ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -24 | अगस्त - II - 2022 | अंक - 10 | माउण्ट आबू | Rs.-10

नारी सशक्तिकरण की प्रतीक बनेंगी राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू : दादी रतनमोहिनी

राष्ट्रपति बनने पर संस्थान में खुशी, भेजा बधाई संदेश

नई दिल्ली। देश की पहली आदिवासी महिला राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू की जीत से ब्रह्माकुमारी संस्थान में खुशी का माहौल है। संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने बधाई दी। दादी ने कहा कि यह बेहद खुशी की बात है कि एक ऐसी महिला देश की राष्ट्रपति बनी हैं जिनकी आध्यात्मिक जीवनशैली, सकारात्मक सोच और श्रेष्ठ व्यक्तित्व है। वो देश के नागरिकों को प्रेरित तो करेंगी ही साथ ही देश में महिला सशक्तिकरण को मज़बूती प्रदान करेंगी। मैं उनकी जीत पर संस्थान के समस्त भाई-बहनों की ओर से शुभकामनाएं और बधाई देती हूँ। ब्रह्माकुमारीज़ के ओम शांति रिट्रीट सेंटर गुरूग्राम की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, ब्रह्माकुमारीज़ ओडिशा के मीडिया कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. नथमल, दिल्ली वसंत विहार सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. क्षीरा बहन, ब्र.कु. लीना बहन तथा ब्र.कु. विकास समेत कई लोगों ने बधाई दी व माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया। गौरतलब है कि द्रौपदी मुर्मू ब्रह्माकुमारी संस्थान से सन् 2009 से जुड़ी हुई हैं। उनका जीवन संघर्षों से भरा रहा है। पर ऐसे में उन्होंने आध्यात्मिक ज्ञान के द्वारा अपने आप को सम्भाला और इस मुकाम पर पहुंचीं। देश की साधारण एक महिला किंतु उनका व्यक्तित्व, उनके विचार असाधारण हैं।

ब्रह्माकुमारीज़ सकारात्मक ऊर्जा का केन्द्र : भाजपा अध्यक्ष नड्डा

शांतिवन-आबू रोड। ब्रह्माकुमारी संस्थान के विशाल डायमण्ड हॉल में आयोजित कार्यक्रम में शामिल होकर भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जे.पी. नड्डा ने कहा कि आज मुझे अत्यंत खुशी है कि इस संस्थान के मुख्यालय में आने का अवसर मुझे मिला। मैं ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञानसरोवर भी गया। मैं यहाँ दस वर्ष पहले भी आया था, उसके बाद कई बार आने का सौभाग्य मिला। इस दौरान उन्होंने कई पुरानी बातों को याद करते हुए कहा कि यहां से मेरे जीवन में जो परिवर्तन हुआ, उसका सुखद अनुभव मिला। बीजेपी अध्यक्ष ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में सरकार सबका साथ, सबका विकास और सबका विश्वास भाव से काम कर रही है और भारत को विश्व गुरू बनाने के लिए अग्रसर है। आज़ादी के अमृत महोत्सव के तहत संस्थान ने 15 हज़ार कार्यक्रम आयोजित कर लोगों को जोड़ने का कार्य किया है। उन्होंने कहा कि एक लाख पच्चीस हज़ार जगह पर इस बार हमने योग किया। राजयोग के अभ्यास और योग से मन और शरीर दोनों मज़बूत होते हैं। ग्लोबल वार्मिंग हमारे अंदर भी असर करती है, इसके लिए राजयोग के माध्यम से संस्थान कार्य कर रहा है, जिससे लोगों में परिवर्तन हो रहा है। संस्थान ने वृक्षारोपण के कार्यक्रम में लाखों वृक्ष लगाए हैं। मैं संस्थान का आभारी हूँ कि मुझे यहां आने का मौका देते हैं। यहां से ऊर्जा लेकर मैं आगे पार्टी में उस ऊर्जा का संचार करता हूँ। उन्होंने आयोजकों का धन्यवाद करते हुए कहा कि पार्टी के ट्रेनिंग कैम्प में इतनी बड़ी संख्या में पदाधिकारी आए, जिन्हें राजयोग को जानने का मौका मिला। इसके तहत सबके मन में सात्विकता आए, सद्भाव आए, समाज के विकास में हम सब जुड़ें, भारत उसमें महत्वपूर्ण भूमिका अदा करे और विश्व में शांति के लिए भारत योगदान दे। इस कार्यक्रम को संस्था की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी, संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी, अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन भाई, कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय भाई, ब्र.कु. शारदा बहन व ब्र.कु. प्रकाश भाई ने भी सम्बोधित किया। इस दौरान बीजेपी के प्रदेश प्रभारी अरुण सिंह, प्रदेश अध्यक्ष सतीश पुनिया, नेता प्रतिपक्ष गुलाबचंद कटारिया, संगठन मंत्री चंद्रशेखर, राष्ट्रीय प्रवक्ता व सांसद राज्यवर्धन सिंह राठौड़, सांसद देवजी पटेल, श्रीमति मल्लिका नड्डा, बीजेपी कार्यकर्ता समेत बड़ी संख्या में गणमान्य लोग मौजूद रहे।

- **शांतिवन पहुंचने पर हुआ भव्य स्वागत व सम्मान**
- **राजयोग मन और तन को करता है मज़बूत**

सम्मेलन : ब्रह्माकुमारीज़ के शांतिवन में त्रिदिवसीय न्यायविदों के समागम में जुटे देशभर के प्रतिनिधि

परमात्मा का सानिध्य हो जाने से सबका होगा न्याय

शांतिवन। मध्य प्रदेश हाईकोर्ट की न्यायाधीश सुनीता यादव ने कहा कि जब हम न्यायिक प्रक्रिया के तहत होते हैं तो उस समय सही दिशा और सत्य न्याय की आवश्यकता होती है। परमात्मा का सानिध्य सही रूप में यदि हो जाए तो हर किसी के साथ सही न्याय होगा। परमात्मा का दरबार और स्थूल लोक का कोर्ट दोनों ही महत्वपूर्ण हैं। उक्त उद्गार न्यायाधीश ने ब्रह्माकुमारी संस्थान के शांतिवन परिसर में आयोजित न्यायविदों के सम्मेलन में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि कई बार ऐसा होता है कि कई केस बहुत ही उलझे हुए होते हैं, ऐसे में कई बार लोगों की उम्मीदों के खिलाफ न्यायिक प्रक्रिया होती है। परंतु न्यायिक व्यवस्था संविधान के नियम-कायदों से ही चलती है। इसलिए इन पहलुओं का ध्यान रखना ज़रूरी होता है। उन्होंने आगे कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान का राजयोग ध्यान मनुष्य के जीवन में तरक्की का रास्ता खोलता है। इसलिए हमें जीवन में राजयोग को अपनाने का प्रयास करना चाहिए। संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी ने कहा कि मेरा मानना है कि सच्चा न्यायविद् होने के लिए हमारे अंदर दया का भाव, क्षमा का भाव और सत्यता की शक्ति होनी चाहिए तभी हम समाज में और समाज के लिए सही निर्णय दे सकते हैं। गुजरात हाईकोर्ट के न्यायाधीश ए.जे. देसाई ने कहा कि हर एक को सुख शांति प्रेम से रहने का अधिकार है, अपनी बात रखने का अधिकार है, खुशी का इज़हार करने का अधिकार है, अपने संस्कार और धर्म के हिसाब से जीने का अधिकार है। ओडिशा हाईकोर्ट के जज एस. पुजारी ने कहा कि जहाँ नारियों को सम्मान और न्याय मिलता है वहां देवता निवास करते हैं। गीता में भगवान कहते हैं जब-जब धर्म की ग्लानि होती है तो मैं इस धरती पर अवतरित होकर अधर्म का विनाश कर सभी के साथ न्याय करता हूँ। मध्य प्रदेश हाईकोर्ट के पूर्व मुख्य न्यायाधीश बी.डी. राठी ने कहा कि न्याय हर किसी की मांग, चाहना और आवश्यकता है। सम्मेलन में न्यायविद् प्रभाग के अध्यक्ष बी.एल. माहेश्वरी ने कहा कि आध्यात्मिकता से ही मनुष्य जीवन का उत्थान होता है। सर्वोच्च न्यायालय के वरिष्ठ वकील पद्मश्री रोमेश गौतम, प्रभाग की उपाध्यक्षा ब्र.कु. पुष्पा बहन, महिला प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. शारदा बहन व प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. लता बहन ने अपने बहुमूल्य विचार सभी के समक्ष रखे।

ब्रह्माकुमारीज़ का राजयोग मनुष्य के जीवन में तरक्की का रास्ता खोलता है: न्यायाधीश सुनीता यादव

जहाँ नारियों को सम्मान और न्याय मिलता है वहाँ देवता निवास करते हैं : न्यायाधीश एस. पुजारी

समय है... फरिश्ते बन विचरण करें...

समय के साथ बहुत कुछ बदला हुआ अब स्वीकार करना ही पड़ेगा। और लोगों ने स्वीकार कर भी लिया है। मनुष्य के जीवन में कुछ चीज़ें ऐसी उतर गई हैं कि वह विरोध कर ही नहीं रहा। जैसे- शराब, भ्रष्टाचार, लीव इन रिलेशनशिप, हिंसा, बीमारी के इलाज के नाम पर लूट। डॉक्टर जब पर्चा लिखता है तो कभी-कभी तो लगता है कि ये सब गलत है, पर सब झेल रहे हैं। कुल मिलाकर कहें तो बहुत कुछ गलत धीरे-धीरे सही मान लिया गया। ऐसे में निजी रूप से अपने चरित्र को बचाना चाहिए। आज हम हैं, कल हम भी नहीं रहेंगे। हमारी राख पर कितने ही लोग गुज़र जायेंगे। हमारी चिता बुझेगी, उससे पहले दूसरे मुर्दे तैयार हो जायेंगे। फिर छोड़कर क्या जायेंगे! विश्वास कीजिए, छूटेगा तो सिर्फ चरित्र। सद्‌चरित्र से किये हुए कार्य याद किये जायेंगे। हालांकि कृत्य तो बुरे भी याद किये जाते हैं, पर वे नीचे संसार में ही स्मरण रहेंगे। यदि पीछे अच्छे कार्य छोड़ गये तो संसार के लोगों को तो याद रहेंगे ही, संसार बनाने वाला भी याद रखेगा।

जबकि हम सभी को मालूम है कि हमें एक दिन जाना है। हम बहुत भाग्यशाली हैं कि हमें कैसे जाना है, ये ज्ञान का प्रकाश व ज्ञान देने वाला दाता भी हमारे साथ है। इस समय पर हमारा दायित्व है कि हम संसार में ऐसे रहें जैसे कि फरिश्ते। फरिश्ते की मुख्यतः क्वालिटीज़ हैं कि वे स्वयं हल्के होंगे व उनके संपर्क में आने वालों को भी हल्का कर देंगे। माना कि वे दूसरों को एक तरह से देते हैं। जो आज संसार की हालत है उसमें उनका कृत्य देने का होगा। दूसरा, वे परमात्मा का संदेश भी देंगे व उनके द्वारा सौंपे हुए कार्य को निष्ठापूर्वक करेंगे। उन्हें कभी भी मान, अपमान, अभिमान, निंदा, स्तुति, घृणा, नफरत, ईर्ष्या स्पर्श भी नहीं करेंगी। वे जैसे सिर्फ कठपुतली की तरह ही इस धरा पर हैं, नचाने वाला नचा रहा है। कार्य पूरा हुआ और वे डिटैच। शरीर में रहेंगे भी ऐसे जैसे कि शरीर रूपी कमरे में प्रवेश करके कार्य किया और उपराम। वे सदा रूहानी रूहाब में रहेंगे। अतीन्द्रिय सुख की अनुभूतियों में डूबे रहेंगे। कछुए की तरह परमात्मा द्वारा दिए हुए कार्य को किया और सर्व कर्मेन्द्रियों को समेट लिया। न उसके प्रभाव में और न आकर्षण में आएंगे। 'मैं और मेरापन' के जर्म्स उनको छुएंगे भी नहीं। निमित्तपन का भान भी उन्हें नहीं रहेगा। कहते हैं ना, जैसे कि कर्मातीत। कर्म के लेप-छेप से परे। समय की मांग है, ऐसा फरिश्ता जो दूसरों का दुःख, कष्ट हर ले और सत्य पथ पर चलने का मार्ग दिखाकर सभी को सुकून का एहसास कराए। तो हम सभी ऐसे कार्य के लिए ही यहाँ हैं। बेशक यहाँ पर चुनौतियां भी हैं, तो अवसर भी। क्योंकि हमारे साथ सबसे बड़ी उपलब्धि है स्वयं परमात्मा का साथ। जो दुनिया की कल्पना से भी परे है। बस इस अवसर का लाभ लेकर अपनी तकदीर की लकीर को जितना चाहे लम्बी खींच लें।

ब्र.कु. गंगाधर

वर्तमान समय हमारे मन की शक्तियों को उस पर फोकस कर दें जिससे कि मन तृप्त हो जाये। कई बार होता है कि ये होना चाहिए, ये करना चाहिए, ऐसा सोचना चाहिए, पर समय पर जैसा होना चाहिए वैसा नहीं होता, अब ये शिकायत न रहे। लेकिन जो होना चाहिए वही हो, वैसा ही हो और उसी समय पर हो, ये आत्मविश्वास एवं संतुष्टता हमें महसूस होनी चाहिए। क्योंकि सर्वशक्तिवान अपना सर्वस्व लुटा रहा है, तो हम उसका सम्पूर्ण लाभ लें। तपस्या हमें यही करनी है। हमारे मन की शक्तियां शत् प्रतिशत उस श्रेष्ठ कार्य पर ही केन्द्रित हों। कहीं पर भी भटकाव, अटकाव व व्यर्थ में क्षीण न होती हो, ये हमें ध्यान रखना है। इसी देह में हमें फरिश्ता बनकर रहना है और अगले कदम में देवता के रूप में इस धरा पर आना है। इसी को ही तो कहते हैं, बाप और वर्से को याद कर, अतीन्द्रिय सुख में रह उड़ते रहें। ऐसे अपने को तपाकर चौबीस कैरेट सोने की तरह स्थिति बनाकर यहां विचरण करना है। है ना! ऐसा कर्त्तव्य करें जो जाने के बाद भी हमारे कर्त्तव्य ज़िंदा रहें, जो अनेकों को राह दिखाकर उनकी ज़िन्दगी में सुकून लाये। ये सब तब होगा, जिनके बारे में आज विचार किया, जब वही लक्षण जीवन में होंगे। ऐसे सद्‌जीवन की सुगंध सदियों तक इस धरती पर बिखरती रहेगी। तो आप अपनी मनोस्थिति को ऐसी बनाने के लिए अपने आप को तैयार करें। ब्राह्मण तो हम हैं ही, अब सो फरिश्ता सो देवता बनना है। बस अब ये परमात्मा के महावाक्य कानों में गूंजते रहें और नज़ारे दिखते रहें।

पहले-पहले आत्मा का अभ्यास पक्का चाहिए

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

हम त्रिकालदर्शी हैं तो क्यों का क्वेश्चन उठ सकता है क्या? तीनों कालों को जानते हैं और वर्तमान को ही नहीं समझ रहे हैं इसीलिए समस्या के टाइम क्यों का शब्द नहीं आना चाहिए। अगर व्यर्थ संकल्प चलना शुरू हो जाता है तो हमारी एकाग्रता खत्म हो जाती है, और एकाग्रता खत्म होने के कारण जो समस्या का हल होना चाहिए वो तो होता ही नहीं, फिर समझते हैं ड्रामा में शायद मेरा पार्ट ही ऐसा है... ऐसा सोचते और दिलशिकस्त हो जाते हैं। तब बाबा कहते हैं कि तपस्या माना मन-बुद्धि की एकाग्रता। तपस्या माना योग में बैठ जाना नहीं, योग लगेगा ही नहीं क्योंकि मन और बुद्धि एकाग्र है ही नहीं तो कैसे योग लगेगा और तपस्या कैसे होगी? तो पहले यह चेक करो कि हमको अगर तपस्वी बनना है, तपस्या में सक्सेस(सफल) होना है तो पहले मेरा मन एकाग्र हो। ऐसे नहीं मैं अभी सोचूँ और मन आधा घंटे के बाद जाके मेहनत करके ठीक हो। उसमें आधा घंटा तो चला गया।

तो अगर आप अच्छी तरह से तपस्या करना चाहते हैं तो मन और बुद्धि को एकाग्र करो। एकाग्रता का आधार है कन्ट्रोलिंग और रूलिंग पॉवर। रूलिंग पॉवर का मतलब यह है कि मैं सचमुच अपने को आत्मा मालिक हूँ, रूलर हूँ... ऐसे समझके चलना क्योंकि जब तक हम मन के मालिक के रूप की स्मृति में नहीं रहेंगे तब तक मन वश में हो नहीं सकता। तो मन को एकाग्र होने के लिए हमको पहला पाठ पक्का करना होगा,मैं आत्मा मालिक हूँ। आत्मा का पाठ अगर हमारे मन में पक्का नहीं है तो कितना भी पुरूषार्थ करेंगे तो भी आप किसी बात में सक्सेस नहीं हो सकेंगे। तो जब तक चलते-फिरते आत्मा का पाठ हमारा पक्का नहीं है तो परमात्मा से कनेक्शन जैसे हम चाहते हैं वैसे नहीं होगा, क्योंकि हम दूसरों को समझाते हैं, आप भगवान को याद करना चाहते हैं तो भी क्यों नहीं याद आता है? क्योंकि अपने को शरीर समझके करते हो, अपने को आत्मा समझके करो तो परमात्मा याद आयेंगे, ऐसे दूसरों को पाठ पढ़ाते हैं। तो पहले यह चेक करें हम आत्म अभिमानी की स्टेज में पास हैं? क्योंकि देहभान कैसे छूटेगा? आत्म-अभिमानी बनने से।

हम लोगों ने शुरू में इसका अभ्यास बहुत किया है, चलते-फिरते भी इसका अभ्यास किया है। अभी तो आने से ही चाहे घर की सेवा, चाहे बाहर की सेवा में लग गये। आत्मा का पाठ हम लोगों को पक्का करना चाहिए। मैं आत्मा रूप में स्थित नहीं होंगी तो मन मेरा क्यों मानेगा? तो सदा याद रखो मैं आत्मा करावनहार हूँ कर्मेन्द्रियों द्वारा, और बाबा हमारा करावनहार है इसलिए मैं निमित्त हूँ। अगर एक करावनहार शब्द भी हमको याद आवे तो उसमें मजा है ना, मालिक बनके मैं करा रही हूँ। तो हम आत्मा मालिक हैं, करावनहार हूँ, यह मेरी कर्मेन्द्रियां जो हैं वो कर्मचारी साथी हैं क्योंकि इनके बिना तो काम नहीं चल सकता है ना! तो पहले आत्मा का पाठ चेक करो, हम लोगों का फाउण्डेशन ही यह है। सारा दिन कर्म करते यह याद रहता है कि मैं आत्मा हूँ, परमात्मा की सन्तान हूँ फिर बाबा जो भी स्वमान देता है... उसे याद करो।

त्याग और तपस्या की मूर्ति बनो तो सेवायें अपने आप होंगी

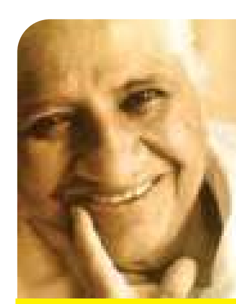
राजयोगिनी दादी जानकी जी

बाबा की दिल को खुश करने के लिए, सारी उम्र सफल करने के लिए सेवा में सदा हाज़िर रहे हैं। बाबा के जो अच्छे-अच्छे महावाक्य हैं वो कभी भूलते नहीं हैं, बाकी कोई बात याद आती नहीं है। मैं कोई को भी फिकर में या भारी नहीं देखना चाहती हूँ। कोई घड़ी भी कोई कारण से भारी हो जाये, तो भी सेकण्ड में हल्का हो जाओ। कोई बात नहीं, लेट गो। शान्ति से काम लो। यह एक्टिंग नहीं है वास्तव में राजाई है। बाबा ऐसे ही राजा नहीं बना, बाबा को गालियां भी खानी पड़ी। बच्चों के भी कई प्रकार के खेल देखे। अच्छे-अच्छे बच्चे जो बाबा-बाबा कहें, वो कल बाबा कौन है? मैं तो जा रहा हूँ...। मेरे को भी कहने लगे तुम सब मूर्ख हो, अपनी जीवन गंवायेगी, तुम भी सोचो अपना। ऐसे अच्छे-अच्छे को भी संशयबुद्धि होते हुए देखा है। इससे बचने के लिए संग और अन्न की बहुत सम्भाल चाहिए।

बाबा ने जो परहेज सिखाई है जितना उस परहेज में रहें उतना फायदा है। पहले-पहले जब सेवा में निकले, कुछ भी खाने को नहीं होता था सिर्फ रोटी बनाके नमक लगाके खाते थे, पर फिर भी वो दिन बड़े प्यारे थे, उन दिनों में बहुत अच्छा लगता था। त्याग, तपस्या से जो सेवायें हुई हैं, वह अभी तक भी काम आ रहा है। अपने आप जिस समय जो चाहे वो हो जाता है, कभी भूल से भी कुछ मांगना नहीं पड़ा। पहले टूथ ब्रश भी नहीं यूज़ करते थे, नीम से ही दातून करते थे। तो जो बाबा ने कहा है किया है, कराया है। अभी भी मैं आपको कहती हूँ समय और संकल्प को सफल करना। एक भी संकल्प मेरा निष्फल न जाये। बाबा कहता है "मैं बैठा हूँ" हो जायेगा... बड़ी बात नहीं है, यह अनुभव करो।

सिर्फ त्याग वृत्ति, तपस्या वृत्ति की मूर्ति रहो तो सेवायें आपेही होती और बढ़ती रहेंगी। कई प्रकार की सेवायें हुई हैं परन्तु बड़ी सुख, शान्ति और प्रेम से सेवा हुई है। मैं अभी यही चाहती हूँ जैसे हमने निमित्त बनके सेवायें की हैं, सबने मिल करके की हैं वैसे करें तो कहीं कोई प्रॉब्लम नहीं होगी।

अमृतवेला है वरदाता बाप से वरदान लेने का



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

हम बाबा के कितने लक्की, भाग्यशाली बच्चे हैं। बाबा हमें इतनी लाइट देता, शक्ति देता, सेफ्टी में रखता, इसको कहते हैं माया तुम्हारा बाल भी बांका नहीं कर सकती।

एक बार अमृतवेले आँख खुलते ही एक आवाज़ सुनी जैसे कोई ज़ोर-ज़ोर से चिल्ला रहा है, पुकार रहा है, आवाज़ कर रहा है। इधर-उधर देखा कुछ नहीं नज़र आया, ऐसे भी लगा जैसे कोई मर गया हो, इतने में ही रिकार्ड बजा साढ़े तीन का, उठी। आकर बाबा के पास, बाबा की मीठी यादों में बैठी। ऐसी भासना आई बाबा बार-बार यह कह रहा है बच्ची अब बहुत जल्दी वो दिन आना है, जब तुम्हारे विजय के नगाड़े बजने हैं। दुनिया देखती ही रह जायेगी, तुम उड़के चले जायेंगे। तुम शक्तियों की सिद्धि कहो, सफलता कहो, विजय कहो, अब बहुत ज़ोर से सारी दुनिया में यह आवाज़ उठनी है, इसलिए सबको बोलो- कोई भी बीता हुआ कुछ भी न देखे, यह क्या होगा, कैसे होगा यह न सोच सब आगे-आगे बढ़ते जाओ। ऐसे ही सुबह के टाइम कई बार बाबा कुछ प्रेरणा दे देता।

मैं बाबा से पूछती हूँ क्या सिद्धियों को सामने लाना है, क्या सिद्धियों का आह्वान करना है, या सिद्धि स्वरूप बनना है? या सिद्धि स्वरूप हैं? उसी घड़ी आता मैं ये सूक्ष्म संकल्प भी क्यों उठाऊं, मुझे सिद्धि स्वरूप बनना है। क्यों न समझूं मैं हूँ ही सिद्धि स्वरूप। न हूँ तो संकल्प उठाऊं। शक्य हो तो पुरुषार्थ करूँ। हमारे मस्तक पर लिखा है चमकती हुई मणियां हो, मणि का अर्थ ही है चमकना। कल्प पहले भी चमक वाली मणि थी, आज भी हूँ, हमें नशा रहता हम हैं ही बाबा की चमकती हुई मणियां, सिद्धि स्वरूप मणियां, हम कोई झूठे पत्थर नहीं हैं। हम तो सच्चे पन्ना और माणिक हैं, तब तो हमारे ऊपर पुखराज परी, नीलमपरी का गायन है। हर बात में मैं अपने को सफलतामूर्त, विजयी देखती हूँ, मैं कभी दिलशिकस्त नहीं होती।

अमृतवेले ऐसी मीठी-मीठी रूहरिहान बाबा से चलती है। बाबा हम बच्चों को रोज़ हर तरह से पुश करता। सवेरे का टाइम है वरदान लेने का और शाम का टाइम है वरदान देने का। यह कैसे? सवेरे जब मैं बैठती तो जैसे ऊपर से फोकस की तरह सारे वरदान बाबा मुझे दे रहा है, ऐसे लगता है जैसे किसी चीज़ पर सर्व प्रकार के लाइट के फोकस दिये जाते- वैसे सारे वरदानों का फोकस बाबा देता और मस्तक चमकता जाता- गोल्डन होता जाता। इन जटाओं पर जैसे स्नो फॉल की तरह लाइट का फॉल बह रहा है। ऐसे मैं स्वयं के साथ-साथ सबको देखती हूँ। सवेरे-सवेरे बुद्धि दिव्य रहती, देह भान से परे बाबा में रहती, सतोप्रधान होती, उस टाइम बाबा से सहज ही बुद्धि जुटी होती, वह घड़ियां ऐसे अनुभव होती जैसे सारे दिन के लिए बाबा सबकुछ कर देता है, तब कहा अमृतवेला है वरदाता बाप से वरदान लेने का। कई बार बाबा गुह्य ज्ञान की लहरों में ले जाता, कई बार सर्विस की नई-नई प्रेरणायें देता, शक्तियां भरता फिर कहता बच्ची मैंने छत्र रख दिया- अब जाओ सारा दिन राजधानी में सेवा करो, सिंहासन पर तो छत्रधारी ही बैठेंगे ना! कई बार सुबह सुस्ती होती, इधर सुस्ती आती उधर चुस्त करने बाबा उठा ले जाता, फिर कहता देखा उठी तो क्या पाया? बाबा कहता बच्ची सुस्त नहीं बनो, उठो तो छत्र रखूँ, अमृतवेले बाबा छत्रछाया का छत्र रख देता है। माया से विजय पाने के लिए बाबा छत्र पहना देता है, कोई भी दुश्मन नहीं आता, दूर से ही भाग जाता, इसलिए कहते हैं सवेरे-सवेरे बाबा की छत्रछाया के नीचे बैठो तो छाया में रहने से माया परे हो जायेगी।

मैं देखती हूँ अमृतवेले बाबा के सामने जैसे अनेक बच्चे बैठे हैं- बाबा सबके ऊपर हाथ फिराता जाता, यह कोई भक्ति नहीं, बाबा हम सबके ऊपर सिर से पांव तक हाथ घुमा देता कि बच्चे तुम सदा छाया में रहना, माया का तुम्हारे ऊपर कोई वार न हो। इसको कहते हैं कदम में पदम, बाबा अपनी लाइट-माइट से माया की नज़र उतार देता है। हम बाबा के कितने लक्की, भाग्यशाली बच्चे हैं। बाबा हमें इतनी लाइट देता, शक्ति देता, सेफ्टी में रखता, इसको कहते हैं माया तुम्हारा बाल भी बांका नहीं कर सकती। ऐसा हम सभी के लिए देखती, सब आकारी रूप में फरिश्ते होते। सबको बाबा रूहानी दृष्टि देता फिर कहता जाओ सारा दिन कामकाज करो, मैं अपना साकारी रूप नहीं देखती। मैं बाबा की परीज़ादी हूँ, बाबा और बाबा के हम बच्चे चमकती हुई मणियां हैं, बस। यह सब सुनाने का सूक्ष्म भाव यह है कि आप सब भी अपने को बहुत-बहुत महान आत्मा समझो। यह अन्डरलाइन करो, हम कम नहीं, पता नहीं यह होशियार हैं, मैं ऐसी हूँ, यह ऐसी ऐसा कभी भी नहीं सोचो। छोटी भी सुभान अल्ला तो बड़ी भी। छोटी भी महान आत्मा तो बड़ी भी।

हम सबको निश्चय है हमें भगवान पढ़ाता है, हम ईश्वरीय परिवार के हैं, ब्रह्मा बाबा हमारी गुप्त माँ है, हम भगवान के प्यारे हैं, हम शेरणी शक्तियां हैं। हम सबका टाइटल, निश्चय, सरनेम एक ही है, हम ब्राह्मण कुल भूषण हैं, इसलिए कभी भी अपने को नीचा नहीं समझो। नम्रता गुण है, नीच दासपना है।

निरंतर याद में न रहने का कारण

ईश्वरीय नियमों का उल्लंघन करना... जब हम ईश्वरीय नियमों का उल्लंघन करते हैं तो शिव बाबा की याद भूल जाती है। शिव बाबा को भूलने से अन्य के प्रति घृणा आनी शुरू होती है। मानों किसी ने आपका काम बिगाड़ दिया, आपके रास्ते में उसने रूकावट डाल दी, किसी के सामने आपकी इनसल्ट कर दी अथवा कोई ऐसा नुकसान पहुँचा दिया तो आपको बार-बार उस व्यक्ति के प्रति रोष आता रहेगा, उसकी ही याद आती रहेगी और परमात्मा की याद से कोसों दूर चले जायेंगे। जिसके प्रति घृणा हो, द्वेष हो, वैर-विरोध हो वो भी ज़्यादा याद आयेगा। जैसे किसी के प्रति आप की ज़्यादा प्रीत होती है तो वो बहुत याद आयेगा और जिसके प्रति नफरत और ईर्ष्या, द्वेष हो तो वो भी बहुत याद आयेगा। आमतौर पर व्यक्ति को ये दो ही याद आते हैं बाकी सब भूल जाते हैं।

बाबा कहते हैं, तुम्हारे दुश्मन कोई व्यक्ति नहीं है। जब तक अपने मन में यह नहीं सोचा है कि हमारे दुश्मन कोई नहीं है। कोई भी इन्सान हमारा दुश्मन नहीं है। अगर हमने कोई भी गलत अथवा उल्टा काम किया ही नहीं है तो हमारा कोई कुछ बिगाड़ ही नहीं सकता। किसी भी परिस्थिति में ठीक हमारे अच्छे कर्म कोई न कोई ऐसा रास्ता निकाल देंगे जिससे हम सुरक्षित निकल आयेंगे। हमारे नुकसान के लिए कोई भी निमित्त बना हो लेकिन असल में उस नुकसान का कारण है हमारे बुरे कर्म। इसलिए हमारे दुश्मन हैं बुराई, विकार। निमित्त कोई भी बन सकता है। आज वह बना है, कल दूसरे प्रकार के नुकसान के लिए और कोई बन सकता है। इसलिए हमारे अन्दर सबके प्रति शुभ-भावना और शुभ कामना होनी चाहिए। हमें यही सोचना चाहिए कि हरेक का भला हो, हरेक का अच्छा हो। कर भला तो हो भला। यह हमारे जीवन का बुनियादी उसूल होना चाहिए। हम यह दृढ़ निश्चय करें कि हमें किसी के बारे में बुरा सोचना ही नहीं है, स्वप्न मात्र में भी बुरा नहीं सोचना है। बुरा सोचना माना दुःख देना। कई सोचते हैं कि इसको छुरा मार दूँ। अब उसने बुरा सोचा, उसके पास उस समय छुरा नहीं है, और आदमी भी बैठे हैं इसलिए उसने मारा नहीं। वह मजबूर है। अगर उसके पास छुरा होता, वह जिसको मारना चाहता था वो अकेला होता और मारकर भाग निकलने के लिए साधन भी होता तो वह छुरा

ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

मार देता। इस प्रकार कोई आदमी पहले बुरा सोचता है, बाद में बुरा करता है। यह जो बुरा सोचना है, यही बुराई की जड़ है। किसी को दुःख देने की बात तो दूर रह गयी लेकिन किसी को दुःख मिले अथवा हम उसको दुःख दें- ऐसा सोचना भी बहुत बुरा है। ऐसा सोचना ही नहीं है। जब हमारी ऐसी शुभ-भावना, शुभ कामना वाली वृत्ति होगी तब हमारी याद निरन्तर होगी।

जिसके प्रति घृणा और दुश्मनी होगी उसकी याद आती है, वैसे ही जिसके प्रति मोह होता है उसकी भी याद आती है। इसलिए ही बाबा कहते हैं, नष्टोमोहा स्मृतिर्लब्धा। यह हमारे पेपर का आखिरी प्रश्न है, इसमें हमें पास होना है। इसलिए नष्टोमोहा के साथ-साथ नष्टोघृणा भी हो जायें तब स्मृतिर्लब्धा सहज हो जायेंगे। भले ही आप में किसी के प्रति मोह नहीं है लेकिन उसके प्रति घृणा पैदा हो गयी तो जोश आ जायेगा, रोष आ जायेगा। जब भी उस व्यक्ति को आप देखेंगे, उसकी याद आयेगी तो आप में उबाल आ जायेगा। शिव बाबा की याद के बदले उस व्यक्ति की याद आ जायेगी। इससे कितना नुकसान हो गया! अगर उस व्यक्ति के बदले हमने शिव बाबा को याद किया होता तो हमारा भविष्य कितना ऊंचा बनता! कितनी बड़ी प्राप्ति होती! हमारे विकर्म विनाश होते!

अगर आप उस व्यक्ति को दुष्ट कहते हो, खराब कहते हो तो उसको क्यों याद करते हो? जब आप उसको अच्छा ही नहीं समझते हो, तो बुरे को क्यों याद करते हो? जब उस व्यक्ति को इन स्थूल आँखों से देखना ही नहीं चाहते हो तो मन की आँखों से क्यों देखते हो? किसी को बुरा समझ कर उसको याद करना और शिव बाबा को भूलना - यह बहुत बड़ा पाप करना है, यह जन्म-जन्मान्तर का शिव बाबा का वर्सा गंवाना है। यह बात भले ही बड़ी छोटी-सी है लेकिन बहुत भारी है। जिस प्रकार एक कमरे में अथाह धन-सम्पत्ति रखी हुई हो, कीमती चीज़ हो, करोड़ों नोटों की गड्डियां रखी हुई हों तथा किसी ने वहाँ एक जलती हुई सिगरेट का टुकड़ा फेंक दिया और उससे उस कमरे में आग लग गयी हो तो कितना नुकसान हो जाता है! इसी प्रकार घृणा ऐसी चिंगारी है जो हमारे ज्ञान को भस्म कर देती है। जिस प्रकार, बाबा की याद विकर्मों को दग्ध करती है वैसे ही घृणा और द्वेष, सुकर्म और ज्ञान को भूसा बना कर उसे भस्मीभूत कर देते हैं। इसलिए नष्टोमोहा के साथ नष्टोघृणा भी होना चाहिए तब हम स्मृतिर्लब्धा बन सकेंगे।

झज्जर-हरियाणा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्र.कु. भावना बहन को सम्मानित करते हुए सांसद मंत्री अरविंद शर्मा। साथ हैं ब्र.कु. पूनम बहन, एडीसी जगनिवास जी, एसपी वसीन अकरम, डॉ. आचार्य बलदेव, कमेटी के चेयरमैन जिले सिंह सैनी तथा अन्य।

जयपुर-श्रीनिवास नगर(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ के पीस पैलेस सेवाकेन्द्र में आने पर राजस्थान एसेम्बली के सेक्रेट्री महावीर प्रसाद शर्मा के साथ ईश्वरीय ज्ञान चर्चा के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. हेमा बहन। साथ हैं ब्र.कु. मदनलाल शर्मा भाई तथा अन्य भाई-बहनें।

आरा-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राष्ट्रीय चिकित्सा दिवस पर चिकित्सकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि आई.ए.एस.,डीडीसी भोजपुर हरि नारायण पासवान, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. किरण बहन, ब्र.कु. रूपा बहन, सीनियर डॉ. प्रमोद कुमार रमन, डॉ. एस.के. केडिया, डॉ. के.एन. सिन्हा, डॉ. विनोद कुमार, डॉ. अनिल सिंह सहित पचास से अधिक डॉक्टर्स उपस्थित रहे।

बाड़मेर-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत जिला प्रशासन एवं प्रशासक सेवा प्रभाग तथा ब्रह्माकुमारीज़ महावीर नगर द्वारा जिला परिषद सभागार में आयोजित कार्यशाला के दौरान सेवानिवृत्त आईएएस ब्र.कु. सीता राम मीणा, जिला कलेक्टर लोकबंधू जी, जिला परिषद् के मुख्य कार्यकारी अधिकारी ओमप्रकाश विश्नोई, अति. जिला कलेक्टर उम्मेद सिंह रतनू, ब्र.कु. डॉ. रीना दीदी,भोपाल, ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रशासक सेवा प्रभाग,मा.आबू, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बबिता बहन, डिस्कॉम के अधीक्षण अभियंता अजय माथुर, नगर परिषद् आयुक्त योगेश आचार्य, महिला एवं बाल विकास विभाग के उप निदेशक प्रहलाद सिंह राजपुरोहित सहित बड़ी संख्या में प्रशासनिक अधिकारी एवं ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

सोनीपत से.15-हरियाणा। संदल कलां गांव स्थित सनराइज़ इंटरनेशनल स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में स्कूल के बच्चों तथा स्टाफ को कृषि एवं पर्यावरण के प्रति जागृत एवं प्रेरित करने के लिए ब्रह्माकुमारीज़ को आमंत्रित किया गया। इस मौके पर ब्र.कु. प्रमोद दीदी, स्कूल के चेयरमैन, प्रिंसिपल, पर्यावरण संरक्षक मनीष भाई तथा अन्य शिक्षकों के साथ विद्यार्थीगण मौजूद रहे। इस मौके पर परीक्षा में उत्तीर्ण विद्यार्थियों को पौधा वितरित किया गया।

पलवल-हरियाणा। एसआरएस से.6 में ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से ब्र.कु. सुदेश दीदी एवं ब्र.कु. सुनीता दीदी ने पौधारोपण के पश्चात् सभी को पौधे वितरित किये तथा उनकी देखभाल के लिये प्रतिज्ञा भी कराई।

भद्रक-ओडिशा। आई.एम.ए. एवं ब्रह्माकुमारीज़ के संयुक्त तत्वाधान में राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में आई.एम.ए. प्रेसिडेंट डॉ. आर.के. नायक, सेक्रेट्री डॉ. हरिहर नायक, ब्र.कु. मंजू बहन, ब्र.कु. रत्नप्रभा बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

आमेट-राज.। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत आयोजित 'सुस्वास्थ्य और खुशनुमा जीवन' कार्यक्रम में माउण्ट आबू से डॉ. सविता दीदी व ब्र.कु. गीतू बहन, उदयपुर से ब्र.कु. रीटा दीदी, ब्र.कु. पूनम दीदी, ब्र.कु. गौरी दीदी, आमेट के चेयरमैन कैलाश मेवाड़ा आदि उपस्थित रहे।

फाज़िल्का-पंजाब। दो दिवसीय बाल व्यक्तित्व विकास शिविर के पश्चात् समूह चित्र में प्रतिभागी बच्चों के साथ ब्र.कु. प्रिया बहन, ब्र.कु. शालिनी बहन तथा अन्य।

हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के महिला प्रभाग द्वारा 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ' अभियान के अंतर्गत 'शिव की शक्ति है नारी' विषयक कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शांता बहन। इस अवसर पर भारतीय नागरिक कल्याण एवं अपराध निरोधक समिति के सचिव अधिवक्ता हरीश शर्मा, पुलिस अधीक्षक विकास कुमार वैद्य, वामासारथी पुलिस फैमिली वेलफेयर सोसायटी की अध्यक्षा विभा वैद्य, बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ कार्यक्रम संयोजिका शालिनी पाठक, रामगोपाल गुप्ता दाल वाले सहित अन्य गणमान्य अतिथिगण उपस्थित रहे।

भादरा-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस पर नेहरा हॉस्पिटल में आयोजित कार्यक्रम में डायरेक्टर इकबाल जीत कौर, स्त्री रोग विशेषज्ञ कुलसुम सिद्धि, ब्र.कु. चंद्रकांता बहन तथा नर्सिंग स्टाफ आदि उपस्थित रहे।

बिहार शरीफ-बिहार। राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से सदर अस्पताल के सिविल सर्जन सहित 20 डॉक्टर्स को पुष्प तथा ईश्वरीय सौगात भेंट कर ब्र.कु. आकाश राज भाई तथा ब्र.कु. रवि भाई ने सम्मानित किया।

सही शक्ति का प्रयोग सही समय पर...

बाबा ने हम बच्चों को एक बहुत सुन्दर खज़ाना दिया है, और वो खज़ाना है - सर्वशक्तिवान की सर्व शक्तियों का, गुणों का। बाबा की एक मुरली मुझे याद आती है कि चुनौती के वक्त अगर सही शक्ति का प्रयोग किया गया तो अष्ट की माला में आ जायेंगे। यानी 'पासविद् ऑनर' हो जायेंगे। इसलिए सर्वशक्तिमान की सर्वशक्तियों का खज़ाना हमें मिला है। अब जो प्रॉब्लम, जो चुनौती हमें आती है उस समय कौन-सी शक्ति का प्रयोग करना है, कहाँ सहनशक्ति का प्रयोग करना है, कहाँ समाने की शक्ति का प्रयोग करना है और उसका प्रयोग करते हुए हम सहजता से उसको पार करें। जो कहावत है कि साँप भी मर जाये और लाठी भी न टूटे। इस तरह उस शक्ति का प्रयोग करते हुए शक्ति स्वरूप बनें।

बाबा ने कहा है - बच्चे आप सभी को शक्तियों के रूप में भुजाओं में अष्ट अस्त्र-शस्त्र मिले हैं। उसी का तो गायन-पूजन हो रहा है। जो चुनौती, जो प्रॉब्लम आपके सामने आती है तो उस समय पहले 2 मिनट साइलेंस में रहकर के सोचो कि कौन-सी शक्ति का मुझे प्रयोग करना है। और ऐसे समय पर उस शक्ति को इमर्ज करो या आह्वान करो। बाबा ने ये भी हम बच्चों को गैरंटी दी है- बच्चे जब ये आप बाबा को कहेंगे, बाबा आज मुझे इस शक्ति का प्रयोग करना है तो हुज़ूर भी हाज़िर हो जायेंगे उस शक्ति के साथ। सर्वशक्तिवान बाबा आपकी मदद के लिए हाज़िर हो जायेंगे। क्योंकि हम अपने मन को साइलेंस में नहीं ले जाते और सोचते नहीं हैं कि इस समय कौन-सी शक्ति का प्रयोग करना है तो हम गलत जगह पर,गलत बातों का प्रयोग कर लेते हैं जिससे वो चुनौती और विकराल रूप धारण कर लेती है। इसलिए बाबा कहते हैं कि थोड़ा तत्काल रिएक्टिव होने के बजाए, तत्काल रिएक्शन में आने के बजाए थोड़ा शान्ति से सोचो कि इस समय मुझे कौन-सी शक्ति का आह्वान करना है। और आप बाबा को याद करके उस शक्ति का आह्वान करो, वो आयेगा। लेकिन होता क्या है कि वहाँ शक्ति का प्रयोग करने के बजाए कोई न कोई कमज़ोरी ज़रूर घुस जाती हैऔर उसका प्रयोग हो जाता है। और उसमें भी खास करके किसका प्रयोग हो जाता है? गुस्सा आ जाता है। अब गुस्सा आ गया और गुस्से का प्रयोग हो गया तो वो चुनौती बड़ा स्वरूप लेगी या कम होगा? बड़ा स्वरूप धारण कर लेती है। फिर उसको हैंडल करना, उसको पार करना बहुत मुश्किल होगा।

कई बाबा के बच्चे जब मधुबन में भी आते हैं तब कई बार हम उनको पूछते हैं बाबा के पास आये हैं तो बाबा को क्या गिफ्ट देकर जा रहे हैं? तो कहते हैं कि हाँ, यहाँ हम आज से हमारी ये कमज़ोरी दान करके जा रहे हैं। बाबा तो कहते हैं ना कि

ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

अपना किचड़ा मुझे दे दो। करते हैं ना ऐसा कई लोग? लेकिन सोचने की बात है कि मान लो यहाँ एकदम अंधेरा हो और कोई व्यक्ति आकर कहे- इस अंधेरे को निकालो। अंधेरा निकलेगा? नहीं। क्यों? क्योंकि अंधेरे का कोई स्त्रोत नहीं है। लेकिन ये अंधेरा क्यों आया, प्रकाश के अभाव के कारण। प्रकाश जगाओ तो अंधेरा अपने आप समाप्त हो जाता है। अंधेरे को निकालने की मेहनत नहीं करो। ठीक इसी तरह जीवन के अंदर ये कमी-कमज़ोरी आई है तो क्यों आई है? कमी-कमज़ोरी को निकालने का प्रयत्न नहीं करो। क्योंकि वो निकलेगी नहीं, वो अंधेरा है। आप अगर बाबा को लिख करके भी देकर जायेंगे ना कि बाबा आज से मैं ये कमज़ोरी आपको दान देकर के जाती हूँ लेकिन यहाँ से जाने के बाद जैसे ही कोई परिस्थिति आई तो क्या होगा, वो कमज़ोरी वापिस आ जाती है, फिर व्यक्ति उदास, निराश हो जाता है। बाबा के कमरे में लिखकर, देकर के आये। पता नहीं बाबा की मदद क्यों नहीं मिलती? वो इसलिए क्योंकि कमज़ोरी को निकाला नहीं जाता है। कमज़ोरी क्यों आई, शक्ति अभाव यही कमज़ोरी है। जिस तरह अंधेरा क्यों आया? प्रकाश का अभाव, यही अंधेरा है। अंधेरे का अपना स्त्रोत नहीं है, प्रकाश का स्त्रोत है। ठीक इसी तरह शक्ति का स्त्रोत है और शक्ति का स्त्रोत सर्वशक्तिवान बाप है।

अब कोई व्यक्ति का हाथ हिल रहा हो। आप उसको कहो- हाथ नहीं हिलाओ, अरे कमज़ोरी है ना! हाथ तो हिलेगा ही। अगर आप उसको टॉनिक दो, विटामिन दो। ऐसी चीज़ें दो जो शक्ति उसके अन्दर जनरेट करे। तो शक्ति जैसे आने लगेगी तो हाथ अपने आप हिलना बन्द हो जायेगा। आज हमारा मन भी ऐसे ही हिलता रहता है। ये करो, ऐसा करो, वैसा करो। ये करना चाहिए वो करना चाहिए। मनुष्य निर्णय नहीं ले पाता। इतना मन डगमगाता है। ये शक्ति का प्रयोग करूँ, वो शक्ति का प्रयोग करूँ। मन इतना कमज़ोर हो गया है। और आप बाबा को कहो कि बाबा हमने ये कमज़ोरी आपको दे दिया। ऐसे कमज़ोरी निकल जायेगी क्या? नहीं।

इसलिए बाबा कहते हैं- अमृतवेले बैठो, बाबा को याद करो। सर्वशक्तिवान के रूप में याद करो। और बाबा से शक्ति का आह्वान करो। माँगने की ज़रूरत नहीं है। जिस तरह से आप बाहर धूप में खड़े रहो तो सूर्य से माँगते नहीं हो कि हे सूर्य देवता तुम्हारी गर्माइस मुझे दे। आप खड़े रहो मिलेगी। ठीक इसी तरह बाबा से भी माँगने की ज़रूरत नहीं है। आप मन को बाबा में एकाग्र करो। जैसे-जैसे शक्ति का आह्वान करते जायेंगे, वो कमज़ोरी भरती जायेगी। आत्मा सशक्त होती जायेगी। और जैसे-जैसे आत्मा सशक्त होने लगेगी, वैसे ही क्या होगा? वो कमज़ोरी समाप्त हो जायेगी।

बरेली-चौपुला रोड(उ.प्र.)। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत 'कल्प तरु' परियोजना के कार्यक्रम में पौधा रोपण करते हुए वन एवं पर्यावरण राज्यमंत्री डॉ. अरुण कुमार, ब्र.कु. पार्वती बहन तथा ब्र.कु. नीता बहन।

कोलकाता-प.बंगाल। ब्रह्माकुमारीज़ कोलकाता म्यूज़ियम के मेडिटेशन हॉल में राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस पर डॉक्टर्स के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. एस.के. शर्मा,डायरेक्टर,ई.के.ओ. एक्स-रे एंड इमेजिंग इंस्टीट्यूट,प्रतिष्ठित रेडियोलॉजिस्ट तथा शेरिफ ऑफ कोलकाता 1999 को सर्टिफिकेट देकर सम्मानित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. कानन दीदी,संचालिका,ब्रह्माकुमारीज़,ईस्टर्न ज़ोन हेड ऑफिस। इस मौके पर डॉ. शशि जिंदल,सीनियर कंसलटेंट,ऑब्सटेट्रीशियन एंड गायनेकोलॉजिस्ट, डॉ. सुशन मुखोपाध्याय,सीनियर कार्डियोथोरेसिक एंड वस्क्यूलर सर्जन,डायरेक्टर एंड हेड,अपोलो हॉस्पिटल कोलकाता, डॉ. संजीव कसेरा,सीनियर फिज़ीशियन एंड कंसलटेंट आदि गणमान्य डॉक्टर्स शामिल रहे।

दिल्ली-नरेला मंडी। ब्रह्माकुमारीज़ एवं आई.टी.बी.पी. के संयुक्त तत्वाधान में आईटीबीपी कैम्पस में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रुक्मणी बहन, ब्र.कु. मीना बहन, ब्र.कु. देवेन्द्र सिंह, कमाण्डेंट राहुल यादव, डिप्टी कमाण्डेंट अनिल रावत तथा अन्य ऑफिसर्स एवं जवानों ने पौधारोपण किया।

जैसलमेर-राज.। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा 191वीं वाहिनी सीमा सुरक्षा बल के मुख्यालय में आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रशासक सेवा प्रभाग,मा.आबू, ब्र.कु. डॉ. रीना बहन,भोपाल, पूर्व आईएएस ब्र.कु. सीताराम मीणा, बटालियन कमांडेंट एस.आर. बैरवा, ब्र.कु. मनीषा बहन, ब्र.कु. रितु बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों सहित सीमा सुरक्षा बल की तरफ से तीन अधिकारी गण, पच्चीस अन्य अधिकारी गण तथा 60 अन्य कर्मी शामिल रहे।

दिल्ली-ओम विहार। विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर 'कल्प तरु' परियोजना के तहत पौधा रोपण के पश्चात् निगम पार्षद रमेश मटियाला को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. विमला बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका। इस मौके पर पार्क के प्रधान, पंडित जी, एडवोकेट तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

देमोव-शिवसागर(असम)। ब्रह्माकुमारीज़ के वर्ल्ड पीस रिट्रीट सेंटर में विभिन्न गैर सरकारी संगठनों एवं ट्रस्ट के लिए आयोजित 'स्पीरिचुअल विज़डम फॉर हैप्पी लिविंग' कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में ब्र.कु. रामनाथ भाई,माउण्ट आबू, ब्र.कु. पीयूष भाई,दिल्ली, ब्र.कु. रजनी दीदी,उपक्षेत्रीय संचालिका, ब्रह्माकुमारीज़, तिनसुकिया, ऊपरी असम,नागालैंड,मिजोरम तथा अरुणाचल प्रदेश, ब्र.कु. राज तिलक भाई, सेक्रेट्री,शिवसागर तथा अन्य भाई-बहनें।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न-5,आबू रोड, राज. 307510

सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,

Email-omshantimedia@bkivv.org

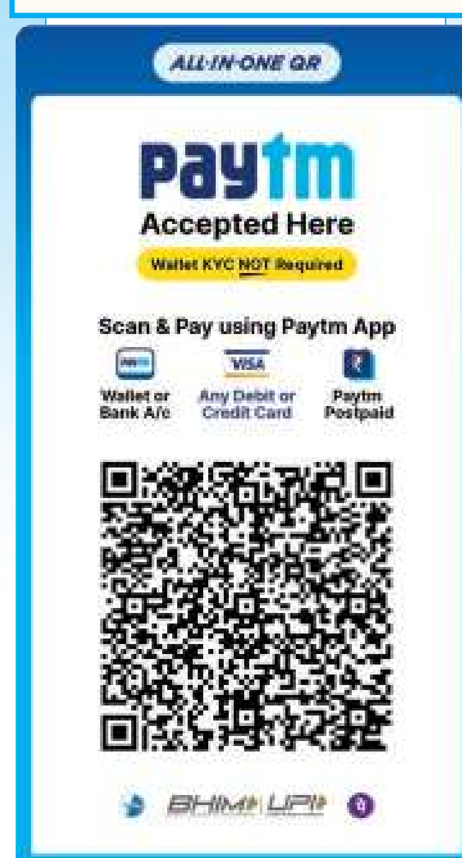
सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक - 240 रूपये, तीन वर्ष - 720 रूपये, आजीवन - 6000 रूपये

Website: www.omshantimedia.org

For Online Transfer

BANK NAME:- STATE BANK OF INDIA(SBI)
ACCOUNT NAME:- OM SHANTI MEDIA
ACCOUNT NO: - 30826907041,IFSC - CODE - SBIN0010638
BRANCH- Prajapita Brahmakumaris Ishwariya Vishwa Vidhyalya,Shantivan

Note:- AfterTransfer send detail on
E-Mail -omshantimedia.acct@bkivv.org
OR
Whatsapp, Telegram No.:- 9414172087



निश्चय हो तभी तो आचरण में आये

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

बाबा के ज्ञान की हर बात, बाबा का ज्ञान हमारे सामने मुरली के स्वरूप में है। ज्ञान की हर बात को हमें यथार्थ रूप में समझना है। क्योंकि समझने से वो हमारी बुद्धि में छप जाती है। जब हम स्कूल में पढ़ते हैं तो सबसे पहली बात जब टीचर पढ़ाते हैं उस समय हमें अटेन्शन से पढ़ना होता है। हरेक को अपने स्टूडेंट लाइफ का अनुभव होगा कि जब टीचर पढ़ाते हैं उस समय से हम अटेन्शन से पढ़ते हैं तो वो एकदम क्लियर हो जाता है, बुद्धि में छप जाता है। जो स्कूल में क्लास में अटेन्शन से नहीं पढ़ते जिसके लिए कहते हैं कि शरीर से तो क्लास में होते हैं लेकिन मन बाहर होता है। अगर क्लास के टाइम टीचर से योग नहीं है, मुरली में आता है ना कि टीचर से योग चाहिए इसका अर्थ है कि टीचर जब पढ़ाते हैं तो उस समय हमें अटेन्शन से पढ़ना है। अगर उस समय अटेन्शन से नहीं पढ़ते तो अनुभव होगा कि बाद में कितनी बार पढ़ते हैं लेकिन वो क्लियरिटी(स्पष्टता) नहीं होती जो जब टीचर पढ़ाते हैं और ध्यान देने से होती है। इसलिए पहली बात है अटेन्शन।

दूसरी बात है कि स्कूल में टीचर पढ़ाते हैं और उस समय हम पढ़ते हैं केवल उतना पढ़ने से स्टूडेंट फर्स्ट नम्बर नहीं ले सकता, लेकिन स्कूल में टीचर जो पढ़ाते हैं वो पढ़ने के बाद जो स्टूडेंट घर जाकर होमवर्क करते हैं, उस होमवर्क को एक्यूरेट करते हैं मतलब टीचर ने जो पढ़ाया उस पर जो स्टूडेंट व्यक्तिगत मेहनत करते हैं वो स्टूडेंट फर्स्ट नम्बर, फर्स्ट क्लास ले सकते हैं। ठीक वैसे ही ये आध्यात्मिक पढ़ाई, बाबा के ज्ञान की बातें केवल सुनने की होती तो बाबा इसको विद्यालय क्यों कहते! बाबा क्यों कहते हैं कि मैं तुम्हारा परम शिक्षक हूँ, ये स्पिरिचुअल यूनिवर्सिटी है। सिर्फ परिवार का रूप रखता, सिर्फ सत्संग का स्वरूप रखता लेकिन बाबा ने इसको स्पिरिचुअल यूनिवर्सिटी कहा, मतलब हम जो बातें सुनते हैं वो समझनी हैं, स्मृति में रखनी हैं। वो हमारे दिल-दिमाग में छपी हुई होनी चाहिए। इसलिए बाबा से योग, बाबा के प्रति अटेन्शन होना ज़रूरी है। और वो अटेन्शन तभी रहेगा, देखो दुनिया में आपका कोई प्रिय व्यक्ति कैसी भी बात आपको कहेगा वो आपको अच्छी लगेगी, स्वीकार्य हो जायेगी। और जिससे आपका प्यार नहीं वो आपके कल्याण की बात भी कहेंगे तो भी वो आपको स्वीकार्य नहीं होगी। तो बाबा से प्यार, बाबा से योग ये बहुत ज़रूरी है और मुरली के समय इसलिए बाबा सदा हमें बताते हैं कि कैसे हमें मुरली सुननी है। बाबा एक ही शब्द में रोज़ हमें अटेंटिव(सचेत) करते हैं। बाबा कहते हैं कि जब बाबा के सामने बैठते हो तो ज्ञान स्वरूप होकर बैठो। आत्मभिमानी स्थिति में बैठो। बाप के सामने ऐसे ही आकर नहीं बैठ जाओ, जैसे कि नियम से आकर बैठ गये क्लास में। वो भी अच्छी बात है लेकिन अगर ज्ञान मुझे आचरण में लाना है तो ऐसे ही आकर बैठने से नहीं चलेगा। हमें लक्ष्यपूर्वक आना होगा। और अपनी आत्मभिमानी स्थिति में बैठना होगा कि स्वयं भगवान मुझ आत्मा को पढ़ा रहे हैं। स्वयं भगवान के महावाक्य मैं सुन रही हूँ या रहा हूँ। इस स्मृति, अनुभूति और स्थिति के साथ बाबा के महावाक्य हमें सुनने और समझने हैं। कई बार हम सुनते हैं, बाबा की बातों को समझते हैं लेकिन हम खुद लॉजिकली विवेक से बाबा की बातों से कन्विंस(मानना) नहीं होते। जिसको बाबा सरल शब्दों में कहते हैं कि सुनना, समझना, मानना, स्वीकार करना और निश्चय करना कि जो बाबा ने कहा वो सत्य है, कल्याणकारी है और जीवन में धारण करना सम्भव है तब बाबा ने कहा है।

जो चीज़ आचरण में ला ही नहीं सकते तो वो बात बाबा क्यों बोलते? हम सबको ये निश्चय हो कि जो बाबा कहते हैं वो सत्य है और कल्याणकारी है। जब ये निश्चय हमें हो जाता है तब हमारी बुद्धि का भटकना समाप्त हो जाता है।

कई बार हम अपना तर्क चलाते हैं कि बाबा जो कहते हैं बात तो सही है लेकिन जीवन में धारण करना बड़ा मुश्किल है। हम तो दुनिया में रहते हैं ना, गृहस्थी में रहते हैं ना तो आचरण में लाना कितना मुश्किल है। इस प्रकार हम अपना तर्क चलाते हैं और ये समझते हैं कि आप बहनें तो सेंटर पर रहती हैं, समर्पित हैं और झंझट आपको नहीं है इसलिए तो आप धारण कर सकते हैं लेकिन हम लोगों के लिए बहुत मुश्किल है। वास्तव में हमें विवेक से इस बात को समझना चाहिए कि कैसे बाबा प्रवृत्ति मार्ग के संसार के लिए ज्ञान देते हैं। क्योंकि संसार अनादि काल से प्रवृत्ति मार्ग का ही बना हुआ है, निवृत्ति मार्ग का नहीं। और बाबा भी इस संसार में स्वर्ग लाना चाहते हैं। प्रवृत्ति में पवित्रता स्थापन करना चाहते हैं। तो बाबा जब हम बच्चों को ज्ञान देते हैं तो ज़रूर बाबा को पता है ना कि हम गृहस्थ में हैं, हम कलियुगी दुनिया में हैं और ये जानते हुए भी बाबा हम बच्चों को कहते हैं इसका अर्थ यही हुआ ना कि ज़रूर हमारा जीवन में धारण करना पॉसिबल है तब तो बाबा कहते हैं। जो चीज़ आचरण में ला ही नहीं सकते तो वो बात बाबा क्यों बोलते? हम सबको ये निश्चय हो कि जो बाबा कहते हैं वो सत्य है और कल्याणकारी है। जब ये निश्चय हमें हो जाता है तब हमारी बुद्धि का भटकना समाप्त हो जाता है। हमारा एक मन्दिर से दूसरे मन्दिर में, एक सत्संग से दूसरे सत्संग में, एक गुरू से दूसरे गुरू में, एक शास्त्र से दूसरे शास्त्र में भटकना समाप्त हो जाता है। मतलब भक्ति हमारी पूरी हो जाती है। इसको कहते हैं निश्चय। तो सुनना, समझना और फिर है स्वीकार करना, ये बहुत ज़रूरी है।

आस्का-ओडिशा। सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी, भुवनेश्वर से राजयोगिनी ब्र.कु. लीना दीदी, लोकसभा सांसद श्रीमति प्रमिला विशोई तथा अन्य भाई-बहनें।

कादमा-हरियाणा। 'दया एवं करुणा के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण' प्रोजेक्ट का शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. उर्मिला दीदी,सह संपादिका,ज्ञानामृत,माउण्ट आबू, राजेश सांगवान हलका,अध्यक्ष,जननायक जनता पार्टी, डॉ. रोहित,वेटरनरी सर्जन, डॉ. निशा नरवाल,मेडिकल ऑफिसर, ब्र.कु. वसुधा बहन तथा अन्य।

सिरसागंज-उ.प्र.। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर माल्यार्पण करते हुए जिला अधिकारी विवेक मिश्रा, पूर्व आर्यव्रत बैंक मैनेजर जैनुलाब्दीन जी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीतांजलि बहन तथा ब्र.कु. शशि बहन।

टोंक-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ एवं नेहरू युवा केन्द्र के संयुक्त तत्वाधान में डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी की 121वीं जयन्ती के अवसर पर आयोजित स्वैच्छिक रक्तदान शिविर एवं संगोष्ठी में केन्द्र के लेखा एवं कार्यक्रम सहायक तुलसी राम मीना, ब्र.कु. अर्पना बहन, चिकित्सा अधिकारी डॉ. प्रेम चन्द मालाकार व उनकी पूरी टीम, केन्द्र के राष्ट्रीय युवा स्वयं सेवक सत्यनारायण मीना आदि उपस्थित रहे।

झोझूकलां-हरियाणा। बहरीन में आयोजित एशियन खेलों में अंडर 15 में कुश्ती में गोल्ड मेडल प्राप्त कर देश का नाम रोशन करने वाली रजनीता जांगड़ा व द्रोणाचार्य अवॉर्डी महावीर फोगाट को ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. वसुधा बहन व ब्र.कु. ज्योति बहन। इस अवसर पर सरपंच दलवीर गांधी, पूर्व सरपंच राजेश सांगवान, समाजसेवी अशोक बंटी, समाजसेवी सुरेश पहलवान, बिशन सिंह आर्य आदि उपस्थित रहे।

डूंगरपुर-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशासनिक सेवा प्रभाग के अभियान 'आध्यात्मिकता द्वारा प्रशासन में उत्कृष्टता' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में जिला कलेक्टर इन्द्रजीत यादव, पूर्व आईएएस ब्र.कु. सीताराम मीणा, माउण्ट आबू से प्रशासनिक सेवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. हरीश भाई, अलवर से ब्र.कु. अनुभा बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विजयलक्ष्मी दीदी, सागवाड़ा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पदमा बहन सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

मुज़फ्फरनगर-बमनहेरी(उ.प्र.)। 'विश्व पर्यावरण दिवस' के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. जयंती दीदी, ब्र.कु. तोषी बहन, ब्र.कु. सरिता बहन, डॉ. एम.एल. गर्ग तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

आगरा-सिकंदरा(उ.प्र.)। 'कल्प तरू' परियोजना के अंतर्गत वृक्षारोपण करते हुए ब्र.कु. सरिता बहन, ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. धीरज भाई तथा अन्य भाई-बहनें।

छानी बड़ी-राज.। राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस पर सरकारी हॉस्पिटल में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. पूजा, सरपंच सुरेश बंसल, नर्सिंग स्टाफ तथा ब्र.कु. भगवती बहन।

बहल-हरियाणा। 'आज के बच्चे कल का भविष्य' विषयक समर कैम्प में आयोजित बाल नृत्य प्रतियोगिता में कुमारी कनक को प्रथम आने पर पुरस्कृत करते हुए थाना प्रभारी सब इंस्पेक्टर महेंद्र सिंह, बी.आर.सी.एम. लॉ कॉलेज की असिस्टेंट प्रोफेसर सुपर्णा शर्मा तथा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शकुन्तला बहन। इस अवसर पर दैनिक जागरण के स्थानीय पत्रकार पुरुषोत्तम भोल्याण व अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

स्वास्थ्य

पुदीने के औषधीय गुणों का प्रभाव हमारे शरीर में...

पुदीना एक गुणकारी पौधा है। इसकी पत्तियों का इस्तेमाल व्यंजनों का जायका बढ़ाने से लेकर कई शारीरिक समस्याओं के लिए प्राकृतिक औषधि के रूप में किया जाता है। इस पर हुए कई वैज्ञानिक अध्ययनों के आधार पर यह माना गया कि पुदीना सेहत पर सकारात्मक प्रभाव दिखा सकता है। इस बात का ध्यान रखें कि पुदीना किसी भी बीमारी का इलाज नहीं है, यह सिर्फ समस्याओं के लक्षण और प्रभाव को कम करने में कुछ हद तक मदद कर सकता है।

औषधीय गुणों के कारण इसका उपयोग स्वास्थ्य के लिए भी प्रभावी माना जाता है। टफ्ट्स यूनिवर्सिटी द्वारा किए गए शोध में पाया गया कि पुदीना में एंटीमाइक्रोबियल, एंटीवायरस, एंटीऑक्सीडेंट और एंटीट्यूमर के साथ ही एंटी-एलर्जेनिक गुण पाए जाते हैं, जो संयुक्त रूप से शरीर को लाभ पहुंचाने का काम कर सकते हैं।

पुदीने के पत्ते के फायदे...

इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम में सुधार के लिए

इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम एक आम विकार है, जो बड़ी आंत को प्रभावित करता है। इसकी वजह से पेट में दर्द, दस्त और कब्ज की समस्या होती है। शोध में पाया गया है कि पुदीने की चाय में एंटीसेप्टिक गुण होते हैं। इसमें पाए जाने वाले एंटीसेप्टिक गुण इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम में आराम पहुंचाने में मददगार हो सकते हैं।

याद्दाश्त को बढ़ाने में फायदेमंद

पुदीने के औषधीय गुण याद्दाश्त बढ़ाने में लाभदायक हो सकते हैं। इस संबंध में इंग्लैंड की एक यूनिवर्सिटी में शोध किया गया है। इस शोध में 180 युवाओं को पुदीने की चाय का सेवन कराया गया। 20 मिनट बाद शोधकर्ताओं ने युवाओं में कई सकारात्मक परिणाम देखे, जैसे सजगता में वृद्धि और मस्तिष्क कार्य प्रणाली में तेजी। शोध में इस बात का भी ज़िक्र है कि पेपरमिंट चाय याद्दाश्त और याद्दाश्त की गति बढ़ाने में सहयोग कर सकती है। इस आधार पर माना जा सकता है कि पुदीने की चाय का सेवन याद्दाश्त को बढ़ाने में लाभदायक हो सकता है।

मतली की अवस्था में

बार-बार उल्टी आने की इच्छा ही मतली की समस्या है। यहाँ पुदीने के फायदे देखे जा सकते हैं। एनसीबीआई (नेशनल सेंटर फॉर बायोटेक्नोलॉजी इंफॉर्मेशन) की वेबसाइट पर पुदीने पर एक शोध प्रकाशित किया गया है। शोध में पुदीना अरोमाथेरेपी का उल्टी और मतली की समस्या पर सकारात्मक प्रभाव देखा गया। इस शोध के आधार पर कहा जा सकता है कि मतली के साथ उल्टी की समस्या से आराम पाने के लिए पुदीने की अरोमाथेरेपी कारगर साबित हो सकती है। फिलहाल, मतलद की समस्या को दूर करने वाले पुदीने के औषधीय गुण अभी शोध का विषय हैं।

सिरदर्द की समस्या को दूर करने के लिए

सिरदर्द की समस्या रातों की नींद गायब कर सकती है। इस समस्या को दूर करने के लिए पुदीना मददगार साबित हो सकता है। रिसर्च जनरल ऑफ मेडिसिनल प्लांट के एक शोध के अनुसार पुदीने को सिर पर कुछ देर लगाने में सिरदर्द में आराम मिल सकता है। इसके दर्द-निवारक गुण के पीछे इसमें मौजूद मेंथॉल का प्रभाव हो सकता है।

पाचन में फायदेमंद

पुदीने पर किए गए एक अध्ययन में ज़िक्र मिलता है कि यह पाचन में मददगार हो सकता है। दरअसल, यह पेट की मांसपेशियों को आराम पहुंचाने के साथ-साथ पाचन में सहायक पाचक रस के प्रवाह में सुधार का काम कर सकता है। परिणामस्वरूप, भोजन आसानी से पचता है।

त्वचा की समस्या को दूर करने के लिए

बैक्टीरियल संक्रमण की वजह से त्वचा संबंधी कई रोग हो सकते हैं। जिनमें खुजली और जलन भी हो सकती है। यहाँ पुदीने के एंटीबैक्टीरियल, एंटीफंगल और एंटीवायरल गुण त्वचा संबंधी समस्याओं को दूर करने में मददगार साबित हो सकते हैं। रिसर्च जनरल ऑफ मेडिसिनल प्लांट के अनुसार, पुदीने में पाया जाने वाला मेंथॉल त्वचा संबंधी खुजली और जलन को कम करने में फायदेमंद हो सकता है।

पुदीने के नुकसान

ज़रूरी नहीं कि पुदीने के औषधीय गुण हर किसी के लिए फायदेमंद हों। कई स्थितियों में पुदीने के नुकसान भी देखने को मिल सकते हैं। यहाँ पर हम इससे होने वाले कुछ नुकसान के बारे में भी बता रहे हैं...

जिन्हें लो शुगर की समस्या है वो पुदीने के सेवन से दूर रहें। इसके रस का सेवन रक्त में मौजूद शुगर के स्तर को कम कर सकता है।

निम्न रक्तचाप के मरीजों को भी इसके सेवन से पहले डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए, क्योंकि इसका सेवन मेंथॉल नामक घटक रक्तचाप के स्तर को कम करके समस्या पैदा कर सकता है।

गर्भावस्था के समय किसी भी प्रकार के नुकसान से बचने के लिए इसके सेवन से पहले संबंधित डॉक्टर की सलाह अवश्य लें।

जिनकी त्वचा सेंसिटिव होती है, उन्हें मेंथॉल से एजर्ली हो सकती है। इसलिए, उन्हें इसके सेवन और संपर्क से दूर रहना चाहिए।

शांतिवन। ओम शान्ति मीडिया ऑफिस में आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् मोरबी गुजरात से नर्मदा इंटरप्राइज़ेज़ के मालिक भरत भाई पटेल तथा श्रीमति पटेल के साथ ओम शान्ति मीडिया के संपादक राजयोगी ब्र.कु. गंगाधर।

निम्बाहेड़ा-राज.। विश्व तम्बाकू निषेध दिवस पर निम्बाहेड़ा कोतवाली में सभी पुलिस कर्मियों को शपथ ग्रहण कराने के पश्चात् सी.आई. कैलाश सोनी को ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. शिवली बहन।

सारनाथ-वाराणसी(उ.प्र.)। वन विभाग वाराणसी के तत्वाधान में ब्रह्माकुमारीज़ के सहयोग से आयोजित हरियाली महोत्सव में चीफ कंजर्वेशन ऑफिसर एन. रविन्द्रा, मोटिवेशनल ट्रेनर ब्र.कु. तापोशी बहन, राजयोगी ब्र.कु. विपिन भाई, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. राधिका दीदी, ब्र.कु. सरिता बहन, सहायक वन संरक्षक राकेश कुमार, क्षेत्रीय वन अधिकारी पन्नालाल सोनकर, पार्षद पति सुरेन्द्र राजभर, डी.एफ.ओ. महावीर कौजाल्गी, एमआर चौरसिया,वन दरोगा,रामधन सिंह यादव, महाबोधी के छात्र-छात्राएं आदि उपस्थित रहे।

भीलवाड़ा-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के 'प्रशासक सेवा प्रभाग' के अभियान के अंतर्गत रिज़र्व पुलिस लाइन में आयोजित कार्यक्रम में आर.आई. प्रकाश चंद, एडीएम प्रशासन डॉ. राजेश गोयल, यूआईटी सेक्रेटरी अजय आर्य, एडीएम सिटी उत्तम सिंह शेखावत, ब्र.कु. अनुभा बहन,अलवर, ब्र.कु. सीताराम मीणा,सेवानिवृत्त आई.ए.एस. अधिकारी, ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रशासक सेवा प्रभाग,मा.आबू, ब्र.कु. रंजू बहन,जालौर, ब्र.कु. रचना बहन,बिजौलिया, ब्र.कु. तारा बहन,भीलवाड़ा आर.के. कॉलोनी सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. पूजा बहन, पोखरण सेवाकेन्द्र संचालिका आदि उपस्थित रहे।

नई दिल्ली। अमेरिका के टेक्सास स्थित साउथ वेस्टर्न अमेरिकन यूनिवर्सिटी द्वारा राजस्थान के भीनमाल सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. गीता बहन को काउंसलिंग एवं स्पीरिचुअल हेल्थ की कैटेगरी में 'डॉक्टरेट' की मानद उपाधि से नई दिल्ली के फाइव स्टार मेरेडियन होटल में आयोजित कार्यक्रम में सम्मानित किया गया। इस मौके पर अमेरिकन यूनिवर्सिटी के चांसलर, प्रोग्राम कोऑर्डिनेटर अभिषेक बच्चन, टीवी कलाकार सुरेंद्र पाल सिंह,महाभारत सीरियल के द्रोणाचार्य, सिमरन आहूजा, दिल्ली आप पार्टी के राजनेता सोमनाथ भारती, एक्टर शशिकांत जी,जूनियर बिग बी, दिल्ली बीजेपी युवा नेता सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

यू.के.-वेम्बली। यू.के. की क्वीन एलीजाबेथ 2 की प्लैटिनम जुबली के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ के इनर स्पेस सेंटर पर आयोजित 'विज़न ऑफ द फ्यूचर-होप, हीलिंग एंड हैप्पीनेस' कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में बायें से रब्बी जेफ बर्जर,वेम्बली सेफार्डी सिनागोग, ब्र.कु. दक्षा बहन, द राइट रेवेरेन्ड जॉन शेरिंगटन, ब्रह्माकुमारीज़ की अति. मुख्य प्रशासिका एवं यूरोप स्थित सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी, ब्रेंट मेयर काउंसलर अब्दी अदेन, मिस मेई सिम लाई,ओबे डीएल, काउंसिल केतन सेठ,वेम्बली सेंट्रल वार्ड, ब्र.कु. निधि बहन तथा फिलिप्पा ब्लैखम। इस अवसर पर वेस्टमिन्स्टर के सहायक बिशप इमाम मोनावर हुसैन,एमबीई डीएल सहित पचास लोग उपस्थित रहे तथा 200 लोगों ने ऑनलाइन कार्यक्रम का लाभ लिया।

थाईलैंड-बैंकॉक। प्राचीन राजयोग के प्रचार और प्रसार के लिए डल्स यूनिवर्सिटी द्वारा बैंकॉक के बर्कले होटल में आयोजित दीक्षांत समारोह में डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को डॉ. मोहम्मद फहीम,थम्मासैट विश्वविद्यालय,बैंकॉक, डॉ. मारिसा फेक्वामदी,कार्यकारी उपाध्यक्ष फिलिप कैपिटल,थाईलैंड, बायिन्ज़ा एडम लुज़िंदाना,कम्पाला,युगांडा तथा डॉ. रिपु रंजन सिन्हा,प्रो वाइस चांसलर एशिया कॉमनवेल्थ वोकेशनल यूनिवर्सिटी ने आध्यात्मिकता में 'डी लिट' प्रदान किया। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ के सुखमवित सेवाकेन्द्र बैंकॉक,थाईलैंड के कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. कैलाश भाई तथा ब्र.कु. शांता बहन उपस्थित रहे।

स्वयं को पोषित करते रहें

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

परमात्मा एक बहुत सुन्दर शब्द हमें देते हैं कि छुई-मुई नहीं बनना है। जिसको टच करते ही वो मुरझा जाता है। ऐसे पत्ते भी होते हैं जिन्हें 'टच मी नॉट'भी बोलते हैं। तो परमात्मा कहते हैं कि आपकी जीवन भी ऐसी हो गई है थोड़ा-सा भी किसी ने कुछ आकर कहा, कोई बात आपके अनुसार नहीं हुई, कोई व्यक्ति ने कुछ कहा जो आपको पसंद नहीं आया, आप मुरझा जाते हैं। और जब आप मुरझा जाते हैं क्या हमें अपना ध्यान नहीं रखना! मुझे खुद को खुद ही नरिश(पोषण, खाद डालना) करना है। ताकि मैं सारा दिन फूल की तरह खिला रहूँ।

सुरेश ओबेरॉय - सिस्टर, एक बार दादी गुल्ज़ार आईं थी। मैं मिलने गया था सेन्टर पर तो मैं हमेशा ज़्यादा सोचता ही रहता था। तो दादी गुल्ज़ार ने कहा कि तुम्हारे चेहरे पर थोड़ा-सा ना मुस्कुराहट रखा करो, और हमेशा एक गुलाब का फूल हाथ में लेकर रखा करो और उसको देखते रहना। जैसे गुलाब का फूल खिला रहता है वैसे तुम भी खिले रहना और मुस्कुराते रहना। और मैं क्या एक्सपेक्ट कर रहा था कि दादी गुल्ज़ार जी कोई एक बहुत बड़ा मंत्र देंगे। अब आपसे बात करते हुए समझ में आ रहा है कि इससे बड़ा मंत्र और क्या हो सकता है!

सिस्टर शिवानी - कितनी अच्छी लाइन है कि एक खिले हुए गुलाब की तरह खिले रहो। देखिए एक खिला हुआ गुलाब खुशबू देता है, मुस्कुराहट देता है।अलग अलग मौकों पर फूल यूज़ किए जा रहे हैं। एक गुलाब का फूल एक फंक्शन के लिए भी है, एक गुलाब का फूल कहीं डेड बॉडी पड़ी है उसपर भी है। मतलब खुशी के मौके पर भी है और दर्द के मौके पर भी। सुख के मौके पर भी है, दु:ख के मौके पर भी। जीत में भी गले में हार, मृत्यु में भी। लेकिन गुलाब का फूल कैसा है दोनों परिस्थितियों में! फूल में कोई बदलाव नहीं होता। वो चारों तरफ अपनी ब्यूटी को, अपनी खुशबू को बिखेरता है। फूल को देखते ही मुस्कुराहट आ जाती है। मतलब हमसे मिलते ही औरों को भी क्या मिल जाये! खुशी।

सुरेश ओबेरॉय - ये बात तो यहाँ तक समझ आ गई कि गुलाब की तरह अपने आपको यानी सॉल को नरिश करना है। और गुलाब की तरह हर परिस्थिति में मुस्कुराना है। औरों को भी खुश करना है। लेकिन नरिश कैसे करना है?

सिस्टर शिवानी - आप पेड़-पौधों को नरिश कैसे करते हैं?

सुरेश ओबेरॉय - पानी डालता हूँ।

सिस्टर शिवानी - शरीर को नरिश कैसे करते हैं?

सुरेश ओबेरॉय - खाना खिलाता हूँ, पानी पिलाता हूँ।

सिस्टर शिवानी - आत्मा को रोज़ क्या देते हैं नरिश करने के लिए?

सुरेश ओबेरॉय - कभी सोचा ही नहीं ना।

सिस्टर शिवानी - जो ये आत्मा अब इस शरीर को भी चलाने वाली है। ये आत्मा कितना कुछ कर रही है सारा दिन। आप सोचते हैं, सोचने के बाद निर्णय लेते हैं और फिर निर्णय लेकर इस शरीर के थ्रू कर्म करते हैं। तो इस शरीर को ऑपरेट करने वाली वो शक्ति, मैं आत्मा। मेरी पहली ज़िम्मेदारी मेरे इस शरीर को चलाना और दूसरी चाहे आप बाहर जा रहे हैं, एक्टिंग कर रहे हैं कोई भी प्रोफेशन में हैं, करने वाला कौन? आत्मा। जो सोचती है, कोई भी काम करने से पहले सोचना है हमें, निर्णय लेना है और फिर वो कर्म करना है। ये तीनों चीज़ें करने वाला कौन? आत्मा।

हम कोई भी कर्म बिना सोचे नहीं कर सकते। एक सोच चलेगी तब वो आगे काम होगा। तो इसका मतलब हर काम में छोटे से बड़े करने वाला कौन? मैं आत्मा। अब हमने कहा कि सारा दिन हमें काम करना है, धन कमाना है। पॉवर कमा रहे हैं, नेम-फेम ये सबकुछ कमा रहे हैं। ये सब कमाने वाला कौन? मैं आत्मा। कौन-सी चीज़ है जो मैं नहीं कर रही। मैं के बिना तो आप मर ही जाते हैं ना! जब वो मैं निकल गई, मैं आत्मा निकल गई तो ये शरीर कुछ नहीं कर सकता। जब ये शरीर कुछ नहीं कर सकता तो ज़िम्मेदारियां खत्म। बच्चे वहाँ हैं लेकिन आप उनका कुछ नहीं कर सकते। क्योंकि मैं आत्मा इस शरीर से निकल गई। तो सारा दिन सबकुछ करने वाला कौन? मैं।

पेड़ पानी के बिना नहीं रह सकता, गाड़ी पेट्रोल के बिना चल नहीं सकती, मोबाइल चार्ज किए बिना चल नहीं सकता। शरीर खाने बिना नहीं चल सकता लेकिन मैं आत्मा चलती ही जा रही हूँ, करती ही जा रही हूँ लेकिन अब हमें उसका रिज़ल्ट दिखाई दे रहा है। हम मुरझा जाते हैं, छोटी-छोटी बातों में नाराज़, उदास हो जाते हैं। इसको आत्मा का मुरझाना कहेंगे। इसे हम आत्मा की कमज़ोरी कहेंगे। लेकिन आत्मा कमज़ोर कब कहेंगे? जब हम नरिश नहीं हैं। हमने बहुत-बहुत सालों से या फिर शायद कई जन्मों से आत्मा का नर्चर(पोषण) नहीं किया है। अगर हम पौधे के ऊपर प्युअर पानी की जगह कोई गलत चीज़ डाल दें तो वो मर जायेगा। इसी तरह हम आत्मा पर हेल्दी चीज़ से उसे नर्चर करने की बजाय अगर कोई ऐसी चीज़ें डालना शुरू कर दें जो उसके लिए सही नहीं है तो उसका भी रिज़ल्ट दिखाई देने वाला है। हमें नहीं मालूम था कि आत्मा को नर्चर करना है तो भी जीवन चल रही थी। लेकिन अब हमें मालूम हो चुका है कि आत्मा को नर्चर कैसे किया जाता है तो अब भी अगर नहीं करेंगे तो कब करेंगे!

पटना-बिहार। स्वास्थ्य राज्यमंत्री मंगल पांडे को माउण्ट आबू में होने वाले 46वें माइंड-बॉडी मेडिसिन कॉन्फ्रेन्स का निमंत्रण देने एवं शॉल पहनाकर सम्मानित करने के पश्चात् उपस्थित हैं डॉ. बनारसी लाल शाह,सचिव,मेडिकल विंग ब्रह्माकुमारीज़। साथ हैं ब्र.कु. संगीता बहन,कंकड़बाग सेवाकेन्द्र संचालिका।

दौसा-राज.। सुपरिंटेंडेंट कमिश्नर एस.पी. संजीव नेन को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय साहित्य एवं प्रसाद भेंट करते हुए ब्र.कु. शीतल बहन व अन्य बहनें।

दिल्ली-लोधी रोड। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा एनएचआईडीसीएल,सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय,भारत सरकार के राष्ट्रीय कार्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित 'करो योग रहो निरोग' विषयक संगोष्ठी को ब्र.कु. पीयूष भाई एवं ब्र.कु. गिरिजा बहन ने सम्बोधित किया। इस मौके पर राम अवतार यादव,महाप्रबंधक,विधि, अनिल कुमार झा,महाप्रबंधक,तकनीकी, राम स्वरूप पुरी,महाप्रबंधक,तकनीकी, एसपी सनवाल,उप महाप्रबंधक,प्रशासन सहित अन्य अधिकारी गण उपस्थित रहे।

हसनपुर-हरियाणा। 'कल्प तरू' परियोजना के तहत सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में सभी भाई-बहनों को पौधा वितरित करने के पश्चात् चित्र में साथ हैं ब्र.कु. इंदिरा बहन, ब्र.कु. सपना बहन तथा ब्र.कु. सुखदेवी बहन।

नई दिल्ली-एम.पी.चौक। ब्रह्माकुमारीज़ के विक्रांत एन्क्लेव सेवाकेन्द्र पर बच्चों के समर कैम्प के समापन समारोह में बच्चों को सर्टिफिकेट एवं पुरस्कार वितरण करने के पश्चात् समूह चित्र में सुरेंद्र सेतिया,क्षेत्रीय निगम पार्षद, मोनिका ढींगरा,आर.डब्ल्यू.ए. प्रेज़िडेंट, गुरबख्श जी,जनरल सेक्रेट्री ऑफ आर.डब्ल्यू.ए., ब्र.कु. दीपा बहन, ब्र.कु. कृपा बहन, ब्र.कु. डॉ. पवन भाई तथा अन्य।

अलीगढ़-उ.प्र.। अलीगढ़ जेल में कैदियों के लिए आयोजित व्यसनमुक्ति कार्यक्रम में वरिष्ठ जेल अधीक्षक बिजेंद्र सिंह यादव, जेलर प्रमोद कुमार सिंह व फॉरेस्ट रेंज ऑफिसर अरविंद सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कमलेश बहन।

बरेली-सिविल लाइंस(उ.प्र.)। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत खुशलोक अस्पताल में कोरोना योद्धा चिकित्सकों एवं नर्सेस का सम्मान करने के पश्चात् समूह चित्र में डॉ. मुक्ता पागरानी, ब्र.कु. पार्वती बहन व ब्र.कु. नीता बहन।

परमात्म ऊर्जा

आवाज़ से परे जाना और ले जाना आता है? जब चाहे आवाज़ में आये, जब चाहे आवाज़ से परे हो जाएं, ऐसे सहज अभ्यासी बने हो? यह पाठ पक्का किया है? विजयी रत्न बने हो? किस पर विजयी बने हो? सर्व के दिलों पर विजय प्राप्त कर सकते हो? जैसे बापदादा के इस कर्त्तव्य के गुण का यादगार यहाँ है वैसे बाप के समान विजयी बने हो? सर्व के ऊपर विजयी बने हो? आपके ऊपर और कोई विजयी बन सकता है? पास विद ऑनर अर्थात् संकल्प में भी फेल न हो ऐसे बने हो? माया को चैलेंज है कि प्रतिज्ञा करने वालों का खूब प्रैक्टिकल पेपर ले। सामना करने की शक्ति सदैव अपने में कायम रखना है। जो अष्ट शक्तियां सुनाई थी वह अपने में धारण की हैं? ज्ञानमूर्त, गुणमूर्त दोनों ही बने हो?

माया को अच्छी तरह से सदाकाल के लिए विदाई दे चले हो? अपनी स्थूल विदाई के पहले माया को विदाई देनी है। माया भी बड़ी चतुर है। जैसे कोई-कोई जब शरीर छोड़ते हैं तो कभी-कभी सांस छिप जाता है। और समझते हैं कि फलाना मर गया लेकिन छिपा हुआ सांस कभी-कभी फिर से चलने भी लगता है। वैसे माया अपना अति सूक्ष्म रूप भी धारण करती है। इसलिए अच्छी तरह से जैसे डॉक्टर लोग चेक करते हैं कि कहाँ श्वास छिपा हुआ तो नहीं है ऐसे तीसरे नेत्र से अच्छी तरह से अपनी चेकिंग करनी है। फिर कभी ऐसा बोल नहीं निकले कि इस बात का तो हमको आज ही मालूम पड़ा है। इसलिए बापदादा पहले से ही खबरदार होशियार बना रहे हैं। क्योंकि प्रतिज्ञा की है, किस स्थान पर प्रतिज्ञा की है? किसके आगे की है? यह सभी बातें याद रखना है। प्राप्ति तो की लेकिन प्राप्ति के साथ क्या करना होता है? प्राप्ति की लेकिन ऐसी प्राप्ति की जो सर्व तृप्त हो जायें। जितना तृप्त बनेंगे इतना ही इच्छा मात्रम अविद्या होंगे। कामना के बजाय सामना करने की शक्ति आयेगी। पुरानी वृत्तियों से निवृत्त हुए - ये सभी पेपर के क्वेश्चन हैं, जो पेपर प्रैक्टिकल होना है। अपने को पूर्णतया क्लियर और डॉन्ट केयर करने की शक्ति अपने में धारण की है? स्वयं और समय दोनों की पहचान अच्छी तरह से स्पष्ट मालूम हुई? यह सभी कुछ किया व कुछ रहा है? क्या आप समझते हैं कि सभी बातों की प्राप्ति कर तृप्त आत्मा बन पेपर हॉल में जाने के लिए हिम्मतवान, शक्तिवान बना हूँ? अच्छा अब प्रैक्टिकल पेपर की रिज़ल्ट देखेंगे जो पास विद ऑनर की रिज़ल्ट दिखायेंगे उन्हों को बापदादा विशेष याद सौगात देंगे। लेकिन पास विद ऑनर, सिर्फ पास नहीं। अपनी-अपनी रिज़ल्ट लिख भेजना। फिर देखेंगे कितने बड़े ग्रुप से कितने पास विद ऑनर निकले। लेकिन यह भी देखना कि और जो आप के साथी हैं उन्हों से भी सर्टिफिकेट लेंगे, तब याद सौगात देंगे। सहज है ना!

जब हो ही हिम्मतवान तो यह क्या मुश्किल है। सदैव यह स्मृति रखना कि मैं विजयी माला की विजयी रत्न हूँ। इस स्मृति में रहने से फिर हार नहीं होगी। सभी ने कहा था कि समाप्ति में पूर्ण रूप से बलि चढ़ ही जायेंगे तो सम्पूर्ण बलि चढ़े? महाबली बने हो कि अभी भी कुछ मरना है? महाबली के आगे कोई माया का बल चल नहीं सकता। ऐसा निश्चय अपने में धारण करना है। रिज़ल्ट देखेंगे फिर बापदादा ऐसे विजयी रत्नों को एक अलौकिक माला पहनायेंगे।

कथा सरिता

सोच-विचार कर ही बोलें

दुनिया में तरह-तरह के लोग होते हैं। कुछ तो ऐसे होते हैं जो स्वयं की कमज़ोरियों को तो नज़रअंदाज़ कर जाते हैं किंतु दूसरों की कमज़ोरियों पर उपहास करने को सदा तत्पर रहते हैं। वास्तविकता का अनुमान लगाये बिना ये दूसरों की कमज़ोरियों पर हँसते हैं और अपने तीखे शब्दों के बाणों से उन्हें ठेस पहुँचाते हैं, किंतु जब उन्हें यथार्थ का तमाचा पड़ता है तो सिवाय ग्लानि के उनके पास कुछ शेष नहीं बचता।

एक गाँव में एक अंधा व्यक्ति था। वह रात में जब भी बाहर जाता, एक जली हुई लालटेन हमेशा अपने साथ रखता था।

एक रात वह अपने दोस्त के घर से भोजन कर अपने घर वापस आ रहा था। हमेशा की तरह उसके हाथ में एक जली हुई लालटेन थी। कुछ शरारती लड़कों ने जब उसके हाथ में लालटेन देखी, तो उस पर हंसने लगे और उस पर व्यंग्य बाण छोड़कर कहने लगे, "अरे, देखो-देखो अंधा लालटेन लेकर जा रहा है। अंधे को लालटेन का क्या काम?"

उनकी बात सुनकर अंधा व्यक्ति ठिठक गया और नम्रता से बोला, "सही कहते हो भाईयों, मैं तो अंधा हूँ, देख नहीं सकता। मेरी दुनिया में तो सदा से अंधेरा रहा है। मुझे लालटेन का क्या काम? मेरी आदत तो अंधेरे में ही जीने की है लेकिन आप जैसे आँखों वाले लागों को तो अंधेरे में जीने की आदत नहीं होती। आप लोगों को अंधेरे में देखने में समस्या हो सकती है। कहीं आप जैसे लोग मुझे अंधेरे में देख ना पायें और धक्का दे दें, तो मुझ बेचारे का क्या होगा? इसलिए ये लालटेन आप जैसे लोगों के लिए लेकर चलता हूँ ताकि अंधेरे में आप लोग मुझ अंधे को देख सकें।"

अंधे व्यक्ति की बात सुनकर वे लड़के शर्मसार हो गए और उससे क्षमा मांगने लगे। उन्होंने प्रण किया कि भविष्य में बिना सोचे-समझे किसी से कुछ नहीं कहेंगे।

सीख : कभी किसी को नीचा दिखाने की कोशिश नहीं करनी चाहिए और कुछ भी कहने से पूर्व अच्छी तरह सोच-विचार कर लेना चाहिए।

यू.के.-यूरोप। यू.के. की क्वीन एलीजाबेथ 2 की प्लैटिनम जुबली बड़े ही हर्षोल्लास के साथ मनाई गई। रानी ने अपने 70 वर्षों के शासनकाल में लगातार गुणों और अथक सेवा का प्रदर्शन किया है, जो किसी भी सेवा करने वाले सम्राट की सबसे लम्बी सेवा है। इसे उत्सव के रूप में पूरे देश में छोटे व बड़े, सेलिब्रिटी तथा समुदायों सभी ने मनाया। इसके तहत ब्रह्माकुमारीज़ लीसेस्टर, सिख वेलफेयर एवं कल्चरल सोसाइटी के संयुक्त तत्वाधान में हार्मनी हाउस में आयोजित भव्य कार्यक्रम में हाई शेरिफ ऑफ लीसेस्टरशायर मेहमूदा ड्यूक, बारोनेस सैंडी वर्मा, चेयरमैन ऑफ लीसेस्टरशायर काउंटी काउंसिल केविन फेलथम, लीसेस्टरशायर पुलिस कमिश्नर रूपर्ट मैथ्यूज़ तथा अन्य समुदायों एवं धर्मों के प्रतिनिधियों सहित ब्र.कु. मौरीन बहन,प्रोग्राम डायरेक्टर,ब्रह्माकुमारीज़,यू.के., ब्र.कु. दक्षा बहन सहित ब्रह्माकुमारीज़ के ग्रीस, इंडिया, श्री लंका तथा यूएसए के प्रतिनिधि शामिल रहे।

हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के शिक्षा प्रभाग एवं युवा प्रभाग के संयुक्त तत्वाधान में शहर के सीमैक्स इंटरनेशनल स्कूल में आयोजित 'सकारात्मक सोच सफलता का द्वार' कार्यक्रम में भारतीय वायुसेना के ग्रुप कैप्टन जयवीर सिंह, प्रधानाचार्य मुकेश कुमार शर्मा, इंजीनियर संजय सिंह, ब्र.कु. शांता बहन आदि उपस्थित रहे।

बालोतरा-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा एसडीएम ऑफिस में 'प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए आध्यात्मिकता' विषयक कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. डॉ. रीना दीदी,भोपाल। इस मौके पर ब्र.कु. सीताराम मीना,पूर्व आईएएस, राजयोगी ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रशासक सेवा प्रभाग,मा.आबू, एस.डी.एम. नरेश सोनी, तहसीलदार प्रवीण रतनु, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उमा बहन, ब्र.कु. अस्मिता बहन आदि उपस्थित रहे।

रामपुर-जाकरी(हि.प्र.)। नाथपा जाकरी हाइड्रो पावर स्टेशन में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'योगा फॉर ह्युमैनिटी' कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में रवि नेगी,जीएम,नाथपा प्रोजेक्ट व प्रोजेक्ट के अन्य सदस्यों के साथ ब्र.कु. कृष्णा बहन, ब्र.कु. सावित्री बहन, ब्र.कु. सुरेश भाई,कोऑर्डिनेटर,ट्रांसपोर्ट विंग,माउण्ट आबू तथा ब्र.कु. कमल बहन,नारनौल।

मोतिहारी-बिहार। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत रेलवे द्वारा स्वतंत्रता संग्राम के महत्त्वपूर्ण स्थलों पर आयोजित की जाने वाली 'आज़ादी की रेलगाड़ी और स्टेशन' कार्यक्रम के समापन पर बापूधाम मोतिहारी रेलवे स्टेशन पर आयोजित कार्यक्रम में समस्तीपुर डिविज़न के डीआरएम आलोक अग्रवाल ने मोमेंटे, शॉल एवं गुलदस्ता देकर ब्र.कु. अशोक वर्मा को सम्मानित किया। कार्यक्रम में टाइम्स ऑफ इंडिया के वरिष्ठ पत्रकार चंद्र भूषण पांडे, स्वतंत्रता सेनानी उत्तराधिकारी संगठन के जिला अध्यक्ष किशोर पांडे, जिला महासचिव राज किशोर सिंह, शिक्षिका अमिता निधि एवं रेलवे के अतिथि अधिकारी एवं स्थानीय अधिकारी कर्मचारी मौजूद रहे।

साहवा-राज.। सरकारी हॉस्पिटल में राष्ट्रीय डॉक्टर्स दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में एमबीबीएस डॉ. सुनील को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कुसुम बहन।

छपरा-बिहार। सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में शहर के प्रतिष्ठित चिकित्सक एवं चिकित्सा कर्मियों को ईश्वरीय संदेश देने एवं सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. अनामिका बहन।

एक्सेप्ट करें न कि एक्सपेक्ट

लोगों को खुश करने की इच्छा के अनुरूप हम चलने की कोशिश करते हैं। हमेशा मन में रहता, कोई नाराज़ न हो जाये, कोई नाखुश न हो जाये। ऐसा करने पर हम खुश रह सकते हैं! नहीं ना। आज हम सबके सामने बड़ी चुनौती है कि कोई नाराज़ न हो जाये। पर ऐसा व्यवहार करना संभव है? टटोलने पर उत्तर 'ना' ही है ना! उदाहरण के तौर पर किसी को लाल रंग बहुत पसंद है तो किसी को सफेद रंग। तो सफेद रंग हमें बहुत पसंद है तो हम यह चाहते हैं कि दूसरों को भी सफेद रंग पसंद हो। ये कैसे हो सकता है! दोनों अपनी-अपनी जगह सही हैं। उसकी च्वाइस लाल रंग है जबकि हमारी च्वाइस सफेद। पर हम चाहते हैं कि वो भी सफेद रंग ही पसंद करे, ये तो संभव नहीं है ना! क्योंकि दोनों अलग हैं और दोनों की सोच अपनी-अपनी है। उनकी इच्छायें अपनी हैं जबकि हमारी इच्छायें अपनी हैं। तो ऐसे में सबकी इच्छाओं को पूर्ण करना, सबकी एक्सपेक्टेशन्स को पूरी करना, ये तो संभव नहीं है ना! क्योंकि उनकी नेचर अलग है और मेरी नेचर अलग है। इसीलिए इस विचार को लेकर यदि चलेंगे तो न हम अपने को खुश रख पायेंगे और न ही दूसरों को।

डॉक्टर हमें सलाह देता है कि 5 कि.मी. चलना आपके स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। राय तो बहुत अच्छी है किंतु हमारी कैपेसिटी तो पाँच कदम चलने की भी नहीं है, हमारे में ताकत ही नहीं है। तो डॉक्टर की यह राय हमारे लिए सही है! नहीं ना। क्योंकि हमारे में वह संस्कार ही नहीं है। हमारे में वो ताकत ही नहीं है जो हम इतनी अच्छी राय को पूरा कर सकें। स्थूल चीज़ों में जब हम हर चीज़ को पूरा नहीं कर सकते, तो भावनात्मक रूप से हम हरेक की इच्छायें कैसे पूरी कर सकते हैं! क्योंकि हरेक की इच्छायें, कामनायें अलग-अलग हैं। आज तक हम ये मानते आए कि हमारे अनुरूप ही दूसरे भी चलें परंतु हमें अपनी यह सोच, ये मान्यताएं बदलनी पड़ेंगी। हाँ, यहां हमें एक चीज़ करनी होगी, दूसरों की एक्सपेक्टेशन को पूरा करने के बजाए हमारी जो एक्सपेक्टेशन है उसी को हम पूरा कर सकते हैं। क्योंकि हमारा संस्कार अपना है और पहले हमें खुद को खुश रखना ज़रूरी है। ये संस्कार हमें नहीं छोड़ना है। तब तो ये संस्कार दूसरों को हम दे सकेंगे।

दूसरी बात, सबकी नेचर अलग-अलग है। किसी में सहन करना, किसी में ईमानदारी-वफादारी है तो किसी में धैर्यता। तो ऐसे में हम दूसरों से एक्सपेक्ट करें कि वो भी ईमानदार हो, वफादार हो, ये तो संभव नहीं है ना! हाँ, हम उसे एक्सेप्ट करें, वो जो है, जैसा है, उसमें जो विशेषताएं हैं उसको स्वीकार करें और हमारे में जो विशेषताएं हैं वो हम बनाए रखें। वो संस्कार अगर हम उसमें देखना चाहते हैं तो बिना उससे कुछ इच्छा रखे हम अपनी विशेषता, अपने गुण देते रहें, तो उसमें भी वे संस्कार भर जायेंगे। हम सब अलग-अलग हैं ये विचार और हरेक की क्वालिटीज़, हरेक की शक्तियां अलग-अलग हैं, उसे स्वीकार करते हुए हम खुश रह सकते हैं। जैसे गुलदस्ते में अलग-अलग रंग के फूल होते हैं, तो गुलदस्ता अच्छा लगता है। वैराइटी को हमने एक साथ सजाया तो सभी को वो अच्छा लगेगा। इसी तरह हम सभी की विविधताओं को स्वीकार करें, एक्सेप्ट करें। ऐसा नज़रिया हम बनायें, तो खुश रहना और औरों को खुश करना, ये हम कर पायेंगे। क्योंकि आत्मायें अलग-अलग हैं। हरेक यूनिक हैं, हरेक का रोल अलग-अलग है। हम अपने मन को शक्तिशाली बनाने के लिए मेडिटेशन को अपने जीवन का हिस्सा बनायें। रोज़ अपनी विशेषताओं का, योग्यताओं का चिंतन करें, देखें, तो वो हमारे में भरती जायेंगी और हममें ताकत बढ़ती जायेगी। जैसे बैटरी को चार्ज करना है तो पॉवर हाउस से कनेक्ट करते हैं ना, तो यदि हमें भी शक्तिशाली बनना है तो हमें भी पावर हाउस परमात्मा से स्वयं को कनेक्ट करना होगा। कहते हैं ना कि एनर्जी हाईयर टू लोअर की तरह फ्लो होती है। बस करना इतना ही है कि हमें स्वच्छ हृदय से, साफ मन के तार उनसे जोड़ना है। तो शब्दों 'एक्सपेक्टेशन और एक्सेप्ट' को हम सही-सही अर्थ में जान जायें तो हम सदा खुश रह सकते हैं। और यही हमारी नेचर भी है।

पुखरायां-उ.प्र.। 'कल्प तरु' परियोजना के तहत वृक्षारोपण कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए माननीय कैबिनेट मंत्री राकेश सचान, नगर अध्यक्ष सत्यप्रकाश संखवार, समाजसेविका रेणुका सचान, मधु सूदन गोयल, समाजसेवी प्रमोद त्रिवेदी, डॉ. सुशील सचान तथा ब्र.कु. ममता बहन।

हल्द्वानी-उत्तराखण्ड। नेशनल प्रेस क्लब ऑफ इंडिया द्वारा ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर आयोजित सम्मान एवं स्नेह मिलन कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में बायें से डॉ. सौरभ आर्य,'आर्य रत्न',राष्ट्रीय प्रवक्ता,एनपीसीओआई, कर्मवीर सिंह नागर,प्रिंसिपल स्टाफ ऑफिसर,रेल मंत्रालय,भारत सरकार दिल्ली, ब्र.कु. वीना बहन,नैनीताल, ब्र.कु. नीलम बहन,हल्द्वानी, हरि अंगीरा,राष्ट्रीय अध्यक्ष/चेयरमैन,मुख्यालय बुलंदशहर, स्वामी सच्चिदानंद सरस्वती,तपोनिष्ठ सन्यासी,वैदिक ज्ञान आश्रम,यमुनानगर हरियाणा तथा नंद गोपाल वर्मा,नेशनल चीफ सेक्रेट्री।

दिल्ली-सीता राम बाज़ार। चावड़ी बाज़ार पुलिस स्टेशन में पौधे लगाते हुए थाना प्रभारी अभिनेंद्र सिंह, निगम पार्षद राकेश कुमार, ब्र.कु. सुनीता बहन तथा अन्य।

मालपुरा-राज.। गुरु पूर्णिमा के अवसर पर आयोजित गुरुओं के सम्मान समारोह का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए रमाशंकर स्वामी,सेवानिवृत्त मुख्य ब्लॉक शिक्षा अधिकारी, सुरेश कुमार वर्मा,संत निरंकारी मंडल,मुखी, ब्र.कु. जीत बहन, ब्र.कु. निधि बहन, ब्र.कु. प्रियंका बहन तथा ब्र.कु. महेश भाई।

चितौड़गढ-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के 'प्रशासक सेवा प्रभाग' के अभियान के चित्तौड़गढ़ पहुंचने पर जिला परिषद सभागार में आयोजित 'प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए आध्यात्मिकता' कार्यक्रम में एडीएम गीतेश मालवीय, ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रशासक सेवा प्रभाग,मा.आबू, ब्र.कु. अनुभा बहन,अलवर, ब्र.कु. रंजू बहन,जालौर, ब्र.कु. आशा बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका,ब्र.कु. शिवली बहन व प्रशासनिक अधिकारीगण उपस्थित रहे।

गुवाहाटी-रूपनगर(असम)। बच्चों के व्यक्तित्व विकास हेतु आयोजित त्रिदिवसीय समर कैम्प में 30 बच्चों ने भाग लिया। इस दौरान सभी बच्चों को ब्र.कु. वंदना, ब्र.कु. पापोरी तथा ब्र.कु. अंजना ने विभिन्न एक्टिविटीज़ कराई तथा उनका भावनात्मक एवं आध्यात्मिक मार्गदर्शन किया। राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी,संचालिका,ब्रह्माकुमारीज़ त्रिपुरा एवं बांग्लादेश सेवाकेन्द्र ने सभी प्रतिभागी बच्चों को सर्टिफिकेट प्रदान किये।

भीनमाल-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के प्रभु वरदान भवन में आयोजित 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के शुभारंभ एवं सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन को डॉक्टरेट की उपाधि मिलने पर आयोजित सम्मान समारोह में नागरिक कल्याण मंच के अध्यक्ष एवं जिले के वरिष्ठ पत्रकार माणकमल भंडारी, मारवाड़ चेतना के सम्पादक कन्हैयालाल खण्डेलवाल, संयुक्त व्यापार संघ, भारत विकास परिषद, साई सेवा संस्थान, खेतावत परिवार, नागरिक कल्याण मंच, डॉ. जे.आर. गेवा, दिनेशपुरी गोस्वामी एवं मंजुलता, पांथेरी से वरदसिंह परमार एवं मफरी देवी,पंचायत समिति सदस्य, रानीवाड़ा ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. साधना बहन सहित कई संस्थाओं के पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं ने शॉल, श्रीफल, माला, गुलदस्ता एवं स्मृति चिन्ह देकर ब्र.कु. गीता बहन को सम्मानित किया।

बरेली-सिविल लाइंस(उ.प्र.)। 'कल्प तरु' परियोजना के अंतर्गत वृक्षारोपण कार्यक्रम में रीजनल ड्राइविंग ट्रेनिंग सेंटर के परिसर में वृक्षारोपण के पश्चात् समूह चित्र में रीजनल इंस्पेक्टर मानवेंद्र सिंह एवं समस्त स्टाफ के साथ ब्र.कु. पार्वती बहन, ब्र.कु. नीता बहन, ब्र.कु. अनुराग भाई, ब्र.कु. नेहा बहन, ब्र.कु. अनूप भाई तथा अन्य भाई-बहनें।

बेतिया-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राजकीय मेडिकल कॉलेज में कोविड वॉरियर्स के सम्मान समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ मेडिकल विंग के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह, कॉलेज की प्रभारी प्राचार्य डॉ. सुधा भारती, हॉस्पिटल सुपरिंटेंडेंट डॉ. प्रमोद तिवारी, बेगुसराय से ब्र.कु. कंचन दीदी, ब्र.कु. अंजना दीदी, डॉ. अनिल मोटानि, डॉ. अमरनाथ गुप्ता, डॉ. सुधा चौधरी, डॉ. एस.एन. कोलियार आदि उपस्थित रहे।

सोनेपुर-ओडिशा। 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में प्रफुल्ल धरुआ,असिस्टेंट कंज़रवेटर ऑफ फॉरेस्ट को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. स्नेहा बहन।

पुण्य आत्मा कैसे बन सकते हैं...!!!

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

दुनिया में एक बात बहुत प्रचलित है कि अगर अगले जन्म में बहुत सुखी और शांत रहना है, सबकुछ बहुत अच्छा करना है तो दान-पुण्य ज़रूर करना चाहिए। लेकिन आज इस समाज में बहुत ऐसे लोग हैं जो दिन-रात जिसको कहते हैं धर्माऊ निकालते हैं अपने लिए कि हर दिन का कोई जो भी साहूकार हैं या कोई बड़े-बड़े बिजनेसमैन हैं, अपनी-अपनी दुकान में धर्माऊ निकालते हैं कि इसको हम देंगे तो दूसरे दिन से ज़्यादा से ज़्यादा हमारे गल्ले में आयेगा। ऐसी बहुत सारी मान्यतायें लोग हर रोज़ अपने दैनिक जीवन में कर रहे हैं, लेकिन एक है दान करना, दूसरा है पुण्य करना। दान सब लोग कर रहे हैं। पैसा ज़्यादा है तो कम्बल बांट रहे हैं या फिर कुछ चादरें बांट रहे हैं, या फिर कुछ खाने की चीज़ें दे रहे हैं, लेकिन पुण्य सभी नहीं कर रहे हैं क्योंकि दान से भी पुण्य का बहुत महत्त्व है। दान एक इच्छित व्यक्ति को भी दिया जा रहा है और एक अनिच्छित व्यक्ति को भी दिया जा रहा है।

आजकल तो ये एक परम्परा-सी चली आ रही है कि आपको इतना परसेंट निकालके दान ज़रूर करना चाहिए ताकि अगले जन्म में आपको सही मिले, लेकिन पुण्य की परिभाषा बहुत ही अलग है। पुण्य कर्म निःस्वार्थ सेवा भाव का कर्म है। पुण्य कर्म दिखावा नहीं होता है लेकिन दिल से होता है। दान में क्या होता है दान में ज़्यादातर जितने भी व्यक्ति हैं, जो भी दान करते हैं चाहे चेअर(कुर्सी) है, टेबल(मेज)है जो भी दान की वस्तु है उस पर अपना नाम लिखवा देते हैं। माना दिखावा भी है। दिल से करने वाले बहुत कम हैं, लेकिन पुण्य कर्म या पुण्य करना उसे कहा जाता है कि जब किसी को आवश्यकता है और उस समय उस व्यक्ति का सहयोगी बनना, उस व्यक्ति के लिए कर्म करना और पुण्य कर्म जब करते हैं और भूल जाते हैं। जैसे एक स्थिति जिसको हम फरिश्तेपन की स्टेज कहते हैं कि जैसे एक फरिश्ता आया, कर्म किया और भूल गया। और व्यक्ति उसको ढूंढ रहा है कि पता नहीं ऐसा कौन-सा व्यक्ति है कि जो आया और काम करके चला गया। समय पर मुझे सहयोग मिल गया। उसे कितनी दुआएं मिल जाती हैं।

जैसे कई बार होता है कि हमने कर्म किया फिर मुख से बात करके धन्यवाद कर दिया और आप खुश हो जाते हैं, लेकिन पुण्य कर्म करने के बाद अनेक आत्माओं के दिल की जो दुआएं प्राप्त होती हैं वो बड़ी गुप्त होती हैं। एक तो इसका प्रत्यक्ष फल भी मिलता है और अप्रत्यक्ष फल भी मिलता है। पुण्य आत्मा जो होगी उसकी दृष्टि, वृत्ति औरों की दुआओं के रूप में अनुभव करायेंगी। एक उदाहरण है कि जैसे कोई व्यक्ति दान करता है तो आप उसका चेहरा, चलन देखो एक अभिमान नज़र आयेगा, और जहाँ भी जायेगा उसका वर्णन ज़रूर करेगा, लेकिन पुण्य आत्मा सदा संतुष्ट होगी। उसके चेहरे पर प्रसन्नता और संतुष्टता होगी। जो अभिमान और अपमान से बेफिक्र होगा वो पुण्य आत्मा है। पुण्य का खाता, उसकी निशानी क्या होगी अगर आपका पुण्य का खाता जमा है या पुण्य आपने किया है इसकी सबसे बड़ी निशानी है व्यर्थ खत्म हो जायेगा। इसका मतलब क्यों व्यर्थ हमारे अन्दर चल रहा है, क्योंकि हमने पुण्य नहीं किया, अनावश्यक चीज़ों पर खर्च किया, लेकिन जिसको जिस शक्ति की ज़रूरत है, जिसको जिस सहारे की ज़रूरत है उसे उस समय पर सहयोग नहीं दिया तो हमारा व्यर्थ बहुत चलता है, और व्यर्थ हम ब्राह्मणों के लिए बहुत खतरनाक स्थिति मानी जाती है। जो हम परमात्मा के ज्ञानी बच्चे हैं अगर हमें सम्पूर्ण बनना है तो हमेशा सुखदाई बनना बहुत ज़रूरी है। जैसे दुनिया में एक कहावत है ना कि जो हम देते हैं हमें वो ही मिलता है। अगर हम सुख देंगे तो सुख मिलेगा, तपस्वी अर्थात् तो तपस्वी व्यक्ति कौन है, पुण्य आत्मा बनने वाला कौन है जो थोड़ा भी दुःख स्वीकार न करे। ये ज्ञान क्या कहता है जिस ज्ञान को हमने लिया है ये ज्ञान कहता है कि अगर हमको थोड़ा भी दुःख महसूस होता है किसी भी बात से, थोड़ा भी दुःख बहुत ज़्यादा तकलीफ देता है तो इसका मतलब इतने सारे जन्मों में हमने दुःख देखा ही नहीं, बहुत कम देखा है। मतलब परिवर्तन करना उसे कहा जाता है जो हर समय सुख फील करे, जो ग्लानि को एक्सेप्ट (स्वीकार) कर ले, माना ग्लानि को प्रशंसा समझ ले वो पुण्य आत्मा है। गाली देने वाले को जो दुनिया में कहा जाता है कि गले लगाना, ये बहुत मुश्किल टास्क है, बहुत मुश्किल कार्य है। लेकिन इसे वही कर पायेगा जिसका पुण्य का खाता जमा होगा।

एक उदाहरण है कि जैसे कोई व्यक्ति दान करता है तो आप उसका चेहरा, चलन देखो एक अभिमान नज़र आयेगा, और जहाँ भी जायेगा उसका वर्णन ज़रूर करेगा, लेकिन पुण्य आत्मा सदा संतुष्ट होगी। उसके चेहरे पर प्रसन्नता और संतुष्टता होगी।

एक होता है कि सामने वाला कुछ भी कर रहा है लेकिन उसको देखने के बाद हमारी स्थिति कैसी होती है!

दुनिया में बहुत सारी कहानियां प्रचलित हैं कि पुण्य का प्रत्यक्ष फल हर आत्मा की दुआएं हैं। तो जिन आत्माओं ने बहुत सारी दुआएं जमा की हैं ना उनको पुरुषार्थ करने के लिए कोई एफर्ट(मेहनत) नहीं करना पड़ता। उनका पुरुषार्थ नैचुरल होता है, नवीन होता है। हम सबके पुरुषार्थ में इतनी दिक्कत क्यों हो रही है, क्योंकि हमारा पुण्य का खाता बहुत कम है। पुण्य आत्मा की निशानी क्या है, जो हम नहीं चाहते, जो हम करना नहीं चाहते और हम चाहते हैं कि ऐसा हो भी ना वो व्यक्ति अगर ऐसा न कर पाये तो समझ लो कि वो व्यक्ति पुण्य आत्मा की श्रेणी में है। मतलब हमारे संकल्प में इतना बल आ गया, इतने लोगों की दुआएं मिल गई कि अगर कोई कर्म करना नहीं चाहता इतने लोगों की दुआओं के संकल्प से मैं वो नहीं करूँ। तो इसका मतलब मैंने जीत पा ली, मेरे पास पुण्य का खाता जमा है। सारा दिन बैठकर आप इस बात को चेक करके देखो कि अगर मेरे अन्दर बहुत ज़्यादा संकल्प नहीं चल रहे हैं बहुत कम चल रहे हैं, श्रेष्ठ चल रहे हैं और इतना श्रेष्ठ चल रहे हैं कि जिसका कोई पारावार नहीं, तो श्रेष्ठ संकल्प ही हमारी स्थिरता की निशानी है। क्योंकि श्रेष्ठ संकल्प में गति नहीं होती। परमधाम श्रेष्ठ संकल्प है, विश्व की बादशाही श्रेष्ठ संकल्प है, स्वर्गिक सुख श्रेष्ठ संकल्प है। लेकिन जिनको याद नहीं रहता ना तो उनकी दुआएं बहुत कम हैं, पुण्य का खाता बहुत कम है। जब पुण्य का खाता बढ़ेगा तो दुःख हमें सुख फील करायेगा। अगर कोई हमको तकलीफ भी देता है क्योंकि देखो इस दुनिया में निशानी है कि जिसका मन खाली है,उसी को गाली फील होती है। जिसका मन भरा हुआ है उसको गाली फील नहीं होती।

तो मन में अगर परमात्म श्रीमत है, परमात्मा की बातें हैं, परमात्मा का आह्वान है, परमात्मा का भाव भरा हुआ है तो चाहे कोई कुछ भी कहे वो हम सबके लिए है। तो जितना पुण्य का खाता उतनी संतुष्टता, उतनी खुशी, उतना बल और उतना पराक्रम हमारे चेहरे से, हमारी चलन से दिखाई देगा। तो हे आत्मन्! पुण्य का खाता जमा करो। और पुरुषार्थ में ईज़ीनेस(सरलता) लाओ। सहज पुरुषार्थी सिर्फ पुण्य के खाते से बना जा सकता है।

उपलब्ध पुस्तकें
जो आपके जीवन को बदल दें

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न : मेरा नाम अनुपमा है। पिछले चार साल से विशेष करके मुझे सिर में और पूरे शरीर में दर्द रहता है। मैंने अलग-अलग स्थानों पर अलग-अलग डॉक्टर्स से भी इलाज करवाया, उन्होंने हाई से हाई डोज़ दी लेकिन फिर भी किसी भी प्रकार की कोई राहत नहीं मिली है। मैं पढ़ भी नहीं पाती और कई बार तो बिस्तर से उठने की बिल्कुल भी इच्छा नहीं होती, क्या इसका राजयोग के माध्यम से कोई समाधान हो सकता है?

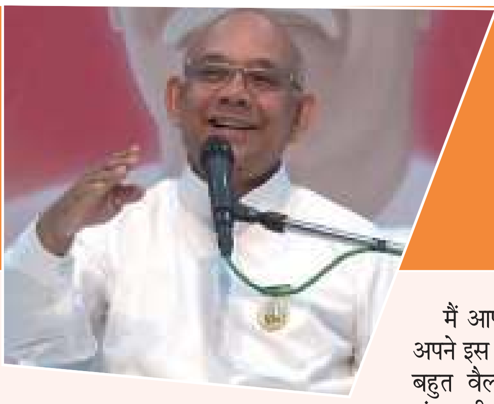
उत्तर : बिल्कुल हो सकता है क्योंकि पिछले ही दिनों में राजयोग के माध्यम से दो केस ठीक होते देखे हैं। उन्हीं अनुभव के आधार से मैं आपको राय दूंगा कि माइग्रेन ऐसी बीमारी है आपने ठीक कहा कि आप उठ भी नहीं पाते, इसमें ऐसा होता है। पढ़ते ही सिर भारी हो जाता है। इसलिए आपको कॉन्फिडेंस रखना है और आशावादी हो जायें, आपके दिन सुनहरे आ जायेंगे। 21 दिन के लिए बहुत अच्छा प्रयोग ये करें पहले और फिर ज़रूरत पड़े तो दुबारा 21 दिन के लिए करेंगे। एक तो आपको पानी चार्ज करके पीना है, एक गिलास पानी लें और पानी को देखकर सात बार ये संकल्प करेंगी कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ ताकि आपके ब्रेन को, आपकी पूरी बॉडी को प्युअर एनर्जी जाये। ऐसा पानी आप पाँच बार अवश्य पी लें। दूसरा है रात को सोते समय सब्कॉन्शियस माइंड में आपको ये संकल्प भरना है जैसे नींद आ रही हो तो पाँच बार ये संकल्प करें कि मेरा माइग्रेन बिल्कुल ठीक हो गया है। मैं सम्पूर्ण रूप से स्वस्थ हूँ, मैं बहुत एक्टिव हूँ। मेरी बुद्धि परफेक्टली काम कर रही है। ऐसे अच्छे संकल्प सब्कॉन्शियस माइंड को देंगे तो सब्कॉन्शियस माइंड इन्हें कमांड के रूप में स्वीकार कर लेगा। और सब्कॉन्शियस माइंड विशेष रूप से रात में जब मनुष्य सोता है एक सर्जन के रूप में काम करता है। इसलिए सोने से पहले सब्कॉन्शियस माइंड को ये कमांड देने का बड़ा महत्त्व है। विशेष रूप से रात में हमारे सब्कॉन्शियस माइंड में बहुत ज़्यादा हीलिंग पॉवर होती है। ये हमारे डॉक्टर्स को भी जानना चाहिए और पेशेंट्स को भी। ये कमांड हमें सोने से पहले अपने सब्कॉन्शियस माइंड को देनी है। तो सारी रात में वो काम करेगा। और तीसरी चीज़ है जैसे कि हम सभी को बताते हैं कि ब्रेन को एनर्जी देनी है। उसी तरह से हाथ को मलते हुए तीन बार याद करेंगे कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। क्योंकि सारी बीमारियां ब्रेन से ही होती हैं। अगर ब्रेन परफेक्ट है तो सारी बीमारियां अपने आप ही ठीक हो जायेंगी। तीन बार याद करके मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ हाथों को ब्रेन पर रखेंगे और सोचेंगे कि ये एनर्जी मेरे ब्रेन को जा रही है। मेरा ब्रेन परफेक्ट हो रहा है। मेरा माइग्रेन बिल्कुल ठीक हो रहा है। ऐसा दस मिनट सवेरे और दस मिनट शाम को। अगर आप तीसरी बार भी करना चाहें तो बहुत अच्छा होगा। आपको इसमें टाइम देना ही होगा। और जैसे ही आप ठीक होने लगेंगी तो पंद्रह-पंद्रह मिनट मेडिटेशन भी करना शुरू करें। जब आप ये सब करेंगी तो आपका जीवन बहुत अच्छा हो जायेगा। और अगर आप मेडिसिन भी लेना चाहती हैं तो आप होम्योपैथी मेडिसिन भी ले सकती हैं क्योंकि होम्योपैथी में इसका इलाज सम्भव है। मेडिसिन भी ले लें और आप साथ में ये प्रयोग भी कर लें।

प्रश्न : मेरी उम्र 17 साल की है। मैं बॉक्सर बनना चाहता हूँ और देश का प्रतिनिधित्व करना चाहता हूँ, लेकिन समस्या ये है कि मेरी हाइट कम है। मैं अपनी हाइट कम से कम 6 फीट बढ़ाना चाहता हूँ, मुझे क्या करना चाहिए?

उत्तर : आजकल टेबलेट भी मिल रही हैं बहुत, लेकिन उनका तो कितना प्रभाव है ये तो डॉक्टर्स ही बता सकते हैं। वो खानी चाहिए या नहीं खानी चाहिए। कई बार ऐसी चीज़ों का प्रभाव बहुत बुरा हो जाता है। हार्मोन्स पर बुरा इफेक्ट पड़ता है। हाइट तो बढ़ जायेगी लेकिन ब्रेन गड़बड़ कर जायेगा। क्योंकि हाइट बहुत महत्त्वपूर्ण नहीं, ब्रेन बहुत महत्त्वपूर्ण है। लेकिन फिर भी आप एक विज़न बनायें आपकी आयु अभी 17 वर्ष ही है तो आप क्या करें कि अपने दीवार के सामने अपना एक चित्र बना दें। और उसमें आप अपनी हाइट लिख दें कि ये मेरी हाइट 5.8 फीट है या 5.9 फीट है। आप रोज़ उठते ही उसे देखें और ये लक्ष्य रखें कि अगले 5-6 साल के बीच मेरी हाइट ये हो जायेगी। सोने से पहले और उठते ही इसे सब्कॉन्शियस माइंड में उतार दें। न केवल देखें बल्कि अपने पूरे विश्वास से सब्कॉन्शियस माइंड में पाँच बार ये संकल्प भी करें कि अगले 5-6 साल में मेरी लम्बाई 5.9 फीट हो जायेगी, तो फिर सब्कॉन्शियस माइंड इसे रिसीव कर लेगा। सब्कॉन्शियस माइंड बहुत पॉवरफुल होता है। वो इस चीज़ में कार्य करने लगेगा। इस बारे में डॉक्टर से भी सलाह लेनी चाहिए और एक्सरसाइज़ जो भी फिजियोथेरेपी आपको सजेस्ट करें वो भी आपको कर लेना चाहिए। और आप रोज़ राजयोग का भी अभ्यास करेंगे क्योंकि उससे आत्मा पॉवरफुल होती है और मन भी। मन पॉवरफुल होने से सब्कॉन्शियस माइंड पॉवरफुल होता है। तो जब सब्कॉन्शियस माइंड पॉवरफुल होता है तो वो और पॉवरफुली एक्ट करने लगता है। तो जो राजयोग करते हैं उन्हें जानना चाहिए कि सब्कॉन्शियस माइंड बहुत पॉवरफुल होता है। उसका हर फील्ड में फायदा उठायें। और मैं आपको फिर बताना चाहूँगा कि हाइट इतनी महत्त्वपूर्ण नहीं होती लेकिन जो स्कील हैं, योग्यतायें हैं वो महत्त्वपूर्ण होती हैं। आप भले अपनी हाइट पर ध्यान दें लेकिन आपको अपनी कला पर सबसे ज़्यादा ध्यान देना है, प्रैक्टिस पर देना है।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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



व्यर्थ में अपने अनमोल समय को व्यर्थ न गवाएं

ये जो व्यर्थ मनुष्य के मन में चलता है उससे व्यक्ति की एकाग्रता नष्ट होती है। मैं ऐसे कहूँ तो मनुष्य का श्रृंगार ही बिगड़ गया है। क्योंकि जो कुछ मनुष्य सोचता है उसके हर संकल्प के वायब्रेशन सबसे पहले ब्रेन में फैलते हैं। उसका असर सर्वप्रथम मस्तक से, चेहरे से दिखाई देता है। तो जो व्यक्ति बहुत व्यर्थ सोचता है। उसका अपना जीवन तो जैसे विषैला होता ही जाता है। पर एक बैड एनर्जी उसके ब्रेन को जाने लगती है। जो अनेक योग्यताओं को डैमेज करती है। आज के समय में व्यर्थ बहुत बड़ी समस्या है। ब्राह्मणों को ये अवेयरनेस है उन्हें ध्यान रहता है कि हमें व्यर्थ नहीं सोचना है, तो उन्हें पता चलता है कि हम व्यर्थ सोच रहे हैं। संसार में जो लोग हैं उसमें भी विशेष जो युवा वर्ग हैं, मात्र शक्ति है, मैं दोनों की बात इसलिए कर रहा हूँ कि जब बड़े हो गए और मनुष्य अपने काम-धंधे में लग गया तो उनका व्यर्थ थोड़ा कम भी हो जाता है। लेकिन मात्र शक्ति और युवक भिन्न-भिन्न तरह से व्यर्थ के शिकार होते रहते हैं। इससे एकाग्रता खत्म होती है। परमात्म मिलन का सुख चला जाता है। योग-राजयोग जो बहुत बड़ी चीज़ है जिससे हम परमात्म शक्तियां प्राप्त करते हैं, प्यूरिटी को प्राप्त करते हैं, जिससे वास्तव में आत्मा का श्रृंगार होता है, उसकी बीमारियां दूर होती हैं वो योग फिर लगेगा ही नहीं। एकाग्रता होगी ही नहीं। बैठेंगे योग अभ्यास के लिए, मेडिटेशन के लिए मन भटक जायेगा इधर-उधर। इसलिए ये परम आवश्यक है कि हम एकाग्रता को बढ़ाएं, अपने व्यर्थ को पहचानें। किस दिशा में मेरा मन भटक रहा है, क्यों भटक रहा है। क्या ईश्वरीय ज्ञान लेकर हम उससे स्वयं को मुक्त नहीं कर सकते! जिस ज्ञान का हमें युगों से इंतज़ार था। जिस भगवान की हमें तलाश थी, सबकुछ तो हमारे सम्मुख है। व्यर्थ में हम अपने अनमोल समय को व्यर्थ में व्यतीत न करें।

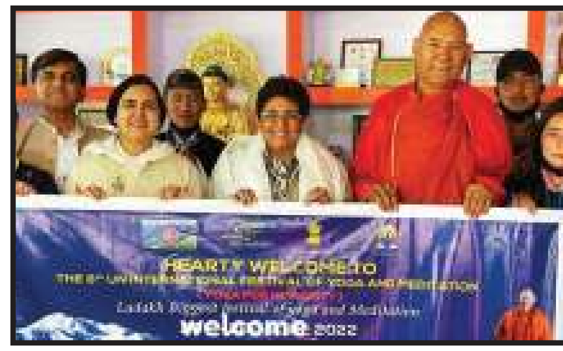
मैं आप सभी को एक थॉट दे रहा हूँ वो है अपने इस जीवन की वैल्यू को समझना। जीवन बहुत वैल्यूबल चीज़ है, और ब्राह्मणों का संगमयुगी जीवन, भगवान के द्वारा मिला हुआ अलौकिक जीवन उसके तो कहने ही क्या! इसमें तो हम अपने श्रेष्ठ भाग्य का निर्माण कर सकते हैं। जिस श्रेष्ठ दिशा में अपने को ले जाना चाहें,जा सकते हैं। जो मुक्ति के जिज्ञासु हैं वो मुक्ति की ओर बढ़ सकते हैं। जो जीवनमुक्ति में हाइअर स्टेटस(ऊँचा पद) प्राप्त करना चाहते हैं तो उनके कदम उसकी ओर बढ़ते जायेंगे।

> **सूरज अकेला आसमान में चमकता है, पूरे संसार को रोशन करता है। अकेली इष्ट देवी, अकेली महान आत्मा जग के कल्याण के लिए बहुत बड़ी भूमिका निभाती है।**

अपने जीवन को वैल्यू देना, सभी अपने से पूछें कि हम अपने को वैल्यू दे रहे हैं क्या? दुनिया में भी, संसार में लौकिक जीवन व्यतीत करने वालों के लिए भी, जीवन बहुत मूल्यवान चीज़ होती है। कई लोग जीवन की वैल्यू को न समझने इसके क्षणों को व्यर्थ गंवाते रहते हैं। और कई परेशान होकर जीवन का अंत करने का ही सोचते रहते हैं। कई तरह की बीमारियां बढ़ती रहती हैं। जीवन को वैल्यू देंगे, बहुत महत्त्वपूर्ण बात है। और जीवन में दो चीज़ें बहुत महत्त्वपूर्ण हैं वो हैं हमारे संकल्प, थॉट, विचार और हमारा समय। कई लोगों को समय की वैल्यू नहीं होती है। पर हमें अपने समय को वैल्यू देनी है। ऐसा समय संगमयुग का समय, भगवान से मिलन का समय, सर्व खज़ाने प्राप्त करने का समय बहुत भाग्यवान और पुण्य आत्माओं को ही प्राप्त हुआ है। रियलाइज़ कर लें, एक्सेप्ट कर लें कि हम बहुत भाग्यवान हैं। बहुत पुण्य आत्मायें हैं। जो स्वयं भगवान हमारे घर में आ गया है। हमारी पालना करने आ गया है। कितनी वैल्यू है इस जीवन की, कितनी वैल्यू है हमारी एकाग्रता की। बहुत ध्यान देना है। क्योंकि अगर व्यर्थ बहुत है, अगर आप अपने घर में रहते हैं व्यर्थ संकल्प चल रहे हैं तो आपके घर में निगेटिव वायब्रेशन फैलते जा रहे हैं। उन निगेटिव वायब्रेशन से अनेक समस्याएं पैदा हो रही हैं। कहेंगे बच्चे सुनते नहीं, बच्चे पढ़ाई नहीं करते, बच्चे फोन पे रहते हैं, बच्चे इधर-उधर लग गये हैं। ज़िम्मेदार आपके घर के वायब्रेशन्स भी हैं। ये आपकी ज़िम्मेदारी है आपके घर के वायब्रेशन्स को पॉवरफुल बनाना। व्यर्थ होगा तो वायब्रेशन्स तो कमज़ोर ही हो जायेंगे। आप ये नहीं सोचिए कि मैं अकेला, मैं अकेली मैं क्या करूँ? नहीं। सूरज अकेला आसमान में चमकता है, पूरे संसार को रोशन करता है। अकेली इष्ट देवी, अकेली महान आत्मा जग के कल्याण के लिए बहुत बड़ी भूमिका निभाती है। वायब्रेशन्स बहुत पॉवरफुल, बहुत पॉज़िटिव करेंगे।

अगर आपका व्यर्थ बहुत चलता है तो उसका इफेक्ट(प्रभाव) आपकी बॉडी पर पड़ता है। टेंशन होती है, चिंतायें होती हैं, या परेशानियां होती हैं। जिनके कारण बहुत व्यर्थ चलता है। बॉडी पर उसका सीधा इफेक्ट आता है। वो देखने में आता है। अगर हमें स्वस्थ रहना है। अगर हमें अपने घर के माहौल को प्यार और खुशी से भरपूर रखना है। अगर अपने चित्त को शांत करना चाहते हैं तो आज एक संकल्प कर लें कि हम व्यर्थ को समाप्त कर लें। कल्प का अन्तिम जीवन, अन्तिम जन्म व्यर्थ में न बीते यही हमारी बुद्धिमानी होगी, यही हमारी समझदारी होगी।

तो आइए हम सभी मिलकर आज से दृढ़ संकल्प करें, बाबा को अपने प्यार में बांध लें। वो जो हमें संकल्प दे रहा है उनमें रमण करें। तो जीवन भी लाइटफुल हो जायेगा। जीवन आनंद से भर जायेगा। और संगमयुग का एक-एक पल हमें कुछ देने वाला हो जायेगा। हमें महसूस होगा कि हमारा जीवन देवताओं से भी श्रेष्ठ है।



लेह लद्दाख। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर डॉ. ब्र.कु. बिन्नी बहन को क्षेत्र में करुणा एवं आध्यात्मिकता की जागृति के लिए किये गये प्रयासों के लिए 'गुडविल एम्बेसडर' सम्मान से सम्मानित करने के पश्चात् साथ में उपस्थित हैं भिखू संघसेन प्रेसिडेंट,महाबोधी इंटरनेशनल मेडिटेशन सेंटर, पूर्व राज्यपाल आईपीएस किरण बेदी, ब्र.कु. राकेश,माउण्ट आबू तथा अन्य।

दिल्ली-ओम विहार। डॉक्टर्स के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम के दौरान मंचासीन हैं दायें से ब्र.कु. सुषमा बहन,पश्चिम विहार सेवाकेन्द्र संचालिका, डॉ. टी.एन. मिश्रा, डॉ. नवीन वाही, डॉ. मुकेश, डॉ. जे.पी. भारद्वाज तथा ब्र.कु. विमला बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका।

नैनीताल-भवाली(उत्तराखण्ड)। एयर फोर्स स्टेशन में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'स्लीप मैनेजमेंट एंड मेंटल एम्पावरमेंट' प्रोग्राम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. कमाण्डर शिव सिंह, ब्र.कु. वीणा बहन,नैनीताल तथा अन्य।

मंगोलिया। भारत की आज़ादी के अमृत महोत्व के अंतर्गत अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर मंगोलिया में इंडियन एम्बेसी एवं मंगोलियन योगा फेडरेशन द्वारा उलानबातर विश्वविद्यालय के खेल परिसर में आयोजित दो दिवसीय कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ की विभिन्न एक्टिविटीज़ के साथ सक्रिय साझीदारी रही। इस मौके पर मंगोलिया में भारत के राजदूत एम.पी. सिंह, गवर्नमेंट रीप्रेज़ेन्टेटिव्स, साइंटिस्ट्स, म्यूज़ीशियन्स आदि शामिल रहे। इस मौके पर ब्र.कु. इन्ना किम तथा ब्रह्माकुमारीज़ के प्रतिनिधियों ने सभी को राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराया।

दिल्ली-पीतमपुरा। नवनिर्मित सेवाकेन्द्र 'लाइट हाउस' के उद्घाटन एवं पीतमपुरा में ईश्वरीय सेवाओं के 33 वर्ष पूर्ण होने पर आयोजित भव्य कार्यक्रम में ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, ब्र.कु. रानी दीदी, ब्र.कु. लाज दीदी, ब्र.कु. प्रभा बहन, सुजीत ठाकुर,एमसीडी काउंसिलर शालीमार बाग,दिल्ली, राहुल जी,बिज़नेसमैन, डॉ. रजनी, डॉ. करुणा तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

जोधपुर-राज.। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ प्रशासक सेवा प्रभाग के अभियान के जोधपुर पहुंचने पर ब्रह्माकुमारीज़ के पावन धाम सेवाकेन्द्र में प्रशासक, कार्यपालक एवं प्रबंधकों के लिए आयोजित 'प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए आध्यात्मिकता' कार्यक्रम में ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रशासक सेवा प्रभाग,मा.आबू, प्रभाग की ज़ोनल कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. डॉ. रीना बहन,भोपाल, राजयोगिनी ब्र.कु. शील दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. फूल दीदी, ब्र.कु. मीनू बहन, शांतनु बंधोपाध्याय,रीजनल पी.एफ. कमिश्नर ग्रेड वन एवं ऑफिस इंचार्ज, राजेश कुमार मीणा,रीजनल पी.एफ. कमिश्नर, डॉ. विनय अभयचंदानी,उमेद हॉस्पिटल जोधपुर, जालम सिंह राठोड,चीफ मैनेजर,आईसीआईसीआई बैंक सहित अन्य अधिकारी गण मौजूद रहे।

भुवनेश्वर-बीजेबी नगर(ओडिशा)। ब्रह्माकुमारीज़ के शिव संदेश भवन अलारपुर में स्नेह मिलन कार्यक्रम के पश्चात् मंजूश्री,रोट्री डीजीएम एसबीआई भुवनेश्वर, प्रतिभा साहू,ज्वाइंट सेक्रेट्री,हाईयर एजुकेशन डिपार्ट. ओडिशा, स्वप्ना महापात्रा,सीनियर असिस्टेंट महिला विकास समबाया निगम,ओडिशा सरकार, अयशकांत मिश्रा,स्टूडेंट एट आईआईटी,खड़कपुर, तृप्ति प्रभा नायक,अकाउंट्स ऑफिसर,एमवीएसएन आदि को ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. तपस्विनी बहन,मुख्य प्रशासिका,बीजेबी नगर तथा ब्र.कु. रेणुबाला बहन।

लुधियाना-पंजाब। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा गुरु अंगद देव वेटरनरी एंड एनिमल साइंसेस युनिवर्सिटी,लुधियाना में कार्यशाला के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. डॉ. गिरीश डी. पटेल। इस अवसर पर 250 प्रोफेसर्स तथा पीएचडी स्टूडेंट्स मौजूद रहे।

रोहड़ू-हि.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के यातायात एवं परिवहन विभाग की ओर से 'सुरक्षित भारत सड़क सुरक्षा जागृति रैली' के शुभारंभ अवसर पर उपस्थित हैं दाएं से ब्र.कु. सुरेश शर्मा,कोऑर्डिनेटर,ट्रांसपोर्ट विंग,माउण्ट आबू, ब्र.कु. आशा बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. कमल बहन, केदार सिंह चौहान,निरीक्षक,हिमाचल पुलिस तथा अन्य।

दिल्ली-विपिन गार्डन। 'कल्प तरु' परियोजना के तहत गवर्नमेंट गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल में पौधा रोपण करते हुए प्रिंसिपल श्रीमति सीता बहन, ब्र.कु. जानकी बहन तथा अन्य टीचर्स स्टाफ।

दिल्ली-आर.के.पुरम। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'कल्प तरु' परियोजना के तहत रेसिडेंशियल कॉलोनी में आयोजित पौधा रोपण कार्यक्रम में ब्र.कु. अनीता बहन,सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. स्वाति बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन,मोती बाग, अनंत गुप्ता,डायरेक्टर सीडब्ल्यूसी, ओमप्रकाश, ऑफिसर,आकाशवाणी तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

हैदराबाद शहर में अलौकिक दिव्य एवं भव्य समर्पण समारोह

12 कन्याओं ने मानवता के उत्थान हेतु किया जीवन समर्पित

हैदराबाद-तेलंगाना। ब्रह्माकुमारीज़ शांति सरोवर के ग्लोबल पीस ऑडिटोरियम में आयोजित दिव्य एवं भव्य अलौकिक समर्पण समारोह में संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी ने कहा कि अपने जीवन को दिव्य बनाकर समस्त मानव जाति को दिव्य बनाने के लिए परमार्थ अपना जीवन समर्पित कर देना एक महान कर्त्तव्य है। इन 12 कन्याओं ने अपनी हिम्मत और स्वेच्छा से ईश्वरीय सेवा में अपना जीवन समर्पित करने का जो संकल्प लिया, यह बेहद सराहनीय है। ओम शांति रिट्रीट सेंटर गुरूग्राम की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कहा कि इन कन्याओं ने तन-मन-धन से ईश्वरीय सेवा में अपना जीवन अर्पण करके समाज के सामने एक

मिसाल कायम की है। इस मौके पर शांति सरोवर की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. कुलदीप दीदी ने कहा कि इन कन्याओं ने स्वेच्छा से ये मार्ग चुना कि हमें अपने चाल चलन चेहरे से अलौकिक जीवन की खुशबू सारे जग में फैलानी है। वास्तव में ये बहुत-बहुत बधाई के पात्र हैं। मैं इस दिव्य कार्य के लिए इन कन्याओं को बहुत-बहुत शुभकामनायें देती हूँ कि आप अपने लक्ष्य में अवश्य सफल हों। ब्रह्माकुमारीज़ सिकंदराबाद की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू बहन व ब्रह्माकुमारीज़ के अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने भी अपनी शुभकामनाएं देते हुए कहा कि दुनिया में लोग घरबार छोड़कर सन्यास लेते हैं। परंतु ये परमात्मा शिव की एक अद्भुत विधि-विधान है कि ये रहेंगे तो संसार में ही लेकिन जैसे कि कमल रहता है कीचड़ में। और परमात्मा के निर्देशन में जीवन जीते हुए दुनिया में परमात्मा का संदेश देंगी और जन-जन के जीवन को दिव्यता की ओर प्रेरित करेंगी।

अलौकिक समर्पण के दौरान...

दिव्य संगीत समारोह में प्रसिद्ध गायक हरीश मोयल एवं ब्र.कु. दामिनी, अहमदाबाद ने दिव्य गीतों की प्रस्तुति देकर समारोह को और दिव्य व अलौकिक बनाया। साथ ही कुमारियों ने नृत्य की अनुपम प्रस्तुति दी।

12 कन्याएं शिव को हुईं समर्पित

ब्र.कु. अनुपमा, ब्र.कु. अश्विनी, ब्र.कु. भव्या स्पंदना, ब्र.कु. भावना, ब्र.कु. लावण्या, ब्र.कु. मधुवनी, ब्र.कु. प्रीति, ब्र.कु. प्रियंका, ब्र.कु. शिवानी, ब्र.कु. सिंधुजा, ब्र.कु. श्रव्या व ब्र.कु. विष्णुप्रिया ने किया परमार्थ जीवन समर्पित।

पाँचवें पुण्य स्मृति दिवस पर प्रेमलता दीदी को संतों-महंतों ने किया याद

देहरादून-उत्तराखण्ड। प्रेमलता बहन के पाँचवे स्मृति दिवस पर आयोजित सन्त सम्मेलन में स्वामी गणेशनाथ योगी जी महाराज, अध्यक्ष,पीर प्रेम नाथ धाम आश्रम, हरिद्वार ने कहा कि प्रेम बहन जी दया एवं करुणा की मूर्ति थीं। उनका जीवन हम सब के लिए अनुकरणीय है। महामण्डलेश्वर स्वामी 1008 सोमेश्वरानंद गिरि जी महाराज,श्री शंकराचार्य आश्रम,हरिद्वार ने कहा कि प्रेम बहन जी मेरी माँ समान थीं। उन्होंने मनुष्यों की सोच को बदला है जिससे पूरे विश्व में विचार क्रांति आई है। स्वामी परमानंद दास जी महाराज,मधुबन आश्रम,हरे कृष्णा,ऋषिकेश ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान से एक आध्यात्मिक क्रांति निकल चुकी है जो सारे संसार को प्रेम दया करुणा और शांति का संदेश दे रही है। महामण्डलेश्वर स्वामी संतोषानन्द देव जी महाराज,अध्यक्ष,अवधूत मण्डल आश्रम,हरिद्वार ने कहा कि प्रेम दीदी से हर वर्ष रक्षाबंधन के दिन सन्त संगोष्ठी में राखी बंधवाते थे। उनका वह वात्सल्य मुझे आज भी याद आ रहा है। मेरे मन-मस्तिष्क पर उनके प्रेम की अमिट छाप है। ब्रह्माकुमारीज़ देहरादून की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. मंजू दीदी ने राजयोगिनी प्रेमलता दीदी के साथ का अपना अनुभव साझा करते हुए कहा कि दीदी ने मुझे हर सेवा कार्य को सही रीति से करते हुए परमात्मा के कार्य को आगे बढ़ाने की विधि सिखाई। हर कदम पर मेरा मार्गदर्शन करती रहीं। मौके पर योगी अखिलेशानंद जी महाराज,रमता योगी, स्वामी राममुनि जी महाराज,अध्यक्ष सन्त मण्डल आश्रम, हरिद्वार, महंत शम्भू दास जी महाराज,अध्यक्ष,मानस मंदिर,हरिद्वार, डॉ. स्वामी अमृतानंद गिरि जी महाराज आदि सभी संतों ने प्रेमलता बहन को श्रद्धा सुमन अर्पित किये।

प्रेमलता दीदी के पाँचवें पुण्य स्मृति दिवस पर...

- संत समागम में पहुंचे महामण्डलेश्वर
- उनके दिव्य जीवन के साझा किये संस्मरण
- उनका जीवन समस्त मानवता के लिए प्रेरणा

आगे बढ़ने की होड़ में अपनी शक्ति व अस्तित्व को न भूलें महिलायें

सम्मेलन » • महिला सम्मेलन में पहुंची देशभर की महिलायें • तीन दिनों तक सशक्तिकरण पर चर्चा • डायलॉग एवं कार्यशालाओं का आयोजन

शांतिवन-आबू रोड(राज.)। राजस्थान सोशल वेलफेयर बोर्ड की अध्यक्षा डॉ. अर्चना ने कहा कि महिलाओं में शक्ति का पुंज है। परंतु आगे बढ़ने की होड़ में उन्हें अपनी शक्ति और अस्तित्व को नहीं भूलना चाहिए। वे ब्रह्माकुमारीज़ के मनमोहिनीवन स्थित ग्लोबल ऑडिटोरियम में आयोजित महिला सम्मेलन को सम्बोधित कर रही थीं। भारत सरकार के सूक्ष्म, लघु और मध्यम इंटरप्राइज़ेज़ मंत्रालय के राष्ट्रीय बोर्ड की सदस्य रश्मि मिश्रा ने कहा कि मुझे यहां सबको देखकर लग रहा है कि परमात्मा का आशीर्वाद हमें मिल रहा है। अपना अनुभव साझा करते हुए उन्होंने कहा कि मैंने जब ब्रह्माकुमारीज़ में आकर मेडिटेशन करना शुरू किया तब मुझे पता चला कि अध्यात्म

का मतलब क्या है। जब तक हम स्वयं आध्यात्मिकता से जुड़ेंगे नहीं, बच्चों को घर में सही और गलत की शिक्षा नहीं देंगे, तब तक हमारा देश और समाज किसी भी चीज़ में सफल नहीं हो पायेगा। एनेस्थीसिया की प्रोफेसर डॉ. उषा किरण ने कहा कि कलियुग का परिवर्तन कर स्वर्ग की राह ब्रह्माकुमारी बहनें ही दिखाएंगी। फिल्म समीक्षक और लेखक भावना सोमैया ने कहा कि मैं ऐसा मानती हूँ कि एजुकेशन, मनी और सक्सेस एम्पावरमेंट नहीं है। एम्पावरमेंट सेल्फ कॉन्फिडेंस है और सबसे ज़्यादा आपको शिक्षा दे रही है। महिला प्रभाग की अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी ने कहा कि एक दैवी सृष्टि बनाने के लिए महिलाओं का स्पीरिचुअल एम्पावरमेंट बहुत ज़रूरी है क्योंकि स्पीरिचुअलिटी केवल लेक्चर देने की चीज़ नहीं। जब स्पीरिचुअल पौधे का निर्माण किया जाता है तो पौधे को समय पर पानी देना और खराब चीज़ों से निराई करना ज़रूरी है। ब्रह्माकुमारीज़ के अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि नारी शक्ति ही विश्व को बदल सकती है। यह हमारे संस्थान में माताओं-बहनों ने कर दिखाया है। कार्यक्रम में महिला प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. शारदा बहन, मुख्यालय संयोजिका ब्र.कु. डॉ. सविता बहन समेत कई लोगों ने अपने विचार रखे।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/21-23, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2021-23, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 3rd Aug, 2022
स्वामी - राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन, प्रकाशक, सम्पादक एवं मुद्रक- गंगाधर नरसिंघानी द्वारा डी.बी. कॉर्प.लि. भास्कर प्रिन्टिंग प्रेस,शिवदासपुरा, टोंक रोड,जयपुर से मुद्रित एवं ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन, आबू रोड(राज.)- 307510
See Latest News - www.omshantimedia.org