

आमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 17

अंक-17

दिसम्बर-1, 2016

(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

8.00

ग्लोबल अस्पताल का रजत जयंती महोत्सव

फिल्म अभिनेत्री ग्रेसी सिंह, चिकित्सा राज्यमंत्री राजेन्द्र सिंह राठौड़ भी थे उपस्थित

‘मानवता की सेवा करते हुए हॉस्पिटल ने अपने 25 वर्ष पूरे किये हैं’ - संस्था की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी।

‘पीड़ितों की सेवा करना एक महान पुण्य है। यह हर किसी से संभव नहीं होता है। - संस्था की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी।

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज के शांतिवन परिसर में ग्लोबल अस्पताल का सिल्वर जुबली कार्यक्रम सम्पन्न हुआ। इसमें सभी ने अपने विचार व्यक्त किये...

‘स्वास्थ्य सेवाओं के व्यवसायीकरण पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि सरकार ने गांवों में सर्वे कराया था जिसमें हर दो में से एक व्यक्ति डायबिटीज से पीड़ित है। वहीं हर आठ में से एक व्यक्ति को हाईपरटेंशन है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार हर संभव अस्पताल को मदद करेगी, ताकि लोगों को जान माल का खतरा ना हो’ - **चिकित्सा राज्यमंत्री राजेन्द्र सिंह राठौड़।**

‘हमने अपने जीवन में योग को अपनाकर देखा है कि खुद को श्रेष्ठ बनाने के लिए इससे बेहतर दूसरी कोई औषधि नहीं है। इसलिए जो प्रतिदिन योग एवं राजयोग को जीवन में शामिल करता है उसे बीमारियों से मुक्ति मिलना स्वाभाविक है’ - **राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग के अध्यक्ष न्यायमूर्ति वी. ईश्वरैया।**

ग्लोबल अस्पताल की परिकल्पना के सर्जक तथा हॉस्पिटल के मैनेजिंग ट्रस्टी राजयोगी ब्रह्माकुमार निर्वैर ने कहा कि ग्रामीण इलाकों में रहने वाले आदिवासी तथा गरीब लोगों को बेहतर सुविधा उपलब्ध कराई जाए। इसके लिए हॉस्पिटल निरंतर प्रयासरत रहता है। ‘स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता लाएं और दूसरों को भी इसके प्रति प्रेरित करें’ - **संस्था के अति. सचिव ब्र.कु. वृजमोहन।**

कार्यक्रम में फिल्म अभिनेत्री ग्रेसीसिंह ने



कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी दादी जानकी, दादी हृदयमोहिनी, ईशु दादी, ब्र.कु. निर्वैर, ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह, डॉ. प्रताप मिड्डा, ब्र.कु. मृत्युंजय, ब्र.कु. आत्म प्रकाश, ब्र.कु. भरत, ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. मुन्नी, ब्र.कु. मोहिनी, न्यूयॉर्क, ब्र.कु. शुक्ला व अन्य।

एक नृत्य नाटिका की प्रस्तुति दी। जिसमें वे देवी के रूप में नज़र आईं और इस

नाटिका के माध्यम से महिला सशक्तिकरण का संदेश दिया।

कार्यक्रम में महाराजा दैवियत सिंह, ब्र.कु. रमेश शाह, मेडिकल प्रभाग के

अध्यक्ष डॉ. अशोक मेहता, संस्था के यूरोपीय सेवाकेन्द्रों की निदेशिका ब्र.कु. जयंती, सी.बी.आई. के पूर्व निदेशक डॉ. डी.आर. कार्तिकेयन, विधायक समाराम गरसिया, विधायक जगसीराम कोली, यूआईटी चेयरमैन सुरेश कोठारी, आबूरोड पालिका अध्यक्ष सुरेश सिंदल, भाजपा जिलाध्यक्ष लुंबाराम चौधरी, सीआरपीएफ आईजी बी.एस.चौहान, भाजपा युवा मोर्चा के अध्यक्ष हेमंत पुरोहित, भाजपा के पूर्व महामंत्री विरेन्द्र सिंह चौहान, नैरोबी ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों की निदेशिका ब्र.कु. वेदांती सहित कई लोग उपस्थित रहे तथा अपनी शुभकामनाएं दीं।

मानवता की सेवा में समर्पित ग्लोबल अस्पताल

ग्लोबल अस्पताल की पच्चीस वर्ष की उपलब्धियाँ बताते हुए ग्लोबल अस्पताल के निदेशक डॉ. प्रताप मिड्डा ने कहा कि आबू रोड व माउण्ट आबू का पूरा क्षेत्र पिछड़े इलाकों में ही आता है। यहाँ जागरूकता का स्तर पढ़ाई से लेकर स्वास्थ्य तक बहुत कम है, इसीलिए मानवता की सेवा भी यह अस्पताल पूरी तरह से करता है। ऐसे में ‘प्रिवेन्टिव हेल्थ केयर’ कार्यक्रम के द्वारा स्वास्थ्य तथा स्वच्छता के प्रति जागरूकता लाई जा रही है जो अनुकरणीय है। ग्लोबल अस्पताल सिर्फ स्वास्थ्य नहीं, बल्कि शिक्षा के क्षेत्र में भी कार्य करता है जो कई गांव में स्कूल की शुरुआत कर बच्चों को शिक्षा के प्रति जागरूक कर एक क्रान्तिकारी कार्य कर रहा है।

पच्चीस साल के इस लम्बे सफर में उसने बुजुर्गों के लिए एक आधुनिक तथा सर्व सुविधाओं से सुसज्जित ‘शिवमणि होम’ को स्थापित कर एक नया मिसाल कायम किया है। इस विस्तार में नर्सिंग कॉलेज की स्थापना कर रोजगार उपलब्ध कराया तथा युवाओं को इस क्षेत्र में शिक्षित करने का कार्य बखूबी कर रहा है। ग्लोबल अस्पताल ने पच्चीस वर्ष में सिरौही, जालोर, नागौर सहित कई जिलों के छोटे छोटे गांव में स्वास्थ्य लाभ हेतु एक क्रान्ति लाई है। ‘वैल्यू इन हेल्थ केयर प्रोजेक्ट’ के अंतर्गत ग्लोबल हॉस्पिटल सैकड़ों कार्यक्रमों, सेमिनार, कॉन्फ्रेंस आदि के द्वारा आध्यात्मिक जागृति कर सभी को एक उच्च स्तरीय बेहतर जीवन जीने का मार्ग प्रदर्शित कर



रहा है। ग्लोबल अस्पताल ने एलोपैथी, होम्योपैथी, मैगनेट थैरेपी, आयुर्वेद, नेचरोपैथी, फिजियोथैरेपी, इस तरह की उच्च स्तरीय स्वास्थ्य सुविधाएं एक ही अस्पताल में संजो कर अस्पताल का नाम सार्थक किया है। ये पहाड़ी क्षेत्र होने के कारण यहाँ एक ‘ट्रॉमा सेंटर’ की

सुविधा उपलब्ध करायी गई जो इस क्षेत्र में मिल का पत्थर साबित हुआ है। यह अस्पताल एक होली पैलेस की तरह तन और मन दोनों बेहतर बनाने की दिशा में एक अनुकरणीय स्थान बन गया है, जहाँ देश विदेश से लाखों पर्यटक भी इसका लाभ ले रहे हैं।

योगाश्री डॉ. नागेन्द्र ने मुख्य प्रशासिका दादी जानकी से मुलाकात के दौरान राजयोग पर की चर्चा

‘भारत विशिष्ट शक्तियों से विभूषित है। योग और अध्यात्म में तन और मन की बीमारी ठीक करने की सम्पूर्ण क्षमता है। योग तन को साधने और स्वस्थ रखने का बेहतर तरीका है, लेकिन यदि आत्मा को ठीक रखना है तो योग के साथ राजयोग ज़रूरी है। पिछले कुछ वर्षों में लोगों का रूझान



योग के प्रति बढ़ा, इससे ही सम्पूर्ण बीमारियों से मुक्ति पाई जा सकती है। उन्होंने कहा कि सारी बीमारियाँ सोच से पैदा होती हैं। यहाँ राजयोग के

माध्यम से तन के साथ साथ मन के स्वास्थ्य की जागरूकता भी लाई जा रही है जो सराहनीय कदम है। उन्होंने संस्थान के इस कदम को कारगर भी बताया तथा अपनी शुभकामनाएं भी दीं। - योग गुरु तथा विवेकानंद योग संस्थान के अध्यक्ष पद्मश्री एच.आर. नागेन्द्र।



ग्लोबल हॉस्पिटल द्वारा आधुनिक तकनीक से सुसज्जित ट्रॉमा सेंटर, शांतिवन।

मन के विजयी...

‘जगत बिगड़ गया है, मेरा वश चले तो इस दुनिया को आग लगा दूँ’, ‘उसने मुझे बहुत दुःख दिया है, मैं उसे क्षमा करने में सक्षम नहीं हूँ’। ‘मैं कभी सुधरने वाला नहीं हूँ, मेरे पूर्व जन्मों के कर्म ही खराब होंगे’। ‘मुझे वातावरण में सार नहीं दिखता, इतना याद रखो कि मेरी मति बेलगाम हुई तो आपकी धन-दौलत सब बर्बाद कर दूंगा’।

मनुष्य या तो आत्म प्रशंसा या तो चापलूस बाजों द्वारा की हुई प्रशंसा से फूलता है, या फिर स्वयं प्रति धिक्कार वृत्ति से भी पीड़ित होता है। मनुष्य इतना कंजूस है कि दूसरों से खुले दिल से क्षमा मांग नहीं सकता। ‘आप पड़ोसी को चाहो, यह तो दूर की बात है, पहले स्वयं को चाहो’। ‘ईश्वर ने आपको मनुष्य अवतार रूप में जीवन दिया है, इसके लिए आप उसे चाहो’। हुई भूल, आपके द्वारा हुए अन्याय या क्रोध के शिकार व्यक्ति के प्रति मन ही मन क्षमा मांगो और परमेश्वर से भी क्षमा मांगो।

मनुष्य, जीवन में चार प्रकार से समस्या पैदा करता है:- 1. क्रोध, 2. निंदा, 3. अपराध भाव और 4. भय। कुदरत का नियम है कि जैसा बोएंगे वैसा ही पायेंगे। क्रोध करेंगे तो दूसरों के क्रोध के भागी बनेंगे। असफलता का निरंतर चिंतन किया करेंगे तो तरह-तरह की असफलतायें आपके मन को स्थान बनायेंगी।

आजीवन कारावास भोगने वाले कैदियों ने क्रोध को अपना नियामक बनाकर दूसरों के प्रति वैरवृत्ति दिखाई। खून, हिंसा या हत्याओं में रचे-बसे रहे, उसके कारण उनकी दुर्दशा हुई।

एक विचारक का मानना है कि ‘मेरे समक्ष सिद्ध करके दिखाओ कि आप आत्मसंयमी बन सकते हो, तब मैं कहूंगा कि आप शिक्षित मनुष्य हैं, अन्यथा आत्मसंयम के बिना दूसरी शिक्षा लगभग निरर्थक है और निष्फल’। क्रोध, ये मनुष्य द्वारा आमंत्रित किया उन्माद है।

जैसे कीचड़ में पड़े हुए मनुष्य के प्रति करुणाशील बन उसे कीचड़ से बाहर निकालना हमारा कर्तव्य है, ऐसे ही क्रोधप्रस्त व्यक्ति के प्रति कोपाविष्ट बनने के बजाय सहिष्णु बन उसके क्रोध को शांत करने की प्रतीक्षा करनी चाहिए। आप जो दूसरे व्यक्ति के क्रोध प्रति निरुत्तर रहेंगे तो उसके क्रोध को शांत करने का अवसर मिलेगा।

क्रोध की तरह दूसरी बुरी आदत है - निंदा। निंदा-स्तुति, दूसरों को बदनाम कराने की वृत्ति और प्रवृत्ति है। निंदा-स्तुति के वृत्ति का विष मनुष्य के मन, हृदय और रक्त को विषाक्त बनाता है। मनुष्य विचारों से शुद्ध रहे, तब ही आचरण से भी शुद्ध रह सकता है। इसीलिए कहा गया है कि आपका विचार-बल, यही आपके नसीब का दूसरा नाम है। क्योंकि विचारों के बल से हम अपने कलह-क्लेश को सलाह-शांति में, रोग को तंदुरुस्ती में, अंधकार को प्रकाश में, निराशा को आशा में, नफरत को प्रेम में और गरीबी तथा असफलता को आबादी तथा सफलता स्वरूप में परिवर्तित करने में शक्तिशाली हो सकते हैं।

मनुष्य कहे या ना कहे, लेकिन कोई न कोई अपराध भाव से वो पीड़ित रहता है। उस अपराध भाव से जब तक मनुष्य मुक्त न हो, तब तक वो मानसिक तथा शारीरिक दृष्टि से निरोगी रह नहीं सकता! इसलिए अपराध भाव से मुक्त होने के लिए बालक की तरह निर्दोष बन आत्मसंयम का सहारा लें। आप स्वयं ही स्वयं को क्षमा करें और जीवन को आशावान बनायें।

नफरत की भावना की तरह सत्य कल्पित भय भी मनुष्य का पीछा नहीं छोड़ता। भय के कारण अकल्याण का शिकार बनता है, जिसका असर उसकी निर्णयशक्ति पर पड़ता है। आप अपने को आश्वस्त करें कि परमात्मा मेरे साथ है, तो भय शैतान मेरा कुछ भी बिगाड़ नहीं सकता। मन पर तरह-तरह की पर्तें पड़ी हुई हैं, उन्हें हटाने के लिए - शेष पेज 8 पर



- डॉ. कु. गंगाधर

अच्छी स्थिति से सेवा करके अपनी अवस्था को ऊँच बनाके रखो

हरेक अपने नयनों को देखे, सारे चेहरे में यह मुख बोल रहा है, पर ये नयन बहुत अच्छा काम करते हैं। बाबा ने गोद बिठाके गले लगाके पलकों में बिठा दिया, यह है हमारा ठिकाना। ऐसे है ना! देख रहे हो इन पलकों में कौन है? कोई देहधारी नहीं, अपनी देह ही खलास। यह जो आत्मा को अपनी देह है ना, उसके भान से भी परे कर दिया। यहाँ अभी इतने सब बाबा के बच्चे बैठके, बाबा से सुख घनेरे ले रहे हो, ऐसी सुन्दर रचना है, नशा चढ़ा हुआ है ना कि हम कहाँ बैठे हैं, सारे विश्व में ऐसा स्थान, ऐसे परिवार का संगठन कहीं भी नहीं है। सारे विश्व में चक्र लगाके देखो। हमारे लिये बाबा ने दिन रात, सुबह शाम जो नियम बनाके दिये हैं, उस टाइम अनुसार हमें एक्यूरेट रहना ही है। यहाँ बैठे कोई चिंतन नहीं है क्योंकि बाबा की दृष्टि मिल रही है। नज़र से निहाल करने वाला बाबा सामने बैठा है, तो कभी भी बेहाल नहीं होते हैं। यह क्या हो रहा है, कुछ नहीं हो रहा है। भाग्यवान हैं।

मैंने मम्मा को बचपन से देखा था, यह छोटी सी कुमारी और सब कुमारियों से न्यारी थी, फैशनेबुल थी, बोल-चाल बड़ा नशे वाला था, इंग्लिश स्कूल में पढ़ती थी, ड्रेस ऐसी पहनती थी जिससे यह पता नहीं पड़ता था यह सिन्ध की है। पर जब बाबा की बन गयी तो वो सब रूहानियत में बदल गया। मैंने भी शुरू से कभी अपना टाइम वेस्ट नहीं किया

है तभी जीवन सफल हुई है। पाँचों विकारों में से अहंकार सबसे बुरी बला है। निरहंकारी, निर्विकारी कैसे बनें? अभी हमारा हीरे जैसा जन्म अमोलक है, इसे कौड़ियों के पीछे नहीं गँवाना है। सभी ने यह पक्का किया है ना, यह हीरे जैसा चमकता जीवन है। निश्चय में विजय है, यह गैरन्टी है, यह है चमक। कोई भी कमी हमारे में न रह जाए।

इतनी सुन्दर रचना देख रचना की याद स्वतः आती है। वह रचना पहले माँ है, फिर बाप है, फिर टीचर और सतगुरु भी है। फिर कहता मैं तुम्हारा बच्चा भी हूँ। मुरली में चक्र का ज्ञान, सीढ़ी का ज्ञान कितना स्पष्ट देता है। कैसे ऊपर से उतरते नीचे आ गये हैं, अभी लिफ्ट से ऊपर चढ़ना है। सिर्फ बटन दबाओ, हमको तो बटन भी दबाने की ज़रूरत नहीं है। लिफ्ट के आगे जाओ वो आपेही अन्दर बिठाके ऊपर में पहुँचा देगा। बाकी हमको क्या चाहिए, कुछ नहीं चाहिए। मैं शरीर में हूँ, तो भी बाबा के साथ हूँ, शरीर छोड़ूँगी तो भी बाबा मुझे साथ ले जायेगा। मैं अकेली नहीं जाऊँगी। कोई बताके वा पूछके नहीं मरता है, कारणे अकारणे शरीर छोड़ने के समाचार आते रहते हैं इसलिए अच्छी स्थिति से सेवा करके अपनी अवस्था को ऊँच बनाके रखो तो कभी भी शरीर छूटे कोई हर्जा नहीं।

दिल कहता है बाबा, आपकी रचना इतनी

सुन्दर तो मैं कैसी हूँ!

सुन्दर हूँ ना! क्या श्रृंगार किया है!

दुनिया में भाषायें अनेक हैं, पर हमारी

हिन्दी भाषा ऐसी

नैचुरल हो गयी है जो सब अच्छी तरह से

समझ जाते हैं। यह चेहरा बताता है इसलिए

सिन्धी बोलना छुड़ा दिया। जो बाबा की भाषा

है, जिस भाषा में बाबा महावाक्य उच्चारण

करते हैं, वही बोलना अच्छा लगता है।

मुरली की भाषा हिन्दी है तो बाबा का बनने

में बहुत सुख मिलता है। अतीन्द्रिय सुख है।

जिनका मुरली से प्यार है उन्हें गोप-गोपी

कहा जाता है। वही अतीन्द्रिय सुख पाने के

हकदार हैं। मुरली में जो एक एक शब्द आता

है, उसको याद करूँ या उस पर चलूँ?

क्योंकि यह बातें सिर्फ समझने वा याद रखने

की नहीं हैं, प्रैक्टिकल लाइफ में यूज करके

ऐसा अच्छा चलने, मीठा बनने की बातें हैं।

कभी भी मुख से रूखा शब्द भी नहीं निकले।

एक होता है मीठा, दूसरा होता है कड़वा,

तीसरा होता है रूखा। अभी रूखी रोटी कैसे

खायेंगे? सब्जी भी चाहिए। भले अभी तबियत

के कारण हम मीठा नहीं खा सकते पर जब

तक किसी और को मीठी टोली न खिलाऊँ

तो अच्छा नहीं लगता है, तो यह भी परिवार

के साथ प्यार है ना। यह संगमयुग की बहुत

अच्छी रसम है।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

सदा अपनी व दूसरों की आत्मा की ज्योति जगती रहे



दादी हृदयमोहिनी
अति. मुख्य प्रशासिका

दीपावली के समय सभी दीपक जगाते हैं और मौज मनाते हैं। उस समय हरेक के दिल में यही आता है कि यह दीपक जगाना तो हमारी स्थूल यादगार है। हमारी तो आत्मा रूपी ज्योति बाबा ने जगा दी जो जगती ही रहती है। ऐसे दीपमाला में जो दीपक जगाते हैं वो जगता ही रहता है, और जगा हुआ दीपक कितना अच्छा लगता है। बुझा हुआ दीपक तो बन्द वाला काला हो जाता है और जगे हुए दीपक को देखो तो कितनी रोशनी अच्छी लगती है। हमको हर बात में ज्ञान की ही बातें याद आती हैं। तो बाबा कहते हैं अभी आपका दीपक ज्ञान से जगा हुआ हो। बाबा ने अनेक दीपक जगाये हैं। तो अनेक दीपक जगने से दीपावली हो जाती है। एक दीपक जगे तो दीपावली नहीं कहा जाता, तो आप अनेक दीपकों में एक दीपक हैं। एक-एक दीपक अपनी रोशनी दे रहे हैं। कितनों को रोशनी दे रहे हैं? अनेकानेकों को। तो यह दीपक स्थूल मिसाल है, वो देख करके हमें भी याद आता है कि हमारा दीपक भी सदा जगता है? सदा रोशनी के साथ जो जगे हुए दीपक की झलक होती है, ऐसे मैं दीपक भी ऐसे ही जगता हुआ अपनी झलक

दिखाने में तत्पर हूँ? क्योंकि आजकल तो अन्धकार ही अन्धकार है, अन्धकार के बीच में मैं जगा हुआ दीपक हूँ, तो जगा हुआ दीपक अपनी रोशनी से और दीपकों को भी साथी बना रहा है। तो उसको जगे हुए दीपकों को देख करके कितनी खुशी होती है। बुझे हुए दीपकों को देखकर के खुशी नहीं होती है। उसको जगाने की कोशिश करते हैं और एक दीपक से दूसरे दीपक को जगाके रिमझिम लगा देते हैं, तो सभी देख करके, खुश होके कहते हैं वाह दीपावली वाह! वाह अन्धकार वाह नहीं करते हैं। लेकिन दीपावली या रोशनी देख करके गाते हैं वाह! तो अभी वाह वाह कहने की सीज़न है। कोई भी चाहे छोटा बच्चा है, चाहे बूढ़ा है, यह दीपक ज़रूर जगाते हैं। अगर दीपावली के दिन भी दीपक नहीं जगाया तो उसको भाग्य नहीं कहेंगे। लेकिन हम तो सभी भाग्यवान हैं इसलिए हम दीपावली मना रहे हैं। और जो दीपावली मनाते हैं तो आत्मा रूपी दीपकों को भी नोट करते हैं कि वो कितनी रोशनी दे रहे हैं और अमर हैं या बुझ जाते हैं! जितना घी डालेंगे उतना ही जगेगा ना। तो इतना घी है हमारे पास! अविनाशी ज्ञान का घी है तो हमारी ज्योति सदा जगती रहती है। जगा हुआ दीपक सबको प्यारा लगता है और कई काम भी करता है। बुझा हुआ दीपक एक तो देखने

में भी अच्छा नहीं लगता और कोई काम भी नहीं होता। तो अगर दीपक जगता है तो देखने का काम भी होता और जगा हुआ चमकता है तो उसमें आकर्षण भी होती इसीलिए हमेशा अपने को जगा हुआ दीपक समझके अन्धकार को मिटाने वाले दीपक समझो और उससे लाभ उठाओ। तो जैसे खुद जगा हुआ दीपक हो ऐसे दूसरों का भी दीपक जगा दो। अगर आस-पास वालों का भी दीपक बुझा हुआ होगा तो मज़ा नहीं आयेगा लेकिन चारों तरफ रोशनी करने से कितना अच्छा सारा मोहल्ला चमकने वाला हो जाता है। तो ऐसे हमें भी बाबा कहता है सदा अपना और अपने अड़ोस पड़ोस में सबका दीपक यानी आत्मा जो है वो जगी हुई चमकती हुई दिखाई दे। फिर दूसरा है मीठा मुख, तो कितनी मिठाई बनाते हैं। वैरायटी बनाते हैं। तो सभी अपना दीपक चेक करना और मुख के मीठे बोल की मिठाई ज़रूर खाना और खिलाना। सदा जागती ज्योत बन करके सबको रास्ता दिखाना तो सभी मंज़िल पर पहुंच जायेंगे। सभी ने आज के दिन की मुबारक भी बाबा को दी होगी कि बाबा हमारे अन्दर से सूक्ष्म में जो भी कमी कमज़ोरी रही हुई है वह आज हम आपको समर्पित कर पुराना चौपड़ा खलास करते हैं। बच्चा सम्पूर्ण बन जाये तो बाबा को कितना मज़ा आता है।

सभी समस्याओं का मात्र एक समाधान

- ब्र.कु. योगिनी, मुम्बई

पवित्रता अर्थात् क्या

पवित्रता को शरीर मात्र के साथ नहीं जोड़ना है, पवित्रता तो मन की, तन की, धन की, समय की, संकल्पों की भी है। शब्दों का उपयोग तथा कार्य आदि करने में भी पवित्रता का अमूल्य योगदान है। परमात्मा की श्रीमत् के अनुसार पवित्र व्यक्ति मन वचन कर्म तीनों से पवित्र होगा। यहाँ तक कि स्वप्न और संकल्प में भी उसके किसी और के लिए बुरे भाव नहीं आएंगे। इसीलिए तो कहते हैं कि पवित्रता की परिभाषा बहुत सूक्ष्म है।

पवित्रता के कुछ प्रकार ये हैं-

मन की पवित्रता

सदैव ईश्वर के श्रीमत् प्रमाण ही संकल्प करना, शुभ भावना, शुभ कामना, दातापन की भावना सदैव स्व, दुसरों और विश्व प्रति श्रेष्ठ संकल्प ही करना।

लाभ:- पवित्र मन सदैव श्रेष्ठ और कल्याणकारी ही संकल्प करता है जिससे प्योर

कर्मों की पवित्रता

ज्ञान के सागर शिव बाबा ने हमें कर्मों की गुह्य गति का ज्ञान दिया है। साथ ही साथ हमें मास्टर त्रिकालदर्शी बन कर्म करने की प्रेरणा दी है। बाबा हमें सदैव अपने हर कर्म उनको समर्पित कर निमित्त भाव से कर्म करने को बोलते हैं जिससे हम कर्मों के परिणाम के प्रभाव से बच जाते हैं। बाबा हमें कर्मयोगी बनने की शिक्षा देते हैं। हमारे हर कर्म स्व और दूसरों प्रति कल्याणकारी हों जिससे हमारा भविष्य उज्ज्वल बनता है। सत्कर्म से हमारे जमा का खाता बढ़ता है और ईश्वर के सहयोगी बनकर हम अपना भाग्य श्रेष्ठ बना लेते हैं। परमात्मा हमें कर्मों में भी अहिंसा की सेवा देते हैं। न किसी को दुःख देना न दुःख लेना। सदा दूसरों की सेवा कर दुआ का खाता बढ़ाना और सबको परमात्मा के बताये मार्ग पर चलने की शिक्षा देना। अपने प्रैक्टिकल जीवन से परमात्मा को प्रत्यक्ष करना ही हमारे आध्यात्मिक जीवन का उद्देश्य हो। स्वपरिवर्तन से विश्वपरिवर्तन का लक्ष्य सहज ही

अग्नि, योगाग्नि के रूप में परिवर्तन हो जायेगी जो आपको नहीं जलायेगी लेकिन पापों को जलायेगी।

लोभ:- इसी प्रकार लोभ विकार ट्रस्टी रूप की अनासक्त वृत्ति के स्वरूप में, उपराम स्थिति के स्वरूप में, बेहद की वैराग्य वृत्ति के रूप में परिवर्तित हो जायेगी। लोभ खत्म हो जायेगा और सदा 'चाहिए-चाहिए' के बदले 'इच्छा मात्रम् अविद्या' स्वरूप हो जायेगा। लोभ को 'चाहिए' नहीं कहेंगे, लेकिन 'जाइये', 'लेना है नहीं', 'देना है, देना है' यह परिवर्तन हो जायेगा। यही लोभ अनासक्त वृत्ति वा देने वाला दाता के स्वरूप की स्मृति-स्वरूप में परिवर्तन हो जायेगा।

मोह:- इसी प्रकार मोह विकार वार करने के बजाए स्नेह के स्वरूप में बाप की याद और सेवा में विशेष साथी बन जायेगा। स्नेह 'याद और सेवा' में सफलता का विशेष साधन बन जायेगा।

अहंकार:- ऐसे ही अहंकार विकार देह-



पवित्रता एक ऐसी पूंजी है जिससे हम सभी प्रकार के सुख ले सकते हैं। इस शक्ति से लोगों ने दुनिया में हर एक चीज़ को अपने वश किया है। चाहे वो प्रकृति हो या प्रकृति का आकर्षण हो। पवित्रता को ही सुख और शांति की माता का दर्जा प्राप्त है। यदि आज कोई अपवित्र है तो वह हर तरह से दुःखी है। पवित्रता की अग्नि विकारों को समूल नाश करने का माददा रखती है।

vibrations सारे विश्व में फैलते हैं जो जीव-जन्तुओं और प्रकृति के लिए भी कल्याणकारी है। वहीं विकारी मन, जो विकारों के वश होता है उससे नकारात्मक और अशुद्ध vibrations विश्व की तमोप्रधानता को और भी बढ़ाते हैं। ग्लोबल वार्मिंग के मुख्य कारणों में हमारे मेन्टल एनर्जी का दूषित होना भी है। हमारे विचारों से ही समाज का निर्माण होता है। गैसों के साथ हमारे मानसिक wastes के कारण भी पर्यावरण प्रदूषित होता है।

तन की पवित्रता

ब्रह्मचर्य का पालन करने से हमें शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक लाभ होता है। जिससे हमारे जीवनद्रव्य की रक्षा होती है जो ब्रेन में निर्मित होता है। ब्रेन की बहुत सारी ऊर्जा बच जाती है। फलस्वरूप हमारी आयु लम्बी होती है। ब्रह्मचर्य का पालन करने वाले मानव सदा निरोगी और स्वस्थ होते हैं। उन्हें हर जगह मान-सम्मान और यश की प्राप्ति होती है।

पवित्र भोजन

जैसा अन्न वैसा मन। हमारे भोजन का प्रभाव हमारे मन पर भी पड़ता है। तामसिक भोजन मन को विकारी बनाता है, वहीं शुद्ध सात्विक मन एक स्वस्थ शरीर और मन दोनों के निर्माण में सहायक है। सात्विक भोजन से परमात्मा की शक्ति भी मिलती है, क्योंकि वो परमात्मा की याद में बनाया जाता है। वहीं मांसाहार का सेवन या जंक फूड खाने से तन और मन दोनों को हानि होती है, वहीं हम जीवहत्या के भी दोषी बन जाते हैं।

हो जायेगा और फिर से रामराज्य आ जायेगा। **लाभ:-** दूसरों की बहुआयें लेने से बचेंगे और नए कार्मिक एकाउंट्स अच्छे ही बनाएंगे।

धन की पवित्रता

दूसरों की दुआएं लेते हुए सदा मेहनत और ईमानदारी से ही धन अर्जित करेंगे और धन को ईश्वरीय सेवा में लगाएंगे। कभी भी रहमदिल बन कुपात्र को धन का दान नहीं करना जिससे बोझा खुद पर आये। पवित्र धन घर में शांति और खुशहाली लेकर आता है।

इस प्रकार स्पष्ट है कि पवित्रता की धारणा से ही आत्मा अन्य गुणों को स्वतः ही धारण करने और अपने पावन बनने की राह पर अग्रसर हो जाती है।

विकारों का परिवर्तित रूप

काम:- काम विकार शुभ कामना के रूप में आपके पुरुषार्थ में सहयोगी रूप बन जायेगा। काम के रूप में वार करने वाला शुभ कामना के रूप में विश्व-सेवाधारी रूप बन जायेगा। दुश्मन के बजाए दोस्त बन जायेगा।

क्रोध:- क्रोधाग्नि के रूप में जो ईश्वरीय सम्पत्ति को जला रहा है, जोश के रूप में सबको बेहोश कर रहा है, यही क्रोध विकार परिवर्तित हो रूहानी जोश वा रूहानी खुमारी के रूप में बेहोश को होश दिलाने वाला बन जायेगा। क्रोध विकार सहन-शक्ति के रूप में परिवर्तित हो आपका एक शस्त्र बन जायेगा। जब क्रोध सहन शक्ति का शस्त्र बन जाता है तो शस्त्र सदैव शस्त्रधारी की सेवा अर्थ होते हैं। यही क्रोध

अभिमान से परिवर्तित हो स्वाभिमान बन जायेगा। स्व-अभिमान चढ़ती कला का साधन है। देहाभिमान गिरती कला का साधन है। देहाभिमान परिवर्तित हो स्व-अभिमान के रूप में स्मृति-स्वरूप बनने में साधन बन जायेगा। इसी प्रकार यह विकार अर्थात् विकाराल रूपधारी आपकी सेवा के सहयोगी, आपकी श्रेष्ठ शक्तियों के स्वरूप में परिवर्तित हो जायेगा। ऐसे परिवर्तन करने की शक्ति अनुभव करते हो? इन तीन स्मृतियों के आधार पर पाँचों का परिवर्तन कर सकते हो।

काम के रूप में आये शुभ भावना बन जाए, तब माया-जीत जगतजीत का टाइटल मिलेगा। विजयी, दुश्मन का रूप परिवर्तन जरूर करता है। जो राजा होगा वह साधारण प्रजा बन जायेगा, तब विजयी कहलाया जायेगा। मन्त्री होगा वह साधारण व्यक्ति बन जायेगा तब विजयी कहलाया जायेगा।

वैसे भी नियम है कि जो जिस पर विजय प्राप्त करता है उसको बन्दी बनाकर रखते हैं, अर्थात् गुलाम बनाकर रखते हैं। आप भी इन पाँच विकारों के ऊपर विजयी बनते हो। आप इनको बन्दी नहीं बनाओ। बन्दी बनायेंगे तो फिर अन्दर उछलेंगे। लेकिन आप इन्हें परिवर्तित कर सहयोगी-स्वरूप बना दो। तो सदा आपको सलाम करते रहेंगे। विश्व-परिवर्तन के पहले स्व-परिवर्तन करो। स्व-परिवर्तन से विश्व-परिवर्तन सहज हो जायेगा। परिवर्तन करने की शक्ति सदा अपने साथ रखो। परिवर्तन-शक्ति का महत्व बहुत बड़ा है। ●



फतेहपुर-उ.प्र.। केन्द्रीय मंत्री सुश्री निरंजना ज्योति जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सीता। साथ हैं अन्य भाई बहनें।



बुटवल-नेपाल। नेपाल के संघिय मामला तथा स्थानीय विकास राज्यमंत्री श्री प्रसाद जवेगु को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. देविका।



झालावाड़-राज.। 'स्वास्थ्य समृद्धि और खुशी' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. ई.वी. गिरिश, मुम्बई, इन्द्रजीत सिंह झाला, जिला स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. साजिद खान, इनरव्हील क्लब अध्यक्ष मंजूला विजय, डॉ. सुषमा पाण्डेय, लायन्स क्लब अध्यक्ष खैराज काशवानी तथा ब्र.कु. मीना।



पानीपत-हरियाणा। डब्ल्यू.डब्ल्यू.ई. वर्ल्ड चैम्पियन द ग्रेट खली को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. स्मृति, ब्र.कु. शिवानी तथा ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके।



राँची-झारखण्ड। दीपावली पर आयोजित आध्यात्मिक मिलन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए आरोग्य भवन, बृजमोहन साहू, डीन, कॉमर्स डिपार्ट., राँची यूनिवर्सिटी, ब्र.कु. निर्मला, विद्या अग्रवाल, प्रेसीडेंट, अग्रवाल महिला मंच, विश्वनाथ सिंह, स्पोर्ट्स अथॉरिटी ऑफ इंडिया तथा अमरेन्द्र विष्णुपुरी, विश्व हिन्दु परिषद।



कानपुर-बारा(उ.प्र.)। सत्या सुजूकी मोटर के एम.डी. सुमित मिश्रा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शशि तथा ब्र.कु. सुनीता।



अयोध्या-उ.प्र.। ज्ञानचर्चा के पश्चात् समूह चित्र में रामजन्मभूमि निर्माण न्यास अध्यक्ष जन्मेजयशरण जी महाराज, नागराम लखन दास जी महाराज, ब्र.कु. मंजू, फर्रुखाबाद, ब्र.कु. मुकेश तथा अन्य।



पॉवटा साहिब। नशा मुक्ति प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए पूर्व विधायक सुखराम चौधरी। साथ हैं डी.एस.पी. भीष्म ठाकुर, ब्र.कु. आशा तथा अन्य।



बरवाला। 'तनावमुक्त व नशामुक्ति' आध्यात्मिक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए डी.एस.पी. राजबीर सैनी, ब्र.कु. इन्द्रा तथा अन्य।



दिल्ली-लाजपत नगर। नवदुर्गा चैतन्य झाँकी में उपस्थित हैं कविता मल्होत्रा, निगम पार्षद, ब्र.कु. चन्द्र, ब्र.कु. जया, सुभाष मल्होत्रा, पूर्व निगम पार्षद तथा अन्य।



कासगंज-उ.प्र.। पूर्व सैनिकों एवं पुलिस कर्मियों हेतु आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. कर्नल बी.सी. सती। साथ हैं पुलिस अधीक्षक एस.के. सिंह, ब्र.कु. सरोज तथा ब्र.कु. रागिनी।



तोशाम-हरियाणा। दीपावली के शुभ अवसर पर सजायी गई सतयुगी दरबार की चैतन्य झाँकी में उपस्थित हैं ब्र.कु. बहन।

दखल न दें किसी के जीवन में

गतांक से आगे...

प्रश्न:- बहुत सारे लोग ये जानना चाहते हैं कि आपकी खुशी का इंडेक्स भी कभी ऊपर-नीचे होता है?

उत्तर:- हाँ, हर दिन। कुछ न कुछ बातें तो जीवन में आती हैं, लेकिन अब क्या है ये बहुत आसान लगता है, जबकि पहले मुश्किल लगता था। यह जीवन की यात्रा है जो दिन-प्रतिदिन और आसान होती जाती है। अवेयरनेस ऐसी चीज़ नहीं है कि आज सोचा और आज हो गया। हमारे बहुत कड़े संस्कार हैं, जिनको हम ऊपर-ऊपर से ठीक नहीं कर सकते हैं। कई बार ऐसा लगता है कि ठीक हो गया लेकिन कुछ देर के बाद हम महसूस करते हैं कि वो वाली थॉट फिर से आनी शुरू हो जाती है। मुझे ये पता है कि मैं इसे खुद क्रियेट कर रही हूँ और जितना जल्दी निर्णय करूंगी उतना जल्दी उसको ठीक कर लूंगी। मैं स्वयं से पूछती हूँ कि कब तक प्रोग्राम है इस हालत में रहने का? मैं सोचती हूँ कि कितनी देर इस तरह से उलझन में, दर्द में, दुःख में रहना है, यह प्रश्न हमें स्वयं से पूछना चाहिए।

जब भी ऐसी परिस्थिति आये तो आप अपना ध्यान रखना शुरू कर दो। जैसा हमने पहले भी कहा कि हमें कुछ बातों को छोड़ देना है। जो पकड़ा हुआ है उसको जल्दी-जल्दी छोड़ते जाओ। जितना देर पकड़कर रखते हैं फिर उसको छोड़ना उतना ही मुश्किल हो जाता है। इसी तरह एक और चीज़ का हम ध्यान रख सकते हैं। अगर आप एक दिन या एक घण्टा भी अपने मन को देखेंगे तो आप पायेंगे कि ये बहुत ज्यादा औरों के जीवन में हस्तक्षेप करता है। माना मन के पास कोई कंट्रोल ही नहीं है। मन को आदत पड़ी हुई है औरों के जीवन के बारे में सोचने की। हमें दूसरों के जीवन में दखल देने की आदत छोड़ देनी चाहिए।

उन्होंने मुझसे राय नहीं मांगी और हम अपनी राय देना शुरू कर देते हैं और यह जरूरी नहीं कि हम शब्दों के रूप में ही देते हैं। जब हम किसी दूसरे के जीवन के अंदर जाते हैं तो सबसे पहले उसके हाव-भाव की अलोचना करते हैं, उनके कपड़े पहनने के तरीके की अलोचना करते हैं, फिर उनके व्यवहार की अलोचना करते हैं। माना हम किसी से बात कर रहे हैं तो हर चीज़ पर अलोचनात्मक हो रहे हैं तो इससे क्या होता है कि एक-एक क्षण जैसे कि मेरी लाइफ इज़ ए सीरीज़ ऑफ़ मिनट्स। अब जितनी देर हम औरों के बारे में सोचते हैं, उतनी देर तो हम अपने बारे में नहीं सोचते हैं और फिर हम उनके बारे में सोच रहे हैं जो हमारे कंट्रोल में नहीं है। वो मेरी एनर्जी को खत्म करता है। मान लो मेरे हाथ में एक बड़ी ईंट है। मुझमें उसको तोड़ने की उतनी ताकत नहीं है, लेकिन फिर भी मैं उसको तोड़ने की कोशिश करूँ, तो वो टूटेगा नहीं, आधा घंटा, एक घण्टा कोशिश कर लिया फिर हम उसके बाद कैसा अनुभव करेंगे? बहुत थका हुआ अनुभव करेंगे। क्यों? क्योंकि जो काम मुझसे नहीं हो सकता था उसे करने में हमने बहुत शक्ति नष्ट की।

हमें अपने एक-एक थॉट पर बहुत ही सावधान रहना है क्योंकि वह हमारी एनर्जी को खत्म करता है। इसके लिए हम सारा दिन यही याद रखते हैं कि यह ड्रामा चल रहा है, इसमें हरेक एक्टर अपना-अपना रोल प्ले कर रहा है। कोई दूसरा व्यक्ति दूसरे की स्क्रिप्ट नहीं लिख सकता है। ये जो हम सारा स्क्रिप्ट लिख रहे हैं कि इन्होंने ऐसा क्यों बोला? इनको ऐसा थोड़ा ही बोलना चाहिए था। ये भी कोई बात करने का तरीका है, थोड़ा सा तो नम्रता से बोलते, इनके अंदर मानवता नाम की कोई चीज़ ही नहीं है। माना हम दूसरे की स्क्रिप्ट लिख रहे हैं। लेकिन हम उनकी स्क्रिप्ट लिखते-लिखते ये सोचना भूल जाते हैं कि मुझे क्या बोलना चाहिए था। अब ये लगता है कि ये बहुत छोटी सी बात है, लेकिन अगर आप हरेक सीन में देखेंगे तो आपको एक साधारण सी चीज़ देखने को मिलेगी। दोनों सीन में अलग-अलग राय है, किसी बात पर डिस्कस कर रहे हैं, डिस्कशन बढ़ते-बढ़ते एक बहस बनती जा रही है, लेकिन चर्चा करते समय मेरा ज्यादा ध्यान किस पर होता है? कि आप क्या बोल रहे हो, आपको क्या बोलना चाहिए था, आपको क्या नहीं बोलना चाहिए था, आपके लिए क्या सही है, आपके लिए क्या गलत है, तो यह जैसे ड्रामा के समान है। आज अगर हम थियेटर देखने जायें, ड्रामा हमें तभी अच्छा लगता है जब हरेक एक्टर अपना अभिनय ठीक से करता है। - क्रमशः



ब्र.कु. शिवानी

स्वास्थ्य

अलसी की उपयोगिता

विविध नाम अलसी, फ्लेक्स सिड्स, लिन सिड्स वगैरा उसके नाम हैं।

दोस्तों, अलसी से सभी परिचित होंगे लेकिन उसके चमत्कारी फायदे बहुत कम ही लोग जानते हैं, आप अलसी के इन फायदों से ज़रूर रोग मुक्त हो सकेंगे। अलसी शरीर को स्वस्थ रखती है व आयु भी बढ़ाती है, अलसी में 23 प्रतिशत ओमेगा-3 फैटी एसिड, 20 प्रतिशत प्रोटीन, 27 प्रतिशत फाइबर, लिगनेन, विटामिन बी ग्रुप, सेलेनियम, पोटैशियम, मैग्नीशियम, जिंक आदि होते हैं। अलसी में रेशे भरपूर 27 प्रतिशत, पर शर्करा 1.8 प्रतिशत यानी नगण्य होती है। इसलिए यह शून्य शर्करा आहार कहलाती है और मधुमेह के लिए आदर्श आहार है।

ब्लड शुगर व थाइरोईड - अगर आपको ब्लड शुगर, डायबिटीज़, थाइरोईड, मीठी पेशाब आदि की तकलीफ है तो आपके लिये अलसी किसी वरदान से कम नहीं है। 2 चम्मच अलसी 2 ग्लास पानी में डालकर उबालें जब तक कि उसका पानी आधा न हो जाये। फिर उसे छान कर सुबह खाली पेट पी लें। यह दोनों प्रकार के थाइरोईड में बढ़िया काम करती है।

हार्ट ब्लॉकज - 3 महीने अलसी का काढ़ा ऊपर में बताई गयी विधि के अनुसार पीने से एंजियोप्लास्टी कराने की संभावना बहुत कम हो जाती है।

लकवा, पैरालिसिस - पैरालिसिस होने पर ऊपर बतायी बयी विधि से काढ़ा पीने से लकवा ठीक हो सकता है।

बालों का गिरना - अलसी का आधा चम्मच रोज सुबह खाली पेट सेवन करने से बाल गिरना बन्द हो जाते हैं।

जोड़ों का दर्द - अलसी का काढ़ा पीने से जोड़ों से राहत मिलती है, साइटिका, नस का दबना आदि में फायदेमंद होता है।

अतिरिक्त वजन - अलसी का काढ़ा पीने से शरीर की अतिरिक्त चर्बी दूर होती है, रोज इसका सेवन करें निरोगी रहें।

कैंसर - किसी भी प्रकार के कैंसर में अलसी का

काढ़ा सुबह-शाम दो बार पीने से आपको असाधारण लाभ होता है।

पेट की समस्या - जिन लोगों को बार-बार पेट से जुड़े रोग होते हैं उनके लिए असली रामबाण इलाज साबित हो सकती है। अलसी कब्ज, पेट का दर्द आदि में बहुत फायदेमंद है।

बालों का सफेद होना - 3 महीने तक अलसी का काढ़ा पीने से सफेद बाल भी धीरे-धीरे काले हो सकते हैं।

सुस्ती, आलस्य, कमज़ोरी - अलसी का काढ़ा पीने से सुस्ती, थकान व कमज़ोरी भी दूर होती है।

किसी भी प्रकार की गाँठ - सुबह-शाम दो समय अलसी का काढ़ा पीने से शरीर में होने वाली किसी भी प्रकार की गाँठ ठीक हो सकती है।

श्वास, दमा, कफ व एलर्जी - अलसी का काढ़ा रोज सुबह दो बार लेने से श्वास, दमा, कफ व एलर्जी के रोग ठीक हो सकते हैं।

हड्डी की कमज़ोरी - हड्डी से जुड़ी किसी भी समस्या में अलसी का काढ़ा रामबाण इलाज है।

जिन लोगों को ऊपर बताई गयी समस्या में से कोई एक भी समस्या है तो आपके पास इसका रामबाण इलाज के रूप में अलसी का काढ़ा है। कृपया सेवन करें और स्वस्थ रहे।

..... कैसे बनायें काढ़ा.....

2 चम्मच अलसी और 2 ग्लास पानी मिक्स करके उबालें। जब आधा पानी बचे तब छानकर पियें। - डॉ. प्रयाग डाभी, 9033744381



पहचाने मन की अद्भुत शक्ति को

आपको यह जानकर हैरानी होगी कि सारी सांसारिक वस्तुएं हमारी मन की शक्ति का ही परिणाम हैं। इसे शब्दों में कहूँ तो कह सकते हैं कि हम जो सोच रहे, वही बाहर घटित हो रहा! जैसे उदाहरण में आप सेहत ले लो। जो आत्मा के साथ शरीर का पूर्णतया तालमेल है। जब तक हम खालिस(पवित्र) अंतरात्मा की आवाज़ सुनकर चलते हैं, तब तक हम सुखी रहते हैं और हमारे शरीर को कोई रोग नहीं



लगता। शारीरिक रोग वास्तव में कोई अलग चीज़ नहीं है। यह मानसिक दुर्दशा के चिन्ह हैं। जैसे ही मानसिक हालात में सुधार होता है, वैसे ही शारीरिक दशा अपने आप ठीक हो जाती है। मानसिक अवस्था का सम्बन्ध शारीरिक दुःखों के साथ है। यह इस बात से सिद्ध हो जाता है कि एक मनुष्य तो कांटे की चुभन को भी नहीं सह सकता है, जबकि दूसरा मनुष्य हँसते हुए सूली पर चढ़ जाता है। एक मनुष्य अपने किसी मित्र के मामूली से मज़ाक को भी दिल में जगह नहीं देता, जबकि लोगों की हज़ार गालियों का

भी कई लोगों पर बिल्कुल असर नहीं होता। आप ज़रा यह सोचिए कि किसी की मौत पर कोई 10 दिन आँसू बहाता है, जबकि दूसरा अपने रिश्तेदारों के मरने पर भी नहीं रोता है। इसका अर्थ यह हुआ कि दुःख व सुख हमारे हाथ में है। यहाँ पर हमें मन को बताना पड़ेगा, चेतना के साथ, कॉन्शियसनेस के साथ,

मन की चैतन्यता को महसूस करना, उसकी शक्ति का एहसास बहुत आसान है। लेकिन हमने ध्यान नहीं दिया, जिसके कारण आज हर चीज़ या तो बहुत कठिन लगती है, या बहुत आसान लगती है। मनुष्य की नेचर नैचुरल है, उसमें शक्ति है, परंतु आज डर, अवसाद के अधीन होकर वह गलतियाँ करता है।

अवेयरनेस के साथ, कि आप आत्मा हो, आप अजर हो, आपके पास यहाँ कोई भी मरा नहीं है, सभी ने शरीर छोड़ा है। यह शक्ति है, आत्मा की। जापान में किसी डॉक्टर के पास एक मरीज आया, और कहता है कि किसी ने डायनोज़ किया कि उसके गले में सूजन है, वो थोड़े दिन में कैंसर का रूप ले लेगा और वह मर जायेगा।

जापानी डॉक्टर ने मन की अद्भुत शक्ति का प्रयोग किया। उसने उसके गले पर हाथ लगाकर बड़े ही आत्मविश्वास के साथ बोला, किस बेवकूफ ने कह दिया कि आपके गले में कैंसर है! यह फोड़ा है, जो कुछ दिन में बड़ा होकर फूट जायेगा। इतने आत्मविश्वास की बात सुनकर मरीज बिल्कुल ही खुश हो गया, और थोड़े दिन में ऐसा ही हुआ कि वो ठीक हो गया। यहाँ पर बात है कि सब कुछ आपके मन का ही खेल है। आज हमारा मन इतना कमज़ोर है कि कुछ भी मान लेता है, और उस सोच का वैसे ही उसके शरीर पर उसका असर होता है। आज वहम के कारण लोग हार्ट के पेशेन्ट हैं। उनका रोग मानसिक है। अगर ई.सी.जी. कराया, उसमें थोड़ा भी कुछ निकला, सारे दुःखी! इसका इलाज आपके मन में है, ना कि अंतर्मन में। इसलिए कि मन जब सोये हुए या बिना अवेयरनेस के कोई भी बात सुनता है, तो उसे हम बिना रजिस्टर किये छोड़ देते हैं। फिर वह अंतर्मन में जाकर, या सब-कॉन्शियस में जाकर बैठ जाता है। लेकिन जैसे ही हम जाग जाएं, तो कोई भी बीमारी के, डिप्रेशन के, तनाव के विचारों को अपने अंदर जाने ही नहीं देंगे, और यही चीज़ हमें करनी है। अपने मन की शक्ति को जगाना है। चलो हो सकता है थोड़ा टाइम लगे, लेकिन बार-बार मन को यही बात देना है कि मैं बिल्कुल स्वस्थ हूँ। ठीक हूँ। हम स्वस्थ ही थे आदि। थोड़ी सी जागृति लाओ, यह जागृति ही हमारे जीवन को पूरी तरह से बदलने के लिए एक अचूक हथियार साबित होगी।



बुटवल-नेपाल। उप-प्रधान एवं अर्थमंत्री माननीय कृष्णबहादुर महरा जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नारायण।



उदयपुर-राज. दीपावली के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए कर्नल डॉ. सती, डॉ. रश्मि बोहरा, अध्यक्ष, उदयपुर संभाग, वर्धमान कोटा ओपन यूनिवर्सिटी, व्यवसायिक गण, ब्र.कु. रीटा, ब्र.कु. पदम, माउण्ट आबू तथा अन्य।



वाराणसी-उ.प्र. ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी, सबज़ोन इंचार्ज, ब्रह्माकुमारीज़ को सम्मानित करते हुए बनारस हिन्दू यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर। साथ हैं ब्र.कु. दीपेन्द्र तथा अन्य।



वाड़-विहार। दीपावली के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करने के पश्चात् चित्र में एन.टी.पी.सी. के ए.जी.एम. विश्वजीत भाई, बादल भाई, ब्र.कु. ज्योति तथा ब्र.कु. संगीता।



कादमा-हरियाणा। भाई दूज के अवसर पर किसान क्लब निहालगढ़ द्वारा आयोजित बेटी मिलन समारोह में उपस्थित हैं यदुवंशी शिक्षण संस्थाओं के चेयरमैन व पूर्व विधायक राव बहादुर सिंह, सरपंच सुमन बहन, ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. वसुधा तथा अन्य।



मोतिहारी-विहार। दीपावली के अवसर पर नगर के हेनरी बाज़ार सेवाकेंद्र पर लक्ष्मी की चैतन्य झाँकी के साथ ब्र.कु. मीणा की विधिवत आरती उतारते हुए वहाँ की बहनें एवं मातायें।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहली-9-2016

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			31				

बनें विजेता : पहली 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 पहलियों 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 पहली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

पहली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहली 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 पहली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

- गूथना, धागा डालना (3)
- देखना, टकटकी लगाकर देखना (3)
- तुम्हें कभी किसी को... नहीं करना है, अर्द्धचंद्राकार लोहा (2)
- सबको बाप का परिचय ज़रूर देना है, इन्कार (2)
- किसी भी देहधारी से... नहीं रखना है (3)
- बाबा का एक नाम, नैया को तारने वाला (5)
- स्वाद, जलीय अंश (2)
- बाप की बहुत-बहुत... रखनी है, इज़्ज़त आवाज़ (3)
-बाप से तुम्हें हद का वर्सा मिलता है (3)
- प्रीति, प्रेम, मनोयोग से लगा हुआ, (3)
- आसक्त (2)
- कमल, घोड़े की खुर में लगने वाला (2)
- अर्द्धचंद्राकार लोहा (2)
- पैर, पग, कदम (3)
- कर्म करने वाले, नौकर (4)
- करने योग्य, करणीय (3)
- ओ बाबा आपने.... कर दिया, जादूगरी (3)
- खन-खन, धातुओं के टकराने से उत्पन्न (3)
- नीच, बदमाश, पापी (3)
- लानत, भर्त्सना (3)
- समतल, जो उबड़ खाबड़ न हो (3)
- संसार, दुनिया, जगत (2)

बायें से दायें

- पिता का पिता, दादाजी (4)
- अनवरत, निरंतर (4)
- मना करना अवरोध उत्पन्न करना (3)
- वस्त्र विहीन, एक साधु समाज (2)
- जीभ, जिह्वा (3)
- माता का पिता, विभिन्न (2)
- भार, बोझ, तौल (3)
- हठ, दुराग्रह (2)
- पराजित होना, असफल होना (3)
- याद दिलाने वाला, यादगार (3)
- हथेली, ताली (4)
- निशा, रात्रि, रात (3)
-का चोर सो लख का चोर (2)
- हकदार, वारिस (4)
- मधुबन निवासी अर्थात् सदा मधु के... मोटे (3)
- धकेलने के पीछे किया जाने वाला आघात (2)
- पालना करने वाला, पालनहार (3)
- आत्मा अजर.... अविनाशी है (3)
- सिगार, चुरूट, कागज के रोल में तम्बाकू भरकर बनाई गई बत्ती (4)
- ब्र.कु.राजेश, शांतिवन।



अजमेर-श्री श्याम कॉलोनी(राज.)। पाँच दिवसीय समाजोपयोगी उत्पादक कार्य एवं समाज सेवा शिविर का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शांता, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. अंकिता, माहेश्वरी गोस्वामी, प्रिन्सीपल, हरी सुंदर बालिका स्कूल, कमला गोकलानी, सचिव, मंजीत कौर, प्रिन्सीपल, सर्वानंद स्कूल, आशा गंज तथा अन्य।



कटक-ओडिशा। 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ' अभियान के उद्घाटन पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु. सुलोचना, ब्र.कु. कमलेश, ब्र.कु. चक्रधारी, अध्यक्षा, महिला प्रभाग, दिल्ली, झारखण्ड की राज्यपाल द्रौपदी मुरमू, ब्र.कु. डॉ. सविता, ब्र.कु. अरुण पंडा, ब्र.कु. नथमल तथा अन्य।



झालावाड़-राज. 'स्वच्छ समाज-स्वस्थ समाज' अभियान का उद्घाटन करने के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. प्रो. ओंकारचंद, ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. समिता, ब्र.कु. मीना, मानव अधिकार अध्यक्ष विजय पोरवाल तथा अन्य।



मोहाली-पंजाब। 'सुरक्षित जीवन यात्रा अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में ट्रांसपोर्ट स्टाफ तथा दून इंटरनेशनल स्कूल के विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. सारिका, मुम्बई।



जगन्नाथपुरी-ओडिशा। 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ अभियान' के अंतर्गत आयोजित वुमेन कॉन्फ्रेंस के दौरान मंचासीन हैं शांतिलता प्रधान, वाइस चेरपर्सन, म्युनिसिपैलिटी, डॉ. प्रतिभा महारथी, लेखक एवं एच.ओ.डी., साइकोलॉजी डिपार्टमेंट, पिपली कॉलेज, पिपली, प्रो. हरेकृष्ण सतपथी, पूर्व वाइस चांसलर, तिरुपति नेशनल संस्कृत युनिवर्सिटी, ब्र.कु. डॉ. निरूपमा, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. डॉ. सविता तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।



रोपड़-पंजाब। 'सफल सुरक्षित जीवन-यात्रा अभियान' के कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में गुजरात अम्बुजा सीमेंट फैक्ट्री के कर्मचारियों के साथ ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. नम्रता तथा अन्य।



कानपुर-सिविल लाइन(उ.प्र.)। आध्यात्मिक स्नेह मिलन कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी।



अहम् वहम और रहम...

- ब्र.कु. मोनिका

अहम् प्रत्येक मनुष्य में गहराइयों तक छुपा हुआ है। प्रायः अनेक मनुष्य अपने सूक्ष्म अहम् को नहीं पहचानते। उनका मोटा अहम् दूसरों को दिखाई देता है। अहम् मनुष्य के चरित्र रूपी अमृत में ज़हर के समान है, जो मनुष्य-जीवन को विषैला दुःखी और अशांत बना देता है।

संसार में रहते हुए किसी भी कार्य को करने में अहंकारी मनुष्य को दूसरों के असहयोग का सामना करना पड़ता है। प्रायः लोग उससे दूर ही रहना चाहते हैं और उसके कार्यों में सहयोग नहीं करते। इसलिए उसका अहम् उसे ही कष्ट देता है। परेशान होकर वह चिल्लाता है व निराश होता है कि उसे कोई भी प्यार नहीं करता, उसे कोई भी मदद नहीं करता। अहंकारी मनुष्य की तुलना लोगों ने मुर्दे से की है, जैसे मुर्दा अकड़ जाता है, वैसे ही अहंकारी मनुष्य भी अकड़ रहा है, वह झुकना नहीं जानता, इसलिए वह किसी को झुका भी नहीं सकता।

अहम् संगठन की शक्ति को नष्ट भ्रष्ट कर देता है। उसके रूखे व्यवहार के कारण कोई भी उसके साथ मिलकर काम करना नहीं चाहता। राजयोग के अभ्यास में अहम् एक दीवार की तरह है। अगर कोई ज्ञानी या योगी आत्मा अहंकार के वश है तो उसे कभी भी अपने जीवन में सफलता नहीं मिलती, इसलिए ज्ञान की अग्नि में अहंकार को गर्म करके नर्म करना चाहिए। ज्ञान के द्वारा मनुष्य को अपने विचारों को सरल करना चाहिए और योग अभ्यास द्वारा, निरंतर आत्मिक स्थिति के अभ्यास के द्वारा अहम् को समाप्त कर देना चाहिए।

मनुष्य को न तो अपनी कलाओं का अहंकार होना चाहिए, न अपने धन का, न अपनी शिक्षा का। अहंकार आते ही पतन प्रारंभ हो जाता है। अतः जीवन में निरंतर उन्नति करने के लिए अहम् को समाप्त करना अति आवश्यक है। अहंकारी मनुष्य कभी किसी को सुख नहीं दे पाता। इसलिए उसे भी कभी सुख नहीं मिलता।

इसी प्रकार वहम मनुष्य को वास्तविकता से दूर कल्पनाओं के लोक में ले चलता है। वहमी मनुष्य कभी भी किसी पर विश्वास नहीं करता। संशय बुद्धि हुआ ऐसा मनुष्य भी

सदा ही परेशान रहता है - यह सोच-सोचकर कि पता नहीं दूसरे लोग मेरे बारे में क्या सोचते होंगे। जब वह किन्हीं दो व्यक्तियों को बातें करते देखता है तो पहला संदेह उसका यही होता है कि कहीं वे मेरे ही बारे में तो बातें नहीं कर रहे, कहीं वे मेरी ही तो निंदा नहीं कर रहे।

ऐसा कल्पनाओं के लोक में विचरण करने वाला मनुष्य सदा ही कल्पना करता रहता

प्रायः सभी मनुष्यों में यह तीनों बातें किसी न किसी हद तक पाई ही जाती हैं। किसी में किसी एक की अधिकता है तो किसी में दूसरे की। अहम् और वहम मनुष्य के जीवन पर बुरा असर डालते हैं। और रहम उसे भावुक बनाकर उसके चरित्र निर्माण में मुख्य भूमिका निभाता है। हम यहाँ पर तीनों की संक्षिप्त व्याख्या करेंगे।

है। उसे नींद में भी चैन नहीं भासता, उसका मन भी सदा ही अस्थिर रहता है और उसे जीवन भर संतुष्टि भी नहीं होती। इस पर एक कहानी अति सुंदर है -

एक बार एक व्यक्ति बहुत बीमार हुआ। लोगों ने कहा यह तो मर गया। उस व्यक्ति ने अर्धचेतन अवस्था में यह सुना और मान लिया कि वह मर चुका है। पुनः जब उसमें चेतना आई तो लोगों ने कहा कि इसे डॉक्टर के पास ले चलो। उसने कहा मैं तो मर गया हूँ। मुझे वहाँ क्यों ले जाते हो? परन्तु उसे डॉक्टर के पास ले जाया गया। वहाँ जब उसका खून परीक्षण के लिए निकाला तो उसने कहा कि अब मुझे पता चला कि मरे हुए मनुष्य में भी खून होता है। डॉक्टर ने उसे बहुत समझाया कि तुम अभी जीवित हो, परन्तु उसे इतना वहम हो गया कि वह यही कहता रहा कि मैं तो मर चुका हूँ।

तो हम देख सकते हैं कि वह वहमी मनुष्य स्वयं की वास्तविकता पर भी वहम कर लेता है, उसके विचारों का आधार दूसरे ही बने रहते हैं, और वह सत्य को स्वीकार करने में कितनी कठिनाई महसूस करता है।

योग के मार्ग पर मनुष्य को वहमी स्वभाव का नहीं होना चाहिए। वहमी मनुष्य संगठन में सदा ही उखड़ा-उखड़ा सा रहता है। योग में उसका मन नहीं लगता। उसका जीवन भी मुरझाये फूलों की तरह दिखाई देता है। संक्षेप में यों कहें कि वहमी व्यक्ति न जीवन में सफल होता और न साधना के मार्ग पर अपनी मंजिल को पाता है। वह विश्वास और अविश्वास के दोराहे पर भटकता रहता है।

रहम मनुष्य का एक श्रेष्ठ गुण है। जहाँ रहम है वहीं मानवता है और जहाँ निर्दयता है वहाँ दानवता है। कहा जाता है - जिस दिल में रहम नहीं, वह दिल तो पत्थर है। ऐसा पत्थर जो कभी भी नहीं पिघलता। मानव हृदय रहम से भरपूर होना ही चाहिए। यदि मानव रहमदिल नहीं तो उसमें व जानवरों में कोई अंतर नहीं।

हमें राजयोग द्वारा शिवबाबा रहमदिल बनना सिखाते हैं कि बच्चे! अनेक मनुष्य अंधकार में भटक रहे हैं, अज्ञान के कारण उनका जीवन पतित व दुःखी है, उन्हें सुख नहीं भास रहा है, तुम भगवान के बच्चे उन पर रहम करो, उन्हें प्रकाश दो, उन्हें ज्ञान का तीसरा नेत्र दो। तो यदि भटकते मनुष्यों को देखकर हमारे मन में रहम की भावना नहीं जागती तो हमारे ज्ञान का क्या लाभ? हमें तो प्रकृति के तत्वों पर भी रहम करना है अर्थात् उन्हें भी पावन बनाना है। इससे पूर्व हमें स्वयं पर रहम करना है अर्थात् स्वयं की श्रेष्ठ स्थिति बनानी है। हमें दूसरों के रहम पर नहीं जीना है, बल्कि रहमदिल बनकर सभी की मदद करनी है। कहावत है जो स्वयं पर रहम नहीं करता वह भला दूसरों पर क्या रहम करेगा?

तो हम रहमदिल बाप के रहमदिल बच्चे हैं। जैसे भगवान ने हम पर रहम किया है, हम दूसरों पर रहम करें। रहमदिल आत्मायें ही प्रजा पालक बन सकेंगी और ऐसी आत्मायें ही भविष्य में विश्व की बागडोर सम्भालेंगी। ●

युवा-सर्वांगीण विकास कार्यक्रम

छः दिवसीय कार्यक्रम में विभिन्न प्रान्तों के युवाओं ने लिया भाग सांस्कृतिक कार्यक्रमों द्वारा भी लोगों का किया गया मनोरंजन

ओ.आर.सी. - गुरुग्राम।

ओम शान्ति रिट्रीट सेंटर में भारत सरकार के युवा एवं खेल मंत्रालय के सौजन्य से युवाओं के सर्वांगीण विकास के लिए नैतिक एवं आध्यात्मिक मूल्यों के साथ-साथ सांस्कृतिक एवं खेलकूद



प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। छः दिवसीय इस राष्ट्रीय एकता शिविर में सौ एवं दो सौ मीटर की दौड़, हाई जम्प तथा लॉग जम्प के अलावा निबन्ध, भाषण, मोनो एक्टिंग एवं सोलो साँग जैसी प्रतियोगिताएँ प्रमुख रूप से कराई गईं। सभी ने सफाई के कार्यों में भी बड़े उमंग-उत्साह से भाग लिया। सांस्कृतिक कार्यक्रमों में सबने अपने-अपने प्रान्त के नृत्य, गीत एवं संगीत के द्वारा सभी

कार्यक्रम के दौरान सुंदर सांस्कृतिक प्रस्तुति देकर सबका मनोरंजन करते विभिन्न प्रान्तों से आये युवा। आपके हाथ में है। यहाँ का का मन मोह लिया। शिक्षाप्रद नाटकों का भी सुंदर मंचन किया गया। परशुराम एवं लक्ष्मण संवाद के द्वारा राजस्थान के युवाओं ने कला का बेजोड़ प्रदर्शन किया। ग्लोबल वार्मिंग, पर्सनैलिटी डेवलपमेंट, तनावमुक्त जीवन, सदा खुश कैसे रहें एवं नशामुक्त जीवन के बारे में भी अनेक प्रकार की जानकारी दी गई। 'समय सबसे बड़ी पूंजी है। जो एक-एक सेकण्ड

का सदुपयोग करता है, वही महान बनता है। वर्तमान समय हम जैसा करते हैं, वही हमारे भविष्य का आधार बनता है। आप सभी इतने सुंदर वातावरण में हैं, जितना चाहे इसका लाभ ले सकते हैं, ये

आध्यात्मिक परिवेश आपको परिवर्तन करने की शक्ति देता है। यही अवसर है जबकि आप जिस दिशा में चाहें उस दिशा में आगे बढ़ सकते हैं' - युवाओं को सम्बोधित करते हुए ओ.आर.सी. निदेशिका ब्र.कु. आशा। विभिन्न प्रान्तों से आये हुए कई युवाओं ने अपने अनुभव भी सभी के साथ सांझा किए। उन्होंने ऐसे वातावरण में रहने की खुशी ज़ाहिर की।



न्यूयॉर्क-मैनहट्टन। 'द फ्यूचर ऑफ पावर' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में निज़ार जुमा, ब्र.कु. मोहिनी पंजाबी, डी.कला लेंगर, ज्यूडी रोगर्स, डॉ. अंजली ग़ोवर, अंजनी सेप्रासॉड, अश्विनी अन्बुरंजन, ब्रेडली एस. आरकिन, चन्द्रा सुखदेव तथा अन्य गणमान्य प्रतिभागी व अतिथि।



मेलबर्न-ऑस्ट्रेलिया। 'वैल्यूज़ फॉर हैपी लिविंग' विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में वहाँ के भाई बहनों के साथ ब्र.कु. साधना, दिल्ली, किंगसेवे कैम्प।



ऑकलैण्ड-न्यूज़ीलैण्ड। 'हार्मनी इन रिलेशनशिप' विषय पर टॉक शो के पश्चात् वहाँ के भाई बहनों के साथ ब्र.कु. साधना।



शिकागो-अमेरिका। 'द फ्यूचर ऑफ पावर' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में अल्का शर्मा, अनु बेहरी, चार्ली पोर्टिस, चिपो सी. न्याम्बुया, दीपक भवनानी, ध्रुव देसाई, बिष्णु फुयल, डॉ. बायरॉन सिगको, डॉ. मधु उपपल, लता भवनानी, लॉरा ऑरटगा, मैरी फ्रेडलैण्ड, राजेश्वरी चन्द्रशंखरण, डी.कला लेंगर, निज़ार जुमा, नीतू गुप्ता, नितिन सिंघल तथा अन्य।



सिडनी-ऑस्ट्रेलिया। भारतीय मूल के परिवार के लोगों को 'ब्युटिफुल माइंड एंड इट्स पावर' विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् उनके साथ ब्र.कु. साधना।



मिलपिटस-सिलिकॉन वैली। दीपावली के अवसर पर मिलपिटस तथा साराटोगा शहर की ओर से प्रशस्ति पत्र तथा सर्टिफिकेट प्राप्त करते हुए ब्र.कु. कुसुम।

अपने लक्ष्यों को जाँचे परखें

- ब्र.कु. प्रीति, आणंद

जो इंसान किसी चीज़ पर निशाना ही नहीं लगाता, वह चूकेगा क्या! छोटे लक्ष्य बनाना ही सबसे बड़ी गलती है। जीतने वाले लक्ष्य को देखते हैं, और हारने वाले रूकावटों को।

हमारे लक्ष्य इतने बड़े होने चाहिए कि हमें प्रेरणा दे सकें, मगर असलियत से इतनी दूर भी न हो कि हम निराशा हो जायें।

हम जो कुछ भी करते हैं, या तो हमें लक्ष्य के करीब ले जाता है या उससे दूर। हर लक्ष्य इन पैमानों पर तौला जाना चाहिए कि लक्ष्य कसौटी पर खरे तब नहीं उतरते जब...

1. अगर मेरा लक्ष्य सेहतमंद बनना हो, लेकिन जब मैं पैसा न हो, तो यह बिल्कुल साफ है कि यह व्यवहारिक नहीं है। इसका मतलब यह है कि इसका तालमेल हमारे दूसरे लक्ष्यों के साथ नहीं है।

2. एक इंसान दुनिया में जितना चाहे धन कमा सकता है, लेकिन अगर वह अपने सेहत और परिवार को खो देता है, तो क्या उस धन की कोई कीमत है!

3. कोई व्यक्ति नशीली दवाएँ बेचकर करोड़ों रुपए कमा सकता है, लेकिन फिर उसे बाकी ज़िंदगी कानून से भागते हुए बितानी पड़ेगी। इस तरह का व्यवहार



गैरकानूनी है, सामाजिक ज़िम्मेदारी से परे और मन की शांति तथा ख्याति को छीनने वाला होगा।

बिना कर्म के लक्ष्य खोखले सपनों की तरह होते हैं। कर्म ही सपनों को लक्ष्यों में बदलता है। अगर हम अपना लक्ष्य नहीं भी हासिल कर पाते, तो इसका मतलब असफल होना नहीं होता। देरी होने का मतलब हारना नहीं है, इसका मतलब यह है कि अपने लक्ष्य को पाने के लिए फिर से योजना बनाने की ज़रूरत है।

“जैसे एक कैमरे को तस्वीर लेने के लिए फोकस करना पड़ता है, वैसे ही हमें भी सफल जीवन पाने के लिए लक्ष्य बनाने की ज़रूरत पड़ती है। अपने ऊपर इस डर को कभी हावी न होने दें कि किसी काम को करने में कितना

समय लगेगा। वह समय किसी न किसी तरह बीत ही जायेगा, लेकिन हमें उस बीतने वाले समय का बेहतर से बेहतर उपयोग करने की कोशिश करनी चाहिए” - अर्ल नाइटिंगल।

हमारे लक्ष्यों और नैतिक मूल्यों के बीच तालमेल हो - लक्ष्य हमारे जीवन को अर्थ देते हैं। यह सफलता की ओर पहला कदम है। चाँद बनने का लक्ष्य बनाएँ। आप चूक भी गए तो एक तारा तो बन ही जायेगा।

हेनरी फोर्ड कहते हैं - “बाधाएँ ऐसी डरावनी चीज़ें हैं, जो लक्ष्य से आँखें हटने पर आपको दिखती हैं”।

इस दुनिया में हम सभी के जीवन में एक उद्देश्य है, और यह हर इंसान का अलग-अलग हो सकता है। किसी ऑर्केस्ट्रा में अगर हर कोई

उपलब्धि मानने की भूल न करें। कठघोड़ा अपनी जगह पर लगातार चलता दिखता है, लेकिन आगे ज़रा भी नहीं बढ़ता”। सक्रियता और उपलब्धि में बहुत फर्क है। एक फ्रांसीसी वैज्ञानिक कैब्रे ने इस बात को भेड़चाल वाले कैटरपिलर के साथ एक प्रयोग करके दिखाया। कैटरपिलर अपने सामने वाले की नकल करते हुए आँखें मूंदकर चलते हैं। कैब्रे ने उन्हें एक फूलदान के घेरे में इस तरह से रखा कि सबसे आगे वाला कैटरपिलर वास्तव में सबसे पीछे, कैटरपिलर के ठीक पीछे रहा। फिर उसने चीड़ के कांटे, जो कैटरपिलर का भोजन है, उस फूलदान के बीच में रख दिए। कैटरपिलर्स उस फूलदान में एक घेरे में ही घूमते रहे। आखिरकार घुमते हुए चक्कर लगाने के बाद वे थकान और भूख से भर गए, जबकि खाना उनसे कुछ ही इंच दूर था। हमें कैटरपिलर्स से सीख लेनी चाहिए। सिर्फ काम करते रहने का मतलब यह नहीं है कि आप कामयाबी की तरफ बढ़ रहे हैं। हर किसी को अपने काम को परखते रहना चाहिए ताकि, हमारी मेहनत का फल मिल सके।

एक आदमी अपनी पत्नी के साथ गाड़ी चला रहा था। पत्नी ने कहा, प्रिय, हम लोग गलत दिशा में जा रहे हैं। पति ने जवाब दिया, कौन परवाह करता है, हम बिफोर टाइम चल रहे हैं। अगर हम सिर्फ रफतार और काम करने को कामयाबी समझ बैठे तो हमारी गाड़ी तो बहुत अच्छी चलेगी, मगर हम कहीं पहुंचेंगे नहीं।

निरर्थक लक्ष्य - किसी किसान का एक कुत्ता सड़क के किनारे बैठकर आने वाली गाड़ियों का इंतज़ार करता रहता था। जैसे ही कोई गाड़ी आती, वह भौंकता हुआ उसके पीछे दौड़ता। एक दिन उसके पड़ोसी ने उस किसान से पूछा, क्या तुम्हें ऐसा लगता है कि तुम्हारा कुत्ता कभी किसी गाड़ी को पकड़ पाएगा? उस किसान ने जवाब दिया, सवाल यह नहीं है कि वह किसी गाड़ी को पकड़ पाएगा, बल्कि यह है कि अगर पकड़ पाएगा तो वह क्या करेगा?

बहुत से लोग उस कुत्ते की तरह निरर्थक लक्ष्यों के पीछे भागते रहते हैं। ●

अल्फ्रेड एमॉटपर्ट कहते हैं - “सक्रियता को

योग द्वारा प्राप्त करें परमात्म मिलन का सुख



वठिण्डा-पंजाब। 'नवरात्रि का आध्यात्मिक रहस्य' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए पंजाब कैबिनेट मंत्री जनमेजा सेखाँ, ब्र.कु. उषा, ब्र.कु. कैलाश तथा ब्र.कु. सुदेश।



दिल्ली-मजलिस पार्क। नवदुर्गा चैतन्य झाँकी का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए अखिल भारतवर्षीय जाट महासभा के दिल्ली, उ.प्र. तथा एन.सी.आर. के अध्यक्ष, विधायक व अन्य अतिथियों के साथ ब्र.कु. राजकुमारी।



थुरल-हि.प्र.। 'नशा मुक्ति प्रदर्शनी' के उद्घाटन अवसर पर पूर्व विधायक विपिन परमार को आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. अनु। साथ हैं ब्र.कु. सुमन।



पाँवटा साहिब। आध्यात्मिक प्रदर्शनी का उद्घाटन करने के पश्चात् एस.डी.एम. की धर्मपत्नी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. निशा।



सांपला-हरियाणा। विश्व वृद्ध दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं लक्ष्मीचंद शर्मा, अंतर्राष्ट्रीय कोच, पहलवान, मधुकांत बंसल, अध्यक्ष, वरिष्ठ नागरिक समिति, ब्र.कु. भावना, ब्र.कु. ललित, अजय सिंगल, उद्योगपति तथा अन्य।



पट्टामुण्डाई-ओडिशा। शिक्षक दिवस पर शिक्षकों को 'शिक्षक-समाज के मार्गदर्शक' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. शशिरेखा।

-गतांक से आगे...

इस तरह से हमें योग के लिए निरंतर अभ्यास, पुरुषार्थ करने की आवश्यकता है। अभी हम सभी लोग बैठेंगे योगाभ्यास के लिए। मन को ले जायेंगे परमधाम की ओर। कहा कि मन की रुचि है कि उसको घूमना अच्छा लगता है। वो घूमता रहता है। लेकिन जितना मन को घूमने की आदत है उतना ही वही उसकी रुचि को हम योग में परिवर्तित करते हैं कि जब उसको घूमना ही अच्छा लगता है तो ले चलते हैं परमधाम, परमात्मा के सानिध्य में उस दिव्य स्वरूप में जा करके मन को एकाग्र करते हैं और एकाग्र करते हुए अपने जीवन में उस परम शक्ति, परम प्रकाश के उजाले को आने दें। उसी के आधार पर अपने जीवन को प्रकाशित कर लें। अपनी बुद्धि को तेजस्वी बना दें। तो ये है परमात्मा के साथ ध्यान लगाने की विधि। सभी स्वस्थ होकर के बैठेंगे, पीठ सीधी हो और जैसे-जैसे हम आपको विचार दें, वैसे वैसे आप अपने मन में उन्हीं विचारों को केवल सोचो ही नहीं लेकिन साथ ही साथ अपने हृदय में उस भाव को भी भरते जाओ। भाव को भरते हुए अपने में उस शक्ति को महसूस करो।

कुछ क्षण के लिए.... अपने मन और बुद्धि कोबाह्य सभी बातों से...समेत लेते हैं। तन की एकाग्रता..मन की एकाग्रता को सहज ले आता है।...इसीलिए अपने शरीर को भी...अपनी इंद्रियों को भी...एकाग्र कर लें। अंतर्चक्षु सेस्वयं को...भृकुटी के मध्य में...आत्मा रूप प्रकाश पुंज स्वरूप में...एकाग्र करती हूँ...ये शरीर मेरा साधन

है...मैं आत्मा साधक हूँ...आत्मा स्वरूप में.... अपने मन को स्थित करें.... मैं आत्मा ... अति सूक्ष्म प्रकाश स्वरूप हूँ.... अजर, अमर, अविनाशी शक्ति..... चैतन्य शक्ति धीरे-धीरे....मन

और बुद्धि को...ले चलते हैं एक यात्रा पर...परमधाम की ओर...पंच तत्व की दुनिया से दूर...सूर्य चंद्र तारागण से भी

पार...-ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका परमधाम

में...जो दिव्य प्रकाश से...आलोकित है...जहाँ चारो ओर दिव्य प्रकाश फैला हुआ है...अंतर्चक्षु से स्वयं को उस दिव्य लोक में ... निहार रही हूँ....जहाँ कोई बंधन नहींकोई बोझ नहीं...मैं वहां स्वतंत्र हूँ...संपूर्ण मुक्त अवस्था में हूँ....चारो ओर....पवित्रता की दिव्य आभा.... फैली हुई है.... उस दिव्य प्रभा मंडल में....मैं स्वयं को देख रही हूँ...महसूस कर रही हूँ...कितना सुंदर स्वरूप है ये मेरा...कितना अलौकिक रूप है ये मेरा... धीरे-धीरे...मैं स्वयं को...पिता परमात्मा के सानिध्य में देख रही हूँ....जैसे मैं आत्मा... प्रकाशपुंज हूँ....वैसे मेरे पिता परमात्मा भी... दिव्य...प्रकाशपुंज हैं....सूक्ष्म ते सूक्ष्म...

अति सूक्ष्म स्वरूप हैं....परंतु तेजोमय हैं.... चारोओर...दिव्य प्रकाश का आभा मंडल है....जो सर्वश्रेष्ठ है....सर्वशक्तिमान है...मनुष्य सृष्टि का...बीज स्वरूप है...सभी देवों का भी देव है...सर्वोच्च शक्ति है....उस सर्वश्रेष्ठ परमात्मा के सानिध्य में...स्वयं को महसूस कर रही हूँ...सर्वशक्तिमान परमात्मा से...सर्व शक्तियों की किरणों को...मैं स्वयं में समाती जाती हूँ...मेरे पिता परमात्म प्रेम के सागर हैं... असीम प्रेम....मुझपर बरस रहा है....मैं कितनी सौभाग्यशाली हूँ....जो परमात्म प्रेम की...पात्र आत्मा बन गयी...समा जाओ....खो जाओ....परमात्म प्रेम में....परमात्मा की....असीम स्नेह की रश्मियां... मुझपर बिखर रही हैं....ये परमात्म प्रेम.... मेरे इस जीवन को धन्य-धन्य कर रहा है....कितना सुंदर है ये अनुभव...जैसे परमात्म प्यार के झूले में...मैं हर पल....व्यतीत कर रही हूँ...सर्व संबंधों का सुख...परमात्मा से...प्राप्त कर रही हूँ...जो सुख... अतिइन्द्रिय सुख है...सुख को स्वयं में समाते हुए...मैं अपने मन और बुद्धि को ...वापिस इस पंचतत्व की दुनिया की ओर...शरीर में...भृकुटी के मध्य में...स्थित करती हूँ...अपने सर्व कर्मेंद्रियों को ...अधिकार में ले रही हूँ...और स्वयं को...आत्मा के आधिपत्य में...स्थित करती हूँ....अब मुझे परमात्म स्नेह को...सर्व शक्तियों को....हर कर्मेंद्रिय द्वारा...नित्य प्रवाहित करना है...अपने कर्म में...व्यवहार में...।

- क्रमशः

मन के विजयी... - पेज 2 का शेष

शांति और क्षमाभाव ही कारगर हथियार है।

रोज सुबह उठें तब - मैं शक्तिशाली हूँ कहकर उठें और रात्रि सोते वक्त भी मैं शक्तिशाली हूँ, ऐसा कहकर सो जायें। यह एक दिन ही नहीं, 365 दिन का और सारी ज़िन्दगी भर का कार्यक्रम है। अपने आपको, परिवार जनों को, मित्र तथा सारे जगत को और आपका बुरा करने वालों को क्षमा प्रदान कर हल्के बनने से एक नहीं, सौ लाख होंगे।

क्या नफरत भाव, क्रोध, निंदा, भय आदि का दुष्प्रभाव रोग रूप में शरीर पर असर करता है?

- लंबे समय तक दबा हुआ क्रोध शरीर को ग्रसित कर लेता है और कैंसर जैसे रोग के रूप में प्रकट होता है।

- निंदा करने की निरंतर आदत शरीर में अर्थराइटिस नामक रोग का निमंत्रक बनती है।

- नफरत भाव के कारण सज़ा का भय रहता है और सज़ा दर्द पैदा करती है।

- भय और उसके कारण उत्पन्न होता टेंशन सिर पर टाल, अल्सर और पैरों में सूजन ले आता है।

मनुष्य खुद स्वयं का मित्र बन नहीं सका, इसलिए ही बाह्य शत्रुओं का भय उसे सताता है। परिणाम स्वरूप मज़ा करने के लिए मिला जीवन सज़ा में परिवर्तित हो जाता है।

मन के अश्व को काबू में रखने की तरकीब:-

1. मन के दास नहीं मालिक बन क्रोध को नियंत्रित करने का मन को आदेश दो। यह काम संयम से ही संभव है।
2. मन की चंचलता को आत्मदर्शन कर नियंत्रित करें।
3. मन को नियंत्रित करने के लिए उसे श्रेष्ठ विचार दें।
4. अपने लिए समय निकालकर कम से कम पंद्रह मिनट एकांत में बैठकर स्वयं से बातें करें। बात करने से बात को समझने की और उसके निवारण की शक्ति आएगी और व्यर्थ में भटकता मन नियंत्रित होगा।
5. परमात्मा द्वारा मिली शक्तियों को जानें, पहचानें और उसे क्रियान्वित करें, न कि बाह्य प्रभावों को अंदर लाकर मन की शक्ति को व्यर्थ गंवायें।

ख्यालों के झाड़ने में...

उंचा उठने के लिए पंखों की ज़रूरत केवल पक्षियों को होती है। मनुष्य तो जितना झुकता है उतना ही ऊपर उठता है।।

सबको इकट्ठा रखने की ताकत प्रेम में है। और सबको अलग करने की ताकत वहम में है।।

नाराज ना होना कभी कि काम मेरा और नाम किसी और का हो रहा है, घी और रुई सदियों से जलते आ रहे हैं और लोग कहते हैं कि दिया जल रहा है।।

कथा सरिता



एक बार एक मछलीमार अपना काँटा डाले तालाब के किनारे बैठा था। काफी समय बाद भी कोई मछली उसके काँटे में नहीं फँसी थी। उसने सोचा कि कहीं ऐसा तो नहीं कि मैंने काँटा गलत जगह डाला हो और यहाँ कोई मछली ही न हो। उसने तालाब में झाँका तो देखा कि उसके काँटे के आसपास बहुत-सी मछलियाँ थीं। उसे बहुत आश्चर्य हुआ कि इतनी सारी मछलियाँ होने के बाद भी कोई मछली फँसी क्यों नहीं जबकि काँटे में दाना भी लगा है। क्या कारण हो सकता है?

वह ऐसा सोच ही रहा था कि एक राहगीर ने उससे कहा-लगाता है भैया यहाँ पर मछली मारने बहुत दिनों बाद आए हो। इस तालाब की मछलियाँ अब काँटे में नहीं फँसती। इस पर उसने हैरत से पूछा- क्यों, ऐसा क्या हुआ है यहाँ? राहगीर बोला- पिछले दिनों तालाब के किनारे एक बहुत बड़े संत आकर ठहरे थे। उन्होंने यहाँ “मौन की महत्ता” पर प्रवचन दिए थे। उनकी

वाणी में इतना तेज था कि जब वे प्रवचन देते तो सारी मछलियाँ बड़े ध्यान से सुनतीं। यह उनके प्रवचनों का ही असर है कि उसके बाद जब भी कोई इन्हें फँसाने के लिए काँटा डालकर बैठता है तो ये “मौन” धारण कर लेती हैं। जब मछली

मौन से जानो खुद को

मुँह खोलेंगी ही नहीं तो काँटे में फँसेगी कैसे? इसलिए बेहतर यही है कि आप कहीं और जाकर काँटा डालो। उसकी बात मछलीमार की समझ में आ गई और वह वहाँ से चला गया।

कितनी सही बात है यह, जब मुँह खोलेंगे ही नहीं तो फँसोगे कैसे? यह बात मछलियों की तरह उन व्यक्तियों को भी समझ लेनी चाहिए कि जो अपनी बकबक करने की आदत के चलते स्थान और समय का ध्यान रखे बिना अपना मुँह खोलकर मुसीबत में फँस जाते हैं। गलाकाट प्रतियोगिता के इस युग में इस बात का महत्व

उस समय और बढ़ जाता है जब न जाने कौन अपना काँटा डाले, आपको फँसाने के चक्कर में हो। जैसे ही आपने मुँह खोला, आप फँसे। ऐसी परिस्थितियों से बचने के लिए ज़रूरी है कि हम मौन का अभ्यास करें। धीरे-धीरे अभ्यास से हम सीख जाएं।

एक बार तुलसीदास जी से किसी ने पूछा :- कभी-कभी भक्ति करने को मन नहीं करता फिर भी नाम जपने के लिये बैठ जाते हैं, क्या उसका भी कोई फल मिलता है?

तुलसी दास जी ने मुस्करा कर कहा- तुलसी मेरे राम को रीझ भजो या खीज। भौम पड़ा जामे सभी उल्टा सीधा बीज।। अर्थात् :

भूमि में जब बीज बोये जाते हैं तो यह नहीं देखा जाता कि बीज उल्टे पड़े हैं या सीधे पर फिर भी कालांतर में फसल बन जाती है, इसी प्रकार नाम सुमिरन कैसे भी किया जाये, उसके सुमिरन का फल अवश्य ही मिलता है।।

किसी ने एक दिन एक घड़े में गंगाजल भरकर सन्तों की सभा में रखवाया- सन्तों के पीने के लिए।

एक व्यक्ति ने देखा। वह सोचने लगा -“यह घड़ा कितना भाग्यशाली है कि इसमें गंगाजल भरा गया और अब ये सन्तों के काम आयेगा”।

घड़ा बोल पड़ा- “मैं तो मिट्टी के रूप में शून्य पड़ा था, किसी काम का नहीं था। कभी नहीं लगता था कि भगवान् ने हमारे साथ न्याय किया है। फिर एक कुम्हार आया। उसने फावड़ा मार-मारकर हमको खोदा और गंधे पर लादकर अपने घर ले गया और वहाँ ले जाकर हमको उसने रौंदा। फिर पानी डालकर गुँथा और चाक पर चढ़ाकर घुमाया, फिर गला काटा और फिर

थापी मार-मारकर बराबर किया। उसके बाद आग में जलने को डाल दिया और जब तैयार होकर निकला तो बाजार में भेज दिया। वहाँ भी लोग ठोक-ठोककर देख रहे थे कि ठीक है कि नहीं, और कीमत लगायी-10 20 रुपये!

केवल कृपा है...

हमको तो इन सबमें भगवान् का अन्याय ही जान पड़ता था, कृपा थोड़े ही मालूम पड़ती थी! किसी सज्जन ने मुझे खरीद लिया और जब मुझमें गंगाजल भरकर सन्तों की सभा में भेज दिया, तब मुझे मालूम पड़ा कि कुम्हार का वह फावड़ा

चलाना भी भगवान् की कृपा थी, उसका वह गुँथना भी भगवान् की कृपा थी, आग में जलाना भी भगवान् की कृपा थी और बाजार में लोगों के द्वारा ठोका जाना भी भगवान् की कृपा ही थी। अब मालूम पड़ा कि सब भगवान् की कृपा ही कृपा थी”!

तो असल में आप ईश्वर की कृपा पर विश्वास करेंगे, तो आप जहाँ भी देखेंगे वहाँ ही आपको “कृपा” मालूम पड़ेगी! बस, कृपा-ही-कृपा, कृपा-ही-कृपा!

“प्रभु स्मृति कृपा मयी है”

प्रभु के पास कृपा के सिवाय और कोई पूँजी है ही नहीं।

केवल कृपा है!!!! कृपा है!! कृपा है!!!!

सुनसान जंगल में एक लकड़हारे से पानी का लोटा पीकर प्रसन्न हुआ राजा कहने लगा, हे पानी पिलाने वाले ! किसी दिन मेरी राजधानी में अवश्य आना, मैं तुम्हें पुरस्कार दूंगा। लकड़हारे ने कहा, बहुत अच्छा।

इस घटना को घटे पर्याप्त समय व्यतीत हो गया, अन्ततः लकड़हारा एक दिन चलता-फिरता राजधानी में जा पहुँचा और राजा के पास जाकर कहने लगा, मैं वही लकड़हारा हूँ, जिसने आपको पानी पिलाया था, राजा ने उसे देखा और अत्यन्त प्रसन्नता से अपने पास बिठाकर सोचने लगा कि- इस निर्धन का दुःख कैसे दूर करूँ? अन्ततः उसने सोच-विचार के पश्चात् चन्दन का एक विशाल उद्यान(बाग) उसको सौंप दिया। लकड़हारा भी मन में प्रसन्न हो गया। चलो अच्छा हुआ। इस बाग के वृक्षों के कोयले खूब होंगे, जीवन कट जाएगा।

यह सोचकर लकड़हारा प्रतिदिन चन्दन काट-काटकर कोयले बनाने लगा और उन्हें बेचकर अपना पेट पालने लगा। थोड़े समय में ही चन्दन का सुन्दर बगीचा एक वीरान बन गया, जिसमें स्थान-स्थान पर कोयले के ढेर लगे थे। इसमें अब केवल कुछ ही वृक्ष रह गये थे, जो

लकड़हारे के लिए छाया का काम देते थे। राजा को एक दिन यूँ ही विचार आया। चलो, तनिक लकड़हारे का हाल देख आऊँ। चन्दन के उद्यान का भ्रमण भी हो जाएगा। यह सोचकर राजा चन्दन के उद्यान की ओर जा निकला। उसने दूर से उद्यान से धुआँ उठते देखा। निकट आने पर ज्ञात हुआ कि चन्दन जल रहा है और लकड़हारा पास खड़ा है। दूर से राजा को आते

कोयले न बनाओ

देखकर लकड़हारा उसके स्वागत के लिए आगे बढ़ा। राजा ने आते ही कहा, भाई ! यह तूने क्या किया? लकड़हारा बोला, आपकी कृपा से इतना समय आराम से कट गया। आपने यह उद्यान देकर मेरा बड़ा कल्याण किया। कोयला बना-बनाकर बेचता रहा हूँ। अब तो कुछ ही वृक्ष रह गये हैं। यदि कोई और उद्यान मिल जाए तो शेष जीवन भी व्यतीत हो जाए।

राजा मुस्कराया और कहा, अच्छा, मैं यहाँ खड़ा होता हूँ। तुम कोयला नहीं, प्रत्युत इस लकड़ी को ले-जाकर बाज़ार में बेच आओ।

लकड़हारे ने दो गज, लगभग पौने दो मीटर की लकड़ी उठाई और बाज़ार में ले गया। लोग चन्दन देखकर दौड़े और अन्ततः उसे तीन सौ रुपये मिल गये, जो कोयले से कई गुना ज़्यादा थे।

लकड़हारा मूल्य लेकर रोता हुआ राजा के पास आया और ज़ोर-ज़ोर से रोता हुआ अपनी भाग्यहीनता स्वीकार करने लगा।

इस कथा में चन्दन का बाग मनुष्य का शरीर और हमारा एक-एक श्वास चन्दन के वृक्ष हैं पर अज्ञानता वश हम इन चन्दन को कोयले में तब्दील कर रहे हैं। लोगों के साथ बैर, द्वेष, क्रोध, लालच, ईर्ष्या, मनमुटाव, को लेकर खींच-तान आदि की अग्नि में हम इस जीवन रूपी चन्दन को जला रहे हैं। जब अंत में श्वास रूपी चन्दन के पेड़ कम रह जायेंगे तब अहसास होगा कि व्यर्थ ही अनमोल चन्दन को इन तुच्छ कारणों से हम दो कौड़ी के कोयले में बदल रहे थे, पर अभी भी देर नहीं हुई है हमारे पास जो भी चन्दन के पेड़ बचे हैं उन्हीं से नए पेड़ बन सकते हैं। आपसी प्रेम, सहायता, सौहार्द, शांति, भाईचारा और विश्वास के द्वारा अभी भी जीवन सँवारा जा सकता है।



बोस्टन-यू.एस.ए.। 'द फ्यूचर ऑफ पावर' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में निज़ार जुमा, डी.कला लेंगर, ज्यूडी रोगर्स, जेम्स ओर्लेन्स, जॉन वेस्टमैन, जैरी तथा अन्य गणमान्य प्रतिभागी व अतिथिगण।



दिल्ली-सिविल लाइंस। दीपावली के अवसर पर मुख्यमंत्री माननीय अरविंद केजरीवाल को बधाई देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीरा। साथ हैं नरेन्द्र जैन, प्रदीप मल्होत्रा तथा अन्य।



मेरठ-पल्लवपुरम। गीता पाठशाला में पल्लव पब्लिक स्कूल के बच्चों द्वारा रंगारंग कार्यक्रम की प्रस्तुति दिये जाने के पश्चात् बच्चों को सौगात देते हुए ब्र.कु. ऊषा।



शिमला-हि.प्र.। आर्मी वाइफ्स वेलफेयर एसोसिएशन में 'स्ट्रेस मैनेजमेंट एवं राजयोग' विषय पर कार्यक्रम के दौरान मंचासीन हैं ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. रितु तथा ब्र.कु. चौहान। सम्बोधित करते हुए ए.डब्ल्यू.डब्ल्यू.ए.की प्रेसीडेंट सुषमा सोनी।



रादौर-कुरुक्षेत्र। दीपावली पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. सरोज। साथ हैं ब्र.कु. सुदर्शन, ब्र.कु. राज तथा ब्र.कु. राजू।



सादुलपुर-राज.। 'शिव समर्पण महापरिवर्तन योग भट्टी' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शोला, ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. हरगोविंद, मा. आबू व ब्र.कु. शोभा।

जब भी आप किसी आत्मा के संपर्क में आते हैं, तो उस आत्मा से हमारी क्या बातचीत होती है, हम ज्यादातर पूछते हैं, और क्या चल रहा है। तो सामने वाले का उत्तर होता है, बस ऐसे ही, यूँ ही चल रहा है। बस जीवन कुछ ऐसा ही है। इसका अर्थ यह हुआ कि उसको परिवर्तन चाहिए। परिवर्तन करने की शक्ति हमारी बातों में तो होनी चाहिए ना। व्यक्ति हमेशा उसी से मिलना चाहता है जिससे मिलकर उसे कुछ प्राप्ति हो, कुछ अनुभव हो, जो कहीं भी मिल नहीं रहा।

आप अगर किसी पेड़ को ध्यान से देखो, तो उसका तना, उसकी पत्तियाँ, उसके फूल यदि हरे-भरे हों तो उससे अंदाजा लग जाता है कि इस पेड़ को अर्थात् इसके बीज को बीच-बीच में टाइम से खाद और पानी मिलता है। उसी प्रकार हम मनुष्यों की स्थिति है। हमारा बीज हमारी आत्मा है और हम सारी आत्माओं का बीज परमात्मा है। यदि बीज की शक्ति को बढ़ाया नहीं गया, अर्थात् उसे समझ का, ज्ञान का, कॉन्शियनेस का पानी नहीं मिला तो एक दिन वो सूख जायेगा। आपको भी पता है कि बीज के द्वारा ही तना और शाखाओं को बीच-

परिवर्तन क्यों नहीं हो रहा ?

बीच में पानी मिलता है। आज हम मनुष्य आत्मायें पूरी तरह से आशाहीन तथा अवसाद ग्रस्त हैं। कारण, कि आज हमें कोई ठीक से पानी देने वाला नहीं रहा।

आज सभी हर घड़ी सुख और चैन से जीना चाहते हैं। बेचैन हैं। सम्पत्ति और साधन होते हुए भी सुख और चैन की

लेकिन इन लोगों की आवाज़ उन आत्माओं के दिल को नहीं छू पाती, क्यों, क्योंकि वो सिर्फ और सिर्फ बाह्य सम्पत्ति, बाहरी खजाने, बाहरी सुख आदि को पाने का रास्ता बताते हैं। इसीलिए किसी को संतुष्टि नहीं मिल रही।

साधनों की शक्ति तथा वाणी की शक्ति



नींद आँखों में नहीं है। कारण, सच्चा सुख और सच्ची शांति चाहिए, जिसके कारण वो रास्ता ढूँढ़ रहे हैं। इसको अगर थोड़ा साधारण शब्दों में कहें कि आज पूरे विश्व में अगर देखा जाए तो बहुत अच्छे-अच्छे वक्ता हैं, मोटिवेशनल ट्रेनर हैं, गुरु हैं, संत हैं, जिनसे ये सारी आत्मायें बीच-बीच में मिलती भी हैं,

तो सबके पास है, लेकिन एक शक्ति है जो किसी के पास नहीं है, जो है संकल्प की शक्ति और वृत्ति की शक्ति, स्नेह और सहयोग की शक्ति। आज सभी मुख से तो अच्छी-अच्छी बातें बोलते हैं, लेकिन सबके भाव अलग होते हैं। क्योंकि जो व्यक्ति परिवर्तन करना चाहता है, उसके तीन आधार होते हैं।

पहला, वो क्या बदले तथा क्यों बदले। दूसरा, क्या वो बदलना भी चाहता है। तीसरा, अगर वो बदलना चाहता है तो उसकी विधि क्या है। अब उपरोक्त तीनों बातों को समझने का आधार सिर्फ एक है, और वो है हमारा नज़रिया, उस व्यक्ति के प्रति हमारी वृत्ति, हमारा दृष्टिकोण। कहने का भाव यह है कि जब हम किसी को बदलने की बात करते हैं, कुछ बताना चाहते हैं, या उसको कुछ प्राप्ति कराना चाहते हैं, तो उसके पहले

मन नहीं चानरे गा। अर्थात् हम किसी व्यक्ति से जब बात करते हैं तो अपने बिलीफ सिस्टम के आधार से बात करते हैं, अपने पूर्व अनुभवों के आधार से बात करते हैं, या उसके बारे में कहीं पढ़के या सुनके बात करते हैं। तो उनको वो वायब्रेशन्स सूक्ष्म रूप से पहुँच जाते हैं, और उन्हें पता चलता है कि ये बातें सिर्फ ऊपर ऊपर कह रहे हैं, इनका भाव बदलने का नहीं है। इसलिए सच में निःस्वार्थ सेवा न होने के कारण हम किसी भी आत्मा को परिवर्तन करने में आज असमर्थ हैं। हम सभी को बताते हैं, क्या क्या करना चाहिए, लेकिन हम किसी को ये नहीं बताते कि कैसे करना है। अगर हम इसे सार रूप में कहें तो कह सकते हैं कि परिवर्तन शक्ति का आधार हमारा नज़रिया, दृष्टिकोण, शुभ वृत्ति, मनोभाव होते हैं। ये हमारी सूक्ष्म शक्ति है, इससे हम किसी भी आत्मा को कम समय में बहुत सारी प्राप्तियाँ करा सकते हैं। लेकिन इसके लिए हमें परमात्मा द्वारा दिये गए स्वमानों का अभ्यास बहुत ज़रूरी है। तब परिवर्तन निश्चित है। ●



ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

प्रश्न - मैं डाक्टर हूँ, मेरा अपना नर्सिंग होम है। बहुत व्यस्तता रहती है। योग-साधना नहीं हो पाती। कभी-कभी रात को भी जागना पड़ता है तो सवेरे भी उठा नहीं जाता। पैसा तो बहुत मिलता है पर सारा दिन आत्म ग्लानि सी बनी रहती है। क्या इसी दिनचर्या में अच्छी साधना हो सकती है?

उत्तर - आपको अपने कार्य को एन्जॉय करना है। मन को हल्का कर दें और इस विधि से सहज साधनाएं करें। जब भी कोई पेशेंट आपके सामने आता है, आपको तीन अभ्यास करने हैं। उसे आत्मिक दृष्टि से देखें व स्वयं को किसी भी स्वमान में रखें। सात दिन के सात स्वमान निश्चित कर लें। पेशेंट की बात सुनकर जब पर्चे पर दवाई लिखने लगे, उससे पूर्व ऊपर शिव बाबा से कुछ सेकण्ड कनेक्शन जोड़ो, फिर लिखो। इस तरह सारे केस सफल होंगे।

दो पेशेंट के बीच एक या दो मिनट का समय निकालो और उसमें अभ्यास करो - मैं लाइट हाउस, माइट हाउस फरिश्ता हूँ या मैं मास्टर ज्ञान सूर्य हूँ या मैं इष्ट देव हूँ और मेरे मस्तक तथा अंग-अंग से चारो ओर रंग-बिरंगी किरणें फैल रही हैं। इस तरह चाहे जितने भी पेशेंट आयें, आपको सब कुछ आनंददायी व खेल की तरह लगेगा।

जब आपको रात को जगाया जाता है तो सहज भाव से उठो, अपना काम करो और तब ही थोड़ा योग करके सो जाओ। यदि दो बजे के बाद जगाया जाता है तो काम के बाद आधा घण्टा योग करके नींद पूरी करो। नींद को कम करना कल्याणकारी नहीं रहेगा। इस विधि से आप सहज साधना करें। सोने से पूर्व दस मिनट अव्यक्त मुरली अवश्य पढ़ लिया करें। इस तरह आप आत्म-ग्लानि से भी मुक्त रहेंगे। प्रतिदिन दस मिनट अपने नर्सिंग होम में हीलिंग वायब्रेशन्स फैलायें। इसकी विधि है - कहीं भी बैठकर अभ्यास करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ व मुझ पर शिव परमात्मा की

किरणें पड़ रही हैं व मेरे मस्तक से सारे नर्सिंग होम में फैल रही हैं। ऐसा करने से आपके पास जो भी पेशेंट आयेगा, वो उन वायब्रेशन्स में तुरंत ठीक हो जाएगा। कई मानसिक रोगी तो वहाँ आते ही ठीक हो जाएंगे।

प्रश्न - हम धन से यज्ञ में सेवा करते हैं परन्तु जब हम धन का सदुपयोग नहीं देखते तो संकल्प चलते हैं और सोचते हैं कि महायज्ञ में ही सेवा करें। कर्म की क्या गति है व कहाँ हमारा भाग्य ज्यादा बनेगा? हम जानना चाहते हैं।

उत्तर - ये यज्ञ स्वयं भगवान ने रचा है। उसके कार्य



मन की बातें
- ब्र.कु. सूर्य

में सहयोग करना - ये दिव्य बुद्धिमान मनुष्य का श्रेष्ठ भाग्य है। धन की सेवा एक तरह की सेवा है। आपने जब सेवा का संकल्प किया, तब से ही आपका भाग्य जमा हो गया। ये आपका अपना परिवार है। ईश्वरीय कार्य को अपना मानना - ये वारिस आत्मा की एक पहचान है।

आपने धन की सेवा की तो आपका भाग्य बन गया। इसके बाद आपको निरसंकल्प होना चाहिए। यदि

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 परिवर्तन...
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... 810477111/7014140133

आपको ये संकल्प चलता है कि मेरे धन का क्या किया या आप धन का हिसाब मांगते हैं तो आपका मेरापन खत्म नहीं हुआ। आपको ये याद है कि मैंने इतना दिया तो आपका भाग्य आधा हो जाता है। यदि आप बार-बार वर्णन करते हैं तो भाग्य कटता जाता है। देकर भूल जाना, गुप्त रखना -यही सर्वश्रेष्ठ भाग्य बनाने की विधि है। यह आभास भी न रहे कि मैंने किया। आपने दिया अब देवियों का काम है उसका उपयोग करना। इस बारे में आपको निरसंकल्प होना चाहिए। आपका तो भगवान के खजाने में जमा हो गया। धन की सेवा आप अपने सेवाकेन्द्र में भी करें व महायज्ञ में भी।

प्रश्न - मैं अधरकुमार हूँ। मुझे पवित्र बनने की बहुत इच्छा है, परन्तु माया बनने नहीं देती। मेरा योग भी नहीं लगता। विधि बताइये।

उत्तर - जन्म-जन्म की वासनाएं, अब मनुष्य को पवित्र नहीं बनने देती। भगवान को तो पवित्रता ही प्रिय है। उनकी आज्ञा है, काम महाशत्रु है। गीता में भी महावाक्य है - जो मनुष्य काम व क्रोध के वेग को सहन करने में समर्थ है, वही सच्चा योगी है। आपको योगी भी बनना है व पवित्र भी। दोनों का गहरा नाता है। बिना पवित्रता के कोई योगी नहीं बन सकता व बिना श्रेष्ठ योग के सम्पूर्ण पवित्रता का बल प्राप्त नहीं होता।

आपके केस में पहले आपको योगी बनना है। हम उसकी सहज विधि लिख रहे हैं। इससे आपमें पवित्र रहने की ताकत आ जायेगी।

सारे दिन में पच्चीस बार याद करना - मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ व महान आत्मा हूँ। सवेरे उठते ही दस बार याद करना -मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मायाजीत हूँ, विजयी रत्न हूँ।

सारे दिन में दस बार एक-एक मिनट स्वयं को देह से न्यारा आत्मा समझना अर्थात् अशरीरीपन का अभ्यास करना। भोजन खाते व पानी-दूध पीते उसे दृष्टि देकर सात बार संकल्प करना कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। भोजन बीस प्रतिशत कम करना। बस इस तरह शीघ्र ही आपमें पवित्रता धारण करने की शक्ति आ जाएगी।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

उपलब्ध पुस्तकें



अपराध बोध से कैसे निकलें बाहर?

- ब्र.कु. विश्वनाथ

आज मन की दशा और दिशा दोनों बिगड़ चुकी है। सोलह साल से लेकर 40 साल तक का युवा किसी न किसी बात से, आपत्तिजनक परिस्थितियों से, मन की अंदरूनी चोट से अपने आपको कमजोर महसूस करता है। आज वो स्वयं को मानसिक रूप से असहाय और शक्तिहीन समझने लगता है। तनाव में आकर अपने जीवन को भी खत्म करने लग पड़े हैं। ऐसी स्थिति में हमें एक-दूसरे को सहारा देने की बहुत ज़रूरत है। और वो सहारा परमात्मा के गाइडेंस के हि-साब से ही होना चाहिए।

अपराध बोध के कारण

● मानसिक विश्वोभ, स्नेह का अभाव, नैतिकता का गिरा स्तर, शोषण, उत्पीड़न, ठगी, विश्वासघात, बेकारी, हानि या किसी घटना के कारण किसी व्यक्ति को आत्मघात करने पर विवश कर दिया जाता है। अपनी बात मनवाने के लिए आत्मदाह कर लेना, किसी अमुक चिंता (Depression) अथवा आपत्ति से छुटकारा पाने के लिए आत्महत्या जैसी बड़ी आपत्ति को अपना लेना व्यक्ति को सही लगता है। उसको उस समय यही सबसे बेहतर उपाय लगता है, परन्तु वास्तविकता कुछ और भी होती है। एक दुःख को हल्का करने के लिए दूसरा उससे बड़ा दुःख (आत्महत्या) मोल लेना ये अज्ञान ही तो है।

● उनको अपने जीवन में दुखों के पहाड़ दिखाई देते हैं। ये दुःख उनके जीवन में क्यों आ रहे हैं, इस बात का उन मनुष्यों को ज्ञान नहीं है। वह समझते हैं कि मुझे इसने दुःखी किया, उसने दुःखी किया, पर दुःख का मूल कारण क्या है, वो समझ नहीं पाते और आत्महत्या जैसे दुष्कर्म की ओर अग्रसर हो जाते हैं। वे समझते हैं कि आत्महत्या कर लेना दुःखों से छूटने का उपाय है।

● दुःखों का एक कारण ये भी है...जैसे कि अपने ही जन्म-जन्म में किये गए पापों का बोझ। इन जन्मों में कल्प-कल्प हमारे साथ... लौकिक परिवार वा अलौकिक परिवार में रहने वाली आत्मायें हैं, जिनके साथ हमारा हिसाब किताब होता है... उसी हिसाब किताब को चुकू करने के लिये हम आत्मायें एक जगह एकत्रित होती हैं। ये हिसाब किताब हमारे ही कर्मों का फल होता है जिसको चुकाना अति आवश्यक है।

प्रश्न: लेकिन ऐसे लोगों को हम कैसे काउंसलिंग या गाइडेंस (counseling or guidance) दें जो ये भी बाबा के बच्चे बन इस संकल्प का त्याग कर दें और जीवन खुशहाल कर ले?

उत्तर: आत्महत्या से बचना या बचाना है तो उसे आध्यात्मिक ज्ञान (spiritual knowledge) दी जानी चाहिये। अध्यात्म के रास्ते को अपनाना बहुत ज़रूरी है, क्योंकि इस मार्ग को अपनाने से वह जीवित तो रहता ही है, साथ ही साथ वह अपने सभी फर्ज पूरे करता

है। पूरे सदगुणों के साथ, सच्चरित्रता के साथ और खुश रहकर वह इतना strong हो जाता कि जैसे पानी को रोकने के लिये कितनी कोशिश करें पर वह रास्ता बना ही लेता है, जूते से दबी हुई दूब भी पुनः खड़ी हो जाती है, बाँस का पेड़ आंधी-तूफान आने पर अपने आप को झुक कर बचा लेता है। इसी प्रकार आध्यात्मिक ज्ञान लेने वाली आत्मा भी अपने मनोबल से और ईश्वरीय शक्ति के आधार पर सामना करते प्रत्येक सिचुएशन का बिना आत्महत्या किये, बिना सम्बन्ध बिगाड़े सफल जीवन जी सकते हैं, क्योंकि उसे भगवान के साथ का अनुभव होता है।

● Counseling करते वक्त हमें इस बात का ध्यान रखना होता है कि सामने वाला हम पर विश्वास रखे। क्योंकि विश्वास होगा तो ही वे हमारी बात सुनेंगे। इसलिए पहले हमें उनकी बात सुननी चाहिए, तो उन्हें लगेगा की ये मेरी मदद कर सकता है। उस आत्मा को रूहानी दृष्टि देनी है। क्योंकि इस वक्त वो कोई बात सुनने के लिए तैयार नहीं होते हैं।



● फिर आत्मा का ज्ञान देना, आप आत्मा हो, आत्मा तो अजर, अमर अविनाशी है। परमात्मा का, समय का परिचय देना। आत्मा के गुणों व शक्तियों के बारे में बताना। इसलिए आप भी आई हुई समस्या का सामना कर सकते हो। ये शक्ति हमें राजयोग से प्राप्त होती है। राजयोग के बारे में बताना। suicide कर शरीर को मार सकते हैं लेकिन आत्मा नहीं मरती।

● फिर जन्म-मरण के चक्र, सुख-दुःख का ज्ञान देना है। मरने के बाद भी आपके कर्म तो आपके साथ ही आयेंगे। जबकि आत्महत्या तो बड़े ते बड़ा पाप है और पाप करने से मनुष्य बहुत दुःखी होते हैं। आप ये शरीर तो suicide कर छोड़ देंगे लेकिन अगले जन्म में तो हिसाब चुकू करना पड़ेगा। इसलिए सुसाइड कोई समस्या का हल नहीं है।

● मनुष्य को आत्महत्या करने से रोकने के लिए तीन चीजें बहुत आवश्यक हैं।

1. Love 2. Support 3. Care

- हमें उन्हें रूहानियत से भरपूर करना चाहिए। रूहानी प्रेम और अलौकिक परिवार का सहयोग भी देना चाहिए। लौकिक परिवार वालों से उनकी स्पेशल केयर होनी चाहिये।

किसी ने कहा है की विश्वास रखो कि तुम इस दुनिया के सबसे महत्वपूर्ण इंसान हो।

● हमें उन महापुरुषों के जीवन से प्रेरणा लेनी चाहिए जिन्होंने अपने स्वार्थ का त्याग कर समाज और देश के लिए अपने तन, मन और धन को अर्पित कर दिया। यदि हम दुनिया के लिए कुछ नहीं कर सकते तो भी आत्महत्या करके हम दुःखों से पीछा नहीं छोड़ सकते। स्वयं की हत्या भी एक हिंसा है, जिसका हमें घोर पाप लगता है।

● आत्मा तो अवध्य है, 'देही वित्यम अवध्यो अयं देहे सर्वत्र भारत'। आत्महत्या करने के बाद भी विकर्मों के दंड स्वरूप जो कष्ट हमें भोगने हैं, वह तो भोगने ही होंगे। चाहे जन्म पर जन्म क्यों न लेना पड़े। कष्ट से छूटने का एकमात्र उपाय है परिस्थिति का सामना करना।

● जो व्यक्ति स्वयं के और उनके जीवन के महत्व को नहीं जानते, वही आत्महत्या का सोचते हैं। उन्हें यह पता नहीं होता कि शरीर छोड़ने के बाद जब तक नया न मिले तब तक आत्मा भटकती है और दुःखी, अशांत, बेचैन होती है। नया शरीर मिलने के बाद भी आत्महत्या जो सबसे बड़ा पाप का काम किया है उसका हिसाब पूरा करना पड़ता है। इसलिए उन्हें उनके जीवन के महत्व के बारे में बतायें।

● गरुड़ पुराण में भी आत्महत्या करने पर जो पापों का उल्लेख किया जाता है उस पर भी कोई ध्यान नहीं देता। कुरान में दूसरों की हत्या करने से भी अधिक जघन्य पाप आत्महत्या को बताया है। ईसाई धर्म में भी इसे घृणित पातक बताया गया है। मूल्यों की प्रचुरता और शिक्षा (ज्ञान), न्याय, तनाव मुक्ति के लिए मेडिटेशन आदि का होना अत्यंत आवश्यक है। इसकी शुरुआत घर से ही करनी होगी। इससे समाज, देश, विश्व को इस अपराध से मुक्ति मिलेगी। अगर मनुष्य को अपने जीवन की कीमत का पता चल जाये तो वो ऐसा अपराध करने की नहीं सोचेगा। बाबा की याद से सभी आत्माओं का आह्वान कर उनको इस पाप से मुक्ति दिलाने में मदद करें।

● 11 वीं सदी में इंग्लैण्ड में एक कानून बना था, जिसमें आत्महत्या करने वालों की सम्पत्ति जब्त कर ली जाती थी और उसके शव को किसी भी ईसाई कब्रिस्तान में धार्मिक विधि से दफनाया नहीं जा सकता था। अतः स्पष्ट है कि किसी भी समाज में आत्महत्या को स्वीकार नहीं किया गया, इसे जघन्य अपराध ही माना गया है।

● जीवन मिला ही इसलिए है कि पुराने हिसाब (पिछले जन्म) के Account को जो कि बुरा घटित हो चुका है, उसे आज अच्छे से, बड़े ही प्यार से क्लियर किया जाये। भगवान ने हमें मनुष्य शरीर दिया है, उसका तिरस्कार न कर जीवन चुनौती के रूप में, खिलाड़ी की तरह जिया जाये तो हँसते-हँसाते, पुण्य कमाते औरों की सेवा कर संतोष प्राप्त करते हुए यह जीवन जिया जा सकता है। अतः मनुष्य को हर चुनौती का सामना बहुत ही उमंग-उत्साह से करते हुए जीवन जीना चाहिए। ●



बुटवल-नेपाल। वर्ष 2016-2017 की थीम 'गॉड्स विज्डम फॉर वर्ल्ड ट्रांसफॉर्मेशन' के राष्ट्रीय शुभारंभ समारोह का उद्घाटन करते हुए रक्षामंत्री बालकृष्ण खाँणजी, ब्र.कु. मृत्युंजय, मा.आबू, ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी, निदेशक, उ.प्र., बनारस क्षेत्र, ब्र.कु. परनीता, ब्र.कु. कमला तथा अन्य विशिष्ट जन।



अवोहर-पंजाब। दीपावली के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. पुष्पलता, ब्र.कु. दर्शना, ब्र.कु. सुनीता, शकुंतला सोनी, डॉ. कंचन खुराना, लेखक परिषद अध्यक्ष राज सदोष तथा डॉ. रमेश वर्मा।



अजमेर-धोलाभाटा(राज.)। ट्री ऑफ लाइफ फॉर एनीमल्स(टोल्फा) द्वारा स्कूली बच्चों को जानवरों के व्यवहार से अवगत कराने के लिए तैयार की गई 'चिन्डन वर्कबुक' और 'सी.डी.' का विमोचन करते हुए जिला कलेक्टर गौरव गायल, ब्र.कु. योगिनी, रिचेल राइ तथा डॉ. सुजैन।



बाहादुरगढ़-हरियाणा। एस.डी.एम. श्रीमति मनीषा शर्मा को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. विनीता। साथ है ब्र.कु. सुरेन्द्र।



भदोही-उ.प्र.। दीपावली के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए भदोही के एस.डी.एम., सी.ओ., ब्र.कु. विजयलक्ष्मी तथा अन्य।



बांदा-उ.प्र.। दीपावली के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए आयुर्वेदिक चिकित्साधिकारी नीरज सोनी, ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. शालिनी तथा अन्य।

ज्ञान प्रकाश फैलाना ही सच्ची दीपावली मनाना - दादी हृदयमोहिनी

पंद्रह सौ लोगों ने हर्षोल्लास से मनाया दीपावली का पर्व

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। ओम शान्ति रिट्रीट सेंटर में दीपावली का पावन पर्व बड़े ही हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर कवि सम्मेलन, नृत्य,

मीठा किया। कार्यक्रम में मेले का भी आयोजन किया गया, जिसमें बने खुले मंच पर अनेक कलाकारों ने अपनी प्रस्तुति दी। मेले में गोस्स के भी अनेक

दिलाता है कि एक समय जरूर रहा है जब इस संसार में चारो तरफ खुशहाली थी। जहाँ एक धर्म, एक राज्य, एक कुल एवं एक मत थी। सभी मनुष्य देवी-देवता



दीपावली के अवसर पर अद्भुत रोशनी फैलाता ओम शान्ति रिट्रीट सेंटर



दीपावली के अवसर पर कार्यक्रम में सभी को ब्लैसिंग्स देते हुए दादी हृदयमोहिनी। सभा में अपने हाथ में कैंडल्स लेकर अपनी खुशी व्यक्त करते तथा दीपावली मनाते भाई बहनें।

नाटक एवं गीत-संगीत का विशेष आयोजन हुआ। दीपावली का केक काटकर सभी ने एक-दूसरे का मुख

स्टॉल बनाए गए। 'दीपावली वास्तव में सुख, शान्ति एवं समृद्धि का पर्व है। ये दिवस हमें याद

कहलाते थे। अंतःकरण में ज्ञान के दीपक जगाना ही असली दीपावली मनाना है' - ब्रह्माकुमारीज की अति. मुख्य

प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी।

'दीपावली पर सभी लक्ष्मी का ही आह्वान करते हैं, लेकिन हमें आह्वान

करना है नैतिक, आध्यात्मिक एवं चारित्रिक मूल्यों का। जीवन की श्रेष्ठता के बिना धन हमें सच्चा सुख नहीं दे सकता। उन्होंने कहा कि जितना हम स्थूल धन को जमा करते हैं, अगर उतना ही हम अपने श्रेष्ठ एवं शुद्ध संकल्पों की पूंजी को भी जमा करेंगे तो जीवन में कभी भी सुख, शान्ति एवं खुशी का अभाव नहीं हो सकता' - अमेरिका में ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों की प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी।

कार्यक्रम में दादी रुक्मिणी, ब्र.कु. बृजमोहन एवं ब्र.कु. आशा ने भी सभी को दीपावली की बहुत-बहुत शुभकामनाएँ दीं। कार्यक्रम में दिल्ली एवं आस-पास के पंद्रह सौ से भी अधिक लोगों ने भाग लिया।

परमात्म ज्ञान द्वारा स्वर्णिम संसार

सेक्टर 13 के एक्जीविशन मैदान में एक विशाल आध्यात्मिक कार्यक्रम के आयोजन में ब्रह्माकुमारीज के महा. व आ.प्र. की ज्ञान इंचार्ज राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष तथा ब्र.कु. शीला भी थे उपस्थित।

नवी मुम्बई। 'आज मानव में दिव्य गुण लोप हो गए हैं, आज चारो ओर अज्ञान अंधेरा छाया हुआ है, रात के बाद दिन आता है, इस नियम अनुसार इस घोर कलियुगी दुनिया के बाद सतयुगी स्वर्णिम संसार आने वाला है। इसके लिए ज्ञानसूर्य

संस्था बेहद सेवा के लिए समर्पित है। इससे जुड़े लोगों का आचरण श्रेष्ठ और पवित्र होता जाता है। अपनी माता के उदाहरण को सामने रखते हुए कहा कि जब से वो इस संस्था से जुड़ी हैं तब से घर स्वर्ग बन गया है' - संदीप नाइक।

सुधाकर सोनावने, महापौर, नवी मुम्बई, संदीप नाइक, विधायक, एरोली विधान सभा सहित अन्य गणमान्य व्यक्ति भी थे मंच की शोभा। शहर के गणमान्य अतिथि व हज़ारों भाई बहनों ने इस कार्यक्रम का लिया भाग।

संदेश मिल जाता है' - सुधाकर सोनावने।



कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. संतोष, संदीप नाइक, नरेन्द्र पाटिल, सुधाकर सोनावने, ब्र.कु. शीला व अन्य।

परमात्मा का अवतरण इस धरा पर हो चुका है। इसे हम सबको अपने जीवन में अपनाकर वर्तमान और भविष्य को उज्ज्वल करना चाहिए' - ब्र.कु. संतोष। 'नवी मुम्बई में सुख शान्ति बनाये रखने के लिए संस्था का बड़ा योगदान है। यह

'अध्यात्म और विज्ञान का सुंदर समन्वय है' - नरेन्द्र पाटिल, विधायक, विधान सभा परिषद सदस्य।

'यह संस्था शान्ति स्थापना का कर्म कर रही है। संस्था से जब बहनें राखी बांधने आती हैं तब शान्ति और पवित्रता का

ब्र.कु. वंदना ने परमात्मा का परिचय दिया तथा ब्र.कु. तारा ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराया। ब्र.कु. शीला ने अतिथियों का स्वागत किया तथा ब्र.कु. माला ने सभी को संस्था की गतिविधियों से अवगत कराया।



अभियान का शुभारंभ करते हुए महेश विजय, श्रीमति प्रसन्ना भंडारी, राजेन्द्र अग्रवाल, गोपाल सप्रा, ब्र.कु. हेमलता, ब्र.कु. समिता, ब्र.कु. शक्ति, ब्र.कु. उर्मिला तथा अन्य।

'स्वच्छ समाज-स्वस्थ समाज' अभियान का कोटा से शुभारंभ

नगर निगम के महापौर महेश विजय ने किया अभियान को रवाना

कोटा-राज। ब्रह्माकुमारीज के समाज सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित 'स्वच्छ समाज-स्वस्थ समाज' विषयक अभियान 6 नवम्बर से 14 नवम्बर तक कोटा, राज. से खंडवा, म.प्र. तक निकाला गया। कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर शरीक हुए महेश विजय, महापौर, नगर निगम, श्रीमति प्रसन्ना भंडारी, समाज सेविका, राजेन्द्र अग्रवाल, पूर्व गवर्नर, लायन्स क्लब, गोपाल सप्रा, पूर्व गवर्नर, रोटरी क्लब, ब्र.कु. समिता, मंदसौर, ब्र.कु. शक्ति, ब्र.कु. उर्मिला तथा गणमान्य अतिथिगण। आये हुए सभी अतिथियों ने इस कार्यक्रम

में अपने-अपने विचार व्यक्त किये तथा अभियान के प्रति शुभकामनाएं दीं। प्रो. ओंकारचंद, एक्जीक्यूटिव मेंबर, समाज सेवा प्रभाग, माउंट आबू ने कहा कि अपने घर तथा वातावरण के साथ-साथ मन को स्वच्छ व स्वस्थ रखने से ही स्वच्छ व स्वस्थ समाज की परिकल्पना साकार होगी। ब्र.कु. हेमलता, ज्ञानल कोऑर्डिनेटर, इंदौर ने कहा कि स्वच्छ व सुंदर विचारों के नींव पर ही स्वच्छ एवं स्वस्थ समाज की इमारत खड़ी रह सकती है। इसके लिए हमें अपने अंदर झाँकना होगा। मन के विचार ही तो बाह्य सुंदरता का आधार है।

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- 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 14th Nov 2016

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।