ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -24 | अक्टूबर - II - 2022 | अंक - 14 | माउण्ट आबू | Rs.-10

वैश्विक शिखर सम्मेलन • ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान में चार दिवसीय कार्यक्रम, उद्घाटन सत्र में केंद्र व हरियाणा के मंत्री भी आए

योग, अध्यात्म से ही आएगी विश्व में शांति : पूर्व सीजेआई

शांतिवन-आबू रोड। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के शांतिवन परिसर में आयोजित चार दिवसीय वैश्विक शिखर सम्मेलन के उद्घाटन सत्र में सुप्रीम कोर्ट के पूर्व मुख्य न्यायाधीश और राज्यसभा सांसद जस्टिस रंजन गोगोई ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ में लोगों को मूल्य, सभ्यता, संस्कृति, योग, अध्यात्म की शिक्षा दी जा रही है। आज के युग में ऐसे कार्यों की बहुत ज़रूरत है। योग से ही दुनिया में बदलाव आएगा। योग-अध्यात्म से ही दुनिया में शांति आएगी। पुणे के पीपुल्स मूवमेंट फॉर ग्रीन इंडिया के अध्यक्ष रवींद्र धारिया ने कहा कि हमारी धरती ने हमेशा हमें देना सिखाया है। हेतरो ग्रुप के चेयरमैन डॉ. बंदी पार्थसारथी रेड्डी, ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर भाई, संस्थान के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय भाई सहित अन्य गणमान्य लोग व संस्थान के वरिष्ठ भाई-बहनें उपस्थित रहे। सम्मेलन की सफलता के लिए माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी व राजस्थान के माननीय मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने भी शुभकामना संदेश भेजा। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. शिविका बहन ने किया।

संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने सभी का परमात्मा के घर में स्वागत करते हुए कहा कि स्वर्णिम भारत की एक झलक देखने के लिए आज पूरा विश्व आतुर है। हम सभी एक परमात्मा की संतान आपस में भाई-बहन हैं।

भारत ने दुनिया को सभ्यता और शांति दीः लेखी

केंद्रीय विदेश और संस्कृति राज्यमंत्री मीनाक्षी लेखी ने कहा कि भारत ने ही दुनिया को सभ्यता-संस्कृति और शांति दी है। राजयोग मन को, विचारों को सही करने का एक रास्ता है। समाज में व्याप्त बुराइयां व्यक्ति के दिमाग की उपज है। रक्षा, सुरक्षा, चिकित्सा जो भी शब्द शक्ति से भरपूर हैं, वह कहीं न कहीं नारी शक्ति से जुड़े हैं। उन्होंने मीडिया से आह्वान किया कि यदि बुराई दिखाना ज़रूरी है तो जो समाज में भला काम हो रहा है, वो दिखाना भी ज़रूरी है, ताकि सभी लोग अच्छी प्रेरणा लेकर अच्छे कार्य कर सकें।

हमारे संस्कारों में मानव मात्र के कल्याण का भाव : यादव

हरियाणा के सामाजिक न्याय व अधिकारिता राज्य मंत्री ओमप्रकाश यादव ने कहा कि मानव सेवा, गरीब की सेवा, गोसेवा से बड़ी कोई सेवा नहीं है। कोरोना काल में जहां उन्नतिशील देश घबरा गए थे, वहीं भारत वर्ष ने सबसे पहले कोरोना वैक्सीन की खोज की। हमारे संस्कारों में मानव मात्र के कल्याण का भाव रहा है।

दुनिया नहीं, 'खुद' को जीतने की संस्कृति है हमारी : सुधांशु

शांतिवन-आबू रोड। हमारी संस्कृति कभी दुनिया को जीतने की रही ही नहीं, हमें तो वेदों-पुराणों में यही सिखाया गया कि जीतना है तो खुद को जीतो। हमारा सारा ज्ञान ही स्वयं का है। सारा अनुसंधान ही अंतर खोजने का है। उक्त उद्गार भाजपा प्रवक्ता और राज्यसभा सांसद सुधांशु त्रिवेदी ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय में आयोजित वैश्विक शिखर सम्मेलन के दूसरे दिन के कार्यक्रम को संबोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि जब तक आत्मा के केंद्र पर नहीं जाएंगे, ज्ञान मिल नहीं सकता है। यह अमृतकाल की शुरुआत है, हम जगतगुरु बनने के लिए उठ रहे हैं। यदि मनुष्य के ऊपर समाज के नियम-मर्यादा का बंधन नहीं हो तो 99 फीसदी मनुष्य का जीवन मूल्यों के विपरीत होगा। शहीद भगतसिंह सेवादल के अध्यक्ष पद्मश्री. डॉ. जितेंद्र सिंह शुंटी ने कोरोना काल की व्यथा और अपनी सेवाओं का मर्मस्पर्शी अनुभव सभी के साथ साझा करते हुए कहा कि मेरा यही संदेश है कि जब आप यहां से जाएं तो आपस में शांति और प्रेम से रहें। दिल्ली से आए सुधीर मिश्रा ने कहा कि देश का लीडर ऐसा हो जिसके चरित्र का लोग अनुसरण कर सकें। आंध्रप्रदेश के अराकू से लोकसभा सांसद गोड्डेती माधवी, राहुल जे नामजोशी, डॉ. सुब्रोकमल दत्ता, रुचिरा श्रीवास्तव, शमशेर सिंह, उदयपुर से न्यूरोलॉजिस्ट डॉ. अतुलभ बाजपेयी, जेम एंड ज्वेलरी एक्सपोर्ट प्रमोशन काउंसिल के वाइस चेयरमैन किरीट भंसाली, अहिंसाधाम फाउंडेशन मुंबई के महेंद्र सांगोई, मैनेजिंग ट्रस्टी ने सम्बोधित किया। संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, अति. महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. शीलू बहन, कटक से ब्र.कु. लीना बहन, गुरुग्राम से ओआरसी निदेशिका ब्र.कु. आशा बहन, ग्लोबल हॉस्पिटल के निदेशक डॉ. प्रताप मिड्ढा ने भी अपने विचार व्यक्त किए। नेपाल सहित भारत के विभिन्न क्षेत्रों से आये कलाकारों सुंदर प्रस्तुति दी।

शहीद भगतसिंह सेवादल के अध्यक्ष पद्मश्री. डॉ. जितेंद्र सिंह शुंटी को सम्मानित करते हुए ओआरसी निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी।

हमारा देश अभी भी विश्वगुरुः सुनैना सिंह

जब हम मूल के अधिनायक, लीडर्स जैसे विषयों की ओर देखते हैं तो भारत से बेहतर उदाहरण कुछ नहीं है। भारत में कई सदियों से ज्ञान प्रथा हिस्सा रही है। मुझे विश्वास है कि हमारा देश अभी भी विश्वगुरु मुकाम पर कायम रहेगा। क्योंकि जब हम आसपास देखते हैं तो विश्वभर में समाधान केंद्र के तौर पर भारत पर ही नजर जाती है। शांति भारत की आंतरिक विशेषता और गुण है जो कि हम विश्व को सिखा रहे हैं। शांति ने ही हमें विशेषता के रूप में आगे बढ़ाया है। इस क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज के प्रयास बहुत ही सराहनीय हैं

- नालंदा विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. सुनैना सिंह।

शांति का संदेश लेकर जाएं : धर्मबीर सिंह

हजारों साल पुरानी सबसे प्राचीन सभ्यता और संस्कृति हमारी रही है। आप सभी जब इस पवित्र परिसर से जाएं तो शांति का संदेश लेकर जाएं। 50 हजार ब्रह्माकुमारी बहनें विश्व को योग और अध्यात्म का संदेश देने के लिए दिन-रात सेवा में जुटी है, जितना हो सके इन बहनों का सहयोग करें

- लोकसभा सांसद धर्मबीर सिंह, भिवानी महेंद्रगढ़।

परिस्थिति को लेकर शोक करना, सुखी-दु:खी होना मूर्खता से कम नहीं

संसार में मात्र दो चीज़ें हैं- सत् और असत्, शरीरी और शरीर इन दोनों में शरीरी तो अविनाशी है और शरीर विनाशी है। ये दोनों ही असोच्य हैं। अविनाशी का कभी विनाश नहीं होता, इसलिए उसके लिये शोक करना बनता ही नहीं और विनाशी का विनाश होता ही है, वह एक क्षण भी स्थायी रूप से नहीं रहता, इसलिए उसके लिए भी शोक करना नहीं बनता। तात्पर्य ये हुआ कि शोक करना न तो शरीर को लेकर बन सकता है और न शरीरी को लेकर ही बन सकता है। शोक के होने में तो केवल अविवेक(मूर्खता) ही कारण है।

मनुष्य के सामने जन्म-मरन, लाभ-हानि आदि के रूप में जो कुछ परिस्थिति आती है, वह प्रालब्ध का अर्थात् अपने किये हुए कर्मों का ही फल है। उस अनुकूल-प्रतिकूल परिस्थितियों को लेकर शोक करना, सुखी-दु:खी होना केवल मूर्खता ही है। कारण ये कि परिस्थिति चाहे अनुकूल हो, चाहे प्रतिकूल, उसका आरंभ और अंत होता है अर्थात् परिस्थिति पहले भी नहीं थी और अंत में भी नहीं रहेगी। जो परिस्थिति आदि में और अंत में नहीं होती, वह बीच में एक क्षण भी स्थायी नहीं होती। अगर स्थाई होती तो मिटती कैसे? और मिटती है तो स्थाई कैसे? ऐसी प्रतिक्षण मिटने वाली अनुकूल-प्रतिकूल परिस्थिति को लेकर हर्ष-शोक करना, सुखी-दु:खी होना केवल मूर्खता है।

ब्र.कु. गंगाधर

गीता में कहा है 'प्रसावादांश्च भाषने' एक तरफ तो तू पंडिताई(विद्वान) की बातें बघार रहा है और दूसरी तरफ शोक भी कर रहा है। अत: तू केवल बातें ही बनाता है। वास्तव में तू पंडित नहीं है, क्योंकि जो पंडित होते हैं, वे किसी के लिये भी कभी शोक नहीं करते।

कुल का नाश होने तक कुल-धर्म नष्ट हो जायेगा। धर्म के नष्ट होने से स्त्रियां दूषित हो जायेंगी, जिससे वर्णसंकट पैदा होगा। वह वर्णसंकट कुलघातियों को और उनके कुल को नरक में ले जाने वाला होगा। पिण्ड और पानी न मिलने से उनके पितरों का भी पतन हो जायेगा।

ऐसी तेरी पंडिताई की बातों से भी यही सिद्ध होता है कि शरीर नाश्वान् है और शरीरी अविनाशी है। अगर शरीरी स्वयं अविनाशी न होता, तो कुलघात और कुल के नरक में जाने का भय नहीं होता, पितरों का पतन होने की चिंता नहीं होती। अगर तूझे कुल की और पितरों की चिंता होती है, उनका पतन होने का भय होता है, तो इससे सिद्ध होता है कि शरीर नाश्वान् है और उसमें रहने वाला शरीरी नित्य है। अत: शरीरों के नाश को लेकर तेरा शोक करना अनुचित है।

'गतासुनगतासुंश्च' सबके पिण्ड-प्राण का वियोग अवश्यंभावी है। उनमें से किसी पिण्ड-प्राण का वियोग हो गया है, और किसी का होने वाला है। अत: उनके लिये शोक नहीं करना चाहिए। तुमने शोक किया है, यह तुम्हारी गलती है।

जो मर गये हैं, उनके लिये शोक करना तो महान गलती है। कारण ये कि मरे हुए प्राणियों के लिये शोक करने से उन प्राणियों को दु:ख भोगना पड़ता है। जैसे मृतात्मा के लिये पिण्ड और जल दिया जाता है वह उसको परलोक में मिल जाता है, ऐसे ही मृतात्मा के लिये जो करते हैं और आँसू बहाते हैं, तो मृतात्मा को परवश होकर खाना-पीना पड़ता है। जो भी जी रहे हैं, उनके लिये भी शोक नहीं करना चाहिए, उनका तो पालन-पोषण करना चाहिए, प्रबंध करना चाहिए। उनकी क्या दशा होगी! उनका भरण-पोषण कैसे होगा! उनकी सहायता कौन करेगा! चिंता-शोक कभी नहीं करना चाहिए। क्योंकि चिंता-शोक करने से कोई लाभ नहीं।

मेरे शरीर के अंग शिथिल हो रहे हैं, मुख सूख रहा है आदि विकारों के पैदा होने के मूल कारण हैं- शरीर के साथ एकता मानना। शरीर के साथ एकता मानने से ही शरीर का पालन-पोषण करने वालों के साथ अपनापन हो जाता है, और उस अपनेपन के कारण ही कुटुम्बियों के मरने की आशंका से अर्जुन के मन में चिंता-शोक हो रहे हैं, तथा चिंता-शोक से ही अर्जुन के शरीर में उपर्युक्त विकार प्रकट हो रहे हैं। तो गीता में ये अर्जुन और भगवान के सवांद में रोग और शोक के होने वाले कारण को स्पष्ट किया, तभी वे महान कर्त्तव्य के लिए तैयार हुए।

विदेही यानी देह से न्यारेपन का अभ्यास....

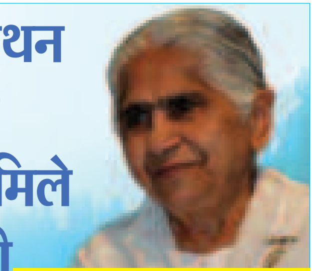
राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

विदेही तब बन सकेंगे जब यह सब कर्मेन्द्रियां कन्ट्रोल में हों। इस देह की कर्मेन्द्रियां मेरे को क्यों खींचती हैं? क्योंकि कन्ट्रोलिंग पॉवर नहीं है तो फिर विदेही कैसे बनेंगे? देह से न्यारा माना देह से कोई अलग तो नहीं हो जायेंगे। लेकिन कोई भी देह की कर्मेन्द्रियां हमको अपने तरफ खींचे नहीं, यह प्रैक्टिस ज़रूर चाहिए। नहीं तो अन्त में जब हालतें बहुत खराब होंगी, उस समय कन्ट्रोलिंग पॉवर अगर नहीं होगी तो कभी भी पास विद ऑनर नहीं हो सकते। और बाबा तो कहते हैं कि अन्त में तो एक सेकण्ड का पेपर होगा- स्मृतिलब्ध:, नष्टोमोहा। कर्मेन्द्रियों से सुनने, देखने, बोलने और सोचने का भी तो मोह होता है। उसे भी तो बॉडी-कॉन्शियस का ही एक हिस्सा कहेंगे। नष्टोमोहा माना सम्बन्धियों या वैभवों से, चीज़ों से ज़रा भी मोह नहीं। अपने शरीर की कोई भी कर्मेन्द्रियां अगर खींचती हैं माना मोह है, उससे प्यार है। तो नष्टोमोहा स्मृति स्वरूप कैसे होंगे? तो इसके लिए एक सहज अभ्यास है कि हम कर्मेन्द्रियों से काम लेते हैं, लेकिन कर्मेन्द्रियों के मालिक हैं। तो कर्मेन्द्रियां कितने भी बिज़ी रहते हैं लेकिन मैं आत्मा मालिक इन कर्मेन्द्रियों से यह काम करा रही हूँ। जैसे कोई डायरेक्टर, बॉस होता है - वह अपने ही कमरे में एक कुर्सी पर बैठा रहता है। परन्तु उसको यह नैचुरल याद रहता है कि मैं डायरेक्टर हूँ, यह कर्मचारी जो भी मेरे साथी हैं उनसे कराने वाला हूँ। मैं जिम्मेवार हूँ। यह तो याद रहता है ना! ऐसे यह भी याद रहे कि मैं आत्मा करावनहार हूँ और यह कर्मेन्द्रियां जो हैं मेरी कर्मचारी हैं यानी सारथी हैं। मददगार तो यह कर्मेन्द्रियां ही हैं। लेकिन मैं मालिक हूँ, कराने वाला हूँ। मालिक कहने से आत्मा अलग हो जाती है, शरीर अलग हो जाता है। यह प्रैक्टिस हम बीच-बीच में काम करते भी करें, यह नशा रखें कि मैं आत्मा करावनहार हूँ या मैं आत्मा मालिक हूँ। मालिकपन आयेगा तो न्यारापन ऑटोमेटिक होगा। कराने वाला मैं हूँ और यह करने वाली है तो डायरेक्शन से ज़रूर चलेंगे। यदि मालिक को मालिकपन ही याद नहीं होगा तो सर्वेन्ट मानेगा कैसे! कम्पनी के डायरेक्टर जो होते हैं वह अपने वर्कर्स को कितना बिज़ी रखने की कोशिश करते हैं, तो मैं भी मालिक हूँ इन कर्मेन्द्रियों को क्यों नहीं बिज़ी रखूँ!

दूसरा मैं मालिक हूँ तो विदेही यानी देह से न्यारे का अभ्यास नैचुरल होता जाता है। कर्म करते हुए यह अभ्यास करते रहो तो आपका लिंक जुटा रहेगा, और लिंक जुटा हुआ होने के कारण फिर जब आपको फुर्सत मिले उस समय आप विदेही बन जाओ। लेकिन विदेही का मतलब यह नहीं है कि चींटी ऊपर चढ़े तो पता ही नहीं पड़े। लेकिन जैसे कोई बहुत डीप विचार में होते हैं, कोई बात में बहुत रूचि होती है, सुनने की, देखने की तो उस समय बाहर कुछ भी होता रहे फिर भी हमारा अटेन्शन नहीं जाता है। समझो मैं खाना खा रही हूँ और मेरा कुछ विचार चल रहा है, जिसमें मेरा पूरा ध्यान उसी विचार में है तो खाना तो मैं मुख में ही डाल रही हूँ लेकिन अगर कोई मेरे से पूछे कि आज नमक ठीक है? तो आप जवाब नहीं दे सकेंगे क्योंकि आपका विचार जो है वह दूसरे तरफ इतना डीप था जो आपने खाया भी लेकिन खाते हुए भी आप न्यारे रहे।

ऐसे ही अगर हम देह में होते हुए अपने ही मनन चिंतन में हैं, मालिकपने के नशे में हैं तो मुझे यह कर्मेन्द्रियां क्यों आकर्षित करेंगी? नहीं कर सकती। यह अभ्यास बहुत सहज है क्योंकि इसमें काम को छोड़ने की बात नहीं है। काम करते हुए मालिकपन चाहिए। तो कर्म भी अच्छा होगा और विदेहीपन का अभ्यास भी पक्का होता जायेगा।

अमृतवेले मंथन ऐसे करो जो मक्खन भी मिले और छाछ भी


राजयोगिनी दादी जानकी जी

बाबा कहता है भारत को स्वर्ग बनाता हूँ और विश्व की सब आत्माओं से चुन करके उनको अपना साथी बनाता हूँ ताकि सारी विश्व स्वर्ग बन जाये। सिर्फ भारत थोड़े ही बनेगा, आधा कल्प नर्क कैसे बना है, वह तो जानते हैं। पाँच विकारों ने मायावी दुनिया में फंसा करके मजबूर बना दिया, मजदूर बिचारा मजबूर होकर काम करता है। पर अभी बाबा याद दिलाता है कि तुम मास्टर हो, मालिक हो ईश्वर को देख खुश हो जाओ, एक-एक प्रभु का प्यारा है सबसे न्यारा है तो एक जैसे नहीं हो सकते हैं, यह भेंट करना भूल है परन्तु हर एक न्यारा और बाबा का प्यारा है। पार्ट भी जो कल था वो आज नहीं है, न्यारा है। ड्रामा है ना!

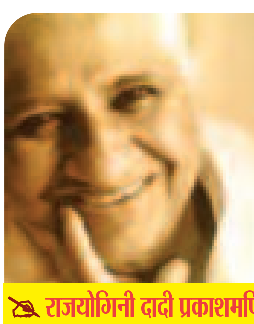
चिंतन में ड्रामा और बाबा की नॉलेज ने घर कर लिया है इसलिए मंथन भी वही चलता है। बाबा कैसे इस तन में आता है, क्या करता है? मैंने तो देखा है, आप भी ऐसे अच्छी तरह से देखो, समझो, अनुभव करो तो कभी देह अभिमान का भूत आता नहीं है, सबको अच्छा लगता है। हमको तो गले लगाके अपना बनाया है। ऐसे प्यारे बाबा को कितना प्यार करना चाहिए। तो हमारी नज़र ऐसी हो जो मेरी नज़रों में होगा वही औरों को दिखाई पड़ता है। तो कर्म बड़े बलवान हैं, बाबा सर्वशक्तिवान है, याद रखो। अमृतवेले से मंथन ऐसे करो जो मक्खन भी मिले छाछ भी मिले। अगर मंथन करना नहीं आता है तो न रहता है मक्खन, न रहता है छाछ। ऐसा मंथन करने वाले सदा शीतल रह करके सर्वशक्तिवान से शक्ति लेकर बाप समान बनने की धुन में रहते हैं।

ज्ञान मार्ग में न कोई पॉजिशन चाहिए, न पैसा चाहिए, इससे जो फ्री रहते हैं उनका दिमाग ठण्डा रहता है, स्वभाव सरल रहता है, सहजयोगी हैं। न अधीन हैं, न किसी को अधीन बनाके रखा है। मैं मर जाऊं तो यह कहाँ से खायेगा? बाबा ने प्रैक्टिकल अपना मिसाल दिखाया, अव्यक्त हो करके भी ऐसी हमारी सम्भाल कर रहा है, वन्डरफुल है। किसी को यह फीलिंग नहीं है हमने साकार को नहीं देखा, ऐसी पालना अव्यक्त हो करके कर रहा है। फिर कहता है मैं नहीं करता हूँ, कराने में होशियार है। भगवान किसी का भाग्य बनाने में बहुत होशियार है। एक त्याग से भाग्य बनाया, दूसरा कर्म से भाग्य बन गया।

मूड ऑफ माना बाबा से मुख मोड़ना

गुस्से की आग खुद को जलाती, "जो बनता निर्मान वह सबका पाता मान" जो निर्मान नहीं वह जग में मान पा नहीं सकता। दोनों हाथ जोड़कर सिर झुकाना यह भी नम्रता है। दो हाथ बांधते माना आवाज़ नहीं करना, शांति से रहना है। सिर झुकाना नम्रता की निशानी है। हरेक की दुआ लेने का साधन है निर्मान बनो। जो निर्मान होते हैं उनके लिए दिल से सबकी दुआयें निकलती हैं। जब कोई दुआ देता तो सिर पर हाथ होता है, अगर आप विश्व की दुआयें लेने चाहते हो तो अपने को निर्मान बनाओ। फिर बाबा की भी अथाह दुआयें मिलेंगी। रुहानी दृष्टि से देखो, देह की दृष्टि से नहीं तो दुआ मिलेगी। मैं कहती हूँ - ओ मेरे चैतन्य देवतायें- अगर मेरी कोई भूल है तो "सॉरी"। अगर मैंने "सॉरी" की तो दुआयें मिल जायेंगी। जिसके सिर पर दुआ नहीं उसके सिर पर रावण है। एक-एक की दुआ लो तो बाबा की दुआयें रहेंगी, रावण भाग जायेगा।

मेरा सदैव हँसता हुआ मूड रहे- मैं बाबा को देखूं तो मुस्कुराऊं। श्रीकृष्ण को देखो मुस्कुराता है तो प्यारा लगता है। अगर जोश वाला होता तो क्या प्यारा लगता? मुस्कुराते हुए चेहरे वालों के चित्रों को हरेक गले से लगाते। परन्तु अगर मूडी होते, मूड ऑफ करते तो सीता का मुँह रावण की तरफ हो जाता, मूड



> तुम कुमार नहीं, सजनियां हो। क्या मैं शिव साजन को पसन्द नहीं, या वह मुझे पसन्द नहीं जो दूसरे को पसन्द कराते! बाबा कहे जैसे हो वैसे हो मेरे हो। जब उसने मेरा कहा फिर हम दूसरे का क्यों बनें!

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

ऑफ माना रावण। मूड ऑफ माना मूढ़मती। मूड ऑफ माना बाबा से मुख मोड़ना। यह सब चिन्ह हैं अपने को निर्बल बनाने के।

बाबा को कहते हैं परमपिता, परम अर्थात् ऊंचा परमधाम निवासी, तो हम परमधाम के निवासी, परमपिता के प्यारे बच्चे हैं इसलिए इस दुनिया से परे रहो। हरेक बात हमारी दुनिया से न्यारी है। हमें तो पवित्रता का झण्डा लहराना है, जिसको दुनिया असम्भव कहे, न माने उसे सम्भव कर दिखाना है। तुम कुमार नहीं, सजनियां हो। क्या मैं शिव साजन को पसन्द नहीं, या वह मुझे पसन्द नहीं जो दूसरे को पसन्द कराते। बाबा कहे जैसे हो वैसे हो मेरे हो। जब उसने मेरा कहा फिर हम दूसरे का क्यों बनें!

हम योग द्वारा वायब्रेशन, वायुमण्डल को परिवर्तन करने वाले हैं। बाबा से जितनी शक्ति लेना चाहो लो, रावण को मुट्ठी में बांध दो, अगर उसे फ्रीडम दी तो वह घर में घुस जायेगा। टेस्ट करो प्यारे बाबा को, उनके रसों को, दुनिया को टेस्ट करने की इच्छा नहीं रखो।

हम बाबा के योगी बच्चे हैं। योगी को देखना, योगी का व्यवहार सब सिम्पल और शीतल होता, ऐसे शीतल बनो तो अन्तर्मुखी बन जायेंगे। योगी की नींद नॉर्मल होती, शरीर को 5-6 घण्टे आराम देना ज़रूरी है, उससे ज़्यादा नींद सुस्ती की निशानी है।

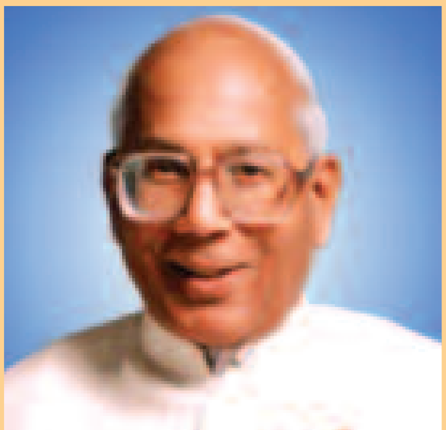
अपने पुरुषार्थ से कभी हार्टफेल नहीं होना, नाउम्मीद भी नहीं होना। अगर हम सच्ची दिल से मेहनत कर रहे हैं तो मेरी सफलता की मार्क्स नोट हैं। अगर मेरे दिल की सच्ची भावनायें हैं तो सफलता ज़रूर होगी। बाबा की याद में चलते जाओ, पुरुषार्थ की नींव पक्की रखो तो सब बातें समाप्त हो जायेंगी। अपने को वानप्रस्थी समझो तो सब संस्कार निर्बल हो जायेंगे। बाबा से शक्ति लेकर बलवान बनो। ईश्वरीय मर्यादाओं की रक्षा करो- यही है ब्राह्मणों की राखी। जितना हम ईश्वरीय मर्यादाओं की रक्षा करते उतना रक्षक हमारी रक्षा करता है। लड़ना, झगड़ना, रोना, रूसना, चोरी करना, झूठ बोलना, ज़िद् करना, अपनी मत चलाना... यह सब भोगियों की चाल है, योगियों की नहीं। कोई ज़िद् करता है तो वह ब्राह्मण नहीं शूद्र है।

अब घर चलना है

आज हम जिस-किसी भी मनुष्य के सम्पर्क-सम्बन्ध में आते हैं, हम देखते हैं कि उसे कई प्रकार की हथकड़ियाँ लगी हुई हैं, उसकी टाँगों में कई प्रकार की बेड़ियाँ पड़ी हुई हैं, इससे भी वह ज़्यादा बन्धनों में पड़ा हुआ है क्योंकि हथकड़ियों में पड़ा हुआ व्यक्ति यदि चाहे तो स्वतन्त्र चिन्तन तो कर ही सकता है परन्तु जिसके चिंतन को ही हथकड़ियाँ लगी हुई हों, वैचारिक स्वतन्त्रता से रहित वह व्यक्ति तो ऐसा कैदी है कि जिसकी तुलना नहीं। आज मनुष्य की ऐसी ही स्थिति है। वह कई प्रकार के लगाव और झुकाव या मन-मुटाव की जंजीरों में जकड़ा हुआ है। उसके व्यवहार और उसकी बातचीत से यह स्पष्ट झलक मिलती है कि वह किसी बन्धन में बन्ध कर बातचीत या व्यवहार कर रहा है। मालूम होता है कि उसके दिमाग पर कोई सवार है, उसे गधा, घोड़ा, खच्चर या ऊंट बना कर चला रहा है। किसी का मन किसी वस्तु रूपी खूंटे से बंधा है और बंधा होने के कारण वह वहाँ से आगे नहीं चल सकता तो अन्य किसी देहधारी में उसका मन अटका हुआ है और वह भी उस दलदल से निकल नहीं पाता। कभी-कभी उसे क्षण-भर के लिये यह महसूस भी होता है कि 'ये सभी व्यर्थ ही के लगाव-झुकाव रूपी बन्धन हैं, इन्हें तोड़ देने में ही मेरी भलाई और मुक्ति है' परन्तु फिर भी उसके मन पर जो व्यक्ति या वस्तु हावी है, वे उसे मीठी सलोनी पुचकार देकर अपने पाशों में बाँधे रखते हैं।

मनुष्य ने 'नष्टोमोहः' का आदेश-उपदेश सुन तो रखा है और विचारक, प्रचारक तथा सुधारक लोग दूसरों को इसका पाठ पढ़ाने में भी लगे रहते हैं परन्तु वास्तव में मनुष्य मोह-माया को नष्ट नहीं कर रहा बल्कि मोह-ममता उसे नष्ट कर रहे हैं। किसी में किसी व्यक्ति के प्रति मोह नहीं है तो महिमा और उपाधि में मोह है। अन्य किसी का घर और घर वालों में मोह नहीं है तो अपने आश्रम और अनुचरों में मोह है। राजा जनक के दरबार में एकत्रित सन्यासियों की तरह किसी का अपनी लंगोटी, सोटी या अंग वस्त्र और अंगोछे में मोह है। इस मोह ने तो मनुष्य के विवेक को नष्ट कर दिया है। इसके परिणामस्वरुप वह एक से पक्षपात और दूसरे से अन्याय करता है और बताने तथा समझाने पर भी मोह-ममता की फाँसी या फंदे को नहीं छोड़ता है।

आज 'लोक-सेवा' का नाम लेकर भी लोग अपने स्वार्थ सिद्ध करने में लगे रहते हैं। वे धन-दौलत इकट्ठा न भी करें तब भी सत्ता, स्थान और यश-कीर्ति के प्रलोभन में तो पड़े ही रहते हैं। अधिकार के अहंकार में तो उन्हें मज़ा आता है जिसके परिणामस्वरुप वे दूसरों को मज़ा चखाने में लगे रहते हैं। तन, मन, धन से सहायता देने वाले, योग से सहयोग देने वाले, कर्मठ होकर ठोस सेवा करने वाले तो और लोग होते हैं परन्तु यश की इच्छा वाले व्यक्ति 'लोक-सेवा' का नारा लगाकर, मान-शान और साधन-सामग्री के मोह की सीढ़ी से अहंकार पर पहुंचकर अन्धकार में पड़ जाते हैं। हर वर्ग में, हर कार्य-क्षेत्र में ऐसे बहुत से लोग होते हैं जो दूसरों से काम कराके और दाम दिलाकर नाम और इनाम अपने लिये बटोरते हैं और उन्हीं द्वारा सत्ता हथिया कर उन्हीं पर हुकूमत करते हैं।



राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

इच्छाओं के गुलाम

इसी प्रकार, व्यक्ति के मन में अनगिनत इच्छायें और तृष्णायें हैं। उनके कारण वह ख्याली पुलाव बनाता रहता है। वह यों ही उन इच्छाओं का गुलाम बनकर स्वयं को छका देता है और अपने जीवन के मूल्यवान क्षण रुपी हीरे-मोती गंवा देता है और अन्त में जब उसका शरीर चेतना-विहीन होकर लकड़ी की अर्थी (किंवा अर्थी) पर पड़ा होता है, तब लोग जो जीवन-भर अपने स्वार्थ के खेल-तमाशे करते रहते थे और उसे हैरान, परेशान, नादान और बेवकूफ बनाने में लगे रहते थे, "राम नाम सत्य है; सत्य बोलो गति है" कहकर दिखावे को विलाप करते हैं। इच्छाओं रुपी बे-लगाम घोड़ों पर चढ़ना तो मनुष्य तब भी नहीं छोड़ता।

लफड़ों से आज़ाद

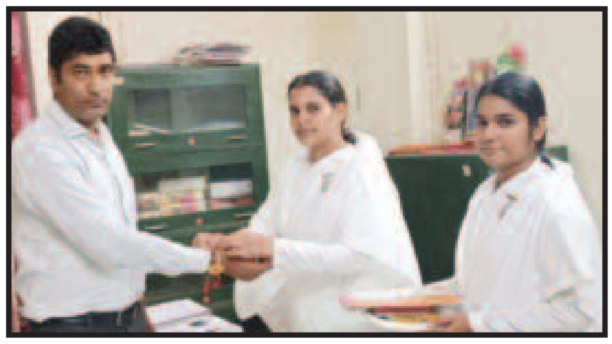
धन्य हैं वे थोड़े से व्यक्ति जिनकी बुद्धि इन बातों या लफड़ों से आज़ाद होती है। उनका ही जीवन बड़ा हल्का और सुखमय होता है। वे ही सभी प्रकार की गुलामी की जंजीरों से छूटे हुए होते हैं। वे किसी के दबाव, लगाव, झुकाव और धमकाव में न आकर अपनी वैचारिक स्वतन्त्रता के धनी होते हैं और स्वयं प्रभु द्वारा बताये मार्ग पर बे-खटके चलते हैं। उनका जीवन सच्चे अर्थ में 'अन्तः सुखाय' और 'बहुजन हिताय' होता है।

परन्तु प्रश्न उठता है कि हमारा जीवन इन सभी लफड़ों से फारिग कैसे हो? हम उधेड़बुन के धन्धे से छूटें कैसे? गुलामी, सलामी, गुमनामी, नीलामी और बदनामी के चक्कर-फेर से हम निकलें कैसे? दलदल के दाग-घावों को धोकर हम नये-नवेले बनें कैसे? खुद-मस्ती में, नारायणी नशे में, ईश्वरीय आनन्द में झूमें और झूलें कैसे? राहत के साँस और सच्चे सुख का साधन पायें कैसे?

अब घर चलना है

ज्ञान तो अथाह है परन्तु इसके चार शब्दों में इसका सार भरा हुआ है - "अब घर चलना है" – इनमें से 'अब' शब्द समय का, 'घर' शब्द 'स्थान' अथवा ठिकाने का, 'चलना' शब्द पुरुषार्थ का अथवा लक्ष्य का तथा गति का और 'है' शब्द स्मृति, स्वीकृति, निश्चय और अस्तित्व का वाचक है। 'घर' वह है जहाँ शिवबाबा रहते हैं और जहाँ से यह आत्मा इस परदेस में आई है। अतः इस शब्द से आत्मा, परमात्मा और परलोक की स्मृति आयेगी। शिवबाबा की याद कायम होगी, निराकारी स्थिति होगी, पाँव पृथ्वी के ऊपर उड़ जायेंगे और आत्मा फरिश्ता बन उड़ती कला में चली जायेगी तथा स्वयं को प्रकाश के लोक में लाइट अनुभव करेगी। इससे उसकी स्थिति कर्मातीत हो जायेगी। 'अब' शब्द की स्मृति से बीती को बीता समझेंगे और 'घर' शब्द से विकारी दुनिया को 'न जीती' समझेंगे। 'अब' शब्द के प्रभाव से पिछले संस्कारों को एक ओर रख, अब हमें जो कुछ करना है, उसकी बात सोचेंगे। 'अब' शब्द की याद आने से हम टाल-मटोल छोड़ देंगे और आज की बात कल पर नहीं छोड़ेंगे बल्कि इसी क्षण से ही आगे बढ़ना शुरू कर देंगे। 'चलना है' शब्दों से 'आलस्य और अलबेलापन' भाग जायेगा। हम कर्त्तव्य कर्म करने में लग जायेंगे और समय रूपी धन को व्यर्थ न गंवा कर हम ज्ञान-धन और योग-बल को अर्जित करने में लग जायेंगे। 'है' शब्द से हम निश्चय-बुद्धि बनेंगे और "करना है जो अभी कर लो यह वक्त जा रहा है" – इस उक्ति के अनुसार वर्तमानकाल में पुरुषार्थ करने लग जायेंगे। इस प्रकार के निरन्तर पुरुषार्थ से हमारी अवस्था कर्मातीत, बिन्दु स्वरूप अथवा बीजरूप हो जायेगी और शक्तिशाली बन जायेगी।

शांतिवन-राज.। श्रीमद्भगवद्गीता महासम्मेलन के दौरान शांतिवन में आये केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान को ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. दिलीप राजकुले।



भुसावर-भरतपुर(राज.)। एसडीएम हेमराज गुर्जर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता बहन व ब्र.कु. संस्कृति बहन।

बस्ती-उ.प्र.। राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के सुभाष जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता बहन तथा ब्र.कु. सविता बहन।

सिसवा बाज़ार-उ.प्र.। एसडीएम भावना सिंह खड्डा,कुशीनगर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात व प्रसाद देते हुए ब्र.कु. मनोज बहन तथा ब्र.कु. किरण बहन।

भुवनेश्वर-बीजेबी नगर(ओडिशा)। अरुण कुमार मोहंती,ज्वाइंट डायरेक्टर विजिलेंस एवं उनके परिवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. तपस्विनी दीदी।

अयोध्या-उ.प्र.। अरविंद आश्रम के साधक धर्मेन्द्र कुमार एवं साधिका बहन को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ओम शान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. सुधा बहन और ब्र.कु. उषा बहन।

बारां-राज.। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशासनिक सेवा प्रभाग द्वारा बारां कलेक्टर ऑफिस में आयोजित 'प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए आध्यात्मिकता' विषयक कार्यक्रम में प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. हरीश भाई तथा ब्र.कु. बहनें उपस्थित रहे।

धर्मशाला-कांगड़ा(हि.प्र.)। एडिशनल डिस्ट्रिक्ट मजिस्ट्रेट रोहित राठौर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं ब्र.कु. कमलेश दीदी तथा अन्य ब्रह्माकुमारी भाई-बहनें।

जयपुर-बनी पार्क(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ के स्पोर्ट्स विंग द्वारा राष्ट्रीय खेल दिवस पर भारतीय खेल प्राधिकरण,विद्याधर नगर स्टेडियम जयपुर में राष्ट्रीय स्तर के खिलाड़ियों एवं कोचेज़ को सम्मानित किया गया। इस मौके पर ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी, ब्र.कु. कुणाल भाई, ब्र.कु. वर्षा बहन, एथलीट कोच सुमित ढाका तथा खेल जगत से जुड़े भाई-बहनें मौजूद रहे।

शिमला-हि.प्र.। मातृवन्दना संस्थान हिमाचल प्रदेश द्वारा शिमला के टुटीकंडी वार्ड के गीता नगर में आयोजित पौधारोपण कार्यक्रम में भारतीय पुलिस सेवा से सेवानिवृत्त आईजी एवं राष्ट्रपति पुलिस सेवा पदक से सम्मानित हिमांशु मिश्रा तथा ब्रह्माकुमारीज़ शिमला सिटी सेवाकेन्द्र की मुख्य संचालिका ब्र.कु. सुनीता मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। इस मौके पर सौ लोग उपस्थित रहे एवं सभी ने पौधा रोपण किया।

बेहद की वैराग्य वृत्ति को ले आना होगा

ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

बाबा हम बच्चों को हर दिन कोई न कोई अनुभव कराते ही रहते हैं। इन अनुभवों के आधार पर ही हमारी स्थिति बनती है। बाबा जैसे कहते हैं कि जितना हो सके एकांत में रहो। एकांत माना एक के अंत में। एकांत के आगे तीन चीज़ें और होती हैं। तीन चीज़ें कौन-सी? तो पहली है इकॉनमी, दूसरी है एकनामी और तीसरी है एकांतप्रिय।

पहली जो इकॉनमी है वो हमें अपने व्यर्थ विचारों की करनी है। अपने विचारों को व्यर्थ न जानें दें। इतना सुंदर खज़ाना बाबा ने हमें संकल्पों का दिया है। इन संकल्पों के खज़ाने की इकॉनमी चाहिए। कलियुग के अन्दर तो मनुष्य के संकल्प बहुत वेस्ट जाते हैं, लेकिन ब्राह्मण बनने के बावजूद भी कभी-कभी वो पुराने संस्कार इस तरह से इमर्ज होने लगते हैं कि रियलाइज़ नहीं होते। और जब रियलाइज़ होने लगते हैं तो अपने आपको सावधान कर देते हैं। तो पहले-पहले चाहिए कि अपनी जो एनर्जी है, उसकी हम बचत करते जायें। संकल्पों के खज़ाने की, एनर्जी की, हमारी जो ऊर्जा है उस ऊर्जा को एकत्रित करें।

दूसरा एकनामी अर्थात् एक परमात्मा से ही सर्व सम्बन्धों का अनुभव करना। इसीलिए एकांत के साथ सदा एकांतप्रिय। प्रिय कब होंगे जब हमारे सर्व सम्बन्ध बाबा के साथ होंगे। एक शिव बाबा के प्रिय बन जायें हम। तो बाहर की दुनिया के अन्दर बुद्धि का जो भटकाव है वहाँ से उसको मोड़ करके एकनामी फोकस बहुत ज़रूरी है। और जब ऐसा हम बाह्य तरफ से बुद्धि को समेट करके एक बाबा में एकाग्र करते हैं, एकाग्रता धीरे-धीरे बढ़ने लगती है और उस एकाग्रता से वो एकांतप्रिय, वो इतनी सुंदर अवस्था होने लगती है जिस अवस्था में व्यक्ति समाये रहना चाहता है। इसलिए एकांत से पहले ये स्टेजेस जो हैं उसको पार करते ही हम एकांतप्रिय हो सकते हैं। अगर हमें अपने संकल्पों का बचाव, इकॉनमी करना नहीं आया तो एकांत का अनुभव नहीं कर सकते। साथ ही साथ मन भी एकाग्र नहीं होगा। इसीलिए ये स्टेजेस बहुत ज़रूरी हैं।

जैसे बाबा हमें कहते हैं कि कोई भी व्यक्ति को एकांत का अनुभव करना है तो अंडरग्राउंड होना ज़रूरी है। बाहर की दुनिया से डिटैच होने के लिए अंडरग्राउंड चले जाओ। जितना अंडरग्राउंड जायेंगे उतने सुन्दर विचार मन के अन्दर आरम्भ होंगे। जैसे किसी भी साइंटिस्ट को कोई नई इन्वेंशन(खोज) करनी होती है तो वो अंडरग्राउंड चला जाता है। अगर वो बाहर के लोगों से मिलता रहा तो उसकी स्थिति बनेगी ही नहीं, विचारों को एकाग्र नहीं कर पायेगा। इसीलिए उसको अंडरग्राउंड जाना ही पड़ता है। तब एकाग्रचित्त होकर उसको डेवलपमेंट जो करनी है, इन्वेंशन जो करनी है उसके लिए उसे जो विचार चाहिए वो उन विचारों को अपने अन्दर सहज निर्मित कर सकता है, क्रियेट कर सकता है। तो ठीक इसी तरह हमें भी अंडरग्राउंड होना बहुत ज़रूरी है। तो बाहर की बातों को, विचारों को फुल स्टॉप करना आसान हो जायेगा। तब जाकर मन की एकाग्रता से,जिस तरह समुद्र का, धरती का या आकाश का अंत पाना मुश्किल है पता ही नहीं है इसका अंत कहाँ है! ठीक इसी तरह शिव बाबा का अंत पाना भी मुश्किल है। लेकिन उस अंत में अपने मन को ले जाते हुए एक क्षण ऐसा भी आता है जब शिव बाबा का जो विशाल स्वरूप, जो तेज है उस तेज में, बाबा के प्रेम में हम अपने आपको समा सकते हैं। तो एकांतप्रिय होने के लिए उस प्रेम के सागर में, बाबा के साथ इतना गहरा प्यार हमारा हो तब एकांतप्रिय हम सहजता से बन सकते हैं और उसका सहजता से अनुभव कर सकते हैं।

तीसरी बात कि एकांतप्रिय होने के लिए आवश्यकता है बेहद की वैराग्य वृत्ति। जितना बेहद की वैराग्य वृत्ति है, एक रियल तपस्या की दृढ़ता जो है वो आरंभ होती है। इसीलिए बाबा कहते तुम बच्चों को तपस्या करनी है, तपस्या का आधार है बेहद की वैराग्य वृत्ति। बिना बेहद की वैराग्य वृत्ति के तपस्या हो ही नहीं सकती। भले कोई भट्ठी में बैठ जाये सारा दिन, लेकिन अगर मन से वैराग्य नहीं होगा तो मन से दुनिया में घूमता रहेगा। तो इसके लिए बेहद की वैराग्य वृत्ति ऐसी चाहिए कि उस बेहद की वैराग्य वृत्ति से ही हम उस एकांतप्रिय, बाबा के प्यार में सहजता से समा सकें। जो न पाने वाला असम्भव है उसको पाना भी सहज हो जायेगा। इसलिए बाबा हमारा बार-बार उस ओर ध्यान खिंचवाते हुए कहते हैं कि बच्चे तुम्हें उस बेहद की वैराग्य वृत्ति को ले आना होगा।

नई दिल्ली-हरिनगर। सुधांशु त्रिवेदी,राज्य सभा सांसद सदस्य एवं वरिष्ठ राष्ट्रीय प्रवक्ता,भारतीय जनता पार्टी को आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नेहा बहन, ब्र.कु. प्रतिभा बहन। साथ हैं ब्र.कु. लोकेश भाई।

घोसवारी-बिहार। बी.डी.ओ. कामिनी देवी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. निशा बहन तथा ब्र.कु. गुड़िया बहन।

जयपुर-राज.। भूपेन्द्र यादव,वाइस प्रिंसिपल,आरपीए जयपुर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. उमा बहन एवं ब्र.कु. वर्षा बहन।

फैजाबाद-अयोध्या(उ.प्र.)। राम जन्म भूमि के मुख्य पुजारी श्री सत्येन्द्र दास जी महाराज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शशि दीदी।

भुवनेश्वर-अलारपुर(ओडिशा)। ब्रह्माकुमारीज़ के शिव संदेश भवन में आयोजित 'स्पीरिचुअलिटी फॉर ए वैल्यू बेस्ड सोसाइटी' विषयक सेमिनार के दौरान सुवेंदु कानुनगो,आईएएस,एडिशनल सेक्रेट्री अर्बन हाउसिंग डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए बीजेबी नगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. तपस्विनी बहन।

बरेली-सिविल लाइंस(उ.प्र.)। अमृत महोत्सव के अंतर्गत शिक्षक दिवस सम्मान समारोह में डॉ. रवि शर्मा,प्रिंसिपल,जय नारायण इंटर कॉलेज बरेली तथा अन्य 75 प्रधानाचार्य एवं शिक्षक गणों को ब्र.कु. नीता बहन एवं ब्र.कु. दीपा बहन ने सम्मानित किया।

धर्मशाला-कांगड़ा(हि.प्र.)। इंजीनियर एन.पी.एस. चौहान,सुपरिन्टेंडिंग इंजीनियर, पीडब्ल्यूडी,धर्मशाला को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कमलेश दीदी।

गोरखपुर-हुमायूपुर नॉर्थ(उ.प्र.)। एडिशनल डायरेक्टर जनरल ऑफ पुलिस अखिल कुमार को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात एवं प्रसाद देते हुए ब्र.कु. पुष्पा बहन।

रसड़ा-उ.प्र.। सी.ओ. शिव नारायण वैश को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जागृति बहन।

लालगंज-उ.प्र.। एसडीएम सुरेन्द्र नारायण त्रिपाठी को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनीता बहन।

जयपुर-रांझी(राज.)। ग्रे आयरन फाउंड्री की ओर से आयोजित योग क्लास में ब्र.कु. गीता बहन एवं ब्र.कु. प्रियंका बहन ने योग पर प्रकाश डाला। इस मौके पर महाप्रबंधक राजीव कुमार तथा सभी प्रोफेसर्स उपस्थित रहे।

पलवल-हरियाणा। पुलिस अधीक्षक तथा अन्य कर्मचारियों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. राज दीदी तथा अन्य ब्र.कु. 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

बैंक ऑफ़ बड़ौदा
Bank of Baroda

BHIM Baroda Pay

SCAN TO PAY
WITH ANY BHIM UPI APP

Merchant Name : RERF Om Shanti Media

vpa : 09000rf0076184@barodampay

UPI

कुमारियों प्रति....

निश्चय अगर पक्का तो परिवर्तन निश्चित...

सिम्पल लिविंग हाई थिंकिंग

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

गतांक से आगे...

जब हम ज्ञान को धारण करते हैं तो कुछ धारणायें, कुछ नियम, कुछ मर्यादायें हम अपने जीवन में अपनाते हैं। पहला नियम, मर्यादा हमने पिछले अंक में बताया था दिनचर्या। अभी दूसरा है आहार-विहार में परिवर्तन। क्योंकि ये सारी चीज़ें मन को परिवर्तन करने वाली हैं। आपका खान-पान शुद्ध बनना चाहिए। फिर किसी के भी संग में यहाँ-वहाँ-कहाँ भी खाते रहो ऐसे तो एकाग्रता नहीं बनेगी। क्योंकि जो स्वाद को नहीं जीत सकते वो विकार को क्या जीतेंगे! अगर खुद बनाना नहीं आता तो सीखना चाहिए। क्योंकि अन्न का मन पर बहुत असर पड़ता है। योगी जीवन जीना है तो बाबा ने शुद्ध अन्न खाने के लिए कहा है, फिर ऐसे नहीं हम मशीन मेड ढूंढते रहें। हमें योग मेड खाना है या मशीन मेड?

तीसरा विहार चेंज- विहार माना कहाँ-कहाँ आप घूमते हो, कैसे-कैसे स्थानों पर जाते हो वहाँ वायुमण्डल का भी असर होता है। अगर लक्ष्य है भगवान के ज्ञान में चलना है और फर्स्टक्लास चलना है और क्वालिटी ब्रह्माकुमारी जीवन जीनी है तो गंदे बॉडी कॉन्शियस बनाने वाले स्थानों में नहीं जाना चाहिए। सिनेमा में, क्लबों में, पार्टियों में, आजकल तो क्या-क्या व्यसनों में, क्या-क्या होटलों में करते हैं। हमें सावधान रहना चाहिए। फ्रैंडशिप का मतलब ये नहीं है कि वो जहाँ लेकर जाये आप वहाँ चले जाओ। फ्रैंडशिप वो है जिसमें कल्याण हो मेरा भी और दूसरे का भी।

चौथा पहरवाइश। कैसे हम ड्रेसअप होते हैं। बाबा ने सदा हम बच्चों को सिखाया है कि नाति महंगा, नाति सस्ता बीच का जीवन हो, ये बाबा की व्याख्या है। बहुत हल्का नहीं बहुत महंगा नहीं। ज्ञान मार्ग में चलना, योगी मार्ग में चलना, पहला ही लक्ष्य आत्मभिमानी बनना है। देह भान भूलना है तो बॉडी कॉन्शियस बनाने वाले ड्रेस नहीं, बॉडी कॉन्शियस बनाने वाले मेकअप नहीं। ऐसे बाल नहीं जो दस बार ठीक करने पड़ें और दस बार बुद्धि उसमें जाये। ये योगी जीवन की डिसिप्लिन है बहनों। लगना चाहिए ये आध्यात्मिक लोग हैं। पढ़ी है ना जीवन कहानी बाबा की! कितना कुछ हुआ, पिकेटिंग हुई, धरना हुआ समाज का। इतने छोटे-छोटे जो आज हमारी दादियां हैं वो भी विचलित नहीं हुए। इसलिए बाबा ने हम ज्ञानी आत्माओं के लिए, योगी आत्माओं के लिए सादा, सरल, सात्विक जीवन और व्यवहार कहा है। सिम्पल लीविंग, हाई थिंकिंग गांधी जी कहते थे। बाबा ने हाई थिंकिंग बना दिया तो प्रैक्टिकल लिविंग सिम्पल होना ही चाहिए। बाबा कई बार कहते थे कि संगमयुग में कन्या बनना भाग्य की निशानी है और उसमें भी काली कन्या बनना सौभाग्य की निशानी है क्योंकि किसी की बुद्धि देह में नहीं जायेगी। इसलिए काले हैं तो क्या हुआ दिल वाले हैं। दिल सच्ची बाबा से है तो कभी भी अफसोस नहीं करो, सुन्दर हो तो सावधान

> हम हर बात को समझें। समय को, बाबा को, लाइफ को, सत्य को, धारणाओं को समझें इतना कि हम मजबूत रहें उसमें। फिर कोई तकलीफ ही नहीं है, कोई क्या कर रहा है, कोई कैसा व्यवहार कर रहा है, कोई चीज़ें तकलीफ देती ही नहीं।

रहो, शक्तिशाली बनो। अगर आप घर में हैं और ड्रेस में हैं तो आपकी आध्यात्मिकता और ज़्यादा शक्तिशाली चाहिए। जब तक आप घर में हैं तो आप दुनिया में बैठे हैं। आपको और ही यही ड्रेस पहनना चाहिए।

संग भी हम ज्ञानी आत्माओं का कैसा होना चाहिए, जो हमें और तीव्र पुरुषार्थी बनाये ऐसा। जो हमें और पक्का ज्ञानी बनाये। हमें लक्ष्य से कमज़ोर बनाये, अपने आप में फंसाये ऐसा संग नहीं करना है। इसलिए ज्ञान इतना अच्छा स्टडी करो कि परख सकें हमारे सम्पर्क में आने वाले व्यक्ति की दृष्टि-वृत्ति क्या है। इसलिए दादियां कहती हैं कि समर्पण होने की बात नहीं है योग्य बनने की बात है। समर्पण हो गये पर योग्य नहीं हैं, हम आदर्श नहीं है तो फायदा क्या! तो समर्पण की बात नहीं है। लायक बनना है।

बाबा हम कुमारियों से अपना कार्य कराना चाहते हैं। इसलिए यज्ञ में कुमारियों की आवश्यकता है। जैसे दुनिया में जिस चीज़ की ज़्यादा डिमांड हो तो वो बहुत महंगी होती जाती है, तो हम भी महंगे हो रहे हैं। क्योंकि हमारी डिमांड ज़्यादा है बाबा को। हमें अपना समय, सकंल्प बाबा के कार्य में लगाना है और बाबा के कार्य में नहीं लगायेंगे तो कहीं तो लगेगा ही। हमें कुदरती बहुत सात्विक मन मिला हुआ है। स्त्री तन में जो आत्मायें हैं वो सात्विक मन है। बाबा कहते हैं ना कि तुम्हारा बाबा की याद में रहना भी योगदान करना है। घर वाले कहें कि हमारे घर में ये योगी आत्मा है।

मैं चाहती हूँ कि हम कुमारियां सेंसिबल बनें। हम हर बात को समझें। समय को, बाबा को, लाइफ को, सत्य को, धारणाओं को समझें इतना कि हम मजबूत रहें उसमें। फिर कोई तकलीफ ही नहीं है, कोई क्या कर रहा है, कोई कैसा व्यवहार कर रहा है, कोई चीज़ें तकलीफ देती ही नहीं। सच्चे ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी बनकर अपनी नींव मजबूत बनाएं। अपने आप ताकत आती है, फिर सेवा में, संगठन में आने वाली कोई भी परीक्षा भारी नहीं लगती।

हल्द्वानी-उत्तराखंड। एमबी इंटर कॉलेज युवाओं द्वारा आयोजित व्यसनमुक्ति जनजागृति अभियान कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारी बहनों को आमंत्रित किया गया। कार्यक्रम के पश्चात् अजय भट्ट केंद्रीय रक्षा राज्य मंत्री एवं पर्यटन राज्य मंत्री को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम बहन, ब्र.कु. नीमा बहन तथा ब्र.कु. माया बहन।

हाथरस-उ.प्र.। जिला प्रशासन के निमंत्रण पर ब्र.कु. सीमा बहन एवं अन्य ब्र.कु. बहनों ने लक्खी मेला श्री दाऊजी महाराज हाथरस के मेला पंडाल में आये मुख्य अतिथि राज्य मंत्री बी.एल. वर्मा का पुष्प भेंट कर एवं आत्म स्मृति का तिलक लगाकर स्वागत किया। साथ ही उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित भी किया। इस मौके पर नगर पंचायत अध्यक्ष, सांसद राजवीर दिलेर, हाथरस सदर विधायक बहन अंजुला माहौर, सादाबाद विधायक प्रदीप चौधरी, सिकन्दरा राऊ विधायक राणा जी, जिला पंचायत अध्यक्ष सीमा उपाध्याय, डी.एम. साहब, ए.डी.एम. साहब सहित अन्य अधिकारीगण उपस्थित रहे।

सफीदों-हरियाणा। सेवाकेन्द्र के संजय रोज़ गार्डन में शिक्षक दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. सुनीता दीदी, ब्र.कु. स्नेह बहन, प्राइवेट स्कूल एसोसिएशन के प्रेज़िडेंट हवा सिंह खैनची, गुरु गोविंद सिंह स्कूल के प्रिंसिपल गुलाब सिंह तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

बहल-मंढोली कलाँ(हरियाणा)। शिक्षक दिवस पर राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय मंढोली कलाँ में स्कूल स्टाफ को सम्बोधित करने के पश्चात् प्रिंसिपल सनील कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए बहल सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शकुन्तला बहन व ब्र.कु. पूनम बहन।

मऊ-उ.प्र.। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् समूह चित्र में जेल सुपरिंटेंडेंट नागेश जी व डिप्टी जेलर के साथ ब्र.कु. विमला दीदी, एडवोकेट ब्र.कु. ओमप्रकाश तथा ब्र.कु. पंकज।

रुदावल-भरतपुर(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के तहत उप तहसील में आयोजित कार्यक्रम में पौधारोपण करते हुए तहसीलदार अशोक कुमार, पटवारी चन्द्र हंस, उप सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुनीता बहन तथा ब्र.कु. पूजा बहन।

शांतिवन-आबू रोड। संस्थान के मनमोहिनीवन परिसर में प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित सम्मेलन में राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी,चेयर पर्सन,प्रशासक सेवा प्रभाग,दिल्ली एनसीआर, राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई,संस्थान के अति. महासचिव, राजयोगिनी ब्र.कु. अवधेश दीदी,नेशनल कोऑर्डिनेटर प्रभाग भोपाल, राजयोगी ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रभाग, सीताराम मीणा,रिटा. आईएएस मोदीनगर उ.प्र., दिनेश कुमार थापलिया,चीफ इलेक्शन कमिश्नर नेपाल, रंजन कुमार दास,आईएएस,डायरेक्टर कल्चर डिपार्टमेंट गवर्नमेंट ऑफ ओडिशा भुवनेश्वर, राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. रीना बहन,ज़ोनल कोऑर्डिनेटर प्रभाग भोपाल, कुंजी लाल मीणा,आईएएस,प्रिंसिपल सेक्रेट्री,अर्बन डेवलपमेंट एंड हाउसिंग डिपार्टमेंट जयपुर राजस्थान, धनंजय हेंब्रम,आईएएस सेक्रेटरी आरडीसी सेंट्रल डिविज़न कटक ओडिशा, रानू मुखर्जी,कमिश्नर इनकम टैक्स नई दिल्ली सहित भारत एवं नेपाल से लगभग 550 प्रशासकों एवं प्रबंधकों ने शामिल होकर कार्यक्रम का लाभ लिया।

बल्लभगढ़ से.2-फरीदाबाद(हरियाणा)। आज़ादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में 'हर घर तिरंगा' अभियान के अंतर्गत विशाल तिरंगा रैली निकाली गई। इस दौरान डॉ. कृष्ण कांत गुप्ता,प्रिंसिपल,अग्रवाल कॉलेज, दीपक प्रशांत,वाइस प्रेसिडेंट,रोट्री ब्लड बैंक, दीपक यादव,पार्षद,नगर निगम, ब्र.कु. सुशीला दीदी, ब्र.कु. उषा दीदी, ब्र.कु. अनुसुइया दीदी तथा अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

बड़ा अखाड़ा-हजारीबाग(झारखण्ड)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा शिक्षक दिवस पर वर्तमान एवं सेवानिवृत्त शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. हर्षा बहन, सेवानिवृत्त शिक्षिका माधुरी प्रसाद, जया श्रीवास्तव विवेकानंद स्कूल, स्वाति देवी डीएवी स्कूल, आरएनएम कॉलेज हंटरगंज की प्रोफेसर पूजा सिंह, सेवानिवृत्त शिक्षिका उषा राणा आदि अनेक शिक्षकों सहित 150 लोग उपस्थित रहे।

परमात्म प्रेम का जादू

आज आधुनिकता के कारण जो जंगल कटाई हो रही है उससे किसानों को जो बड़ा नुकसान भुगतना पड़ रहा है वह यह है कि जंगली जानवर अन्न की खोज में गांव में आकर खेती में बड़ा नुकसान कर रहे हैं। उन पर रोकथाम करने के कितने उपाय किए जाते हैं लेकिन वो सब जब नाकामयाब होते हैं तब भगवान को पुकारने के सिवाय कुछ नहीं कर सकते लेकिन आज मुझे बड़ी खुशी है कि ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में सिखाई जाने वाली शाश्वत यौगिक खेती पद्धति में इसका निश्चित उपाय मुझे मिल गया है। मैंने कैसे जंगली सुअरों से अपनी खेती को बचाया उसका अनुभव आपके सामने प्रस्तुत करती हूँ।

हमारी धान(चावल) की खेती नदी किनारे कीचड़ वाली ज़मीन पर है। वैसे तो ऐसी दलदल वाली ज़मीन पर खेती करना नामुमकिन है पर यौगिक खेती की ट्रेनिंग में मैंने जाना कि हमारे मस्तक में जो बिन्दु स्वरूप आत्मशक्ति है उसे जानकर उस दिव्य ज्योति स्वरूप परमात्मा पिता को जो सारे विश्व का रचयिता है, सर्वशक्तिमान है, उसे दिल से, प्रेम से याद करते हैं तो वह हमें ज़रूर मदद करते हैं। हमारी अच्छी भावना का फल ज़रूर देते हैं। साथ-साथ यह भी जाना कि इस सृष्टि पर पांच तत्व या प्रकृति से बने हर जीव जैसे पशु, पंछी, पेड़-पौधे, सभी इन भावनाओं को ग्रहण करते हैं। और जैसी भावना वैसा व्यवहार वह भी हमारे साथ करते हैं।

अनुभव

> हर प्राणी पशु, पक्षी व पांचों तत्व भी प्रेम की भाषा समझते हैं। बस! उससे सही तरीके से व निःस्वार्थ प्रेम से बातें की जाये तो उन पर असर पड़ता है। हमने परमात्म प्रेम के साथ सानिध्य स्थापित कर उन सब से उसी भावना से बातें की तो रिज़ल्ट बहुत ही सराहनीय व अद्भुत पाया। आप भी इस अनुभव को इसी रूप से अपनायेंगे मेरा विश्वास है, उनका जादू कभी व्यर्थ नहीं जायेगा। आप भी करके देखिए।

हमारी फसल 8-10 दिन में कटने वाली थी, सोचा चलो बेटी के घर 5 दिन रहकर उनके पूरे परिवार को राजयोग के बारे में समझाएं, अभी 4 ही दिन हुए नहीं कि बहू का फोन आया कि माँ जी जल्दी घर वापिस आइए। मैंने उनसे कारण पूछा तो बोली कि पता नहीं कहाँ से जंगली सुअर खेती में आ गये हैं और आधी से अधिक खेती तो खा कर बर्बाद कर दी है। मैंने वहीं से खेती काटने के लिए मेरे गाँव की महिला किसानों को फोन कर खेती में बुलाया। मैं भी अपने घर पहुंची। मेरे दोनों बेटे और दोनों बहुएं सभी खेती में उतरे। अंधेरा होने तक कटाई की पर फिर भी एक चौथाई हिस्सा काटने से रह गया और जो कटा था उसे प्लास्टिक और रस्सी से अच्छी तरह बांध दिया ताकि रात को सुअर यह धान खा न जाएं। तभी बहू बोली कि देखो उस तरफ जो जंगली पौधे हैं उसमें वह सुअर अभी भी हैं। उनकी आँखें अंधेरे में चमक रही हैं। अब बची हुई खेती तो गई की गई सवेरे कुछ नहीं मिलने वाला।

सर्वोच्च शक्ति के स्रोत परमात्मा के साथ एकाग्र करें

मैंने कोई जवाब नहीं दिया। बस जल्दी से घर आकर स्नान कर अपने बिस्तर पर बैठ मन को एकाग्र कर अपने बिंदु स्वरूप आत्मशक्ति की स्मृति से उस परम शक्ति बिंदु स्वरूप परमात्मा पिता की याद में बैठ गई। और मन में ये संकल्प करने लगी कि मैं एक बिंदु स्वरूप आत्मा इस देह को चलाने वाली चैतन्य शक्ति हूँ... स्वयं भगवान परमात्मा शिव मेरे पिता टीचर और सद्गुरु हैं... मैं भगवान का बच्चा बहुत महान हूँ... विशेष हूँ... शक्तिशाली हूँ... भगवान मेरा साथी हमेशा मेरे साथ है... हर मुश्किल को सहज बनाने वाला है... अभी मैं चांद... सूरज... आकाश... से भी ऊपर परमधाम में लाल प्रकाशमय, शांति की दुनिया में जा पहुंची हूँ... यही मेरा असली घर है... यहाँ चारों तरफ शांति ही शांति है... मेरे परमात्मा शिव भी यहीं निवास करते हैं...

ब्र.कु. दर्शना बहन,मापुसा,उस्कई गोवा

परमधाम में मेरे पहुंचते ही मेरे ऊपर बाबा के स्नेह-प्यार की वर्षा हो रही है... मैं अपने आप उनकी तरफ खींचती जा रही हूँ... मैं बिल्कुल उनके समान कम्बाइंड स्वरूप में हूँ... उनके द्वारा शांति-शक्ति की किरणें मेरे अंदर भर रही हैं... शक्तियों से सम्पन्न बन अब मैं आत्मा फिर से नीचे इस दुनिया में अपने शरीर में मस्तक के बीच प्रवेश करती हूँ... अब मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ...

अब ऐसे सर्व प्राणी मात्र व तत्वों पर इसका प्रयोग करें

मैं अपनी खेती को मन-बुद्धि से सामने देख रही हूँ कि कुछ सुअर खेती में हैं... मैं उन पर रहम की दृष्टि डाल रही हूँ... बड़े प्रेम से उन्हें निहार रही हूँ... वह अब मुझे देख रहे हैं... अब संकल्प से ही मैंने उनके साथ बोलना शुरु किया... वह बड़े ध्यान से मेरे संकल्पों को समझ रहे हैं... मैंने उनसे कहा देखो आपने मेरी आधे से अधिक खेती खा ली है पर मुझे कोई गिला-शिकवा नहीं है... मैं जानती हूँ कि जंगलों को काटने की वजह से आप नदी में बहते-बहते अन्न की खोज में हमारी खेती में पहुंच गए। मुझे तो आप पर दया आती है। आज सरकार ने कितना भयानक कायदा पास किया है कि खेती में सुअर देखते ही उनको मार डालो। और सचमुच है आपको कितनी निर्दयता से मारा जा रहा है। मैंने उन सुअरों को एक चित्र दिखाया कि एक सुअर कैसे तड़प-तड़प कर उनके आगे मर रहा है। वह सारे सुअर भयभीत होकर देख रहे हैं। मैंने कहा देखो अब आप कोई भी चिंता न करें,स्वयं भगवान आपको और हम सभी को दुःखों से छुड़ाने के लिए आए हैं। देखो भगवान की किरणें आप पर पड़ रही हैं... उन सुअरों के ऊपर एक चमकती हुई लाइट को मैंने देखना शुरु किया... अब मैंने कहा देखिए हम इंसान जो गलती कर रहे हैं उसके लिए हमें माफ कीजिए लेकिन हमने भी यहाँ पर इस खेती में अन्न प्राप्ति के लिए बहुत मेहनत की है। यह खेती हमने विशेष परमात्मा को प्रत्यक्ष करने के लिए की है और हम भी यही चावल खाते हैं क्योंकि यह शुद्ध, शक्तिशाली अन्न है। इस अन्न को ग्रहण करने से रोग-बीमारी दूर होते हैं। मन को शांति मिलती है। कृपया बची हुई खेती आप हमारे लिए छोड़ दें और आप कहीं भी जाइए भगवान आपकी मदद ज़रूर करेंगे। फिर मैं निश्चिंत होकर सो गई।

सवेरे जब मैं और मेरी बहू खेती देखने के लिए गये तो देखा की बची हुई खेती वैसी की वैसी थी। एक भी सुअर खेती में नहीं आया। ये है प्रेम की भावना का जादू! मैंने दिल से भगवान को और उन सुअरों को भी धन्यवाद दिया। इस तरह खेती में हर मुश्किलों में भगवान से मदद लेने के लिए ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्व विद्यालय में जो विधि सिखाई जाती है वह सीखकर खेती को, खुद को व परिवार को सम्पन्न बनाकर समाज को भी खुशहाल बनाइए।

कुछ इस तरह हैं इस दाल के फायदे

प्रोटीन से भरपूर और कम कार्ब्स वाली मूंग दाल सबसे अधिक पौष्टिक शाकाहारी सुपरफूड्स में से एक मानी जाती है। यह खाने में स्वाद से भरपूर होने के साथ भारतीय आहार का एक अभिन्न अंग है जो बेहद हल्की खाद्य सामग्री होने के कारण पचने में आसान है। अन्य दालों की तुलना में पीली मूंग दाल में कार्ब्स की मात्रा कम होती है, जो इसे एक स्वास्थ्यवर्धक विकल्प के रूप में प्रस्तुत करती है। इसी वजह से बीमारी के दौरान इस दाल का सेवन करने की सलाह दी जाती है।

खासतौर पर पीली मूंग की प्रोटीन युक्त सामग्री इसे अन्य खाद्य सामग्रियों से अलग बनाती है। इस दाल के 100 ग्राम से शरीर को लगभग 3 ग्राम प्रोटीन की मात्रा मिलती है जो शरीर के लिए लाभदायक है।

पोषक तत्वों से भरपूर

पीली मूंग दाल पोषक तत्वों से भरपूर आहार है। इसमें पोटैशियम, मैग्नीशियम, लोहा और तांबे जैसे खनिज तत्व मौजूद होते हैं। इसके अलावा, उनमें उच्च गुणवत्ता वाले प्रोटीन, फोलेट, फाइबर और विटामिन बी 6 जैसे तत्व भी मौजूद होते हैं। बी कॉम्पलेक्स से भरपूर, पीली मूंग दाल शरीर के कार्बोहाइड्रेट को ग्लूकोज में तोड़ने में मदद करती है और शरीर के लिए उपयोगी ऊर्जा उत्पादन करती है। इसमें मौजूद फोलिक एसिड स्वस्थ मस्तिष्क और डीएनए के उत्पादन को बनाए रखने में भी मदद करता है। मूंग दाल में कुछ मात्रा में विटामिन ई, सी और के भी मौजूद होते हैं। पीली मूंग दाल विशेष रूप से फाइबर से भरपूर होती है। यह आहार संबंधी जटिलताओं को रोकने के साथ-साथ रक्त कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में भी मदद करती है।

वजन नियंत्रित करे

पीली मूंग दाल कोलेसीस्टोकिनिन हार्मोन की कार्य विधि को बढ़ाने में मदद करती है। इसे खाने के बाद शरीर को काफी देर तक भरा हुआ महसूस होता है और मेटाबॉलिज्म रेट भी बेहतर हो जाता है। इस दाल के सेवन के बाद काफी देर तक कुछ भी खाने की इच्छा नहीं होती है। इस प्रकार पीली मूंग दाल वजन को नियंत्रित करने में योगदान करती है।

मधुमेह नियंत्रित करे

पीली मूंग दाल का ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है। यह शरीर में इंसुलिन, रक्त शर्करा और वसा के स्तर को कम करने में मदद करती है। बदले में, यह रक्त शर्करा के स्तर को और मधुमेह को नियंत्रण में रखने में मदद करती है। हाई ब्लड शुगर की समस्या से पीड़ित लोगों को इस दाल को अपनी नियमित डाइट का हिस्सा ज़रूर बनाना चाहिए।

पाचन को सुचारू करे

पीली मूंग दाल के सेवन से आंत में ब्यूटायरेट नामक फैटी एसिड का उत्पादन होता है। यह आंतों की दीवारों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में मदद करता है। इस दाल में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं। जो पेट में गैस बनने से रोकते हैं और पाचन तंत्र को दुरुस्त रखते हैं। इसके अलावा, मूंग दाल पचाने में भी आसान होती है, जिसके सेवन से कब्ज जैसी समस्याओं से छुटकारा मिलता है।

हृदय स्वास्थ्य में सुधार करें

पीली मूंग दाल पोटैशियम और आयरन से भरपूर होती है। यह पूर्व रक्तचाप को कम करने में मदद करती है और मांसपेशियों में ऐंठन से बचाती है। यह शरीर को अनियमित दिल की धड़कन से बचाने में भी मदद करती है। इसकी हल्की और पचने में आसान प्रकृति इसे उच्च रक्तचाप से पीड़ित लोगों के लिए बेहतरीन भोजन के रूप में प्रस्तुत करती है। इसमें मौजूद तत्व हृदय के स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होते हैं और रक्तचाप को नियंत्रित करके हार्ट अटैक के खतरे को कम करते हैं।

छोटे बच्चों के लिए फायदेमंद

जब छोटे बच्चे अनाज को अपनी डाइट में शामिल करते हैं तब सबसे पहले पीली मूंग दाल का सेवन करने की सलाह दी जाती है। इसमें मौजूद विभिन्न पोषक तत्व बच्चों के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होते हैं जो उन्हें विकास में मदद करते हैं। मूंग की दाल में पोटैशियम, आयरन, कैल्शियम, कॉपर, फोलेट, राइबोफ्लेविन, फास्फोरस, फाइबर, मैग्नीशियम तत्वों की भरपूर मात्रा होने के कारण ये दाल बच्चों के लिए काफी फायदेमंद होती है और बच्चों के बढ़ते शरीर को ताकत देने में मदद करती है।

अधिक पसीने से परेशान

जैसा कि आप जानते हैं कि पीली मूंग ठंडी होती है तो गर्मी के मौसम में जो लोग अधिक पसीने की बदबू से परेशान हैं तो मूंग की दाल को हल्के गर्म पानी में पीस कर उसमें कुछ मात्रा में पानी मिलाकर उसके लेप से पूरे शरीर में मसाज करने से इस समस्या से छुटकारा पा सकते हैं।

मीडिया समझौता नहीं समझदारी है

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

आज हम एक ऐसे मीडिया की कहानी आपको सुनाते हैं जो स्वास्थ्यपरक भी है, मन को भी भायेगी, मन को मनोरंजन भी देगी और आपको वो सुख देगी जो हमने सपने में भी नहीं सोचा होगा, वो है यज्ञ के प्रथम पुरुष, प्रथम मीडिया प्रजापिता ब्रह्मा बाबा, जिसकी कहानी सुनने के बाद लगता है कि परमात्मा ने इनको ही मीडिया(माध्यम) क्यों बनाया! हमारे इस प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की नींव का आधार दृढ़ता और श्रेष्ठ संकल्प की शक्ति है। तो आज जब हम इस विशाल यज्ञ के प्रांगण को देख रहे हैं, कि कैसे बना होगा ये! अगर आप ब्रह्मा बाबा की कहानी सुनेंगे तो ब्रह्मा बाबा ने कितना सहन किया। जब इस संस्था का आरंभ हुआ इतना सहन किया,इतना सहन किया लेकिन सत्य के रास्ते पर, सही मार्ग पर कोम्प्रोमाईज़(समझौता) नहीं किया। उस एक आत्मा की दृढ़ता की शक्ति की वजह से आज हम सारे विश्व में फैल चुके हैं। सिर्फ एक आत्मा की शक्ति की वजह से। वो आत्मा अगर कहती कि नहीं मैं अकेला क्या कर सकता हूँ! बाकी सब तो कोई मुझे सपोर्ट(सहयोग) नहीं कर रहे हैं। तो वो आज न उसे कर पाते, न आज हम सब अपना जीवन संवार पाते। हमेशा परिवर्तन एक से ही शुरु होता है। और जो एक उस परिवर्तन के निमित्त बनता है वो अनेकों की दुआयें कमाने के पात्र बन जाता है। हम कितना धन कमाते हैं उससे ज़्यादा ज़रूरी होता है कि हम कैसे धन कमाते हैं। उसमें लोगों की कौन-सी एनर्जी लगी हुई है। तो हमें यह पक्का करना है कि मेरी सेवा अर्थात् मेरा जो रोल है वो भारत देश का संस्कार ला रहा है और संस्कार से भारत देश का संसार बन रहा है। अगर मैं एक आत्मा परिवर्तन कर लूँ तो मेरे परिवर्तन से देश का परिवर्तन प्रारम्भ हो चुका है। मुझे यह नहीं सोचना कि बाकी सब मेरा कितना मज़ाक उड़ाते हैं या मेरी कितनी निंदा करते हैं। मुझे सिर्फ यह चेक करना है। मुझ एक का कर्म श्रेष्ठ होना चाहिए, सबको सुख देने वाला होना चाहिए, देश और विश्व के कल्याण के लिए होना चाहिए। अगर मेरा वो इंटेंशन(इरादा) होगा, जब मेरा वो कर्म होगा तो मेरा तो कल्याण समाया हुआ ही है उसमें, लेकिन उसमें करोड़ों लोगों का कल्याण भी समाया हुआ है। ऐसी शक्तिशाली आत्मायें हो कि आपका एक श्रेष्ठ कर्म देश का भाग्य बदलता है। तो अपने कर्मों पर हम थोड़ा-सा अटेन्शन रखेंगे। जो सब कर रहे हैं हम वो नहीं करेंगे, जो सही है वो करेंगे। यह बहुत महत्त्वपूर्ण है कि हमेशा यह सोचना कि परमात्मा आप मेरे साथ हैं।

परमात्मा कहते हैं कि हिम्मत आपकी, अटेन्शन आपका, हिम्मत का एक कदम आप रखिये पदम गुणा मदद मेरी पक्की है। यह परमात्मा का वायदा है। हमें बस वो हिम्मत का एक कदम रखना है क्योंकि मीडिया मन का मनोरंजन करने वाला है। मीडिया ही सब कुछ करने वाला है। तो मीडिया जिम्मेवार भी है इस ज़िम्मेवारी को पक्का करते हुए, इस लक्ष्य को रखते हुए कि हमारे शब्दों में, भाषा में सिर्फ सम्मान ही नहीं बल्कि श्रेष्ठता भी हो तो हमारे शब्दों से, इन संस्कारों से हमारे वायब्रेशन से हमें स्वर्णिम भारत लाना ही लाना है। यह हमारा खुद से, देश से और परमात्मा से वायदा है।

भरतपुर-राज.। माननीय मुख्यमंत्री अशोक गहलोत के भरतपुर में आने पर गुलदस्ता एवं ईश्वरीय सौगात भेंट कर उनका स्वागत करते हुए ब्र.कु. कविता बहन एवं ब्र.कु. बबिता बहन।

मैनपुरी-उ.प्र.। कैबिनेट मंत्री बेबी रानी मौर्य को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अवंती बहन। महामण्डलेश्वर श्री श्री 108 हरिहरानंद जी तथा अन्य गणमान्य लोग इस मौके पर उपस्थित रहे।

जयपुर-सोडाला(राज.)। एसएचओ एवं महिला इंस्पेक्टर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् उनके साथ हैं ब्र.कु. राखी बहन व ब्र.कु. पूजा बहन।

सूरतगढ़-राज.। शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में माता जीतो जी महाविद्यालय की प्रिंसिपल श्रीमति मोहिनी देवी, डॉ. इंदिरा मलिक, ब्र.कु. वर्षा बहन, ब्र.कु. रानी बहन तथा समस्त शिक्षकगण।

सम्बलपुर-ओडिशा। ब्रह्माकुमारीज़ के शिव दर्शन भवन में आयोजित "खुशनुमा जीवन जीने की कला" कार्यक्रम में बुर्ला मेडिकल कॉलेज की डीन व प्रिंसिपल बहन जयश्री दोरा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए युवा प्रभाग की उप प्रभारी राजयोगिनी ब्र.कु.चंद्रिका दीदी। साथ हैं ब्र.कु.पार्वती दीदी।

पुखरायां-उ.प्र.। महिला सशक्तिकरण के कार्यक्रम में जिला अधिकारी श्रीमति नेहा जैन व उनके पति धीरज जैन, भोगनीपुर उप जिला अधिकारी अजय राय, उप जिला अधिकारी समाजसेवी रेणुका सचान, स्वर्ण लता गोयल, चेतना अग्रवाल आदि अतिथियों को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. ममता बहन।

ब्रह्मपुर-पीयूआरसी(ओडिशा)। सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में खलिकोट विश्वविद्यालय के वाइस चांसलर प्रफुल्ल कुमार मोहंती एवं ब्रह्मपुर विश्वविद्यालय की वाइस चांसलर बहन गीतांजलि दास को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मंजू बहन एवं ब्र.कु. माला बहन।

जयपुर-सांगानेर(राज.)। शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ उपसेवाकेन्द्र में शिक्षकों के सम्मान में आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में मालपुरा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. जीत बहन, आनंद इंजीनियरिंग कॉलेज के प्रिंसिपल डॉ. प्रवीण अग्रवाल, स्थानीय उप सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पूजा बहन तथा बड़ी संख्या में समस्त शिक्षकगण।

मोतिहारी-बिहार। नगर के आदर्श होटल में आयुर्वेद कॉलेज के पूर्व प्राचार्य डॉ. दीप नारायण मिश्र की स्मृति में आयोजित सेमिनार एवं चरक सम्मान समारोह 2022 में अध्यात्म और समाधान आधारित पत्रकारिता के लिए ब्र.कु. अशोक वर्मा को डॉ. आलोक मिश्र एवं अतिथियों के हस्तों से 'चरक सम्मान 2022' से सम्मानित किया गया।

नरवाना-हरियाणा। सिविल जज नवीन कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ममता बहन। साथ है ब्र.कु. रेणु बहन।

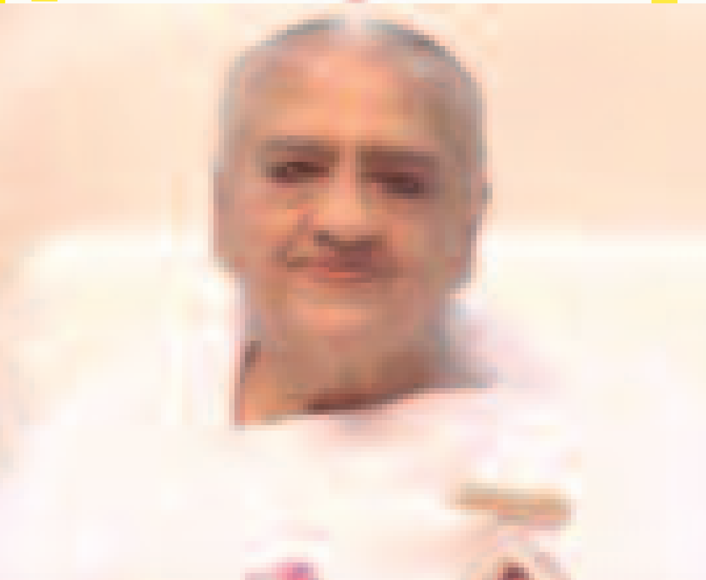
शेखपुरा-बिहार। शिक्षक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा जवाहर नवोदय विद्यालय में आयोजित कार्यक्रम में विद्यालय के वाइस प्रिंसिपल रघुवेंद्र प्रसाद, ब्र.कु. पिंकी बहन, शिक्षकगण तथा सौ से अधिक बच्चे उपस्थित रहे।

समस्तीपुर-बिहार। विश्व बंधुत्व दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए जिला परिषद् अध्यक्ष बहन खुशबू कुमारी। मंचासीन हैं बिहार आईएमए के अध्यक्ष डॉ. डी.एस. सिंह, राज्य कर के संयुक्त आयुक्त प्रमोद कुमार, डॉ. अमृता, ब्र.कु. कृष्ण भाई, ब्र.कु. आशा बहन, सतीश चांदना एवं डॉ. दशरथ तिवारी।

फरीदाबाद से.21डी-हरियाणा। मेयर सुमन बाला को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रीति बहन एवं ब्र.कु. रंजना बहन।

फैजाबाद-अयोध्या(उ.प्र.)। मणि राम दास छावनी के श्री कमल नयन दास जी महाराज को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय साहित्य एवं प्रसाद देते हुए ब्र.कु. शशि दीदी।

परमात्म ऊर्जा



आवाज़ से परे की स्थिति प्रिय लगती है या आवाज़ में रहने की स्थिति प्रिय लगती है? कौन-सी स्थिति ज़्यादा प्रिय लगती है? क्या दोनों ही स्थिति इकट्ठी रह सकती हैं? इसका अनुभव है? यह अनुभव करते समय कौन-सा गुण प्रत्यक्ष रूप में दिखाई देता है?(न्यारा और प्यारा) यह अवस्था ऐसी है जैसे बीज में सारा वृक्ष समाया हुआ होता है, वैसे ही इस अव्यक्त स्थिति में जो भी संगमयुग के विशेष गुणों की महिमा करते हो वह सर्व विशेष गुण उस समय अनुभव में आते हैं। क्योंकि मास्टर बीजरूप भी हैं, नॉलेजफुल भी हैं। तो सिर्फ शान्ति नहीं लेकिन शान्ति के साथ-साथ ज्ञान, अतीन्द्रिय सुख, प्रेम, आनन्द, शक्ति आदि-आदि सर्व मुख्य गुणों का अनुभव होता है। न सिर्फ अपने को लेकिन अन्य आत्मायें भी ऐसी स्थिति में स्थित हुई आत्मा के चेहरे से इन सर्व गुणों का अनुभव करती हैं। जैसे साकार स्वरूप में क्या अनुभव किया? एक ही समय सर्व गुण अनुभव में आते हैं। क्योंकि एक गुण में सर्व गुण समाये हुए होते हैं। जैसे अज्ञानता में एक विकार के साथ सर्व विकारों का गहरा सम्बन्ध होता है, वैसे एक गुण के साथ मुख्य गुणों का भी गहरा सम्बन्ध है। अगर कोई कहे कि मेरी स्थिति ज्ञान-स्वरूप है, तो ज्ञान स्वरूप के साथ-साथ अन्य गुण भी उसमें समाये हुए ज़रूर हैं। जिसको एक शब्द में कौन-सी स्टेज कहेंगे? मास्टर सर्वशक्तिवान। ऐसी स्थिति में सर्व शक्तियों की धारणा होती है। तो ऐसी स्थिति बनाना- यह है समानता, सम्पूर्णता की स्थिति। ऐसी स्थिति में स्थित होकर सर्विस करती हो? सर्विस करने के समय जब स्टेज पर आती हो तो पहले इस स्टेज पर उपस्थित हो फिर स्थूल स्टेज पर आओ। इससे क्या अनुभव होगा? संगठन के बीच होते हुए भी अलौकिक आत्मायें दिखाई पड़ेंगी। अभी साधारण स्वरूप के साथ-साथ स्थिति भी साधारण दिखाई पड़ती है। लेकिन साधारण रूप में होते असाधारण स्थिति व अलौकिक स्थिति होने से संगठन के बीच जैसे अल्लाह लोग दिखाई पड़ेंगे। शुरू-शुरू में भी ऐसी स्थिति का नशा रहता था ना! जैसे सितारों के संगठन में विशेष सितारे होते हैं, उनकी चमक, झलक दूर से ही न्यारी और प्यारी लगती है। तो आप सितारे भी साधारण आत्माओं के बीच में एक विशेष आत्माएं दिखाई दो। जब कोई असाधारण वस्तु सामने आ जाती है तो न चाहते हुए भी सभी का अटेन्शन उस वक्त खिंच जाता है। तो ऐसी स्थिति में स्थित हो स्टेज पर आओ जो लोगों की निगाह आप लोगों की तरफ स्वतः ही जाये। स्टेज सेक्रेटरी परिचय न दे लेकिन आपकी स्टेज स्वयं ही परिचय दे। क्या हीरा धूल में छिपा हुआ भी अपना परिचय खुद नहीं देता है? तो संगमयुग पर हीरे तुल्य जीवन अपना परिचय स्वयं ही दे सकता है। अभी तक की रिज़ल्ट क्या है? मालूम है? अभी किस तुल्य बने हो? भाषण आदि जो करते हो उसकी रिज़ल्ट क्या दिखाई देती है? वर्तमान समय में जो नम्बरवन प्रजा कहें वह भी कम निकलते हैं। साधारण प्रजा ज़्यादा निकल रही है। अभी साधारण रूप में असाधारण स्थिति का अनुभव स्वयं भी करो और औरों को भी कराओ। बाह्यमुखता में आने के समय अन्तर्मुखता की स्थिति को भी साथ-साथ रखो- यह नहीं होता। या तो अन्तर्मुखी बनते हो या तो बाह्यमुखी बन जाते हो। लेकिन अन्तर्मुखी बनकर फिर बाह्यमुखी में आना - इस अभ्यास के लिए अपने ऊपर व्यक्तिगत अटेन्शन रखने की आवश्यकता है। बाह्यमुखी की आकर्षण अन्तर्मुखता की स्थिति से ज़्यादा होती है। इसका कारण यह है कि सदैव अपने श्रेष्ठ स्वरूप व श्रेष्ठ नशे में स्थित नहीं रहते। इसलिए स्थिति पॉवरफुल नहीं होती है।

कथा सरिता

मिजाज कुछ ऐसा हो

श्याम बहुत ही शैतान और गुस्सैल लड़का था। किसी से सीधे मुंह बात नहीं करता था। उसके पिता को अक्सर उसकी ऐसी शिकायत सुनने को मिलती रहती थी। वह सब से बुरा बर्ताव करता था और बात-बात पर गुस्सा भी करता। दूसरों से लड़ाई और मार-पीट भी करता था।

इस तरह की शिकायतों से उसके पिता तंग आ चुके थे। एक दिन उन्होंने अपने लड़के को बुलाया और घर के आंगन में लगे नीम के पेड़ से उसे एक हरी और एक सुखी डाली तोड़ कर लाने को कहा, फिर दोनों डालियों को श्याम को दे दिया और बारी-बारी से तोड़ने को कहा। सुखी डाल तो उसने एक ही झटके में तोड़ दिया लेकिन हरी डाल मुड़ गई लेकिन टूटी नहीं।

श्याम के पिता उससे बोले, देखो बेटा, सुखी डाल कठोर थी और टूट गयी, लेकिन हरी डाल नरम थी और टूटी नहीं। इसी प्रकार जो लोग कठोर और गुस्सैल होते हैं, जिन में नरमी और धीरज नहीं होता है, वे बहुत ही जल्दी टूट जाते हैं। लेकिन जो लोग नरम होते हैं और गुस्सा कम करते हैं उन लोगों में परेशानियों का सामना करने की ताकत बहुत ही ज़्यादा होती है। उस दिन के बाद श्याम सुधर गया और सब से मिलकर रहने लगा।

लक्ष्य से न भटकें

एक नगर में चार भाई रहते थे। उनकी एक छोटी-सी बहन गुड़िया थी। एक बार गुड़िया बाहर जा रही थी तो चारों भाइयों ने कहा, देखो गुड़िया अकेले बाहर मत जाओ। लेकिन गुड़िया बोली, अब मैं बड़ी हो गई हूँ, थोड़ी दूर तो जा ही सकती हूँ। गुड़िया थोड़ी दूर बाहर गई। अचानक रास्ते में उसे एक राक्षस ने पकड़ लिया और अपनी गुफा में ले जाकर कैद कर दिया।

शाम तक जब गुड़िया घर पर वापस नहीं आई तो चारों भाइयों को चिंता होने लगी और उनमें से तीन भाई गुड़िया को खोजने निकले। रास्ते में उन्हें एक महात्मा मिले। तीनों भाइयों ने उस महात्मा से पूछा, हे महात्मा! आपने हमारी बहन गुड़िया को देखा है? उस महात्मा ने कहा, हाँ, उसे राक्षस इस रास्ते में अपनी गुफा में ले गया है। उस रास्ते पर जाओ मगर किसी कीमत पर पीछे मुड़कर मत देखना नहीं तो पत्थर बन जाओगे।

जब उस रास्ते पर तीनों भाई जाने लगे तो अचानक पीछे से ज़ोर से आवाज़ आई रूक जाओ! रूक जाओ! और जैसे ही उन्होंने रूक कर पीछे देखा तो तीनों तुरंत पत्थर बन गए।

घर पर रूके एक भाई ने बहुत समय तक इंतजार किया। जब तीनों भाई वापस नहीं आए तब वह खुद गुड़िया और तीनों भाइयों की तलाश में घर से बाहर निकला। उसे भी वही साधु बाबा मिले। साधु बाबा से पूछने पर उन्होंने बताया तुम्हारे भाई व बहन इधर उस रास्ते पर गए हैं, लेकिन पीछे मुड़कर मत देखना नहीं तो तुम पत्थर बन जाओगे। महात्मा ने कहा, जब वहाँ पहुंच जाओ, गुफा के अंदर जाने पर तुमको एक पिंजड़े में एक तोता मिलेगा। उसे मार देना और मारने के बाद जो लोग पत्थर बने होंगे वह लोग सही हो जाएंगे। चौथा भाई रास्ते पर जाने लगा। राक्षस ने उसे भी पीछे दिखाने की लिए बहुत लालच दिया लेकिन उसने पीछे मुड़कर नहीं देखा और राक्षस की गुफा में जहाँ पर उसकी बहन को रखा था वहाँ पर गया और अपनी बहन को छुड़ाने के बाद पिंजर में रखे तोते का सिर तोड़ दिया। जिससे राक्षस की जान चली गई और जितने लोग पत्थर बने थे सभी लोग सही हो गए।

सीख : इसलिए कहा गया है कि अपने लक्ष्य पर ध्यान केंद्रित हो तो आस-पास की घटनाएं उसे प्रभावित नहीं कर सकती हैं।

निरसा-झारखण्ड। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'दया और करुणा के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण' कार्यक्रम में संस्थान के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय भाई, मोटिवेशनल ट्रेनर एवं राजयोग शिक्षक प्रो. ई.वी. स्वामीनाथन,मुम्बई, ईस्टर्न ज़ोन सेवाकेन्द्र संचालिका एवं वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. कानन दीदी, इंडियन मेडिकल एसोसिएशन धनबाद जिला प्रभारी डॉ. ए.के. सिंह, होप क्लिनिक प्रभारी डॉ. अवंतिका, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. जया बहन सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

धरहरा-मुंगेर(बिहार)। ब्रह्माकुमारीज़ जीआरएमसी के अंतर्गत रक्षाबंधन के अवसर पर धरहरा थाना प्रभारी रोहित कुमार सिंह को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात व प्रसाद देते हुए ब्र.कु. वंदना बहन व मिन्ता बहन।

शिखर सम्मेलन • ब्रह्माकुमारीज़ में चार दिवसीय आयोजन में सार्वभौमिक शांति के लिए विज्ञान और अध्यात्म विषय पर चर्चा

संयुक्त प्रयासों से जल्द ही विश्व गुरु होगा भारत : केन्द्रीय राज्यमंत्री

शांतिवन-आबू रोड। चार दिवसीय वैश्विक शिखर सम्मेलन के चौथे सत्र में 'विज्ञान और अध्यात्म' विषय पर सम्बोधित करते हुए ओडिशा से आए भाजपा के राष्ट्रीय सचिव और केंद्रीय राज्यमंत्री बिश्वेश्वर टुडू ने कहा कि आज समाज में मूल्यों की कमी नज़र आ रही है। यदि बच्चों में मूल्यों की कमी होगी तो इसका प्रभाव समाज और देश पर पड़ेगा। ब्रह्माकुमारीज़ ऐसे कार्यक्रमों के माध्यम से समाज को एक संदेश दे रही है कि मानव कैसे एक अनुशासित ज़िंदगी जिए। यदि जीवन में अनुशासन होगा तो समाज में भी अनुशासन होगा। माननीय मंत्री ने कहा कि जब तक लोगों का आपस में प्यार-स्नेह नहीं होगा, देशभक्ति की भावना नहीं होगी, जीवन में आध्यात्मिकता नहीं होगी तब तक हमें सफलता नहीं मिलेगी। आज हम सभी ये संकल्प लें कि यहां से संदेश लेकर हम अपने समाज में फैलाएंगे। हम सभी मिलकर प्रयास करेंगे तो जल्दी ही हमारा भारत विश्वगुरु होगा। भारत में माल्टा के उच्चायुक्त रुबिन गैची ने कहा कि दादी जानकी 104 साल की उम्र में भी इतने बड़े संगठन को संभाल रही थीं। ये आध्यात्मिक शक्ति से ही संभव हुआ। मध्य प्रदेश के बैतुल से आए सांसद दुर्गादास उइके ने कहा कि आत्मा-परमात्मा को जाने बिना आध्यात्मिक शक्तियों का संयोजन करना मुमकिन नहीं है। बूंदी राज परिवार के यशवर्धन सिंह बहादुर ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ ने सोलर पॉवर से भोजन का यहां जो प्रयोग किया है उसे राज्य सरकारें भी फॉलो करते हुए अपने-अपने राज्यों में लागू करें तो इससे बहुत ऊर्जा की बचत होगी। डॉ. वसंत के. थिमकपुरा, डायरेक्टर,टेक्निकल,ग्रीन लाइफसाइंस टेक्नोलॉजीज़,मैसूर ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान में साइंस और स्पीरिचुअलिटी का एक अद्भुत बैलेंस देखने को मिलता है।

केन्द्रीय मंत्री बोले

- जीवन में अनुशासन होगा तो समाज में भी दिखेगा, इसलिए बच्चों को मूल्यों की शिक्षा ज़रूरी
- देश-विदेश से आईं अन्य शख्सियतों ने भी सार्वभौमिक शांति के लिए अपने अमूल्य विचार साझा किए

ब्रह्माकुमारीज़ की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी व महासचिव राजयोगी ब्र.कु. डॉ. निर्वैर मानद डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी तथा संस्थान के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर को मानवीय सेवा तथा समाज में उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए मणिपुर नेशनल यूनिवर्सिटी ने डॉक्टरेट की मानद उपाधि से सम्मानित किया। यह डिग्री मणिपुर इंटरनेशनल यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉ. हरिकुमार ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के विशाल डायमण्ड हॉल में आयोजित कार्यक्रम के बीच प्रदान किये। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि यह हमारे लिए गौरव की बात है कि यह डॉक्टरेट की उपाधि ऐसे व्यक्तित्व को प्रदान कर रहे हैं जो वाकई में इसके हकदार हैं।

पौधारोपण पर किया गया सम्मानित

ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा चलाए गए 75 दिवसीय 'कल्प तरु' अभियान में रिकॉर्ड पौधारोपण करने पर ब्रह्माकुमारी बहनों का सम्मान किया गया। अभियान के तहत भोपाल ज़ोन की रीवा सेवाकेंद्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी 4.5 लाख पौधे के साथ पूरे देश में प्रथम स्थान पर रहीं। छतरपुर सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु.शैलजा बहन तीन लाख पौधे के साथ द्वितीय और बैतूल सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. मंजू बहन एक लाख पौधे के साथ तृतीय स्थान पर रहीं। उत्तराखण्ड के चमोली सेवाकेंद्र के ब्र.कु. मेहरचंद द्वारा ढ़ाई लाख पौधे लगाए गए। संचालन दिल्ली की ब्र.कु. सपना बहन ने किया। शिक्षा प्रभाग के दूरस्थ शिक्षा के निदेशक ब्र.कु. पाण्ड्यामणि ने आभार माना।

नई दिल्ली। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सिरी फोर्ट ऑडिटोरियम में इंडियन नेवी के लिए 'इन्हेंसिंग एफिशिएंसी एट वर्क एलॉन्ग विद हार्मनी इन रिलेशनशिप' विषय पर आयोजित मोटिवेशनल टॉक को विश्व प्रसिद्ध जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी बहन ने सम्बोधित किया। इस मौके पर कई फ्लैग ऑफिसर्स जिनमें 7 वाइस एडमिरल/लेफ्टिनेंट जनरल, वाइस चीफ ऑफ नेवल स्टाफ एस.एन घोरमडे तथा सीआईएनसी एसएफसी समेत लगभग 1200 ऑफिसर्स, सेलर्स तथा इंडियन नेवी, आर्मी एवं एयरफोर्स के ऑफिसर्स के परिवार शामिल रहे। सीएनएस की धर्मपत्नी श्रीमति कला हरि कुमार ने ब्र.कु. शिवानी बहन का गुलदस्ता भेंट कर स्वागत किया।

दिल्ली-हरिनगर। आध्यात्मिक चर्चा एवं ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् पुलिस कमिश्नर संजय अरोरा,आई.पी एस. के साथ हैं राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी,वाइस चेयरपर्सन,सिक्योरिटी सर्विसेज़ विंग,ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. सारिका बहन, ब्र.कु. रितु बहन, कैप्टन शिव सिंह तथा ब्र.कु. लोकेश भाई।

लोहरदगा-गुमला(झारखण्ड)। प्रसिद्ध कथावाचिका जया किशोरी जी को ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. बबली बहन। साथ हैं ब्र.कु. सस्मिता बहन एवं ब्र.कु. सुशान्ति बहन।

कुरुक्षेत्र से.8-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ उपसेवाकेन्द्र द्वारा युवाओं के लिए आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. सरोज दीदी, ब्र.कु. अरुण भाई,यूथ विंग कोऑर्डिनेटर, कृष्ण चहल,टेडेक्स स्पीकर किंग ऑफ मेमोरी तथा अन्य।

मोतिहारी-बिहार। शिक्षक दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में डॉ. प्रो. अरुण कुमार को सम्मानित करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. विभा बहन। साथ हैं उच्च विद्यालय की प्राचार्या ब्र.कु. उषा बहन, ब्र.कु. अशोक वर्मा तथा अधिवक्ता ब्र.कु. शिव पूजन।

ब्रह्मपुर-बड़ा बाज़ार(ओडिशा)। शिक्षक दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ के शिव स्मृति भवन सेवाकेन्द्र में आयोजित 'विश्व परिवर्तन में शिक्षकों की भूमिका' कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बासन्ती बहन, उप संचालिका ब्र.कु. संजुक्ता बहन, राष्ट्रपति द्वारा पद्मश्री की उपाधि प्राप्त प्रो. डॉ. के.एम. पाथी,पूर्व प्रिंसिपल,एमकेसीजी मेडिकल कॉलेज ब्रह्मपुर ओडिशा, डॉ. कमल कुमार प्रधान,प्रिंसिपल,कुकुड़ाखंडी साइंस कॉलेज, प्रो. डॉ. रंजन कुमार स्वैन,प्रिंसिपल,पराला महाराजा इंजीनियरिंग कॉलेज, एस. गिरिधर,बीईओ हिंदुकूट एवं कुकुड़ाखंडी, प्रो. डॉ. प्रफुल्ल कुमार मोहंती,वाइस चांसलर,खल्लिकोट यूनिटरी यूनिवर्सिटी बेरहामपुर सहित 150 से अधिक डॉक्टर्स उपस्थित रहे।

बहादुरगढ़-हरियाणा। 10वें कॉमनवेल्थ कराटे चैंपियनशिप यू.के. में सिल्वर मेडल विजेता विशाल सेहरावत का ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर स्वागत व सम्मान करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए से.13 सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. रेनू बहन।

बदायूं-उ.प्र.। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् एस.पी. प्रवीण सिंह चौहान को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरोज दीदी। इस मौके पर ब्र.कु. करुणा दीदी तथा प्रो. ब्र.कु. ई.वी. गिरीश उपस्थित रहे।

रूहानी सोशल वर्कर

समाज को आकार देने के लिए सरकार बनाई जाती है, और सरकार स्थूल रूप से अलग-अलग माध्यमों से हर एक चीज़ को आकार देती है। जिसमें अलग-अलग तरह के समाज के जो पहलू हैं वो एक तरह से आप कह सकते हैं कि उनको बल मिलता है। सारे पहलूओं को एक साथ पिरोने के लिए इतने सारे संस्थायें एक साथ जुड़कर काम करती है। जिससे उन पहलुओं को चार चांद लगाया जाता है। उन पहलुओं पर काम किया जाता है, लेकिन जब व्यक्ति को रोटी भी चाहिए, कपड़ा भी चाहिए, मकान भी चाहिए, दुकान भी चाहिए। बहुत सारी ऐसी चीज़ों की जब ज़रूरतें पड़ती हैं तो उसकी खानापूर्ति के लिए वो काम करता है। मतलब जो कार्य निःस्वार्थ भाव से समाज के हित के लिए होगा उसके अन्दर कमाने का भाव पैदा होता है वैसे ही उसके अन्दर विकृति पैदा होनी शुरू हो जाती है।

समाज में उन्नति के लिए सब लोग कहते हैं कि अगर, घोड़ा घास से दोस्ती कर लेगा तो खायेगा क्या! लेकिन इतना उल्टा ब्यान है इस ब्यान को थोड़ा सीधा देखो कि घोड़े की घास से दोस्ती है तो अच्छे से खायेगा ना! बल्कि वो उस बात का वायब्रेशन कितना सुन्दर होगा। लेकिन अगर उसे पता चल जाये कि ये व्यक्ति मेरे पास सिर्फ और सिर्फ लोभवश, मोह वश जुड़ा हुआ है। लोभ वश खासकर जुड़ा हुआ है तो उस व्यक्ति के वो व्यक्ति कितने दिन तक साथ में रह पायेगा! तो सारे स्लोगन लोगों ने अलग-अलग तरीके से यूज़ किये हैं। मतलब उसमें भी स्वार्थ छिपा हुआ है। काम के पीछे भी और काम न करने के पीछे भी। इसका जो सबसे प्रबल कारण है वो ये कि शायद आज मनुष्य इस अंधी दौड़ में उन पहलुओं को दरकिनार कर बैठा है जो हमारे लिए ज़रूरी है। आपको पता हो कि जो पहलू सबसे ज़्यादा मायने रखता है हमारे लिए वो है आध्यात्मिक पहलू। जिसमें व्यक्ति शारीरिक रूप से कार्य तो कर रहा है, लेकिन जो मानसिक रूप से विकसित न हो, मानसिक रूप से स्वस्थ न हो तो उसके लिए आध्यात्मिकता बहुत ज़रूरी है। तो कहा जाता है कि समाज में जो सामाजिक कार्यकर्ता हैं, जो समाज को कुछ देने के लिए अपना कार्य कर रहे हैं उन लोगों के अन्दर किसी भी तरह का भेदभाव, किसी भी तरह का तनाव नहीं हो सकता। अगर तनाव है, भेदभाव है तो जिस कार्य के वो निमित्त हैं उसके अन्दर भी तरंगों का प्रभाव होता है, वायब्रेशन सही नहीं होते। सबकुछ वैसे काम नहीं करेगा जैसे वो करना चाहता है। तो अगर कोई ट्रस्टी है, अगर कोई समाज को कुछ देना चाहता है, समाज के साथ कार्य करना चाहता है, समाज के साथ जुड़ना चाहता है तो उसको किसी भी तरह का तनाव नहीं हो सकता। अगर तनाव है तो ज़रूर नाम-मान-शान और सम्मान का भाव है। तो जब हम शांत मन से, सुखी मन से, पवित्रता के भाव से, भाव शब्द को आपको यहाँ पकड़ना है। इस भाव से जब हम कार्य करते हैं तो उसमें रूहानियत भर जाती है। और उस रूहानियत की खुशबू से हरेक आत्मा बड़ी तृप्त होती है। जैसे आपने मार्केट में कोई प्रोडक्ट बनाया लेकिन बड़े ही शांत भाव से बनाया कि ये जहाँ भी जायेगा तो इसे लोग बड़ी शांति से यूज़ करेंगे। इससे सुख लेंगे मतलब मैं सुखदाई भाव से कोई चीज़ बना रहा हूँ तो उसमें सुख, शांति, प्रेम, पवित्रता भी जा रहा है। और जहाँ-जहाँ उस प्रोडक्ट को लोग यूज़ करेंगे जिस कार्य के आप निमित्त होंगे, अगर कोई मकान बना रहा है कुछ भी ऐसा काम कर रहे हैं तो उसमें भी वो वाले वायब्रेशन पड़ जायेंगे। और उसमें जो रहेगा उसमें वो रूहानियत फील करेगा। इसलिए हम सभी रूहानी सोशल वर्कर क्यों न बनें। सोशल वर्क भी हो जायेगा, रूहानियत भी उसमें शामिल हो जायेगी। दोनों के सम्मेलन से समाज कितना स्वस्थ और सुन्दर होगा। इस स्वस्थ और सुन्दर समाज की परिकल्पना परमात्मा हमसे कर रहे हैं और कह रहे हैं कि

ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

आप ही इसको साकार कर सकते हो। तो साकार करने के लिए चाहे वो दुनिया की सामाजिक संस्थायें हों या फिर कोई भी ऐसी गवर्नमेंट की संस्था हो। सभी ऐसी संस्थाओं को इसके साथ कार्य करने से हमको जल्दी सफलता मिलेगी और हम जो चाहते हैं वो कर भी लेंगे। समय की मांग है कि हम सभी,सभी को शक्ति दें, प्रेम दें, स्नेह दें, निःस्वार्थ भाव से सेवा करें ये है शांति और सुखमय संसार बनाने का आधार। और यही सच्चाई से एक सोशल वर्क कहा जायेगा जिसमें हम सभी को वो दें जो उनको कभी नहीं मिलता। जैसे कहीं कोई कार्य करने जाता है किसी ऑफिस में जाता है तो वहाँ भी उसको झिड़क मिल रही है,डांट मिल रही है। प्यार नहीं मिल रहा है। एक तरह से व्यक्ति मशीन की तरह काम कर रहा है। घर आता है फिर जाता है। उसको लगता है कि शायद यही जीवन है, लेकिन अगर उसमें शांति, सुख और प्रेम नहीं है तो पैसा और रूतबा किस काम का! इसीलिए हम सबको रूहानी सोशल वर्कर बनने की ज़रूरत है। जहाँ हर चीज़ एक साथ एक दुकान पर मिल जाती है। तो आओ चलें इस दौड़ में हम शामिल हो जायें!

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न : मेरा नाम चिन्मयी है। मैं 38 वर्ष की हूँ। मेरी कोई संतान नहीं है। मेरे पास एक बाल गोपाल है मतलब कृष्ण की मूर्ति है। मैं उसे अपना बच्चा मानती हूँ। कुछ बोलते हैं कि बाल गोपाल होने की वजह से मेरा कोई बच्चा नहीं हो रहा है। क्या ये सच है? डॉक्टर्स को भी दिखाया तो वो भी कुछ कहते नहीं हैं। एक महीने से मैं रोज़ राजयोग का अभ्यास कर रही हूँ। मुझे इस स्थिति को थोड़ा-सा स्पष्ट करके बतायें।

उत्तर : बाल गोपाल घर पर रखने से, उसे अपना बच्चा मानने से बच्चा नहीं हो रहा है ऐसा कोई सिद्धांत नहीं है। बच्चा नहीं हो रहा है ये कोई शारीरिक कारण भी हो सकता है। आजकल मेडिकल बहुत आगे जा चुकी है। असम्भव को सम्भव कर देती है। जो करना उचित हो वो तो आपको करना ही चाहिए, लेकिन आप बाल गोपाल को अपना बच्चा मानती हैं ये भी सुन्दर बात है। अभी आप एक मास से राजयोग का अभ्यास कर रही हैं तो आप अच्छे से समझ ही गयी होंगी कि हमें भगवान से ही सारे सम्बन्ध जोड़ने हैं। वो हमारा सखा भी है, प्रियतम भी है, परमपिता भी है, परमशिक्षक, परमसद्गुरु भी है, वो सच्चा मित्र भी है, खुदा दोस्त भी है। जो भी नाता हम उससे जोड़ना चाहें वो नाता हम जोड़ सकते हैं। इसलिए अपने परमपिता को जो निराकार सत्ता है राजयोग में सिखाया जाता है उसको ही अपना बच्चा बना लें। और भगवान जिसका बच्चा बन जाये तो उसका जीवन तो आनंद से भर जायेगा। और वो ऐसा बच्चा है जो सदा साथ देगा। ऐसे बहुतों के अनुभव हो चुके हैं। वो मुक्तिधाम में भी ले जायेगा और जीवनमुक्तिधाम में भी। हम मानते हैं कि एक माँ के लिए उसका बच्चा होने की खुशी क्या होती है। उसके लिए वो ही सबकुछ होता है। अगर वो भी हो तो बहुत अच्छा और न हो तो भगवान को ही अपना बच्चा बना लें तो वो ही सब सुख प्रदान करने लगता है।

प्रश्न : मैं एक कुमार हूँ और मन खाली-सा रहता है। इस कारण से उमंग-उत्साह कम रहता है। मन बाबा के सिवाए कहीं ओर न लगे हमेशा उन्हीं के साथ रहूँ, हमेशा कम्बाइंड रहूँ इसके लिए मैं क्या पुरुषार्थ करूँ?

उत्तर : ये कुमार और कुमारियों को ये खालीपन और अकेलापन भासता अवश्य है और इसका बिल्कुल सूक्ष्म कारण जाना जाये तो ये होती है अन्दर की सूक्ष्म इम्प्युरिटी(अपवित्रता)। ये जो एज होती है मनुष्य के युवाकाल की,इसमें वासनायें भी फुल फोर्स से काम करती हैं। और जब वो तृप्त नहीं होती तो मनुष्य को खालीपन लगता है। किसी को डिप्रेशन में ले जाती है, किसी को अकेलेपन की फीलिंग होती है। किसी को खुशी नहीं होती। सबकुछ तो अच्छा है, कोई कारण ही नहीं है पर मन प्रसन्न नहीं है ऐसी फीलिंग युवाकाल में हार्मोनल चेंजेस होने के कारण कुछ लोगों को होती है। ऐसे में आप ईश्वरीय महावाक्यों का अध्ययन करके चिंतन कर लिखना प्रारम्भ करें। जैसे खुश रहने के बीस प्वाइंट्स। शक्तिशाली बनने की दस प्वाइंट्स, अपने जीवन को स्पिरिचुअलिटी से भरने के लिए दस सिद्धांत। तो आपको बहुत ज़रूरत है ज्ञान चिंतन की। ईश्वरीय ज्ञान में मुझे क्या-क्या मिला। इस संगमयुग पर मैंने क्या-क्या देखा तो इससे मन आनंदित रहेगा। ज़रूरत इस चीज़ की होती है युवकों को कि वो ज्ञान का चिंतन करें इससे मन आनंदित रहेगा। आनंद खुशी से भी बहुत बड़ी चीज़ है और ये खालीपन आपका सदा के लिए समाप्त हो जायेगा। अगर आध्यात्मिक मार्ग में न हो तो ये मार्ग कहीं न कहीं कठिन प्रतीत होता है।

प्रश्न : मैं 28 साल का एक कुमार हूँ। हम दो भाई मिलकर तीव्र पुरुषार्थ का प्लैन तो बहुत बनाते हैं लेकिन प्रैक्टिकल में ला नहीं पाते। अमृतवेला हमारा रोज़ मिस होता है। मुरली मैं रोज सुनता हूँ लेकिन मैं उसका रस नहीं ले पाता हूँ। कृपया कुछ समाधान बतायें।

उत्तर: हमारे जो पुरुषार्थ के प्लान हैं उसके लिए एक शब्द याद रखेंगे सिम्पल एंड प्रैक्टिकल। हम ऐसा प्लान न बनायें जो दो ही दिन किया जाये। हम ऐसा सिम्पल और छोटा-सा प्लान बनायें जो लम्बे काल तक चले। मुरली सुनने के कई अच्छे तरीके हैं। मुरली को एंजॉय करने का एक तो पहला तरीका ये अपना लें कि स्वयं भगवान मुझ आत्मा से बातें कर रहा है। मुझे कुछ स्मृतियां दिला रहा है। मुझे कुछ कह रहा है। मेरी सोई शक्तियों को जगा रहा है। मेरी सोई हुई चेतना को जागृत कर रहा है। ये साथ-साथ फील करें और अपने को उस जागृति में लाते रहें। इससे सवेरे का महावाक्य सुनने का जो समय है ये सचमुच हमारे लिए एक वरदान बन जायेगा। और जो एनर्जी आपको इससे मिलेगी वो सारा दिन चलेगी। दूसरी बात आपको मुरली के अच्छे-अच्छे प्वाइंट्स लिख लेने चाहिए। चाहे आप ऐसा करें कि मुरली ध्यान ये सुनें और मुरली के बाद 15 मिनट निकालकर आप उसका सार लिखें कि आज मुरली में शिव बाबा ने क्या कहा? तो इस अटेंशन से जब आप मुरली सुनेंगे तो मुरली आपके लिए एक बहुत सुन्दर रस बन जायेगी। ज्ञान का चिंतन आपको शक्ति प्रदान करने लग जायेगा। इससे आपकी मेमोरी पॉवर भी अच्छी बढ़ेगी। और आप सारा दिन उमंग-उत्साह में रहेंगे। हम तीव्र पुरुषार्थ के प्लान बनाने की बात कर रहे थे तो जैसा हम सप्ताह का पुरुषार्थ सबको भेजते हैं तो ऐसा एक थ्री प्लान आप लोगों को सप्ताह के लिए या पंद्रह दिन के लिए बना लेना चाहिए। ये नहीं कि मैं अभी आठ घंटे योग कर लूंगा। ऐसा नहीं मुझे अपने योग का चार्ट सारे दिन में दो घंटे करना है। मुझे आज पांच बार सभी को आत्मिक दृष्टि से देखना है। आज मुझे स्वमान का ये अभ्यास दस बार करना है। और रात को अपने को मार्क्स दे दिया जाये कि 100 में से मैं अपने को इतने मार्क्स देता हूँ। पंद्रह दिन के बाद फिर चेंज कर दें। नई-नई प्वाइंट्स मिलती रहेंगी। तो एक सिम्पल और प्रैक्टिकल प्लान बनायें। ये भी न सोचें कि मुझे 2 बजे उठना है बाबा ने कहा है कि जो महायोगी हैं वो तो 2 बजे उठते हैं। आप चार बजे ही उठें। क्योंकि युवकों को अच्छी नींद की भी ज़रूरत होती है।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

संकल्पों को बनायें पॉवरफुल

वरिष्ठ
राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

आज मनुष्यों के जीवन में संबंधों में टकराव के कारण बहुत व्यर्थ बढ़ गया है। हमें चिंतन करना है कि हमारे संबंध बड़े महत्त्वपूर्ण चीज़ है। टकराव, इससे हम इन संबंधों के रस को, संबंधों के सुखों को नष्ट न होने दें। सब जानते हैं, सबको कहीं न कहीं अनुभव है अगर संबंधों में टकराव है, पति-पत्नी के बीच में टकराव है, बाप-बेटे के बीच में टकराव है या बहनों-बहनों के बीच में टकराव है, सास-बहू के बीच में, ननंद-भाभी के बीच में सभी इन चीजों को जानते हैं। यदि टकराव है तो जीवन का सुख समाप्त हो जाता है। बुद्धि भी मलीन होने लगती है, भारी होने लगती है। उसपर एक दबाव बना रहता है। कई तो कहते हैं कि इच्छा होती है कि भाग जायें यहाँ से कहीं। सुख नहीं मिल रहा है। रात-दिन आपको कोई कुछ बोल रहा है, पीछे ही पड़ा है। उन्होंने कसम खा ली है कि आपको सुख-चैन से सोने ही नहीं देंगे। उसके बोल व्यर्थ संकल्पों को बहुत बढ़ावा देते हैं। मनुष्य सोचता ही रहता है, सोचता ही रहता है। उसके बोल ज़्यादा याद रहते हैं भगवान के बोल भूल जाते हैं। तब मनुष्य सोचता है कि मैंने इसका क्या बिगाड़ा है। कई केस तो ऐसे होते हैं कि ये व्यक्ति उस व्यक्ति को जो बहुत बोल रहा है उसको सहयोग देता है, सम्मान करता है। प्यार भी देने की कोशिश करता है, लेकिन मौका मिलते ही वो व्यक्ति आलोचना करने में, बुरा बोलने में, अपमान करने में चूकता नहीं है। ऐसे में क्या करें? व्यर्थ संकल्प बहुत चल जाते हैं। और मनुष्य उनको कंट्रोल नहीं कर पाता। हम अपने को सरलचित्त बनायेंगे।

अब व्यर्थ तो बहुत चलता है। मनुष्य न जाने क्या-क्या सोचता है, लेकिन हमें तो उसका समाधान भी करना है न! संबंधों को मधुर बनाना है और अपने मन को भी शांत करना है। तो हमें एक तो दूसरों की बातों को हल्के में लेना चाहिए। कई इतने सेंसिटिव होते हैं कि ज़रा-सा कोई कुछ कह देता है तो उन्हें अपमान फील होता है। तो ज़्यादा सोचने लगते हैं। दूसरे का अपमान करने का कोई इरादा नहीं, लेकिन मनुष्य जो सेंसिटिव है वो ज़्यादा सोचता है। ये बार-बार मुझे बोलते हैं, ये बार-बार मेरा अपमान करते हैं। ये शायद मुझे खुश नहीं देखना चाहते। इससे कैसे छुटकारा पाऊं। इससे तो अच्छा मर जाऊं। क्या-क्या सोचने लगता है मनुष्य! और एक संकल्प उठते ही उसके साथ दूसरा, तीसरा, फिर चौथा... और हज़ारों संकल्प चल जाते हैं। चारों ओर का वातावरण कमज़ोर हो जाता है और जो लोग सेंसिटिव हैं उन्हें जानना चाहिए इससे उनकी सेंसिटिविटी और बढ़ती जायेगी। मन और निर्बल होता जायेगा, उनका मन और कमज़ोर होता जायेगा। इसलिए ये बात बहुत पक्की कर दें कि मन की शक्ति सबसे बड़ी शक्ति है।

> *फीलिंग आना तो जैसे आधी मृत्यु है। ज़्यादा सोचने की आदत को लगाम लगायें। हमें जब चाहे कोई परेशान कर दे हम ऐसे कमज़ोर क्यों बनें!*

बाइबिल में तो ये लिख दिया कि तुम्हारे सामने अगर एक पहाड़ है और तुम दृढ़ संकल्प कर दो पक्के, सच्चे मन से कि ये चार फुट पीछे खिसक जाये बशर्ते तुम्हारे मन में ज़रा भी संशय न हो। सोचने से पहले ही संशय हो जाता है कि तुम क्या सोच रहे हो भला पहाड़ भी खिसका करता है! मन की शक्ति जबरदस्त है। अगर अपने में और अपने संकल्पों में पूर्ण विश्वास हो तो हम बहुत कुछ बदल सकते हैं। तो हमें इतना सेंसिटिव नहीं होना है कि दूसरा ज़रा-सा कुछ कहे और हम परेशान हो जायें। हमें बहुत पॉवरफुल बनना है। याद रखें जिन्हें स्वयं भगवान मिल गया हो, जिन्हें स्वयं भगवान सम्मान दे रहा हो मनुष्यों का सम्मान लेकर क्या करेंगे! और ये अपमान की फीलिंग वास्तव में देह अभिमान का प्रत्यक्ष प्रैक्टिकल, बाह्य स्वरूप है। मान लीजिए आप किसी के पास गये उसने ये कहने में कि भाई जी बैठ जाओ एक मिनट लगा दिया। आपको अपमान फील होगा कि देखा हम तो इतनी दूर से आये बैठने को भी नहीं कह रहे हैं। मान लो वो किसी काम में बिज़ी हैं, या ख्याल से उतर गया अपमान की फीलिंग आ जायेगी। बाहर निकल जायें इससे। शिवबाबा ने हमें बहुत सारे स्वमान दिए हैं और ये याद रखना कि जो स्वमान में बहुत अच्छी तरह स्थित हो जाते हैं उन्हें न तो अपमान की फीलिंग होती और सम्मान परछाई की तरह उनके पीछे आता है। और तीसरी बात उनका सूक्ष्म अभिमान भी धीरे-धीरे समाप्त होने लगता है। हम अपने स्वमान को बढ़ाएं। भगवान ने हमें टाइटल दिया है कि तुम मास्टर सर्वशक्तिवान हो इसका अर्थ है मैंने तुम्हें अपनी सारी शक्तियां दे दी हैं। तुम भी बहुत शक्तिशाली हो। स्वीकार कर लें। अभ्यास करने से सेंसिटिविटी समाप्त होती जायेगी।

जिन लोगों के पास फीलिंग बहुत होती है वो कभी न तो खुश रह सकते और न ही जीवन में बड़ा काम कर सकते। न वो संगठन में रह सकते, न वो सफलता की ओर आगे बढ़ सकते। फीलिंग तो भगवान ने कहा कि ये तो जैसे आधी मृत्यु है। ज़्यादा सोचने की आदत को लगाम लगायें। हमें जब चाहे कोई परेशान कर दे हम ऐसे कमज़ोर क्यों बनें! हम ऐसे पॉवरफुल बनें जो संसार हमें परेशान करे लेकिन हम परेशान होंगे ही नहीं।

एक ही ये पॉवरफुल संकल्प अनेक व्यर्थ संकल्पों को समाप्त कर देगा। फीलिंग की जो बीमारी है इससे बाहर निकलने का पॉवरफुल संकल्प करें कि भगवान मुझे मिल गया, उसका सत्य ज्ञान मुझे मिल गया। उससे मेरा नाता जुड़ गया। वो मेरा साथी बन गया। मुझे भी उस जैसा पॉवरफुल बनना है। अगर मैं इतनी कमज़ोर रही तो वो मुझे देखकर क्या कहेगा! क्या सोचेगा कि ये मेरे बच्चे हैं! फिर ये क्या करेंगे संसार में जिन्हें इतनी फीलिंग्स है। तो आओ हम सभी इस तरह के व्यर्थ संकल्पों को आज विदाई दे दें। अपने श्रेष्ठ स्वमान में स्थित हो जायें। स्वमान से पॉवरफुल संकल्प मन में आते रहेंगे। इन संकल्पों से फैलने वाले वायब्रेशन से चारों ओर के वातावरण को भी चार्ज करेंगे, हमारे ब्रेन को भी पॉवरफुल बनायेंगे, और अपने कार्यों को भी सफल करेंगे।

सुन्नी-शिमला(हि.प्र.)। वीरेंद्र कंवर,पंचायती राजमंत्री को उनके निवास स्थान पर जाकर ब्र.कु. शकुंतला बहन ने रक्षासूत्र बांधा। तत्पश्चात् राजयोगी ब्र.कु. प्रकाश भाई ने माननीय मंत्री को माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया व ईश्वरीय सौगात भेंट की। साथ में ब्र.कु. रेवा दास भाई उपस्थित रहे।

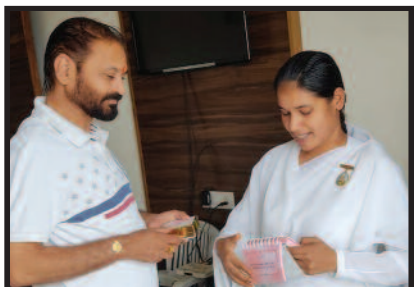
गया-सिविल लाइन(बिहार)। आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित विशाल तिरंगा यात्रा में पूर्व आवास निवास मंत्री एवं वर्तमान नगर विधायक प्रेम कुमार, नगर विकास परिषद् सचिव मेहरवार जी, सीआरपीएफ कमांडेंट, जैन समाज अध्यक्ष प्रदीप जैन तथा अन्य गणमान्य लोगों सहित सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

भुवनेश्वर-रवि टॉकीज़(ओडिशा)। अतनु सब्यसाची नायक,स्टेट मिनिस्टर फॉर फूड सप्लाई एंड कन्ज़्यूमर वेलफेयर तथा जगन्नाथ सराका,स्टेट मिनिस्टर फॉर एसटी एंड एससी डेवलपमेंट,एम एंड बीसीडब्ल्यू,लॉ को रक्षासूत्र बांधने से पूर्व आत्मस्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. इंदुमति बहन। साथ हैं ब्र.कु. बिजय तथा अन्य।

जयपुर-श्रीनिवास नगर(राज.)। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान बायें से ब्र.कु. मदन लाल शर्मा, नरपत सिंह राजवी,विधायक विद्याधर नगर विधानसभा क्षेत्र जयपुर, जगदीश सोमानी,औद्योगिक महाराजा साबुन निर्माता एवं निर्यातक/जिला कैबिनेट सचिव लायंस इंटरनेशनल, ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. हेमा बहन, ब्र.कु. मीना बहन तथा अन्य।

पटियाला-पंजाब। आध्यात्मिक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए विधायक सरदार अजीतपाल सिंह कोहली, ब्र.कु. शांता बहन तथा अन्य।

सीवान-बिहार। नवनिर्वाचित विधान सभा स्पीकर अवध बिहारी चौधरी का गुलदस्ता भेंट कर स्वागत करते हुए ब्र.कु. सुधा बहन।



कोटा-राज.। विधायक संदीप शर्मा को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात एवं प्रसाद भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रीति बहन।

कांटाटोली-रांची(झारखण्ड)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा शिक्षक दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रोशनी बहन, ब्र.कु. रीना बहन, ब्र.कु. रामदेव, प्रसिद्ध व्यवसायी निर्मल वर्णवाल तथा रामलखन कॉलेज की प्रो. माधुरी दास।

दिल्ली-हरिनगर। भारतीय तटरक्षक बल के महानिदेशक वीरेंदर सिंह पठानिया,पीटीएम,टीएम को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सारिका बहन। साथ हैं ब्र.कु. रितु बहन।

भरतपुर-राज.। गौरव श्रीवास्तव,आईपीएस पुलिस महानिरीक्षक भरतपुर संभाग को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कविता बहन।

गोरखपुर-हुमायूपुर नॉर्थ(उ.प्र.)। गोरखपुर मंडल के कमिश्नर रवि कुमार एन.जी. को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पुष्पा बहन।

बिहार शरीफ-नालंदा(बिहार)। शिक्षक दिवस पर सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में 75 शिक्षकों को सम्मानित किया गया।

धरहरा-मुंगेर(बिहार)। प्रखंड अधिकारी मृत्युंजय कुमार को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. वंदना बहन।

जयपुर-राजापार्क(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा वरिष्ठ नागरिकों के लिए 'खुशनुमा जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में सदा खुश रहने की कला सिखाते हुए ब्र.कु. जीत बहन।

संत सम्मेलन • ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के शांतिवन में अखिल भारतीय भगवद्गीता महासम्मेलन का भव्य आयोजन

केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान ने किया शुभारंभ

शांतिवन-आबू रोड। 'वर्तमान नाजुक समय के लिए गीता के भगवान की श्रीमत' विषय पर आयोजित पाँच दिवसीय महासम्मेलन का शुभारंभ करने के पश्चात् इस अवसर पर देशभर से आए संत-महात्माओं, महामण्डलेश्वरों को सम्बोधित करते हुए केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान ने कहा कि भारत का धर्म ही आध्यात्मिकता है। हमारी सभ्यता और संस्कृति आत्मा से परिभाषित होती है न कि वेशभूषा, रंग और धार्मिक पूजा-पाठ की विधियों से। संतों के साथ बैठने से अनासक्ति पैदा होती है। उन्होंने कहा कि भारतीय परंपरा वैदिक काल से है। बाकी अन्य धर्म कोई 2500 वर्ष, 1500 वर्ष और 1200 वर्ष पूर्व ही आए हैं, लेकिन हमारी सनातन संस्कृति सबसे प्राचीन है।

राज्यपाल ने यह भी कहा-

कल्याण ही सभी वेदों-शास्त्रों का एक सार

गीता में कहा गया है कि जहां योगेश्वर कृष्ण होंगे, योगेश्वर कृष्ण अर्थात् जहां ज्ञान, प्रज्ञा होगी वहां आत्मसुख हासिल होगा। गीता में कहा गया है और सभी वेदों का सार यही है कि हमें जीवन में ज्ञान प्राप्त करना चाहिए और दूसरों के साथ बांटना चाहिए ताकि उनका भी कल्याण हो। ऐसे ही ज्ञान को बांटने का कार्य ब्रह्माकुमारीज़ के राजयोगी भाई-बहनें बखूबी कर रहे हैं।

अनेकता में एकता लाने का कर रहे प्रयास

राज्यपाल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ के राजयोगी भाई-बहनें दुनियाभर में अनेकता में एकता लाने का प्रयास कर रहे हैं। ये जिस समर्पण भाव से विश्व सेवा में जुटे हैं वह सराहनीय है। इतनी बड़ी संस्था का संचालन हमारी बहनों, मातृशक्तियों द्वारा किया जा रहा है, जो नारी शक्ति की महिमा बताता है। संस्थान के अति. महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने बताया कि भगवान कहते हैं सृष्टि के अंत में मैं ऐसा यज्ञ रचना हूँ जिसमें देवी-देवता बनने की शिक्षा दी जाती है। भगवान ने गीता में कहा है कि जिसके कर्म ब्रह्मा के समान अर्थात् ब्रह्मचर्य का पालन करने वाला, ब्रह्म को जानने वाला हो, वही सच्चा ब्राह्मण है। यह ब्रह्माकुमारीज़ का ज्ञान यज्ञ स्वयं परमपिता परमात्मा द्वारा स्थापित अविनाशी रूद्र गीता ज्ञान यज्ञ ही है। धार्मिक प्रभाग की अध्यक्षा ब्र.कु. मनोरमा दीदी ने स्वागत सम्बोधन दिया। प्रभाग की उपाध्यक्षा ब्र.कु. गोदावरी दीदी ने सभी अतिथियों का सम्मान किया। मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. रामनाथ भाई ने सभी का आभार ज्ञापित किया। **इस दौरान 'गीता में वर्णित युद्ध हिंसक नहीं अहिंसक' विषय पर शोधपत्र प्रस्तुत करने वाले सुरेश डांगी को ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से राज्यपाल ने एक लाख रुपए का नकद पुरस्कार प्रदान किया।**

दादी रतनमोहिनी जी का अभिवादन करते हुए राज्यपाल

महासम्मेलन में देशभर से आए संत-महात्माओं का चंदन की माला, शॉल और गुलदस्ते से स्वागत किया गया। मधुरवाणी ग्रुप ने स्वागत गीत प्रस्तुत किया। मुंबई से ब्र.कु. अस्मिता बहन, अहमदाबाद की डॉ. ब्र.कु. दामिनी बहन, ब्र.कु. युगरतन भाई, ब्र.कु. अर्चना बहन आदि ने मधुर आध्यात्मिक गीत प्रस्तुत कर समां बांध दिया। इस दौरान यदा-यदा ही धर्मस्य ग्लानि.... पर सुंदर नाट्य प्रस्तुति दी गई।

ब्रह्माकुमारीज़ संस्था विश्वभर में लोगों को सात्विकता अपनाने की दे रही है शिक्षा: डॉ. रामविलास दास

महासम्मेलन के दौरान 'गीता में वर्णित युद्ध अहिंसक' विषय पर आयोजित सत्र को सम्बोधित करते हुए अयोध्या से आए राम मंदिर आंदोलन से जुड़े व रामजन्मभूमि मंदिर ट्रस्ट के सदस्य डॉ. रामविलास दास वेदांती ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ ने शुद्ध सात्विक बनाने का कार्य न केवल भारत में बल्कि पूरे विश्व में किया है। यहां से लोगों को शुद्ध सात्विक भोजन ग्रहण करने और जीवन में सात्विकता अपनाने की शिक्षा दी जा रही है। इस संस्था ने पूरे विश्व में जो कार्य किया है वह किसी और ने नहीं किया है।

इस मौके पर कर्नाटक से आईं गीता विदुषी राजयोगिनी ब्र.कु. वीणा बहन, मुंबई की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. कुंती बहन, दिल्ली की ब्र.कु. सपना बहन आदि ने भी अपने विचार रखे।

10 कुमारियां विश्व कल्याण हेतु शिव को हुईं समर्पित

विश्व शांति सरोवर में 5000 लोग इस ऐतिहासिक पल के बने साक्षी

नागपुर-महा.। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के जामठा स्थित विश्व शांति सरोवर में आयोजित कार्यक्रम में 10 कुमारियों ने अपना जीवन विश्व कल्याण के लिए परमात्मा शिव को अर्पित करने का निर्णय लिया। इस अवसर पर माउण्ट आबू से आईं ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी ने समर्पित होने वाली कुमारियों को समर्पित जीवन का महत्व तथा ज़िम्मेदारियों से अवगत कराते हुए कहा कि वफादार बनकर रहना है, ईमानदारी से चलना है। अपने हर संकल्प, बोल और आंतरिक ऊर्जा को ईश्वरीय सेवाओं में सफल करना है। उन्होंने कहा कि इस समर्पित जीवन में सदा खुश, सदा संतुष्ट रहना है। सबको दुआएं देनी हैं और लेनी हैं। उन्होंने समर्पित जीवन के मूल मंत्र से अवगत कराते हुए समर्पित जीवन का दृढ़ता से पालन कर ईश्वरीय मर्यादाओं पर चलने के लिए प्रतिज्ञायें कराईं। नागपुर की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. रजनी दीदी ने शब्दों द्वारा सभी का स्वागत किया। मौके पर माउण्ट आबू से आये ब्र.कु. देव भाई, ब्र.कु. प्रकाश भाई व अन्य भाई-बहनों सहित गुजरात अहमदाबाद से ब्र.कु. नेहा बहन, ब्र.कु. शालिनी बहन, मुम्बई से डॉ. प्रवीण कुमार जैन, डॉ. मीता मेहता तथा विशेष रूप से शिवकिशन अग्रवाल व प्रो. हल्दीराम भुजियावाला सपरिवार उपस्थित रहे। इस दौरान सांस्कृतिक कार्यक्रमों का भी आयोजन हुआ।

ये हैं वे भाग्यशाली कुमारियां

नागपुर से ब्र.कु. हर्षाली बहन, ब्र.कु. गायत्री बहन, ब्र.कु. त्रिवेणी बहन, ब्र.कु. आशा बहन, ब्र.कु. करिश्मा बहन, ब्र.कु. गायत्री बहन, ब्र.कु. अंकिता बहन, गोंदिया से ब्र.कु. सुनीता बहन, वर्धा से ब्र.कु. तृप्ति बहन तथा वरठी से ब्र.कु. हेमा बहन ने परमपिता शिव परमात्मा को अपने जीवनसाथी के रूप में स्वीकार किया।

'खेलेगा भारत तो खिलेगा भारत' अखिल भारतीय अभियान का शुभारंभ

> खिलाड़ियों का मनोबल बढ़ाने एवं उनकी योग्यताओं का सम्मान करने हेतु पूरे वर्ष देश भर में चलेगा यह अभियान

> कार्यक्रम में अर्जुन अवॉर्ड तथा अन्य खेल खिताब जीतने वाले अनेकों खिलाड़ियों को किया गया सम्मानित

नई दिल्ली। आज़ादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में 'खेलेगा भारत तो खिलेगा भारत' विषय को लेकर ब्रह्माकुमारीज़ के खेल प्रभाग द्वारा रोहिणी स्थित सेवेन सीज़ होटल सभागार में अखिल भारतीय अभियान का शुभारंभ हुआ। इस मौके पर भाजपा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष श्याम जाजू ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा दिये जा रहे आध्यात्मिक ज्ञान और राजयोग की शिक्षा से जीवन में सकारात्मक परिवर्तन संभव है। इसे खिलाड़ियों को ज़रूर अपनाना चाहिए। खेल उप निदेशक संजय अंबस्ता ने कहा कि खिलाड़ियों को जी-तोड़ मेहनत के साथ ही सभी ब्रह्माकुमारी बहनों का आशीर्वाद चाहिए जो ये सिखाती हैं कि किस तरह हम परमात्मा के साथ से अपनी हर मुश्किल को बहुत छोटा कर सकते हैं। खेल प्रभाग के अध्यक्ष डॉ. बसवराज राजऋषि ने कहा कि परमात्मा द्वारा सिखाये जा रहे गीता ज्ञान व सहज राजयोग के नियमित अभ्यास से ही खिलाड़ियों में ऊँचे लक्ष्य को प्राप्त करने की हिम्मत, हौसला और योग्यताएं विकसित होंगी। पार्लियामेंट्री कमेटी के अध्यक्ष तथा सांसद डॉ. अमर पटनायक ने कहा कि आध्यात्मिकता, खेल में सकारात्मक प्रतिस्पर्धा को बढ़ाती है। जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी बहन ने कहा कि खिलाड़ियों को अपने क्षेत्र में सफलता के शिखर पर पहुंचाने का आधार है उनका उत्तम स्वास्थ्य, मनोबल और आत्मबल। संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. शशि प्रभा दीदी, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा भाई, हैदराबाद से स्पोर्ट्स विंग की वाइस चेयरपर्सन ब्र.कु. कुलदीप बहन, संस्थान के सिक्योरिटी सर्विस विंग की वाइस चेयरपर्सन ब्र.कु. शुक्ला दीदी ने भी अपने विचार रखे। मौके पर अंतर्राष्ट्रीय रेफरी एवं न्यायाधीश (मुक्केबाजी) ब्रिगेडियर विक्रम सिंह तथा अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

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,Oct 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,- 307510
See Latest News
www.omshantimedia.org