वारा इस प्रकार के ख़ाद्य पदार्थों की विषाक्तता का अध्ययन करने से पता चलता है कि इसमें सीसा, निकल, कैडमियम व क्रोमियम जैसी हानिकारक धातुएँ भारी मात्रा में पाई जाती हैं। यह तो संभव नहीं कि सभी लोग अपने घर में बगीचे तैयार करें लेकिन यह सर्वोत्तम उपाय है कि प्रतिदिन की मौसमी सब्जियों को आप अपने बगीचे में ही उगाएँ। चाहे तो इन्हें गमलों आदि में भी उगाया जा सकता है जिसमें केवल गोबर की खाद व अच्छी मिट्टी का प्रयोग हो। कीटनाशक के लिए नीम, पाउडर, हल्दी जैसे प्राकृतिक कीटनाशकों का यथासंभव प्रयोग करें।

टमाटर, खीरा, लौकी, भिंडी, मटर तथा हरी सब्जियाँ भी आप स्वयं उगा सकते हैं। रही बात बाज़ार से खरीदने की तो उन्हीं सब्जियों की ओर अपना ध्यान केन्द्रित करें जो इस मौसम में अधिक मिल रही हों।

बेमौसम की सब्जियों का सेवन कितना उचित

हाट-बाज़ार जाते समय हमको कोई बेमौसम की हरी सब्जियाँ दिखें तो हमारा चेहरा खिल उठता है। स्वतः ही उन सब्जियों का स्वाद मुँह में महसूस होता है और हम लपक पड़ते हैं उन्हें खरीदने, अब चाहे वह पाव भर ही क्यों न हो। लेकिन कभी आपने यह जानने की कोशिश की है कि बेमौसम की सब्जियाँ हमारे लिए कितनी लाभदायक हैं। अगली बार आप जब बाज़ार सब्जी खरीदने जाएं तो बेमौसम की ही भिंडी या लौकी जैसी सब्जियों को खरीदने से पहले एक बात पर गौर कर लें कि उन्हीं सब्जियों के माध्यम से कहीं आप धीमे विष का शिकार तो नहीं हो रहे हैं। बेमौसम की इन हरी, मन लुभावनी सब्जियों के ज़रूरत से अधिक हरी होने का राज़ कृत्रिम रंग भी होने की संभावना है। सच पूछा जाए तो कृत्रिम हरे रंग का प्रयोग अमूमन खुदरा विक्रेताओं द्वारा मूल रूप से अधिकाधिक किया जाता है ताकि उनकी सड़ी-गली सब्जियों को ताज़ा दिखाकर ऊँचे दामों पर ग्राहकों को बेचा जा सके।

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ न्यूट्रिशन द्वारा मिलावटी पदार्थों की सूची तैयार की जाती है जिसमें इस बात का उल्लेख होता है कि सब्जियों को हरा दिखाने के लिए कृत्रिम रंगों का इन सब्जियों पर छिड़काव किया जा सकता है।

विशेषज्ञों के अनुसार मेलैथिन नामक रसायन का प्रयोग अधिकतर हरी सब्जियों और फलों को गहरे रंग में दिखाने के लिए किया जाता है जो निश्चित रूप से मनुष्य की सेहत के लिए हानिकारक सिद्ध होता है। विशेषकर बच्चों पर इनका दुष्प्रभाव अधिक दिखाई देता है। एलर्जी इत्यादि आम रोगों के अतिरिक्त इसके दूरगामी परिणाम कैंसर जैसे प्राणघातक रोग भी होते हैं।

इन हरी सब्जियों के माध्यम से हमारे शरीर में धीमा विष, कीटनाशक और खरपतवार नाशक के रूप में विभिन्न रसायनों का जाता है जो इन हरी सब्जियों के पौधों में डाला जाता है। फलों और सब्जियों में कीटनाशकों और खरपतवार नाशकों की काफी ज़्यादा मात्रा मौजूद रहती है जो धोने, पोंछने, के उपरान्त भी सब्जियों और फलों के माध्यम से हमारे शरीर को प्रभावित कर देती हैं।

वर्तमान में फलों के या सब्जियों की खेती के आरंभ से अंत तक इन रसायनों का छिड़काव किया जाता है। परिणामस्वरूप कितनी भी सावधानियाँ क्यों न बरत लें स्वास्थ्य के लिए हानिकारक रासायनिक तत्व इन सब्जियों और फलों के माध्यम से हमारे शरीर में अपच, अतिसार, उल्टी जैसे आम शिकायत होती ही है, साथ ही कैंसर अल्सर जैसी प्राणघातक बीमारियों को भी



ओल-भरतपुर(राज.)। सार्वजनिक कार्यक्रम के दौरान भाजपा जिलाध्यक्ष को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. कमलेश। साथ हैं पंचायत समिति के रमेश चन्द्र बघेला।



देवद-गुज्जरवाड़ा। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् जिला उप कारागार अधीक्षक बी.एस. त्रिपाठी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुधा, सेवाकेन्द्र संचालिका।



हाँसी-हरियाणा। 'हेल्थ एंड हैपीनेस थ्रू वैल्यूज़ एंड स्मोरिच्युअलिटी' विषय पर पब्लिक प्रोग्राम में दीप प्रज्वलन करते हुए डॉ. आर.पी. गुप्ता, माउण्ट आबू, डॉ. सविता मन, प्रिन्सिपल गवर्नमेंट कॉलेज, ब्र.कु. लक्ष्मी व डॉ. रामनिवास। साथ हैं अन्य अतिथिगण।



नूह-हरियाणा। वी.सी. मजोका को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. आशा। साथ हैं ब्र.कु. संजय व अन्य।



नदवई। अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान के अंतर्गत आयोजित सार्वजनिक कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. मोना, मुख्य वक्ता। मंचासीन हैं ब्र.कु. कविता, शौकत अली, आर.ए.एस. उपखण्ड अधिकारी, गोविंद सिंह, उप प्रधान, पंचायत समिति, ब्र.कु. सोनू व ब्र.कु. बबिता।



मुरादाबाद। हिन्दुस्तान पेपर के संपादक मिश्रा जी को ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराते हुए ब्र.कु. आशा।

बहुत ही सहज है राजयोग...

हमने आत्मा के गुणों व सम्बन्धित तन्त्रों के बारे में सुना और समझा। अब हमें आत्मा के तीन शक्तियों के बारे में समझना है कि आत्मा कार्य कैसे करती है। क्योंकि बहुत भ्रांति है दुनिया में कि आत्मा, मन और बुद्धि आदि अलग-अलग हैं और इनके कार्य को समझना भी इतना आसान नहीं है। लेकिन इसे आज हम आसान बनाने की कोशिश करेंगे।

मन : आत्मा की पहली शक्ति मन है। मन में विचार उत्पन्न होते हैं। वो विचार इच्छा, आशा, आकांक्षा, कल्पना आदि से सम्बन्ध रखते हैं। अब मन को समझा कैसे जाये ? क्योंकि लोग इसको बहुत चंचल मानते हैं और इसका दमन करने की कोशिश करते हैं।

वैसे यदि हम आपको एक बात बतायें तो कह सकते हैं कि मन है तो बहुत अच्छा, लेकिन हम उसे चलाना नहीं जानते।

आज हम मन को एक कम्प्यूटर की भाषा में आपको समझाना चाहेंगे। मन और कुछ नहीं बस एक पर्दा है, जिस पर हमारे विचार आते हैं। जैसे कम्प्यूटर का मॉनीटर है और उस पर आप कुछ भी टाईप करते हैं तो वह आपके मॉनीटर पर दिखाई देता है। ठीक उसी प्रकार हम जो कुछ भी सोचते हैं वो हमारे मन रूपी मॉनीटर पर दिखाई देता है। जैसे कम्प्यूटर पर टाईप करने के लिए हम कीपैड या कीबोर्ड का इस्तेमाल करते हैं। ठीक उसी प्रकार जब हम मन रूपी मॉनीटर पर टाईप करते हैं तो उसके लिए हमारे पास पाँच कीपैड हैं जिनका इस्तेमाल हम टाईप करने

के लिए करते हैं। जिसे हम पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ (आँख, कान, नाक, त्वचा और जिह्वा) कहते हैं। इन्हीं पाँच ज्ञानेन्द्रियों द्वारा मन के पर्दे पर हम लिखते हैं। जिस प्रकार कम्प्यूटर की भाषा बाइनरी है अर्थात् वो हर एक चीज़ को जीरो और वन (0, 1) के



फॉर्म में रीड करता है। ठीक उसी प्रकार हमारा मन हरेक चीज़ को चार फॉर्म में रीड करता है या पढ़ता है। इसमें पहला फॉर्म है चित्र (इमेज), दूसरा रंग (कलर्स), तीसरा ध्वनि या संगीत (साउण्ड और म्यूज़िक), चौथा कला और रेखा-चित्र (आर्ट और ग्राफिक्स) है। इन्हीं चारों रूपों में हमारा

मन सबको पढ़ता है। इसलिए बचपन में छोटे बच्चों को पहले कलरफुल तस्वीरों के द्वारा वर्णमाला या अंग्रेजी अक्षरों को सिखाया जाता है। वैसे भी हम सभी का मन तस्वीरें देखता है। आप भी अपने जीवन को यदि ध्यान से देखो तो आपके द्वारा जो

भी चीज़ देखी गई है वो हमेशा याद रहती है, जबकि पढ़ी हुई चीज़ भूल जाती है। ऋषि-मुनियों के समय में भी अंक पद्धति आदि नहीं थी।

गुरुकुल में वह शिष्यों को कहानियाँ, कहावतें आदि सुनाकर शिक्षा देते थे। अब आज हमारे मन में एक साथ कई विचार आ जाते हैं। वैज्ञानिकों के अनुसार एक मिनट में हमारे मन के पर्दे पर

तीस से पैंतीस विचार आ जाते हैं। यदि आपके कम्प्यूटर पर तीस से पैंतीस फोल्डर या फाइल एक साथ खुल जायें तो आपका सिस्टम हैंग (अटक) कर जायेगा। वैसे ही जब हमारे मन पर इतने विचार आ जाते हैं तो हम कहते हैं कि मन भारी हो गया।

- क्रमशः



पटना सिटी-बड़ी पटनदेवी कॉलोनी। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् श्रीकृष्ण गौशाला के सचिव धर्मचंद सरावगी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. रानी। साथ हैं ब्र.कु. जयश्री।



राँची-बिहार। 'किसान सशक्तिकरण कार्यक्रम' का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. राजू, ग्राम विकास प्रभाग समन्वयक, माउण्ट आबू, ब्र.कु. निर्मला, सी.एम.डी. एच.ई.सी., अविजित घोष, महापौर आशा लकड़ा, बी.एल. खन्ना, प्रबंध निदेशक, मिल्क फेडरेशन, बी.एल.भोरवाल, रिम्स निदेशक व अन्य गणमान्य जन।



जम्मू कश्मीर-उधमपुर। 137 वाहिनी केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल में राजयोग मेडिटेशन कार्यक्रम करने के बाद समूह चित्र में 137वीं बटालियन के कमांडेंट मुकेश कुमार, ब्र.कु. जमिला, माउण्ट आबू, ब्र.कु. ममता, ब्र.कु. श्याम लाल, ब्र.कु. अशोक कुमार, ब्र.कु. मधु व बटालियन के सभी ऑफिसर्स।



हरदुआगंज-उ.प्र.। आर.ए.एफ. जिला मुख्यालय पर आयोजित कार्यक्रम में अधिकारी गणों को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. रेखा।



कोडाला। कोडाला सबजेल में कैदी भाइयों को आध्यात्मिक ज्ञान सुनाते हुए ब्र.कु. सुमित्रा। साथ हैं जेल अधीक्षक शिवशंकर त्रिपाठी तथा अन्य।



कासगंज। उत्तर प्रदेश सरकार के 'महिला शिक्षा अभियान' के अंतर्गत ब्र.कु. सरोज को सम्मानित करते हुए जिलाधिकारी के.विजेन्द्र पाण्डेयन।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-12

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			

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 इनाम 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 भेजें ताकि हमें पहेली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

1. तुम बच्चों का...माया रावण से है, सामना (4)
3. घोर दुःख, कठिन, निर्दयी बट वन (2) (3)
4. पितामह, दिल से कहो मेरा... (2)
6. ताल, सामंजस्य, विलय (2) है (2)
7. सब्जी, तरकारी (2)
9. अलबेलापन, समय कम है...मत करो (4)
11. सतयुग में सोने के... होंगे, हवेली (3)
12. हार, गजरा, गले का आभूषण (2)
14. दरवाज़ा, द्वार (2)
15. असुर, अवरुणी व्यक्ति (3)
16. क्रिश्चियन धर्म की साध्वी,...
17. सदा एवररेडी रहना है
18. ड्रामा में हरेक का...फिक्स है (2)
19. श्रवणेन्द्रिय, कर्ण (2)
21. यात्रा, एक स्थान से दूसरे स्थान पर जाना (3)
22. दूध, चावल, चीनी के मिश्रण वाला खाद्य पदार्थ (2)
24. रस्सियों आदि पर करतब दिखाने वाला (2)
25. तपस्या, साधना (2)

बायें से दायें

1. सदा याद रहे अब....पूरी हुई, यात्रा है... नहीं, खैरात (2) (4)
2. अधिकारी, वारिस (4)
5. शक्तिशाली, ताकतवर (4)
8. माली, तुम बच्चों को आंतरिक खुशी होनी चाहिए कि हमको...पतित पावन का हाथ मिला है (4)
10. पुरुषार्थ कर स्वर्ग में आने....बनना है (3)
12. मास, महीना (2)
13. उद्देश्य, निशाना (2)
14. बिचौलिया, तुम बच्चों को शिवबाबा से मिलाने में ब्रह्मा बाबा...है (3)
15. ब्राह्मणों को आपस में सहयोग देना है... नहीं, खैरात (2)
17. जिसकी कोई सीमा न हो, जिससे पार न पाया जा सके (3)
19. जंगल, वन (3)
20. अपनी उन्नति के लिए....जरूर रखना है (2)
21. सहेली, महिला मित्र (2)
23. इन्सान, मनुष्य (3)
24. घृणा, ईर्ष्या, अब इस दुनिया से....आनी चाहिए (4)
26. आप बच्चों के लिए ब्रह्मा बाप का जीवन एक्यूरेट....है, गणक (4)
27. महारानी, मुख्य रानी (4)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन



जम्मू कश्मीर-विलावर नगर। जम्मू एवं कश्मीर प्रान्त के उप मुख्यमंत्री डॉ. निर्मल सिंह व उनकी धर्मपत्नी का विलावर नगर में आने पर स्वागत करते हुए ब्र.कु. संतोष व अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



अजमेर-धोलाभाटा। सेवाकेन्द्र के वार्षिकोत्सव पर केक काटते हुए प्रसिद्ध कथक नृत्यांगना दृष्टि राय, ब्र.कु. कल्याण व ब्र.कु. योगिनी।



नरवाना-हरियाणा। 'अलविदा श्रुगर' कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में ब्र.कु. डॉ. श्रीमंत साहू, माउण्ट आबू, डी.एस.पी. आदर्श दीप, समाजसेवी विद्या रानी, श्यामलाल जी, ब्र.कु. विजय व ब्र.कु. सीमा।



सुपौल-बिहार। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए डी.एम. वैद्यनाथ यादव। साथ हैं एस.पी. एकले यादव, ए.डी.एम., ब्र.कु. सुधाकर, ब्र.कु. शालिनी व अन्य।



बहादुरगढ़-हरियाणा। दीपावली के शुभ अवसर पर विधायक नरेश कोशिक को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अंजली। साथ हैं ब्र.कु. विनीता व ब्र.कु. रेनु।



जयपुर-ओडिशा। 'राजयोग द्वारा स्वस्थ समाज का निर्माण' कार्यक्रम में पंजाब नेशनल बैंक के मैनेजर गणेश कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जयन्ती।

राजयोग का मनोविज्ञान

- ब्र.कु. प्रकाश

राजयोग ध्यान कला होने के साथ-साथ विज्ञान भी है। 'मेडिटेशन' व 'मेडिसिन' इन दो शब्दों का मूल लैटिन भाषा के शब्द 'मेडरी' में छिपा हुआ है जिसका अर्थ है- उपचार करना। ध्यान - आत्मा का उपचार करता है तथा दवा - शरीर का। इस तरह ध्यान भी एक दवा है क्योंकि एक स्वस्थ मन ही शरीर को लम्बे समय तक स्वस्थ रख सकता है।

राजयोग मेडिटेशन के विज्ञान में मनोविज्ञान, जीव विज्ञान तथा प्रणाली विज्ञान शामिल है। यहाँ हम राजयोग प्रक्रिया में मनोवैज्ञानिक पहलुओं पर चर्चा करेंगे।

(1). मन को लौकिकता से अलौकिकता की ओर ले जाना:- इसका अर्थ यह है कि मन को इन्द्रियों के मोह से परे केन्द्रित करना। सामान्य मनोविज्ञान तो कहता है कि विचार मन से जुड़े हैं लेकिन राजयोग कहता है कि मन को ऐसे विचारों से अनासक्त कर दिया जाए जो हमारे मन की शांति भंग करते हैं व मन को सही जगह पर केंद्रित नहीं होने देते हैं।

(2). विचारों के कुचक्र को तोड़ना:- एक बार गौतम बुद्ध के दो शिष्य नदी पार कर रहे थे। उन्हें एक स्त्री मिली जो स्वयं नदी पार नहीं कर पा रही थी। एक शिष्य ने उसे नदी पार करने में मदद की और अपनी राह बढ़ चला लेकिन दूसरा शिष्य दो दिन इसी विषय पर सोचता रहा। उसे लग रहा था कि पहले शिष्य ने संघ के नियम तोड़े हैं। दो दिन बाद उसने अपनी चुप्पी तोड़ी और गौतम बुद्ध से उस शिष्य की शिकायत लगाई। दोनों बुद्ध के सामने

पेश हुए, पहले शिष्य ने कहा - 'मैंने तो उस ज़रूरतमंद लड़की की मदद करते हुए उसे नदी पार छोड़ दिया था लेकिन मेरा मित्र तो दो दिन से उसके विचारों को साथ लिए घूम रहा है।'

गौतम बुद्ध ने उस शिष्य की सराहना की और शिष्य से कहा कि वह विचारों के इस कुचक्र से मुक्ति पाए जिसने दो दिन से मानसिक रूप से जकड़ रखा था। राजयोग मेडिटेशन की मदद से हम ऐसे व्यर्थ और नकारात्मक विचारों से मुक्ति

ध्यान परमात्मा पर केंद्रित रहता है जो शांति, प्रेम व आनंद का सागर है। व्यर्थ व नकारात्मक विचारों से मुक्ति पाते ही व्यक्ति को बेहद आराम महसूस होता है। शांति के उस महासागर में ध्यान लगाने से साधक को शांति की सकारात्मक तरंगें प्राप्त होती हैं।

शरीर को मस्तिष्क का बाहरी हिस्सा नियंत्रित करता है। जैसे ही आत्मा मस्तिष्क के बाहरी हिस्से से ध्यान हटाकर उसे माथे के बीचो-बीच (आत्मा का निवास स्थान हाइपोथैलमस की थैली जो मस्तिष्क के अंदर वाली भाग में है) चेतना पर लगा देती है जिससे शरीर की 60 लाख करोड़ कोशिकाएं भी सुकून पा लेती हैं।

(5). सत्य चेतन अवस्था (आत्म-भाव) की भावना:- इस गहन स्तर पर मन को आराम मिलता है और वह व्यर्थ विचारों से मुक्ति पा लेता है। लेकिन उस शांति,

पा सकते हैं।

(3). सकारात्मक, शुद्ध व उन्नत विचार पैदा करना:- प्रार्थना, भक्ति और राजयोग मेडिटेशन के बीच अंतर है। भक्ति या प्रार्थना के दौरान हम प्रार्थना करते हैं, ईश्वर सुनते हैं और बस। लेकिन राजयोग मेडिटेशन के दौरान दो तरफा संप्रेषण होता है। राजयोग के दौरान आत्मा व ईश्वर कहते हैं 'हम सुनते हैं व सुकून पाते हैं।' आत्मा शुद्ध व उन्नत विचारों में लीन होकर पवित्र हो जाती है।

(4). मस्तिष्क को शांत करना:- राजयोग अभ्यास के दौरान साधक का पूरा

प्रेम, आनंद, सत्य, प्रसन्नता, शुद्धता व संकल्प शक्ति की सच्ची प्राकृतिक अवस्था का ज्ञान प्राप्त होता है। नैतिक मूल्य स्वयं ही उसके चेतना स्तर तक पहुँच जाते हैं। यही आत्म सजगता की अवस्था है।

यही वह अवस्था है जिसमें 1993 में शिकागो में स्वामी विवेकानंद ने श्रोताओं को अचम्भे में डाल दिया था।

(7). वृत्ति और दृष्टि में बदलाव:- विचार प्रक्रिया में बदलाव लाकर तथा सकारात्मक भाव पैदा करके हम अपनी मानसिकता व नज़रिए में बदलाव ला सकते हैं। हम हर वस्तु के सकारात्मक पहलुओं - शेष पेज 3 पर



चिरैयाकोट-आजमगढ़। ज्ञानचर्चा के पश्चात् विधायक बैजनाथ पासवान को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. गीता।



शाहकोट-फिल्लौर। सेंट मनु विद्यालय में आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में स्कूल की प्रिन्सीपल, डायरेक्टर और स्कूल स्टाफ के साथ ब्र.कु. तुलसी।



सैफयी-करहल(उ.प्र.)। ग्रामीण आयुर्विज्ञान और अनुसंधान संस्थान व मेडिकल कॉलेज के डायरेक्टर डॉ. टी.प्रभाकरन को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. निधि।



पोखरा-नेपाल। लायन्स क्लब के कार्यक्रम के पश्चात् ब्र.कु. परिणीता को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए क्लब के अध्यक्ष शिव श्रेष्ठ।

उदार और सरल चित्त बनें

सहनशील रहने के लिए जिन दो बातों की सबसे ज्यादा जरूरत पड़ती है वे हैं उदारता और सरलता। उदारता और सरलता एक दूसरे के पूरक गुण हैं। जो व्यक्ति दिल से उदार होता है, वही सरलचित्त रह पाता है। उदारता के लिए सरलता की आवश्यकता होती है।

सहनशीलता इन दोनों गुणों से सम्पूर्ण रूप से प्रभावित होती है। आज तक जितने भी महान पुरुष हुए हैं, उन्होंने सहनशील बनने के साथ साथ सबके प्रति सरल भाव और उदार रुख अपनाया है। उदारता और सरलता दो ऐसी चीजें हैं जो व्यक्ति को समाज में बहुत लोकप्रिय बना देती हैं।

जीवन के दो पहलू होते हैं - आशा और निराशा। आशावादी व्यक्ति सदैव जीवन का उज्ज्वल पक्ष देखता है। उसे अंधकार में भी कोई न कोई आशा की किरण नजर आती है। दूसरों का सहयोग करने के लिए वह सदा आगे बढ़ता है। टूटे हुए दिलों को सहारा देता है। उनके मन में नवीन आशाओं का संचार करता है। जैसे किसी शायर ने कहा है -

यूँ तो हर दिल किसी दिल पर फिदा होता है,
प्यार करने का मगर, तौर जुदा होता है,
आदमी लाख संभले, मगर गिरता भी है,
गिरे को जो उठा ले, वो खुदा होता है।

सहनशील व्यक्ति सारी कटुता व विषम परिस्थितियों का सामना बड़े ही संयम से करता है। इसका ही नाम सहनशीलता है। किसी मजबूरी से सहना, किसी दबाव में आना सहनशीलता नहीं है। उदारता और सरलचित्त प्रकृति से मिलन, उपहार स्वरूप



मिलन है। वह अपने इन गुणों के कारण लोकप्रिय हो जाता है। लोग उससे सहायता पाने के लिए आगे आते हैं, और वह अपनी सरलता और उदारता के कारण निराश नहीं करता है।

उदार व्यक्ति जीव जंतुओं तक की सहायता करता है। उनके दुःख दर्द को समझता है।

वह किसी के प्रति भी नृशंस नहीं हो पाता है। उदार व्यक्ति दूसरों के दुःख से दुःखी हो उठता है। उनकी सहायता को सदैव तत्पर रहता है। स्वयं दुःख सहकर वह दूसरों की परेशानी दूर करने के लिए आगे बढ़ता है। विश्व का प्रत्येक प्राणी व प्रकृति

ईश्वर की ही रचना है। प्रभु ने इस दुनिया को बनाया है। पेड़ पौधों में रंगीन नजारे, फूलों में खुशबू आदि प्रकृति की सुंदर रचना हैं। मानव, उदार मन ईश्वर की कृपा से ही प्राप्त करता है। उसमें ऐसी शक्ति होती है कि वह बुरे से बुरे व्यक्ति का मन पलट देता है। उसे सदाचारी बना सकता है। सच्चाई उसके मन में स्थाई रूप से वास करती है। वह क्षमाशील होता है। सहनशील बनने के लिए सरलचित्त और उदार होना आवश्यक है। मन, वचन और कर्म का सही तालमेल होना चाहिए। इच्छा किये बिना कर्म करना यह सब सहनशील व्यक्ति के गुण हैं। सहनशील व्यक्ति को अधिक दुःख झेलने पड़ते हैं। इन सबको सहकर ही वह ऊँचा उठता है।

खलील जिब्रान ने कहा है कि उदारता उस वस्तु के दान में नहीं है जिसकी तुम्हारी अपेक्षा दूसरों को अधिक आवश्यकता है, अपितु उस वस्तु के दान में है जिसकी दूसरों की अपेक्षा तुम्हें अधिक आवश्यकता है।

राजयोग पहुँचायेगा... - पेज 1 का शेष

डॉ. ए. के. मर्चेन्ट, अध्यक्ष, बहाई समुदाय - आज हम राजयोग के माध्यम से विश्व को शांति का संदेश दे रहे हैं।

ई.आई. मालेकर, यहूदी उपासनागृह के मुख्य पुजारी - जीवन ईश्वर की देन है, मृत्यु समय की देन है, मृत्यु के बाद का होना कर्मों की देन है। ब्रह्माकुमारी संस्था ने सर्व को एकता के सूत्र में बांधा है, यह आज के परिप्रेक्ष्य में असंभव लगता है लेकिन इस संस्थान ने ऐसा कर दिखाया है। यहां मुझे मेरे जीवन में देखने का सुंदर अवसर प्राप्त हुआ है।

दिल्ली सिक्ख गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के सदस्य **सरदार कुलमोहन सिंह** - प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय जिसे न धर्म का रूप न देकर मानवता के लिए कितनी सफल हुई है इसका

श्रद्धांजलि



नांगल।

विद्याभूषण भाई जोकि 20 वर्षों से बाबा की सेवा में तत्पर थे। उन्होंने 28 अक्टूबर को अपना पुराना शरीर छोड़ा। आपने समर्पण बुद्धि बनकर बाबा की प्रत्यक्षता के लिए उस क्षेत्र में बहुत सेवायें की। ऐसे अनन्य भाई को सर्व ब्राह्मण कुलभूषण श्रद्धा सुमन अर्पित करते हैं।

प्रमाण आज हमारे सम्मुख है। एक ओमकार निराकार की एकता के सूत्र में बांध लेना ही सच्ची शांति की क्रान्ति है।

सद्भाव एवं शांति अध्ययन संस्थान के अध्यक्ष **डॉ. एम.डी. थॉमस** - आध्यात्मिक यात्रा का सुखद मार्ग है ध्यान, ध्यान से जीवन में एकाग्रता आती है, ध्यान से जीवन अनुशासनपूर्ण बन जाता है, जीवन सार्थक हो जाता है। बिना ध्यान इंसान की ज़िन्दगी चल नहीं सकती। परमात्मा ज्योति है और हम सबके भीतर जो ज्योति है वही आत्मा है। हमारी आत्म-ज्योति उस परमात्म ज्योति से मिले वह बेहद ज़रूरी है, तभी समाज में शांति बनी रहेगी।

फिरोज बख्त अहमद, जर्नलिस्ट - प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय ज़िन्दगी का विश्व विद्यालय है। यहाँ हमें जीवन के बारे में सीखने को मिलता है। इसी मकसद से यहाँ हर कोई आना चाहता है। यह लाइफ को फिलॉसफी देने वाला विश्व विद्यालय है। दादी जी की बात का स्मरण सुनाते हुए कहा कि 'मैं' और 'मेरा', यह अहंकार है जो ज़िन्दगी को बेचैन करता है। यहां मन को सशक्त करने की ऊर्जा मिलती है। यह ऊर्जा इस संस्थान से बेहतर कोई नहीं दे सकता।

स्वामी सर्वानंद सरस्वती, अध्यक्ष, अंतर्राष्ट्रीय भजन सुख सेवा मिशन - ज्ञान की गंगाएं आज सारे विश्व में भारत की

संस्कृति फैला रही हैं। ज्ञान गंगा कभी अपवित्र नहीं हो सकती। उन्होंने कहा कि परमात्मा के महावाक्य हैं कि विश्व परिवर्तन का आगाज़ ब्रह्माकुमारीज़ के द्वारा होगा। आज मुझे यकीन हो रहा है कि वो आगाज़ इण्डिया गेट से हो रहा है। विश्व शांति सिर्फ राजयोग द्वारा ही होगी। हमारी सनातन संस्कृति, जीवन पद्धति जो बाबा की मुरलियों में मिलती हैं, सर्वे भवन्तु सुखिना... ये यहां ही सार्थक होती दिखाई दे रही है।

ब्रह्माकुमारी संस्था के जापान स्थित सेवाकेन्द्रों की निदेशिका **ब्र.कु. रजनी** ने इस अवसर पर विषय अनुरूप विश्व में शान्ति, प्रेम, सद्भाव के प्रकम्पन फैलाने के लिए उपस्थित जन-समूह को राजयोग का अभ्यास कराया। ब्रह्माकुमारी संस्था दिल्ली की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका **ब्र.कु. पुष्पा** ने यहां उपस्थित लोगों को प्रतिज्ञा करायी कि वे पर्यावरण को एवं मन को स्वच्छ रखेंगे, हम स्वयं के, समाज के एवं प्रकृति के साथ प्रेम एवं सद्भावपूर्ण व्यवहार करेंगे और आंतरिक शान्ति, शक्ति और विश्व कल्याण के लिए शुद्ध, पवित्र, निर्विकारी और व्यसनमुक्त जीवन जीयेंगे।

इस अवसर पर देश विदेश के पचास हजार से भी अधिक राजयोग अभ्यास करने वाले भाई बहनों ने भाग लिया। विश्व के 146 देशों में भी ब्रह्माकुमारी संस्था के अनुयायियों ने इसी भारतीय समय के अनुसार राजयोग किया।



मेड़तासिटी-राज। शिक्षा राज्यमंत्री देवनानी जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनुराधा। साथ हैं ब्र.कु. सुनीता।



भीलवाड़ा-राज। चैतन्य देवियों की झाँकी के उद्घाटन पश्चात् चित्र में नगर परिषद चेयरमैन ललिता समदानी, भाजपा नेता लीला खण्डेलवाल, ब्र.कु. इन्द्रा व अन्य।



बौरिया-उ.प्र.। लक्ष्मी नारायण, राधे कृष्ण की चैतन्य झाँकी का उद्घाटन करते हुए समाज सेवक धिरेन्द्र सिंह। साथ हैं ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. समता, ब्र.कु. अजय व अन्य।



दिल्ली-बवाना। ब्र.कु. चन्द्रिका को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित करते हुए सी.आर.पी.एफ. के 70वाँ बटालियन के डियूटी कमाण्डेंट संजय कुमार। साथ हैं ब्र.कु. रोहताश।



गुमला-झारखण्ड। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. राजू, माउण्ट आबू, एस.डी.ओ. नेहा अरोरा, अनुरंजन पूर्ति, ग्राम पंचायत मुखिया ईस्माइल कुजूर, ब्र.कु. शांति व अन्य।



गोला गोकर्ण नाथ-मैलानी। आध्यात्मिक प्रदर्शनी समझने के पश्चात् समूह चित्र में व्यापार मंडल अध्यक्ष सुनील चोपड़ा, ब्र.कु. सुनीता व अन्य।

जो मोह रहित, संशय रहित, वही जीवन मुक्त

गतांक से आगे...

आगे भगवान ने कहा कि इंद्रियों के विषय से उत्पन्न सुख, ये आदि, मध्य और अंत के दुःख का कारण है। जो मनुष्य काम, क्रोध से उत्पन्न वेग को सहन कर, उससे मुक्त हो जाता है वह समर्थ आत्मा है। वही सच्चा योगी है। वह अपने मन और बुद्धि को परमात्मा में स्थित कर सकता है, श्रद्धा से उनकी शरण में चला जाता है, उनकी सर्व के प्रति सम दृष्टि हो जाती है। इसलिए संसार में रहते जो मोह रहित, संशय रहित हैं, वह जीवन मुक्त हैं। वह मन की एकाग्रता द्वारा असीम सुख का अनुभव करने लगता है। जीवन मुक्त इसलिए कहा जाता है कि मुक्ति से भी श्रेष्ठ है जीवन मुक्त स्थिति।

एक है, मुक्त हो जाना। इस शरीर से मुक्त हो जाना और परमात्मा के धाम में चले जाना। ये मुक्ति की अवस्था है। मुक्ति की अवस्था का अनुभव कभी होता नहीं है, जीवन मुक्ति इसलिए श्रेष्ठ है। उदाहरण के तौर पर जैसे व्यक्ति जब सो जाता है और जब गहरी नींद में सोया होता है। जिस वक्त वो सोया है, उस समय उसको अनुभव नहीं है। लेकिन जब वह उठता है, तब कहता है आज बड़ी गहरी नींद आयी। जिस वक्त वो सोया हुआ था, उस वक्त अनुभव नहीं था। उठने के बाद उसने अनुभव किया। ठीक इसी प्रकार जब व्यक्ति मुक्ति की अवस्था में, ये शरीर छोड़कर मुक्ति में चला जाता है। मुक्ति की अवस्था में तब उसको, कोई अनुभव नहीं होता है। लेकिन जीवन में हैं और वहाँ मुक्ति का अनुभव करें। इसलिए कहा मुक्ति से भी श्रेष्ठ जीवनमुक्ति है। मुक्ति की कामना नहीं लेकिन जीवन में रहते मुक्ति का अनुभव करके देखो कितना श्रेष्ठ है।

एक बार एक सन्यासी राजा जनक के पास जाता है। राजा जनक से कहता है कि हे राजन! हमने सब चीजों का सन्यास कर लिया, छोड़ दिया लेकिन उसके बाद भी हम अपने मन को कभी-कभी कंट्रोल नहीं कर पाते हैं। आवेग इस तरह से आता है जो मन को कंट्रोल करना असंभव सा महसूस होता है और आप इस सुख-सुविधा के भौतिक साधनों के बीच में रहते हुए अपने आपको विदेही कहते हो, यह कैसे संभव है? मुझे समझ में नहीं आता है। क्योंकि मैंने सब कुछ छोड़ दिया है,

उसके बाद भी मैं अपने मन को कंट्रोल नहीं कर पाता हूँ। सबके बीच में रहते हुए हम कैसे विदेही बन सकते हैं? क्या आप मुझे बता सकते हैं? राजा जनक ने कहा कि मुझे विदेही क्यों कहते हैं? यह प्रश्न तो बहुत अच्छा पूछा लेकिन मैं थोड़ा अपने कार्य में व्यस्त हूँ। जब मैं निवृत्त हो जाऊँ फिर आपके साथ बैठकर के इस बात पर चर्चा करूँगा। लेकिन तब तक आपका समय भी कीमती है, वो भी व्यर्थ नहीं जाना चाहिए। आप एक काम कीजिए जब तक मैं अपने कार्य से निवृत्त होकर के आता हूँ, तब तक आप मेरे महल के दूसरी तरफ बहुत सुंदर कारीगरी की गई है। आप उस कारीगरी का अवलोकन करके आइये। सन्यासी ने कहा ठीक है। लेकिन राजा ने कहा कि अभी कारीगरी चल रही

है। वहाँ लाईटें लगी नहीं हैं। इसलिए आपको ये दीपक ले जाना पड़ेगा जिसकी रोशनी में ही आप सब कुछ देख सकते हैं, क्योंकि वहाँ अंधेरा होगा। सन्यासी ने कहा ठीक है।

राजा ने कहा एक बात और मैं आपको बता दूँ। खिड़की दरवाजे भी लगे नहीं हैं और वही हवा की दिशा है। इसलिए

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक बहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा



आपको ध्यान रखना पड़ेगा कि कहीं दीपक बुझ न जाए। क्योंकि दीपक अगर बुझ गया तो आप वो कलाकृति देख नहीं पाएंगे। सन्यासी ने कहा ठीक है। वो सन्यासी दीपक लेकर के गया और सारी कलाकृति को देखकर के जब वापिस आया तब तक राजा भी अपने कार्य से निवृत्त हो गया था। दोनों बैठे। राजा ने सहज भाव से सन्यासी से पूछा आप देखकर के आये तो सन्यासी ने कहा हाँ, देखकर के आया। कैसी लगी कलाकृति, तो सन्यासी ने कहा बहुत सुंदर कलाकृति है। तब राजा धीरे से पूछता है, ध्यान कहाँ था? सन्यासी ने कहा, कलाकृति के ऊपर और कहाँ? वास्तव में, ध्यान तो दीपक पर था, क्योंकि हवा तेज़ चल रही थी। दीपक बुझ नहीं जाना चाहिए, इसलिए उसी पर ध्यान था। - क्रमशः



मण्डी-हि.प्र.। 'अलविदा डायबिटीज़' शिविर में बी.जे.पी. सांसद रामस्वरूप शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. डॉ. श्रीमंत साहू, माउण्ट आबू व ब्र.कु. शीला।



जयपुर-भवानी नगर। चैतन्य झाँकी का उद्घाटन करते हुए मजिस्ट्रेट सीमा शर्मा, उद्योगपति मदनलाल शर्मा, ब्र.कु. हेमा व अन्य।



दिल्ली-खेड़ा कला गांव। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए आप पार्टी के विधायक शरद चौहान। मंचासीन हैं ब्र.कु. शुभा, ब्र.कु. शारदा व अन्य।



तारानगर-राज। महामण्डलेश्वर बृजेश जी को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. शीला।



बयाना-उ.प्र.। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के अंतर्गत आयोजित सार्वजनिक कार्यक्रम की अतिथि श्रीमती सुमन बुढवार, प्रधान, पंचायत समिती को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. बबिता, ब्र.कु. प्रहलाद, ब्र.कु. सोनू व अन्य।



वैर-भरतपुर। ज्ञानचर्चा के पश्चात् विधायक भजन लाल जाटव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. संतोष।

स्वयं को... - पेज 2 का शेष

महात्मा, आप कुछ भी मूल्य चुकाये बिना ही फूलों की सुगंध का आनंद लेते रहे, यह चोरी का कृत्य हुआ।" बुद्ध हतप्रभ हो गये।

इतने में एक व्यक्ति तालाब के पानी में जाकर कमल तोड़ने लगा। देवकन्या कमल तोड़ने वाले आदमी को देखती रही, पर उसने उसे रोका नहीं।

बुद्ध ने पूछा: "देवी, मैं तो मात्र फूलों की सुगंध का ही सेवन कर रहा था, फूल को तो मैंने स्पर्श तक भी नहीं किया था। फिर भी आपने मुझे 'चोर' कहा और यह आदमी निर्दयतापूर्वक फूलों को तोड़कर किनारे फेंक रहा है, फिर भी आपने उसको रोका क्यों नहीं?"

देवकन्या ने कहा: "महात्मा बुद्ध, सांसारिक मनुष्य अपने लाभ और स्वार्थ की खातिर धर्म-अधर्म का भेद नहीं करते क्योंकि वे अज्ञानी हैं। लेकिन जिसका अवतार धर्म प्रचार के लिए हुआ है, उसे अपने प्रत्येक कृत्य को योग्य-अयोग्य विचार करने के पश्चात् ही अमल में लाना चाहिए।"

गौतम बुद्ध को इस बात का ख्याल

आ गया कि यह देवकन्या कोई सामान्य नहीं। श्रद्धापूर्वक उन्होंने देवकन्या को प्रणाम किया और वे आगे बढ़े। उन्होंने बाद में अपने शिष्यों को ये बताया "यदि वृक्ष के नीचे गिरे फल के लिए भी मन में लालच हो तो वृक्ष के प्रति आभार व्यक्त करके ही ग्रहण करना चाहिए।"

चरित्रवान व्यक्ति हर बात को योग्य-अयोग्य के मापदंड से तोलते हैं। देश की सच्ची सम्पत्ति उनकी चरित्रशीलता से महकते नागरिक हैं। ऐसे मनुष्य जिसमें शील रक्षा की भावना होगी, वे मन-वचन-

कर्म से चरित्र कलंकित हो ऐसा कुछ भी नहीं करेंगे।

इसीलिए स्वामी दिव्ये वगानं द कहते हैं कि जगत में जिस वस्तु की आवश्यकता है, वह है चरित्र। ऐसे लोग चाहिए

जिसका निःस्वार्थ जीवन प्रेम का उदाहरण हो। उनका ऐसा प्रेम एक-एक शब्द व्रज समान प्रतिभाशाली बना देंगे।

मनुष्य की छोटी-छोटी बातें उसके चरित्र को कलंकित कर देती हैं। ये परमाणु बॉम सर्जित विनाशक चिंता से भी अधिक चिंताजनक है। देश में घट रही चरित्रशील मनुष्यों की संख्या, मनुष्य की वाणी और दिमाग में आई अपवित्रता की कमी है। देश पुकार रहा है कि कहाँ गये वे लोग जो मेरे खातिर मरने को ही अपना जीवन समझते थे!



सम्बलपुर-ओडिशा। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु. राजू, माउण्ट आबू, सुरेश पुजारी, नेशनल सेक्रेटरी, भाजपा दिल्ली, अशोक प्रधान, कन्वेनर, ब्र.कु. सुशीला, ब्र.कु. नीलम, अशोक मोहनती, डिप्युटी डायरेक्टर, एग्रीकल्चर, ब्र.कु. आरती व सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. पार्वती।



कथा सरिता



सफलता का रहस्य

एक बार की बात है किसी शहर में एक लड़का रहता था जो बहुत गरीब था। मेहनत मज़दूरी करके बड़ी मुश्किल से दो वक्त का खाना जुटा पाता।

एक दिन वह किसी बड़ी कंपनी में चपरासी की जॉब के लिए इंटरव्यू देने गया। बॉस ने उसे देखकर उसे काम दिलाने का भरोसा जताया।

जब बॉस ने पूछा - 'तुम्हारी ई.मेल आई.डी.' क्या है? लड़के ने मासूमियत से कहा कि उसके पास ई.मेल आई.डी. नहीं है।

ये सुनकर बॉस ने उसे बड़ी घृणा दृष्टि से देखा और कहा कि आज दुनिया इतनी आगे निकल गयी है और एक तुम हो कि ई.मेल आई.डी. तक नहीं है, मैं तुम्हें नौकरी पर नहीं रख सकता।

ये सुनकर लड़के के आत्मसम्मान को बहुत ठेस पहुंची, उसकी जेब में उस समय 50 रुपये थे। उसने उन 50 रुपयों से 1 किलो सेब खरीदा और अपने घर चलता बना। वह घर-घर जाकर सेबों को बेचने लगा और ऐसा करके उसने 80 रुपये जमा कर लिए। अब तो लड़का रोज़ सेब खरीदता और घर-घर जाकर बेचता। सालों तक यही सिलसिला चलता रहा। लड़के की कठिन मेहनत रंग लायी और एक दिन उसने खुद की कंपनी खोली जहां से विदेशों में सेब सप्लाई किये जाते थे। उसके बाद लड़के ने पीछे मुड़कर नहीं देखा और जल्दी ही बहुत बड़े पैमाने पर अपना बिज़नेस फैला दिया और एक सड़क छाप लड़का बन गया अरबपति।

एक दिन कुछ मीडिया वाले लड़के का इंटरव्यू लेने आये और अचानक किसी ने पूछ लिया - 'सर आपकी ई.मेल आई.डी. क्या है?? लड़के ने कहा - 'नहीं है', यह सुनकर सारे लोग चौंक पड़े कि एक अरबपति आदमी के पास एक 'ई.मेल आई.डी.' तक नहीं है। लड़के ने हँसकर जवाब दिया - 'मेरे पास ई.मेल आई.डी. नहीं है इसीलिए मैं अरबपति हूँ, अगर ई.मेल आई.डी. होती तो मैं आज एक चपरासी होता'।

मित्रों, इसीलिए कहा जाता है कि हर इंसान के अंदर कुछ ना कुछ खुबी ज़रूर होती है, भीड़ के पीछे भागना बंद करो और अपने टैलेंट और स्किल को पहचानो।

दूसरों से अपनी तुलना मत करो कि उसके पास वो है, मेरे पास नहीं है, जो कुछ तुम्हारे पास है उसे लेकर आगे बढ़ो फिर दुनिया की कोई ताकत तुम्हें सफल होने से रोक नहीं सकती।

सिक्के के दो पहलू

रामपुर गांव की सीमा पर एक मंदिर था। मंदिर के पास ही कुटिया बनाकर दो साधु रहते थे। वे दिन भर मंदिर में पूजा-ध्यान करते थे। वहीं पर गांव वाले जो दे जाते उसी से पेट भर लेते थे। एक दिन दोनों साधु किसी काम से गांव से बाहर गए हुए थे। पीछे से गांव में इतना तेज़ आंधी-तूफान आया कि उनकी कुटिया आधी टूट गई। एक साधु लौटा तो कुटिया की हालत देखकर उसे गुस्सा आ गया। वह बोलने लगा, 'हे ईश्वर, मैं दिनभर आपका ध्यान करता हूँ फिर भी मेरे साथ हमेशा गलत करते हो। जो लोग गलत काम करते हैं उनके मकान सही सलामत हैं और हम साधुओं की एक कुटिया थी वह भी टूट गई। ऐसा लगता है कि आप भक्तों से प्रेम ही नहीं करते।' उसके पीछे-पीछे ही दूसरा साधु भी पहुंच गया। उसने जब आधी टूटी हुई कुटिया को देखा तो खुशी से उछलने लगा। वह बोला, 'हे ईश्वर, आज विश्वास हो गया कि आप अपने भक्तों से कितना प्रेम करते हो। आधी कुटिया आपने ही बचाई है, नहीं तो इतनी तेज़ आंधी में पूरी भी टूट सकती थी। आपकी ही कृपा है कि सर ढकने को जगह तो बच गई। अब तो मैं आपका और भी ध्यान करूंगा। आप धन्य हैं।' एक व्यक्ति जो किसी समस्या से निराश होकर वहां खड़ा था और यह सब देख रहा था, उसे लगा कि एक ही परिस्थिति को दो साधुओं ने अलग नज़रिए से देखा। यदि दूसरे साधु की तरह ही विकट परिस्थिति को सकारात्मक ढंग से मैं भी लूँ तो मेरी कोई समस्या ही नहीं है। वह खुशी-खुशी अपने घर लौट गया।

घमंडी का सिर नीचा

चंदन वन में एक मोर रहता था। एक दिन उसने झील में अपनी परछाई देख ली। अपनी सुंदरता देख वह आश्चर्यचकित हो गया। अपने सिर पर ताज देखकर उसे लगा, वही पक्षियों का राजा है। वह घमंड में चूर होकर चलने लगा। रास्ते में उसे एक मुर्गी मिली जो अपने चूजों के साथ जा रही थी। मोर चूजों को ठोकर मारता हुआ निकल गया। यह देख मुर्गी को क्रोध आया पर तब तक मोर आगे निकल चुका था। अब मोर के रास्ते में कोई भी आता उसे ठोकर मारते हुए आगे निकल जाता। तभी अचानक बादलों की गरज के साथ तेज़ हवाएं चलने लगीं। मोर यह सोचकर आगे बढ़ता रहा, 'मैं तो राजा हूँ, आंधी-तूफान मेरा कुछ नहीं बिगाड़ सकते।' घमंड में उसने सीना चौड़ा किया, पंख उठाए और चलने लगा। हवा की तेज़ी से उसका एक पर टूट गया। लेकिन वह चलता रहा। तभी उसकी दुम भी गिर गई। हवा और तेज़ हो गई थी। मोर को रुकने में अपमान महसूस हो रहा था इसलिए वह चलता रहा। हवा के दबाव से उसे ताकत लगानी पड़ रही थी। उसे थकान हो रही थी फिर भी वह चल रहा था। तभी उसे एक पेड़ से चिड़िया की आवाज़ सुनाई दी, 'भाई, तूफान थमने तक इस पेड़ पर रुक जाओ।' मोर ने कहा, 'तुम तो कमज़ोर हो इसलिए ऐसा कह रही हो। अब तो आधा ही रास्ता बचा है। मोर हंसते हुए आगे बढ़ा। तूफान और तेज़ हो गया। मोर के बचे हुए पर और ताज भी उड़ गए। धीरे-धीरे मोर के शरीर के बाल भी उस तूफान में उड़ गए लेकिन घमंडी मोर को इसका अहसास ही नहीं हुआ। एक पेड़ पर कौआ बैठा हुआ था। उसने हँसते हुए कहा, 'वो देखो, गंजा मोर।' यह सुनकर मोर को गुस्सा आ गया। उसने एक पेड़ का सहारा लिया। उस पेड़ पर मधुमक्खियों का छत्ता था। थोड़ा सा हिलते ही उन्होंने मोर पर हमला कर दिया। दर्द से चिल्लाता हुआ मोर जंगल की तरफ भागा। तब तक तूफान भी थम गया था। दुःखी मोर ने शरीर पर नज़र डाली तो रो पड़ा और पछताने लगा। उसने ईश्वर से फिर कभी घमंड न करने का संकल्प लिया। थोड़े दिनों में उसके पर निकलने लगे और वह पहले जैसा हो गया।

सच्चा कलाकार कौन

विजयनगर के राजा कृष्णदेव राय हर साल वर्षा उत्सव का आयोजन करते थे। उसमें तरह-तरह की प्रतियोगिताओं में जीतने वालों को पुरस्कार दिए जाते थे। एक साल वर्षा की फुहारें देख राजा ने प्रसन्न होकर वर्षा उत्सव को धूमधाम से मनाने की घोषणा कर दी। यह सुनकर मंत्री ने कहा, 'महाराज, इस बार हमारे राज्य के किसी कलाकार को सम्मान दिया जाना चाहिए।' तेनालीराम ने बीच में कहा, 'महाराज, मंत्री जी का सुझाव अच्छा है लेकिन सच्चे कलाकार को ही सम्मान मिलना चाहिए।' राजा ने कहा, 'तेनालीराम, तुम्हारा क्या मतलब है?' तेनालीराम ने जवाब दिया, 'महाराज, सच्चे कलाकार से मेरा मतलब ऐसे शिल्पी से है जो लोगों को खुश करने के लिए मूर्तियाँ नहीं बनाता। मेरी नज़र में एक ऐसा कलाकार है जो मूर्ति बनाते-बनाते खुद ही मूर्ति समान हो गया है। उसे अपने आस-पास की खबर ही नहीं है।' राजा ने कहा, 'हम उसे देखना चाहते हैं।' अगले दिन ही राजा, तेनालीराम और दरबारियों के साथ उस शिल्पी को देखने चल पड़े। तेनालीराम उन्हें लेकर राज्य से बाहर 'काला पहाड़' के पास पहुंचे। उसकी गुफा से हथौड़ी चलाने की आवाज़ आ रही थी। सभी गुफा में गए तो देखा कि चारों तरफ मूर्तियाँ थीं और उनके बीच शिल्पी बैठा हुआ ऐसा लग रहा था मानो कोई मूर्ति हो। राजा ने मूर्तिकार से पूछा, 'क्या बना रहे हो?' शिल्पी बोला, 'वर्षारानी की मूर्ति।' नीचे फसलें हैं ऊपर बादल और नीचे नृत्य करती वर्षारानी।' राजा ने कहा, 'तुम इन्हें बेचते नहीं हो?' शिल्पी बोला, 'नहीं। मैं अपने आनंद के लिए बनाता हूँ। जो लोग मूर्तियाँ ले जाते हैं बदले में कुछ खाने-पीने के लिए दे जाते हैं बस। मुझे कुछ नहीं चाहिए।' राजा आश्चर्य में पड़ गए। वर्षा उत्सव के दिन उन्होंने शिल्पी का सम्मान किया और उसकी बनाई वर्षा रानी की मूर्ति को अपने महल के उद्यान में लगवाया। उन्होंने तेनालीराम को सच्चे कलाकार से मिलवाने के लिए धन्यवाद दिया।



खानपुर-राज. ज्ञानचर्चा के पश्चात् पुलिस अधीक्षक लखावत जी को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. तपस्विनी।



खतीया-उत्तराखण्ड. नवदुर्गा झाँकी के उद्घाटन पश्चात् चित्र में विधायक पुष्कर सिंह धामी, नोज़े पब्लिक स्कूल की एम.डी. दिवंकल दत्ता, ब्र.कु. सपना, ब्र.कु. उमेश व अन्य।



कुचामन सिटी-राज. ज्ञानचर्चा के पश्चात् चित्र में विनायक दूध डेयरी के डायरेक्टर भागीरथ चौधरी, ब्र.कु. अनीता व अन्य।



दिल्ली-लाजपत नगर. नवदुर्गा की झाँकी के उद्घाटन अवसर पर उपस्थित हैं काउंसलर सुभाष मल्होत्रा, प्रिन्सीपल अल्का अग्रवाल, ब्र.कु. चन्द्र, ब्र.कु. जया व अन्य।



मनोहरथाना. ज्ञानचर्चा के पश्चात् सेना अधिकारी राजेन्द्र सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. निशा। साथ है ब्र.कु. केसर।



रानीखेत. चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करते हुए विधायक अजय भट्ट, ब्र.कु. पार्वती, ब्र.कु. नीता व ब्र.कु. कंचन।

कैसे करें चमत्कार... ?

सभी चुटकी बजाकर सबकुछ एक सेकण्ड में हासिल करना चाहते हैं, और यह संभव भी है लेकिन इसके लिए अगर हम कुछ बातों पर अपने आप को सम्पूर्णतः फोकस करें तो यह काम हो सकता है। चमत्कार तो करते हैं हम लेकिन चमत्कारिक बनने के लिए अपने ऊपर बहुत काम करना होता है। आप जादूगर को देखो तो समझ आएगा कि हाथ की सफाई सीखने में उसे सालों लग जाते हैं, लेकिन फिर भी वो चमत्कारिक नहीं बन सकता, सिर्फ दर्शकों तक ही वो सीमित रहता है। सबके दिल पर वो मनोरंजन करने के समय तक ही राज करता है, कुछ दिन बाद लोग उसे भूल जाते हैं। लेकिन चमत्कारिक पुरुषों के ऊपर हम नज़र डालें तो उनके

संकल्प मात्र से ही घटना घट जाती थी। तो आप भी यदि कुछ घटना चाहते हैं तो अपने आप में कुछ आपको जोड़ना पड़ेगा और कुछ अपने से काटना पड़ेगा।

परमात्मा ने हम सभी को सौभाग्यशाली बनाया, हमें मन, बुद्धि दी जिसके अंदर चमत्कार करने की असीम क्षमता है। लेकिन वह क्षमता ऐसा नहीं है कि आज नहीं है, है, लेकिन उसका इस्तेमाल नकारात्मक कार्यों में हो रहा है। हम आपको बताना चाहेंगे, जब कुछ ऐसा घटित होता है जिसको देखकर आपको आश्चर्य होता है, क्या वो आकस्मिक है या इसके पीछे कोई रहस्य है। हम सोचते नहीं हैं बस चमत्कार को नमस्कार करने लग जाते हैं। हमारा मन सिर्फ और सिर्फ वस्तु, व्यक्ति या पदार्थों के आकार को ही

समझता है तथा उसपर अपने आपको केन्द्रित करता है। हर एक पदार्थ अपने आपमें एक ऊर्जा है, लेकिन वो ऊर्जा कितनी मात्रा में हमारा मन रिसीव करता है इसपर निर्भर है। अगर उस वस्तु से अधिक ऊर्जावान मेरा मन होगा तो वो वस्तु मुझे मिल जाएगी। लेकिन आज मन में विचारों का

नकारात्मक चीज़ को मन एक बार रिसीव करता है तो बुद्धि उस बात को स्वीकार करती जाती है। जितनी बार यह पुनरावृत्ति होगी उतनी बार हम उस घटना को परिणाम तक जाने के लिए विवश करते हैं। भावार्थ यह है कि आज बुद्धि को यह बात समझ नहीं आ रही है कि इस दुनिया में चमत्कार

घटती है, लेकिन हमें समझ नहीं आता कि हमने तो कुछ ऐसा किया नहीं तो ऐसा कैसे हो गया।



ब.कु. अनुज, दिल्ली

इस दुनिया में चमत्कार जैसी कोई चीज़ होती नहीं है, सबकुछ कारण तथा उससे उत्पन्न होने वाला परिणाम (cause and effect) है। कोई भी घटना बिना कारण के नहीं घटती है, लेकिन हमें समझ नहीं आता कि हमने तो कुछ ऐसा किया नहीं तो ऐसा कैसे हो गया।

खासकर नकारात्मक विचारों का अम्बार है, और वो चमत्कारिक घटनायें भी लेकर आ रहा है, लेकिन हम समझ नहीं पा रहे हैं। जिस

जैसी कोई चीज़ होती नहीं है, सबकुछ कारण तथा उससे उत्पन्न होने वाला परिणाम (cause and effect) है। कोई भी घटना बिना कारण के नहीं

आज हम सभी मनुष्य मान्यता (बिलीफ सिस्टम), पूर्व घटना (पास्ट एक्सपीरियेंसेज़) तथा अपने निजी अनुभवों के आधार से ही विचार करते हैं। आप सोचें कि जो आप सोच रहे हो क्या वो आपके खुद के विचार हैं या किसी ने आपसे कहा है या कहीं आपने इसे पढ़ा है या कहीं आपने इसको देखा है, उसी आधार से आप उसे मानते आ रहे हैं। अब यहां पर क्या होगा कि जो भी विचार आपने उत्पन्न किया वो ब्रह्माण्ड में एक सेकण्ड में चला - शेष पेज 11 पर

DD Free Dish
10.00pm

7 कदम राजयोग की ओर...



प्रश्न: मैं एक माता हूँ। मेरे बच्चे आपस में लड़ते रहते हैं। मुझे अमृतवेले योग भी नहीं करने देते। मुझे अपनी श्रेष्ठ स्थिति बनानी है। इसके लिए मैं क्या अभ्यास करूँ ?

उत्तर: पुरुषार्थ के मार्ग में किसी के आगे कोई विघ्न है तो किसी के आगे कोई। कल्प के अंत में विघ्न तो होंगे ही। परंतु यदि कोई मनुष्य सहज भाव से चले और स्वयं को स्वमान द्वारा शक्तिशाली बनाये तो विघ्न आएंगे व चले जायेंगे। कुछ बातों को स्वीकार कर लेना ही चाहिए तथा अपनी स्थिति को नहीं बिगाड़ना चाहिए क्योंकि श्रेष्ठ स्थिति से ही परिस्थिति ठीक होगी।

बच्चों का लड़ना समस्या नहीं है, इसे खेल समझो। आप परेशान न हों। वे लड़ें, आप स्वमान में रहो कि मैं एक महान आत्मा हूँ और ये अच्छी आत्माएं हैं। उन्हें दिन में पाँच बार आत्मिक दृष्टि से देखने का अभ्यास करें। इससे उनका चित्त शांत हो जाएगा।

प्रश्न: मैं दस वर्ष से ज्ञान में हूँ, फिर बुरे संग में आकर अज्ञानतावश बहुत विकर्म कर लिये। इस कारण खुशी भी नहीं रहती, योग भी नहीं लगता। इस समस्या से बाहर निकलने के लिए मैं क्या करूँ ?

उत्तर: बुरे संग से बचने का बाबा बहुत इशारा देते हैं। इस कारण विकर्म करने से आप खुश नहीं रहे हैं। आप पास्ट को भूलकर अब आगे की ओर बढ़ो। जितने पाप किये हैं अब उससे 100 गुणा पुण्य कीजिये। यज्ञ सेवा में अपना सहयोग करो। आत्मिक दृष्टि, अशरीरीपन व स्वमान की साधना करना। हर घंटे में तीन बार यह साधना अवश्य करें तब देहभान व दैहिक दृष्टि समाप्त होगी। सवेरे जागते ही 108 बार लिखो - मैं मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ व सोने से पूर्व 108 बार लिखें - मैं एक महान आत्मा हूँ। 6 मास तक ये साधनायें अवश्य करें।

दस-दस मिनट बैठकर तीन बार योग का अभ्यास करें। अमृतवेले व मुरली कभी भी मिस न करें।

प्रश्न: मेरी खुशी गुम हो गई है। मुझे लोग बहुत बुरा भला कहते हैं। किसी का बुरा भी नहीं किया, फिर भी मुझे चारों ओर से बुराई ही मिलती है। मुझे सब नष्ट कर देना चाहते हैं, मैं क्या करूँ ?

उत्तर: भगवानुवाच याद करो - स्वमान से श्रेष्ठ स्थिति बनती है व श्रेष्ठ स्थिति से परिस्थितियां स्वतः ही ठीक हो जाती हैं। स्वमान में स्वयं को ले चलो। मैं वही इष्ट देव/देवी हूँ जिसकी मंदिरों में पूजा हो रही है, मैं तो शिव-शक्ति हूँ। इस चिंतन



मन की बातें
- ब.कु. सूर्य

में मस्त हो जाओ। इससे आपकी स्थिति श्रेष्ठ रहेगी।

जितना ध्यान मनुष्यों के शब्द सुनने में लगायेंगे, अगर उतना ही ध्यान भगवान के महावाक्यों के शब्दों पर दो तो कमाल हो जाये।

सोच लो - भगवान ने कहा है कि तुम्हें सदा खुश रहना है। मुझे तो भगवान की ही सुननी है, मनुष्यों के बुरे वचन नहीं। इस जीवन में क्या-क्या मिला ज़रा गहनता से याद करो।

घर बैठे भगवान मिले, ज्ञान-सागर से ही सम्पूर्ण ज्ञान मिला। स्वर्ग का वर्सा जन्मसिद्ध अधिकार हो गया। भगवान से डायरेक्ट पालना मिली। परमात्म-सुख मिला, सर्व अविनाशी खज़ाने मिले। सोचो कहाँ ये महान प्राप्तियां और कहाँ मूल्यहीन बातें। अपने स्वमान को बढ़ाओ तो आप पर बातों का असर नहीं होगा। परंतु याद रहे स्वयं को व्यर्थ बातों से मुक्त रखना होगा तब सदा खुश रहेंगे।

प्रश्न: मैं एक 20 साल का कुमार हूँ। मैं सदा ही डरा-डरा सा रहता हूँ, गुमसुम सा रहता हूँ। ना

किसी से बात करने की इच्छा होती और ना पढ़ाई में मन लगता है। क्या मैं एक अच्छा इंसान बन सकता हूँ ?

उत्तर: संसार में मानसिक रोग बहुत तेज़ी से बढ़ रहे हैं। इसके बहुत सारे कारण हैं, परंतु इन कारणों में न जाकर आपको कुछ परामर्श दे रहे हैं -

आप कुछ समय प्रतिदिन सेवाकेन्द्र में जाकर वहाँ की सेवाओं में योगदान करें। सेवाओं के बल से शरीर के अंदर कई तरह के हॉर्मोस का बैलेन्स हो जाता है। आप प्रतिदिन क्लास में भी जाएं। भले ही आपका मन ना लगे, पर वहां जाएं। ईश्वरीय महावाक्य भी नोट करें। अच्छे-अच्छे गीत सुनें। घर में रहते हुए भी आपको अच्छे गीत सुनने चाहिए।

आपको अपने ब्रेन को 10 मिनट सुबह और 10 मिनट शाम को एनर्जी देनी है। उसकी विधि है - दोनों हाथ मलते हुए 3 बार याद करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, फिर अपने दोनों हाथ सिर के दाएं-बाएं एक मिनट के लिए रख दें और यह प्रक्रिया 10 बार करें। फील करें कि मेरे ब्रेन को यह पवित्र किरणें जा रही हैं।

साथ ही 10-10 मिनट 3 बार योगाभ्यास कर लें और पानी चार्ज करके पीयें। पानी चार्ज करने की विधि है - ग्लास में पानी लेकर उसे दृष्टि देते हुए 7 बार याद करें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। ऐसे पानी चार्ज करके 5 बार अवश्य पीयें। इसके अलावा रोज़ सवेरे एक बार उन सभी आत्माओं से क्षमा याचना करें जिन्हें पूर्व जन्मों में आपने कष्ट दिया है। इससे उन सभी आत्माओं से जो बैड एनर्जी आपको आ रही है, वो बंद हो जाएगी। ये सभी अभ्यास 3 मास करें तो आप ठीक हो जायेंगे और अच्छा इंसान बन जायेंगे, परंतु अच्छा होने के बाद आपको ज्ञान-योग को दृढ़ता से अपने जीवन में आगे बढ़ाना होगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

For Cable & DTH +91 8104777111

TATA SKY 192 airtel 686 VIDEOCON 497 RELIANCE 171

Peace of Mind "C" Band, MPEG4 DVB-S2 Receiver-FRQ: 4054, POL: H, SYM: 13230, INSAT: 4A, DEG:83°E

...जीने का मकसद मिला...



ब्रह्माकुमार वसंत कुमार, एच.आर.
भिलाई स्टील प्लांट।

प्रश्न: आप इस संस्था से कैसे जुड़े?

उत्तर: जब मैं काफी छोटा था, लगभग 8-9 साल का, तब मेरे मन में एक दिन अचानक आया कि मैं जिन्दा क्यों हूँ, मेरे जीवन का क्या उद्देश्य है। मैं सोचता था कि जैसे सभी लोग भेड़-बकरी की तरह जी रहे हैं, वो कोई लाइफ नहीं है। मैंने मेरी मम्मी को ऑबज़र्व किया कि मेरी मम्मी सुबह से शाम तक रोज़ वही कार्य करती है, उसमें कोई अंतर नहीं। रोज़ वही सबकुछ, एक मकैनिकल लाइफ़ जैसा। फिर मैंने अपनी लाइफ़ को चेक किया, तो मैंने यही जाना कि मेरी भी जो रूटीन लाइफ़ है वो एक मकैनिकल लाइफ़ है। मुझे ऐसा लगा जैसे कि आज मैं जिस उम्र में हूँ, मुझे कोई टेंशन नहीं है, मैं बहुत खुश हूँ, लेकिन माँ-बाप और दादा जी के लेवल पर उन्हें चिंताएं हैं, तकलीफें हैं, फिर भी वे एक रूटीन लाइफ़ जी रहे हैं। मैंने जीवन के सार को खोजने की कोशिश की... मैं घर से ये सोचकर निकलता था कि मैं वापस घर आऊंगा नहीं, ऐसा मैंने 10 बार से भी अधिक किया। मैं अपने आपको खत्म कर देना चाहता था, क्योंकि इस जीवन का कोई उद्देश्य नहीं था। फिर मैंने बहुत सारी किताबें पढ़ीं जैसे बाइबल, गीता, कुरान

इन्हें बचपन से ही एक खोज थी कि जीवन का एक मकसद हो। उसी खोज के लिए वे हरेक की लाइफ़ को ऑबज़र्व करते रहे। उन्होंने अपने मम्मी, पापा, दादा आदि को देखा तो पाया कि वे जैसे रूटीन, मकैनिकल लाइफ़ जी रहे हैं। तो मन में विचार आया कि यही लाइफ़ है! एक बार इसी सोच के साथ उन्होंने ब्रह्माकुमारीज के ज्ञान को देखा, समझा और अधिक गहराइयों में जाने के लिए परमात्मा के महावाक्य मुरली का अध्ययन किया तो उन्हें उनके जीवन का मकसद मिला। ऐसा कहना है भिलाई स्टील प्लांट के एच.आर. ब्र.कु. वसंत कुमार का। ओमशान्ति मीडिया से हुई उनकी बातचीत के कुछ अंश...

और बहुत अच्छे-अच्छे लेखकों की किताबें मैंने पढ़ी, लेकिन फिर भी मुझे जीवन का उद्देश्य नहीं मिल पाया। तब तक मैं एम.एस.सी. की पढ़ाई पूरी कर चुका था, मेरी जॉब भी लग गई थी स्टील प्लांट में। एक दिन मैं अपने प्लांट के पास के एरिया से कहीं जा रहा था, वहीं ब्रह्माकुमारीज की प्रदर्शनी लगी हुई थी, मैं भी वहाँ देखने चला गया। मैं वैसे तो आत्मा-परमात्मा, ये सब मानता नहीं था। फिर मैं सेंटर पर गया, सात दिन का कोर्स किया। 1990 में मुझे ये ज्ञान प्राप्त हुआ।

प्रश्न: ज्ञान मिलने के बाद आपको अनुभव हुआ कि ये वही जीवन का सार है जिसकी आप अब तक तलाश में थे?

उत्तर: ज्ञान मिलने के बाद परमात्मा की मुरली द्वारा मेरे मन में जितने प्रश्न थे, उन सबका जवाब मुझे मिल गया। फिर भी कुछ प्रश्न मन में आते थे, तो उस समय 1990 की बात है, भिलाई में कुछ बड़े डॉक्टर आये थे, उसमें एक डॉक्टर ने कहा था कि यहाँ जो ज्ञान दिया जाता है वो साइंटिफिकली प्रूव्ड है। वो बात मुझे बहुत अच्छी लगी और मैं इस ज्ञान की गहराइयों को समझता गया। मैंने तब से आज तक 26 साल में एक भी दिन मुरली मिस नहीं की, क्योंकि शुरु-शुरु में मुझे ज्ञान इतना स्पष्ट नहीं था, तो सेवाकेन्द्र पर मुझे दीदी ने कहा था कि अगर आप एक भी दिन मुरली मिस नहीं करोगे तो आप बाबा का हाथ कभी नहीं छोड़ोगे। उस दिन मैंने बाबा

के कमरे में बैठकर प्रतिज्ञा की कि जिस दिन तक शरीर में प्राण रहेंगे उस दिन तक मुरली ज़रूर सुनूंगा।

प्रश्न: आपने बाबा को जाना, बाबा को देखा, पहली बार जब अव्यक्त बाबा से मिले तो आपको कैसा अनुभव हुआ?

उत्तर: जब पहली बार बाबा से मिलने के लिए मधुबन आना हुआ तो बाबा से मिलने वाले दिन सूर्य भाई की क्लास के बाद मुझे जीवन में पहली बार फरिश्तेपन, लाइट की बाँडी का अनुभव हुआ।

प्रश्न: वर्तमान समय में आप अपने उद्देश्य की पूर्ति के लिए क्या कर रहे हैं?

उत्तर: मैं अभी ब्रह्माकुमारीज के स्पोर्ट्स विंग का ज़ोनल कोऑर्डिनेटर भी हूँ तो उसके अंतर्गत मैं बहुत से ट्रेनिंग प्रोग्राम कराता रहता हूँ। मुझे जो करना है वो खुद इनवेन्ट करता हूँ। राजयोग का जो 7 दिन का कोर्स है उसे मैंने पूरे साइंटिफिक तरीके से बनाया है, जो मुरलियों पर आधारित है।

प्रश्न: आप भिलाई स्टील प्लांट के वर्कर्स के बारे में क्या सोचते हैं?

उत्तर: चार-पाँच साल के लिए मेरी माइंस में पोस्टिंग थी तो वहाँ व्यसन करने वाले बहुत ज़्यादा हैं। उनके लिए मैंने अलग तरह का कोर्स डेवलप किया है। कोर्स ईश्वरीय ज्ञान पर ही आधारित होता है लेकिन उनके हिसाब से ही कराता हूँ। मैं प्लांट में कई टॉपिक्स जैसे स्ट्रेस मैनेजमेंट, ऐटीट्यूड आदि पर क्लास कराता हूँ।



आगरा सेक्टर 7-सिकन्दरा। ईश्वरीय स्नेह मिलन कार्यक्रम में अपने विचार व्यक्त करते हुए ब्र.कु. उषा, माउण्ट आबू। साथ है ब्र.कु. सरिता व ब्र.कु. मधु।



डिब्रुगढ़-असम। चैतन्य देवियों की झाँकी के उद्घाटन अवसर पर अपनी शुभकामनाएं देते हुए पवन सिंह घटोवर, फॉर्मर सेंट्रल मिनिस्टर ऑफ़ इंडिया। साथ है पूर्व चेयरमैन चन्द्रकांत बरुआ, ब्र.कु. बिनीता व अन्य।



राजसमंद-राज.। अपराधी सुधार दिवस पर जेल में कैदी भाइयों को परमात्म संदेश देने के पश्चात् चित्र में जेलर फिरोज अहमद खान, समाज कल्याण अधिकारी डॉ. तुलसीराम आमेटा एवं ब्र.कु. पूनम।



जालोर-राज.। 'लाइफ़ स्किल एज्युकेशन कैम्प' के दौरान मंचासीन बायें से ब्र.कु. जगदीश, माउण्ट आबू, भंवरलाल सुंदिया, प्रिन्सीपल, सीनियर सेकेण्डरी स्कूल, रमा अरोड़ा, एन.एस.एस. इंचार्ज, गवर्नमेंट कॉलेज, ब्र.कु. रंजू, ब्र.कु. वीरेन्द्र, माउण्ट आबू व लूनकरण चाण्डक, प्रेसीडेंट, महेश्वरी समाज।



रेवाड़ी-हरियाणा। चैतन्य देवियों की झाँकी में देवियों के साथ ब्र.कु. बृजेश बहन, ब्र.कु. उषा व ब्र.कु. रचना।



उमरिया-बिहार। चैतन्य देवियों की झाँकी का अवलोकन करने के पश्चात् एस.पी. चन्द्रशेखर सोलंकी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी।

कैसे करें... - पेज 10 का शेष

जायेगा और यदि यह विचार कई बार चला गया तो वह घटना आज नहीं तो कल घटेगी ज़रूर क्योंकि आपने उसका आह्वान किया। अब यदि इसको हम संतों और महात्माओं पर लें तो कह सकते हैं कि वे निरंतर सकारात्मक विचारों को बुद्धि के बल से इस पूरे विश्व में भेजते थे कि सबका भला हो, सबका कल्याण हो, सब सुखी हों, सब निरोगी हों। अब इससे दुनिया का भला तो बाद में होगा, सबसे पहले तो उनका भला होगा, क्योंकि वे पूरे समय उन्हीं विचारों के साथ जी रहे हैं, उन्हीं संकल्पों के साथ जी रहे हैं। अब आप सोचो कि जब कोई व्यक्ति उनके सामने किसी दुःख, परेशानी आदि की बात लेकर जायेगा तो उनके संकल्पों में उस दुःख को हटाने की ताकत नहीं होगी! जैसे व्यक्ति को उन्होंने छुआ, तो छूने मात्र से ही प्रकृति बाहर की व अंदर की एक सेकण्ड में बदल जायेगी। उन्होंने पूरा जीवन, हर पल, हर क्षण इन्हीं संकल्पों

में बिताया होता है, सिर्फ सुख, सिर्फ आनंद, सिर्फ प्रेम और कुछ नहीं। लेकिन हम तो कभी सुखी हैं तो बहुत सुखी हैं, लेकिन जब दुःखी होते हैं तो उस दुःख में इतना उलझ जाते हैं कि और दुःख को अपनी ओर आकर्षित कर लेते हैं।

चमत्कार की बात लोग कर रहे हैं, लेकिन उदाहरण उन लोगों का देते हैं जिनको लोग जानते ही नहीं हैं। अरे! कितनी साधनायें इसके लिए करनी पड़ती होंगी। अपने मन को बाहरी, विनाशी बातों से हटाकर अविनाशी बातों पर लगाने में। आप देखो कि जब इस दुनिया का कोई संत या महात्मा आपको चमत्कार दिखाता है तो क्या वो चमत्कार हो सकता है, क्योंकि वो कमाने के लिए दिखा रहा है और उसमें जाल है, हम समझ नहीं पाते। हम आपको एक उदाहरण से समझायें कि एक व्यक्ति जंगल में रहता है, जिसको कुछ नहीं चाहिए, जिसे कोई दो मुट्ठी चावल दे दे तो पेट भर जायेगा, वो मांग नहीं रहा है और एक है जिसने पचास हजार रुपये में किराये

का मकान लिया है वो आपको योग सिखाये। अब सबसे पहले तो पचास हजार रुपये निकालेगा तब तो योग सिखायेगा, तो उसका फोकस तो पैसा हो गया, फिर से विनाशी चीज़ उसके पास आयी। लेकिन जिसको कुछ नहीं चाहिए, वो जो करेगा वो आपको चमत्कार जैसा लगेगा, इसलिए दुनिया के इन महान संतों को सब लोग आज भी याद करते हैं, जिन्होंने समाज को सबकुछ दिया लेकिन लिया कुछ भी नहीं।

आप भी यदि ऐसा कुछ करना चाहते हैं तो अपनी सारी मान्यतायें तथा पूर्व अनुभवों से निकलकर अपनी बुद्धि को दिव्य बनायें, उसके लिए समझ विकसित करनी है कि क्या मेरे लिए उचित है और क्या अनुचित है। चमत्कार तो दोनों ही हैं लेकिन एक है रचनात्मक और दूसरा है विनाशकारी। चमत्कार वो है जिसमें समाज का हित हो, अपना भी हित हो और वो सुकूनदायक भी हो, जो परिणाम जनित न हो, जो सिर्फ हो। और वो कल्याण के सिवाय और कुछ नहीं हो सकता।

मानव में अब होगा मानवता का जागरण - उपाध्याय

- धूमधाम से उत्तर प्रदेश में पहली बार विश्व शान्ति मेले का हुआ आगाज़।
- भारत के राष्ट्रपति, मॉरीशस के प्रधानमंत्री अनिरुद्ध जगन्नाथ, अन्ना हज़ारे एवं राजस्थान की मुख्यमंत्री ने भेजी शुभकामनाएं।



विश्व शान्ति मेला का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मुकुल उपाध्याय, ब्र.कु. उषा, अजय कुमार व अन्य ब्र.कु. बहनें व भाई।

हाथरस-उ.प्र.। मानव में मानवता के जागरण का बहुत सराहनीय प्रयास है विश्व शान्ति मेला, हाथरस और उसके आसपास की जनता, खासकर युवा इससे अवश्य लाभान्वित होंगे। ऐसा कहना था ब्रह्माकुमारीज के पंजाब ज़ोन द्वारा आयोजित 'विश्व शान्ति मेले' में पर्यावरण, व्यसनमुक्ति, साहित्य, कला और संस्कृति के संगम की झाँकी का अवलोकन करने के पश्चात् पूर्व एम.एल.सी. मुकुल उपाध्याय का। ब्रह्माकुमारीज की प्रमुख आध्यात्मिक वक्ता व वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा ने अपने सम्बोधन में कहा कि आज मनुष्य चाहता तो है कि वह

और उसके परिवार के सदस्यों के जीवन में गुणों की धारणा हो लेकिन वातावरण और परिस्थितियों से जूझ कर विजयी बनने की कला सिखाने का कार्य यह मेला करेगा। परमपिता परमात्मा शिव को अपना साथी बना लेने से किसी भी कष्ट में दुःख का अनुभव नहीं होता।

मंगलायतन विश्व विद्यालय के डायरेक्टर अजय कुमार ने अपने सम्बोधन में कहा कि मुझे यहां आकर बहुत खुशी मिली, सौभाग्यशाली हूँ। मेले में सामाजिक, पारिवारिक, राष्ट्रीय समस्याओं का सकारात्मक हल बताने का प्रयास किया गया। पर्यावरण, जीवन मूल्य, स्वास्थ्य, व्यसन मुक्ति सहित बच्चों के ढेरों खेलों के दर्जनभर शिविरों का आयोजन किया गया। आर.बी.एस. के बच्चों व ब्र.कु. तनु ने आध्यात्मिक गीतों पर अपनी ज़ोरदार प्रस्तुति दी।

समाज तंदुरुस्त तो देश तंदुरुस्त - ब्र.कु. करुणा

भिलोड़ा में निःशुल्क सर्वरोग निदान कैम्प में लगभग हज़ार लोगों ने भाग लिया। व्यसनमुक्ति के लिए लोग आगे आए और त्याग की भावना से व्यसन छोड़े।



निःशुल्क सर्वरोग निदान कैम्प के दौरान रोगियों की चिकित्सा जाँच करते हुए डॉक्टर। चिकित्सा लाभ लेते ग्रामवासी।

भिलोड़ा-गुज.। गुजरात के जाने-माने पंद्रह डॉक्टरों की टीम के विशेष योगदान द्वारा व भिलोड़ा विकास परिषद एवं प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के मेडिकल विंग के सहयोग से निःशुल्क सर्व रोग निदान कैम्प में अरवल्ली (मोडासा) विस्तार में गरीब आदिवासी रोगियों को मुफ्त दवाइयां देकर उनके रोगों का निदान किया गया।

भारत विकास परिषद के अध्यक्ष जीतेन्द्र भाटिया ने बताया कि सम्पर्क, सेवा एवं समर्पण भाव के सहयोग के कारण ही यह कार्यक्रम बहुत ही सफल रहा। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारी

संस्थान के मेडिकल विंग के माध्यम से व पंद्रह रोग निदान विशेषज्ञों के अमूल्य सहयोग से ये कार्य बहुत सफल रहा। निदान कैम्प के अवसर पर ब्र.कु. करुणा, मेडिकल विंग के कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. बनारसी शाह, सर्व डॉक्टरों टीम, पूर्व सांसद डॉ. महेन्द्र सिंह, ब्र.कु. गंगाधर, सूचना के पूर्व ज्वाइंट डायरेक्टर के.एम.डामोर, कौशिक सोनी, मुकेश भाई पंचाल एवं अन्य गणमान्य जन उपस्थित रहे। ब्रह्माकुमारीज के जनसम्पर्क अधिकारी ब्र.कु. करुणा ने बताया कि अरवल्ली जिला के निःशुल्क कैम्प में आये लाभार्थियों को देख मुझे बहुत हर्ष हो

रहा है। उन्होंने कहा कि समाज स्वस्थ होगा तो राष्ट्र स्वस्थ बनेगा और विश्व कल्याण की भावना सही अर्थ में सफल होगी।

गुटका, पान, बीड़ी, शराब ने आज सामान्य मानव के जीवन को अस्त-व्यस्त कर दिया है। ऐसे व्यसनों से मुक्त करने के लिए हम सबको आगे आकर जागृति लानी होगी। कार्यक्रम में स्थानीय जन-अधिकारी सक्रियता से जुटे और कार्यक्रम को सफल बनाया। साथ ही ब्र.कु. शोभा ने भी सभी को अपनी शुभकामनाएं दीं। इस कार्यक्रम में लगभग 1000 लोगों ने भाग लिया।

सभी दुःखों का कारण है अज्ञानता : दादी



दीपावली के अवसर पर लड़ियों की रोशनी से रोशन होता ओमशान्ति भवन पाण्डव भवन-माउण्ट आबू। जीवन में सर्व दुःखों का कारण अज्ञान है। अज्ञान रूपी अंधकार को समाप्त करने के लिए ज्ञान का जीवन में समावेश करने की ज़रूरत है। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने पाण्डव भवन में दीपावली के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त किये।

उन्होंने कहा कि मन में निरंतर ज्ञान की रोशनी जगाकर रखने से जीवन सदैव ऊर्जावान बना रहता है। त्योहारों के वास्तविक रहस्य को जानकर मनाने से ही सुख, शान्ति व खुशी सदा कायम रह सकती है। संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि भारतीय संस्कृति की परंपरा के अनुरूप अपने जीवन को सुख शांति से भरपूर करने के लिए श्रीलक्ष्मी व श्रीनारायण जैसे लक्षणों को अपनाना चाहिए। कार्यक्रम में ज्ञानसरोवर निदेशिका ब्र.कु. डॉ. निर्मला, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. मुन्नी, ब्र.कु. शशि व ब्र.कु. मृत्युंजय ने भी अपने विचार व्यक्त किये।

दीपावली है विजय मनाने का त्योहार



कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए दादी जानकी, दादी हृदयमोहिनी व दादी रतनमोहिनी। ज्ञानसरोवर-माउण्ट आबू। ज्ञानसरोवर के प्रांगण में जब नुमाशाम 7 बजे दादियों की बग्गी ने प्रवेश किया तो प्रांगण में दोनों तरफ मोमबत्ती लिये हुए राजयोगी भाई बहनें खड़े थे और दादी जी की बग्गी ने उनके मध्य से गुज़रते हुए हार्मनी हॉल में प्रवेश किया। हार्मनी हॉल में प्रवेश करते ही वहां देश विदेश से आये हुए राजयोगी भाई बहनों ने तालियों की गड़गड़ाहट के साथ दादियों का स्वागत। हार्मनी हॉल दीपक की लड़ियों और गुब्बारों से सुसज्जित था। दादियों एवं वरिष्ठ भाई बहनों के लिए बहुत सुंदर स्टेज सजाया गया था। सभी का सीनियर भाई बहनों द्वारा स्वागत किया गया। दादी ने सभी को दीपावली की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि दीपावली हमारी आसुरी प्रवृत्तियों पर विजय का प्रतीक है। उन्होंने कहा कि सभी को परमात्म ज्ञान से अपने जीवन को रोशन कर नई दुनिया को लाना है। अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि अपने दिल में परमात्मा को बिठाओ तो कभी भी दुःख रूपी अंधकार जीवन में नहीं आयेगा और कभी भी कुछ बात आती है तो परमात्मा को अर्पण करते चलो और उड़ते चलो। सभी दादियों ने मिलकर केक काटा और दीप जलाये और रशिया से आये कलाकारों ने भारतीय गीतों पर सांस्कृतिक प्रस्तुति दी।

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510. सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088, Email- mediabkm@gmail.com, omshantimedia@bkivv.org, 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 15th Nov 2015

संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।