OM SHANTI MEDIA -FEB-II- 2022 MAHARASHTRA FINAL FILE_Layout 2 29-01-2023 10:50 Page 1

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25 फरवरी - II - 2023 अंक - 22 माउण्ट आबू Rs.-12

अव्यक्त दिवस • 18 जनवरी, ब्रह्मा बाबा के 54वें पुण्य स्मृति दिवस पर 'शांति स्तंभ' पर लगा रहा भाई-बहनों का तांता

विश्व शांति की मनोकामना के साथ पांडव भवन के चारों धामों में किया अखंड योग

पाण्डव भवन-माउण्ट आबू। ब्रह्माकुमारीज़ की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी डॉ. निर्मला दीदी ने कहा कि बाबा त्याग, तपस्या व सेवा की महान विभूति व ऐतिहासिक महापुरुषों में से एक थे, जिन्होंने लोक-कल्याण के लिए स्वयं की अथाह चल-अचल संपत्ति समेत खुद को न्यौछावर कर दिया था। उक्त उद्गार दीदी ने संगठन के साकार संस्थापक प्रजापिता ब्रह्मा बाबा के 54वें पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त किये। उन्होंने बाबा के साथ के संस्मरण सुनाते हुए कहा कि ब्रह्माबाबा ने कहा था कि परमपिता निराकार परमात्मा के अवतरण की महान भारत भूमि से ही विश्व कल्याण होगा। तब से लेकर समूचे विश्व में ईश्वरीय संदेश देने का कार्य अनवरत जारी है।

ब्रह्मा बाबा के 54वें पुण्य स्मृति दिवस पर विशाल एवं अखंड योग कार्यक्रम का हुआ आयोजन

पांडव भवन के चारों धामों,शांति स्तंभ, बाबा का कमरा, तपस्यास्थली कुटिया व हिस्ट्री हॉल में रात्रि दो बजे से ही परमात्म-प्रेम में लीन दिखे भाई-बहनें

वरिष्ठ भाई-बहनों द्वारा ब्रह्मा बाबा के संस्मरण सुनकर हर व्यक्ति हुआ भाव-विभोर

संकल्पों पर निर्भर है सफलताः ब्र.कु. शशिप्रभा

संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. शशिप्रभा दीदी ने कहा कि ब्रह्माबाबा का मानना था कि संसार के सभी कार्य संकल्पों की सफलता पर निर्भर हैं। यदि मनुष्य स्वयं पर विश्वास करने लग जाए तो उसके वैचारिक धरातल में जो भी संकल्प उत्पन्न होंगे, उसे वह जब भी कार्य-रूप में परिवर्तित करेगा तो सफलता निश्चित है। शिक्षा प्रभाग की उपाध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. शीलू दीदी ने कहा कि ब्रह्मा बाबा ने मानव-कल्याण के लिए जो कार्य किए, वे आज के परिवेश में सटीक ही नहीं बल्कि कल्याणकारी भी सिद्ध हो रहे हैं। परिणामस्वरूप समाज में एक विशाल जनसमुदाय बाबा के पद्चिन्हों पर चलते हुए स्वयं को गौरवान्वित महसूस कर रहा है।

प्रजापिता ब्रह्मा बाबा के अव्यक्त दिवस पर शांति स्तंभ पर श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए देश-विदेश से आये वरिष्ठ राजयोगी भाई-बहनें।

संजीवनी बूटी का कार्य करता राजयोग का अभ्यास

वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका डॉ. ब्र.कु. सविता ने कहा कि सहज राजयोग का अभ्यास एक संजीवनी बूटी की भांति कार्य करता है। इस अभ्यास से मनुष्य का चिंतन सकारात्मकता के साथ शुद्ध, सात्विक व लोक कल्याणकारी कार्यों को बढ़ावा देने वाली प्रवृत्तियों का पक्षधर हो जाता है।

ईश्वरीय ज्ञान में असंभव को संभव करने की अतुल्य ताकत

भारतीय नौसेना उपाध्यक्ष एस.एन.घोरमडे ने कहा कि ईश्वर के ज्ञान में असंभव को संभव करने की अतुल्य ताकत है। ज्ञान का प्रकाश न केवल मन के अंधकार को समाप्त करता है बल्कि हर संकल्प को समर्थ बना देता है। जिस मन में ईश्वरीय ज्ञान के संकल्पों के बीज रोपित होते हैं वह मन खुशी-खुशी हर परिस्थिति का सामना करने में सक्षम हो जाता है।

ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राजकीय महिला महाविद्यालय व डीएवी महाविद्यालय फरीदाबाद में 'समाधान परक पत्रकारिता' कार्यशाला

अध्यात्म से जुड़कर ही पत्रकार व पत्रकारिता कर सकते हैं समाधान

फरीदाबाद-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के मीडिया प्रभाग द्वारा चलाए जा रहे 'अखिल भारतीय समाधान मूलक पत्रकारिता' अभियान के अंतर्गत से.16 स्थित राजकीय महिला महाविद्यालय तथा डीएवी महाविद्यालय फरीदाबाद में एक दिवसीय 'समाधान परक पत्रकारिता' विषयक कार्यशाला का आयोजन किया गया।

इस मौके पर महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. नरेंद्र कुमार ने कॉलेज के जनसंचार विभाग के विद्यार्थियों के लिए ऐसी कार्यशाला को अत्यंत उपयोगी बताया और सभी अतिथियों का स्वागत किया।

जामिया मिलिया इस्लामिया विश्वविद्यालय पत्रकारिता विभाग के प्राध्यापक डॉ. प्रो. सुरेश वर्मा ने कहा कि भौतिकवादी पाश्चात्य मूल्य, शिक्षा और संस्कृति के आधार पर बनी पत्रकारिता के पाठ्यक्रम में भारतीय मूल्यबोध एवं आध्यात्मिकता का पुट ज़रूरी है। तभी भारत के पत्रकार और पत्रकारिता मानव जीवन, प्रकृति और पर्यावरण को स्वस्थ, स्वच्छ और समृद्ध बनाने में उत्कृष्ट सकारात्मक योगदान दे सकते हैं।

ब्रह्माकुमारीज़ के नेशनल मीडिया कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. सुशांत भाई ने बताया कि अगर मीडिया को

संस्थान के मीडिया प्रभाग द्वारा चलाए जा रहे 'अखिल भारतीय समाधान मूलक पत्रकारिता' अभियान के अंतर्गत आयोजन

समाधान परक बनाना है, तो पत्रकारों तथा मीडिया प्रोफेशनल्स को व्यक्तिगत एवं व्यावसायिक जीवन में आध्यात्मिक मूल्य, सकारात्मक चिंतन, राजयोग ध्यान तथा सादा, स्वस्थ और सात्विक जीवन शैली को अपनाना होगा। संस्थान के से.46 स्थित सेवाकेन्द्र की निदेशिका ब्र.कु. मधु बहन ने बताया कि पत्रकारों के संघर्षमय जीवन में चिंता, भय व तनाव को दूर करने के लिए रोज़ सुबह करीब 30 मिनट राजयोग का अभ्यास व अनुभव करना आवश्यक है। जिससे मीडियाकर्मी सारा दिन मानसिक, बौद्धिक व भावनात्मक रूप से शांत, स्थिर, स्वस्थ, सशक्त व संतुलित रहेंगे और अपने कार्यक्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान दे पाएंगे। सोशल जस्टिस फाउंडेशन के प्रेसिडेंट वरिष्ठ पत्रकार राम रतन नर्वत ने कहा कि बदलते परिवेश में मीडिया के सामने आ रही नई-नई चुनौतियों का सामना और समाप्ति के लिए पत्रकारों में पर्याप्त मनोबल, आत्मबल व नैतिक शक्ति की ज़रूरत है, जो इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय के आध्यात्मिक ज्ञान व राजयोग के अभ्यास से ही प्राप्त किया जा सकता है। विभाग अध्यक्ष डॉ. शालिनी ने भी अपने विचार रखे। फरीदाबाद स्थित डीएवी महाविद्यालय में जनसंचार के विद्यार्थियों के लिए आयोजित कार्यशाला में मुख्य वक्ता ब्र.कु. सुशांत भाई, ब्र.कु. मधु बहन, महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. सविता भगत ने सम्बोधित किया।

अपने आंतरिक कारखाने को गुणवत्ता योग्य बनायें

मान लीजिए कि हम एक कारखाने के मालिक हैं, जो एक दिन में 50 हज़ार यूनिट्स का निर्माण करते हैं। यह बुद्धिमानी नहीं है कि उनमें से केवल एक अंश उपयोगी है, जबकि बाकी का कोई उपयोग नहीं। क्वांटिटी तो है लेकिन क्वालिटी कुछ यूनिट्स में ही है। इसका मतलब बाकी यूनिट्स का कोई उपयोग नहीं है। इसी तरह हमारा मन भी एक आंतरिक फैक्ट्री है। वह भी एक दिन में लगभग 30-40 हज़ार विचारों का सृजन करता है। प्रत्येक संकल्प, विचार में शब्दों या कार्यों के माध्यम से एक शक्तिशाली शक्ति में परिवर्तित होने की क्षमता होती है। इस आंतरिक कारखाने के मालिक के रूप में हमें यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि प्रत्येक विचार उपयोगी हो।

ब्र.कु. गंगाधर

हमारा जीवन शब्दों और व्यवहारों में आने वाले संकल्प, विचारों की एक लम्बी श्रृंखला है। जिसमें कई तरह के क्वालिटी वाले विचार होते हैं। उसमें पॉज़िटिव भी हो सकते हैं और निगेटिव भी। अगर हम इंट्रोस्पेक्ट करें तो ज़्यादातर विचार निगेटिव श्रेणी में पाये जायेंगे। बहुत थोड़ी मात्रा में उपयोगी व कार्य व्यवहार से सम्बंधित होंगे।

जिस तरह एक किसान बीज बोने से पहले उसकी गुणवत्ता की अच्छी तरह जाँच करता है, उसी प्रकार हमें अपने विचारों की जाँच करनी चाहिए कि कौन से बीज वाणी और कर्म के रूप में बदल देते हैं। जिसकी प्रचुर गुणवत्ता होती है, वे तो हमें शक्ति प्रदान करते हैं और हमारे जीवन में आनंद और खुशी की वृद्धि करते हैं। दूसरे शब्दों में हमें अपने विचार कारखाने का स्वामित्व लेने की आवश्यकता है।

पहला, हर विचार और संकल्प के चार प्रभाव होते हैं। यह आपकी भावना पैदा करता है, यह आपके शरीर की हर कोशिका को प्रभावित करता है। यह उस व्यक्ति तक पहुंचाता है जिसके बारे में आप सोचते हैं और यह वातावरण में विकीर्ण होता है। तो आपके विचार, आपकी भावनाएं, स्वास्थ्य, रिश्ते और पर्यावरण से जुड़े हैं। और ये सब आपके जीवन को प्रभावित करते हैं।

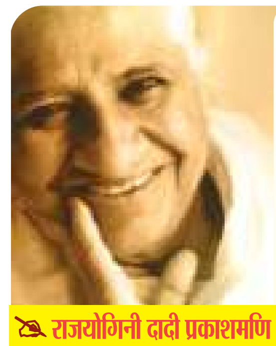
दूसरा, हर घंटे के बाद एक मिनट के लिए अपने विचारों का निरीक्षण करें और उन्हें चार श्रेणियों में वर्गीकृत करें। सकारात्मक विचार, जो शांति, प्रेम, खुशी और स्वीकृति के विचार हैं। नकारात्मक विचार, अहंकार, चोट, क्रोध, घृणा या ईर्ष्या के होते हैं। आवश्यक विचार दिन प्रतिदिन की गतिविधियों से सम्बंधित होते हैं, चिंता, जलन, भय या चिंता की भावनाओं के बिना। व्यर्थ विचार भूत, भविष्य या अन्य लोगों के बारे में होते हैं। यह सब हमारे नियंत्रण में नहीं हैं। जो नियंत्रण में नहीं, वो हमारे भीतर खेत में घासफूस, कांटे की तरह है। वे हमारे जीवन से आनंद और खुशियों को छीन लेते हैं। स्वयं को सशक्त बनाने की पहली अवस्था है, सबके प्रति शुद्ध विचार और शुभ भावना उत्पन्न करना। इस तरह के विचार हमारे मन रूपी फैक्ट्री में सृजन करने से हम अपने आप को तरोताज़ा महसूस करते हैं। मन को धीमा करना, कई व्यर्थ विचारों की भीड़ से मुक्त रहना और अपने अवचेतन मन से सोचने के नए तरीके विकसित करने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान का अध्ययन करना। हर संकल्प, विचार आपकी आध्यात्मिक ऊर्जा का उत्पाद बन जाता है। क्योंकि जानकारी आपके विचारों का सबसे बड़ा श्रोत है। तो हे मालिक, आप अपने ही फैक्ट्री के मालिक बनें, ना कि छोटा-सा वर्कर। हमें इस तरह से अपने आप को सशक्त बनाकर आनंद की ओर आगे बढ़ना है।

अन्तर्मुख रहना... ये है ईश्वरीय मर्यादा

हरेक अपने से पूछे कि मैंने अपनी जीवन त्यागी बनाई है? त्याग की परिभाषा बहुत बड़ी है, जितना हम त्यागी बनेंगे उतना ही तपस्वी बनेंगे। बाबा ने कहा योग न लगने के कारण नाम-रूप में फँसते हैं, देही अभिमानी नहीं बनते, यह हमारी चाबी है, देखना है हम कहाँ तक देही-अभिमानी बने हैं? अगर मेरे में ज़िद का स्वभाव है, तो ये ज़िद का स्वभाव क्या मुझे वरदान प्राप्त करायेगा? जैसे मुझे कोई कहता मैं नहीं कर सकती, लेकिन यह कार्य बाबा का है, वह मुझे करने के लिए कहता, उससे अनेक आत्माओं को हर्ष मिलता, उत्साह मिलता, कितना लाभ होगा। ना कर दिया तो उन सबका बोझ मेरे ऊपर चढ़ गया। नाम है ज़िद, परन्तु उसमें कितना नुकसान हुआ।

बाबा ने हमें अमृतवेले से रात तक हर कर्म करने के ज़िम्मेवार बनाया है, किसी कारण से अमृतवेले नहीं उठते। परन्तु ये भी सोचा कि मेरे उठने से कितनों को प्रेरणा मिलती है? ये प्रेरणा मिलना ही वरदान है। ऐसे ही अनासक्तपन की जीवन देखकर सब सीखेंगे। थोड़ी घड़ी के लिए मेरे में सुस्ती है, तबियत के कारण या मेरी नेचर सुस्त है, क्या मेरी सुस्ती की नेचर औरों को प्रेरणा देगी या उसे बेमुख करेगी? सुस्ती के कारण मैं किसी को बेमुख करूँ या मैं अपना मूड ऑफ अर्थात् स्विच ऑफ करके अंधकार कर दूँ, तो उसका कितना बुरा प्रभाव दूसरों पर पड़ेगा! कई तो बड़े फलक से कहते हैं कि आज मेरा मूड ऑफ है। जैसे बाबा ने कहा ओम शान्ति। हम कहते मूड-शान्ति। अगर कोई कारण से मूड ऑफ भी हुआ तो उसे बाबा की याद से सेकण्ड में खत्म कर दो। आज साइंस की शक्ति वाले सेकण्ड में अंधकार से प्रकाश कर देते हैं, हम साइलेन्स की शक्ति से मूड शान्त नहीं कर सकते?

हम सब ओपेन थियेटर में बैठे हैं, हमें सारी दुनिया देख रही है। हम बाबा के बच्चे हैं, नूरे रत्न हैं, आँखों के तारे हैं, बाबा ने हमें नयनों पर बिठाया है, हम आप साधारण नहीं हैं, लेकिन हम असाधारण अलौकिक हैं, हमारा बाबा निराला, हम भी निराले। बाबा हमेशा कहते बड़े ते बड़े छोटे सुभान अल्लाह। आप सब बाबा की छत्रछाया, शक्ति के नीचे बैठे हो, नहीं तो आज का ज़माना बहुत खराब है। आप सब एक दृढ़ संकल्प लेकर बाबा की गोद में आये हो। तो अपने से रुह-रिहान करनी है कि हमें बाप के समान बनना है, सम्पन्न बनना है, समीप रहना है।



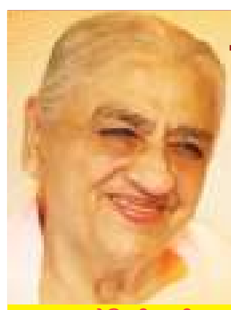
> मेरे जीवन का हमेशा लक्ष्य रहता बाबा की पहले दिन की श्रीमत है- आज्ञाकारी, फरमानबरदार, वफादार। दूसरा है त्याग, तपस्या और सेवा और इन सबका आधार है- श्रीमत। श्रीमत में रहने से हमारी तथा सर्व की सेवा है, इसमें ही कल्याण है।

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

जग को परिवर्तन करने वालों को पहले स्वयं को परिवर्तन करना है। मेरे जीवन का हमेशा लक्ष्य रहता बाबा की पहले दिन की श्रीमत है- आज्ञाकारी, फरमानबरदार, वफादार। दूसरा है त्याग, तपस्या और सेवा और इन सबका आधार है- श्रीमत। श्रीमत में रहने से हमारी तथा सर्व की सेवा है, इसमें ही कल्याण है।

ईश्वरीय मर्यादा कहती है तुम्हें अन्तर्मुख रहना है, मेरी पसन्दी है बाहरमुखता, अगर मैं अन्तर्मुख न रहूँ तो दूसरों को कैसे कहेंगे! तो ये कौन-सी मैंने सर्विस की? बाहरमुखता मेरी नेचर है, अन्तर्मुखता बाबा की श्रीमत है, तो मुझे आज्ञाकारी बनना है। अगर नहीं रहती हूँ तो क्या मैंने आज्ञा का पालन किया या उल्लंघन किया? आज्ञा पालन करने में बाप की आशीर्वाद मिली, न करने में श्राप।

बाबा खज़ाना देवे और हम न लेवें तो उसे क्या कहेंगे...


राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

हम सबके अन्दर बाप समान बन एक साथ बहुतों को धक से सुख देने की इच्छा है। बाबा भी कहते हाँ बच्चे दे सकते हो। अनादि और आदि दोनों बाप इकट्ठे होकर बिछड़ी आत्माओं को प्यार से अपना बना करके कहते हैं कि मेरे बच्चे पवित्र बनो, योगी बनो। और कुछ भी न करो सिर्फ शान्त रहके बार-बार यही अभ्यास करो।

जब साइलेन्स में होंगे तो बाबा मुख से नहीं निकलता है क्योंकि वो साइलेन्स की शक्ति दे रहा है, पवित्रता का बल आत्मा में भर रहा है इसलिए दिल से निकलता है- बाबा 84 जन्म साथ रहेंगे। एक जन्म तो क्या, एक वर्ष भी हम कम नहीं रहेंगे।

हमें तो नशा हो कि यह साकार, अव्यक्त, निराकार तीनों मेरे हैं। तो कभी भी चेहरा ऐसा-वैसा नहीं करेंगे। यह निरादर भी है तो अपवित्रता भी है। तो जो बाबा की याद में प्यार से रहने वाला है, उनमें किसी भी प्रकार की अशुद्धि(अपवित्रता) नहीं होगी क्योंकि किसकी शक्ल ऐसे मुरझाई हुई होती है तो वहम् और रहम पड़ता है।

संगम पर बाबा बच्चों को पावन बना करके राजाई देने के लिए बंधायमान हो गया है। बाबा हमको इतनी बड़ी राजाई देवे लेकिन हम सतयुग के लायक तो बनें। शुद्ध, शान्त तो रहें। बाबा से इनाम लेना हो तो अभी परिवर्तन हो जाओ, पुरानी बातों को विदाई दे बधाईयाँ लो। जो भी किसी के पास पहली और पुरानी बात हो उसे खत्म कर दो। आज भोग लगा दो। मन्सा, वाचा, दृष्टि, वृत्ति सदा सबके हितकारी, सबका भला हो। जैसे बाबा ने मेरा भला किया है, अभी ऐसे सबका भला हो। किसके लिए भी हमें अशुभ सोचना ही नहीं है।

सेवा में या स्व-उन्नति में अलबेले की नेचर बड़ी नुकसानकारक है। बहाने की आदत है तो यह भी अपवित्रता है, सुस्ती भी अपवित्रता है। और यह सब सुनते-सुनते नींद आ जाए तो यह भी अपवित्रता है माना अन्दर में कुछ दाल में काला है। जो इतना बाबा अच्छी तरह से खज़ाना देवे फिर भी हम लेवे नहीं तो क्या कहेंगे! अब लो और बाँटों।

दया और दुआ दृष्टि से पालना करें

राजयोगिनी दादी जानकी जी

भल किसने कुछ भी कहा हो, मेरा बाबा कल्याणकारी है, हमारे को क्या करने का है? जैसे किसके अवगुण पर नफरत आती है, ऐसे अपने अवगुण पर नफरत करो। जिसको नफरत आई यह बड़ा अवगुण है। देखा गया है- घृणा दृष्टि ज़रा भी किसके लिए भी है, मेरी दृष्टि में घृणा है तो दया, दुआ दृष्टि बदल गई। दया और दुआ दृष्टि सदा रहे, जैसे मेरे बाबा की है।

दया और दुआ दृष्टि से हमारी पालना हुई है। कभी बाबा ने मम्मा ने घृणा नहीं रखी। कैसा भी है, हमको कहेगा बच्ची संग की सम्भाल करो। संग अच्छा रखेंगे तो तुम्हारा भला है। हम किसके संग में रहें, तो दूसरे को भी एक बाप के संग का रंग लग जाए।

बाबा से जो 4 रूप दिखाई देते हैं, एक मेरा साकार बाबा, उसने एडॉप्ट किया, गोद में बिठाया फिर सामने बैठ पढ़ाया। आज दिन तक बचपन नहीं भुला है। बचपन के दिन भुला न देना...। बचपन का दिन भुला माना सिरदर्द। हमको क्या करना है? बच्चे हैं बाबा के, तो बाबा शक्ल से दिखाई देता है। पढ़ने के समय आँख खोलकर सामने बैठकर पढ़ो। तुम गुलाब का फूल बच्चा हो ना, बाबा माली है, कोई कांटा न हो। साकार में शिवबाबा बैठकर हमको पढ़ावे। फिर क्या बना रहा है वह अपनी स्थिति से दिखा रहा है। बाबा को कभी देहधारी रूप से नहीं देखा है, सदा अव्यक्त चमकता हुआ देखा है। हड्डियां हैं नहीं। दधीचि ऋषि बन हड्डियां दे दीं। सेवा दिल से की है। चौथा भविष्य, कृष्ण भी दिखाई पड़ता फिर नारायण स्वरूप का नशा सदा देखा। ऐसे बाबा को चारों रूप से देखते बाबा के पास रहे हैं। इतनी हमें विदेही बनाने की, देह अभिमान छुड़ाने की मेहनत की, फिर सारा प्यार जो भर दिया वह अन्तिम जन्म तक भूले नहीं हैं। इस साकार के साथ तुम 84 जन्म पार्ट बजाओ। वह कहता मैं दुःख-सुख में नहीं आऊंगा। अच्छा है। हमने कभी दुःखी होकर भगवान को याद नहीं किया।

इन अन्तिम घड़ियों में त्याग, तपस्या वाली सेवा करो, इसमें मनी, टाइम, एनर्जी सब बचेगा। जो बाबा ने आदि से कराया है वही हम करेंगे, टाइम, मनी सब सफल हो। हमारी एनर्जी ऐसी हो जो कम से कम अपने आपको तो सम्भाल सकें। अपनी स्थिति को तो सम्भाल सकें, साथियों को तो दे सकें। कोई सामने आये तो मुस्करा तो सकें। मुरझाये हुए रहेंगे, मुस्करायेंगे नहीं तो सेवा क्या करेंगे!

जो बहुतकाल का होगा वह अन्तकाल में सबको नज़र आयेगा। अभी मेरे अन्दर क्या है, वह पता नहीं पड़ता है, अन्तकाल का सबको पता पड़ जाता है। तो यह अपने आपका ध्यान रखना है।

OM SHANTI MEDIA -FEB-II- 2022 MAHARASHTRA FINAL FILE_Layout 2 29-01-2023 10:50 Page 3

हमारी इच्छा वो हो जिसमें लोक कल्याण समाया हो

जब हम ज्ञान प्राप्त करते हैं तो उसका पहला परिणाम यह होना चाहिए कि हमारी जो हानिकारक इच्छायें थीं, अकल्याणकारी इच्छायें थीं, वे समाप्त होनी चाहिए और हमारी इच्छाओं में लोक-कल्याण हो, सबका भला हो, समर्पण भाव हो जिसको हम भगवान पर समर्पण कहते हैं।

मनुष्य कहते हैं कि इच्छा नहीं होनी चाहिए, लेकिन इच्छा न हो तो कोई काम हम नहीं कर सकते। अतः हमारी लोकसेवा की इच्छा हो और इच्छाओं को परोपकारी कामों में लगा दो। बाबा कहते हैं, सेवा भविष्य का ताज है। जो यहाँ सेवा का ताज पहनेगा, वही भविष्य में विश्व महाराजन बनेगा। बाबा ने हरेक चीज़ का सद्विनियोग(सही उपयोग) करने के लिए बताया है। इच्छा को दबाते क्यों हो? इच्छा खराब नहीं होनी चाहिए। बाबा कहते हैं कि अपने में खराब चीज़ नहीं होनी चाहिए। जो हैं उनका रूपान्तर करो, वेस्ट को बेस्ट बनाओ, न कि उस चीज़ को छोड़ दो। घोड़ा है, घोड़ा चलने के लिए है। घोड़े को चारा खिलायें, पानी पिलायें, उसकी सेवा करें लेकिन यदि उसको इस्तेमाल नहीं करें तो क्या फायदा? घोड़ा आपके पास इसीलिए है कि उस पर चढ़कर अपनी मंज़िल पर पहुँचो। अगर इच्छा को दमन करके, बाँध करके रख दो, तो क्या फायदा? उसका सद्विनियोग करो। इच्छायें हमारी एनर्जी की अभिव्यक्ति हैं। इच्छा क्या है? मरे हुए आदमी को कोई इच्छा होती नहीं। इसीलिए कहते हैं ना कि जब तक जीवन है, तब तक इच्छा है ही। जिसमें इच्छा है, उसमें एनर्जी भी है। अगर इच्छा भी है, एनर्जी भी है तो हम नरक को स्वर्ग बना दें, पतित को पावन बना दें या संसार में किसी को सुख-शांति प्राप्त कराने के निमित्त बन जायें तो इससे बड़ा कार्य और क्या हो सकता है? इससे बड़ी सेवा और क्या हो सकती है? सेवा क्या है? इच्छा का ही तो प्रयोग है। अगर इच्छा नहीं है तो हाथ पर हाथ रखकर बैठा रहेगा। जिसको हम सेवा कहते हैं वह सेवा यही है कि सबसे पहले लोक-कल्याण के लिए हमारी इच्छा होगी। जहाँ हमारी इच्छा होगी वहाँ हम अपने पैसे भी लगायेंगे, समय भी लगायेंगे और मेहनत भी करेंगे। उसी शब्द का नाम सेवा है।

अगर मन में इच्छा को दबा देना चाहते हैं, तो उसके लिए भी इच्छा चाहिए ना! इच्छा दबाने की भी इच्छा होती है। कहते हैं ना कि आप सब कुर्सियों को उठा सकते हो, लेकिन जिस कुर्सी पर आप बैठे हो उसको तो नहीं उठा सकते हो ना! ऐसे इच्छा को उठाने के लिए भी इच्छा चाहिए। इच्छा तो रहेगी ही रहेगी। इसलिए क्यों नहीं उस इच्छा का सद्विनियोग किया जाये! इसलिए यह जो युवा अवस्था है, कुमार अवस्था है, इसमें, ज्ञान में आने से पहले, वे सोचते हैं कि हम यह भी कर सकते हैं, वो भी कर सकते हैं। मैंने देखा है, एक साल में तीन-तीन इम्तहान पास कर लेते हैं। नौकरी भी करके आयेंगे, फिर ट्युशन पढ़ाने जायेंगे; समझेंगे हम पैसे कमायेंगे। कई काम करके वे

✍राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

लोग जीवन में आगे बढ़ने की कोशिश करेंगे। समझते हैं कि जीवन है तो यही है। बाबा कहते हैं कि इस एनर्जी को चढ़ने के कार्य में प्रयोग करो अर्थात् सेवा में लगाओ। इससे वह एनर्जी सफल हो जाती है। इच्छा ही चढ़ने का कारण हो सकती है।

ओढ़ने की इच्छा, पहनने की इच्छा, पढ़ने की इच्छा, किसी सुंदर वस्तु को देखने की इच्छा, सुंदर वस्तु को प्राप्त करने की इच्छा। ये भी इच्छायें हैं। ऐसी इच्छाओं को भूलने के लिए बाबा ने कहा, 'इच्छा मात्रम् अविद्या'। इसको कहते हैं इनोसेंट बन जाना। इसी का नाम पवित्रता है। मन से भी हम पवित्र हो जायें। ये तो मरे पड़े हैं, ये तो मुर्दे हैं। बाबा ने कहा है कि ये सब कब्रदाखिल हैं। जो भी चीज़ें इन आँखों से दिखायी पड़ रही हैं, वो सब विनाश होने वाली हैं। जब एक बार बुद्धि से यह बात समझ जाते हैं, तब इन व्यर्थ बातों की इच्छा नहीं रहती।

ज्ञान क्या है?

हमारी इच्छा वो हो जिसमें अच्छाई हो, लोक-कल्याण हो। यही तो ज्ञान है। ज्ञान क्या है? जिसमें अच्छे और बुरे के अन्तर की समझ हो। यह जानकारी हो कि किसमें हमारा लाभ है और किसमें हमारी हानि है, किसमें हमारा कल्याण है और किसमें हमारा अकल्याण है। जब हम ज्ञान प्राप्त करते हैं तो उसका पहला परिणाम यह होना चाहिए कि हमारी जो हानिकारक इच्छायें थीं, अकल्याणकारी इच्छायें थीं, वे समाप्त होनी चाहिए और हमारी इच्छाओं में लोक-कल्याण हो, सबका भला हो, समर्पण भाव हो जिसको हम भगवान पर समर्पण कहते हैं। भगवान हमारा समर्पण लेकर क्या करेगा? उसको किसी चीज़ की आवश्यकता नहीं है। हम समर्पण किसलिए करते हैं? लोक-सेवा के लिए, लोक-कल्याण के लिए। यह हमारी इच्छा है। यह इच्छा मेरे लिए नहीं, लोक-कल्याण अर्थ। हवन करते हैं ना, किसलिए करते हैं? सारा मंत्र पढ़कर क्या कहते हैं? यह अग्नि के लिए है, यह वायु के लिए है, यह आकाश के लिए है; मेरे लिए नहीं। उसका भाव क्या है? घी को अग्नि में डालेंगे। अग्नि में डालेंगे तो सूक्ष्म हो जायेगा। सूक्ष्म होकर सारे वातावरण में मिल जायेगा। घी किसी को पिला दो, उसको अग्नि में क्यों डाल रहे हो? वे उसकी व्याख्या देते हैं कि अग्नि में डालने से वह सूक्ष्म हो जायेगा और वह वातावरण में मिल जायेगा। हमारे में दूसरों का भला करने की, दूसरों का कल्याण करने की भावना आयेगी। खायेंगे तो हम थोड़े लोग खायेंगे, लेकिन वातावरण में मिल जाये तो सबको थोड़ा-थोड़ा मिल जायेगा। आज आदमी के पास पीने के लिए दूध नहीं है, लेकिन आग में डाल देते हैं। क्यों? क्योंकि शुरू में इसके पीछे भी त्याग भावना थी। वे बार-बार यही कहते हैं। अग्नि को भी भगवान मानकर उसको समर्पित करते हैं।

खजुराहो-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के 'शिवालय भवन' सेवाकेन्द्र के 10वें वार्षिकोत्सव में छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन, सीआईएसएफ डायरेक्टर उर्वशी जी, व्यापार मंडल अध्यक्ष नरेश सोनी, सीएमओ बसंत चतुर्वेदी, अध्यक्ष अरुण अवस्थी, मिंट बुंदेला होटल ओनर पृथ्वी सिंह, नौगांव रानी साहिबा माया सरवानी, होटल लेक साइड ओनर अविनाश तिवारी, इंडिया होटल ओनर जमुना प्रसाद मिश्रा, पत्रकार सुनील पांडे, समाजसेवी रामगोपाल शर्मा, समाजसेवी कमलेश उपाध्याय, वरिष्ठ पत्रकार राजीव शुक्ला, पत्रकार तुलसीदास सोनी, पत्रकार विनोद भारती, अधिवक्ता संघ अध्यक्ष वीरेंद्र तिवारी, भाजपा जिला मंत्री संजय रैकवार, अनुसूचित जनजाति प्रकोष्ठ अध्यक्ष राममिलन आदिवासी, जटकरा से पार्षद दुर्गा पटेल, बिज़नेसमैन परवेंद्र अग्रवाल, श्रीमति हेमलता अवस्थी, सीआईएसएफ के जवान, नौगांव सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. नंदा बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों सहित अन्य गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

सरभान-गुज.। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र के 18वें वार्षिकोत्सव के कार्यक्रम में नवनिर्वाचित धारा सभ्य विधायक देवकिशोर स्वामी जी का सम्मान किया गया। इस अवसर पर डॉ. प्रवीण सिंह, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रीति बहन, करजन सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. दीपिका बहन व अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

मुम्बई-विले पार्ले। बीएसईएस एमजी हॉस्पिटल के नूतनीकरण किए जनरल वॉर्ड का रिबन काटकर उद्घाटन करते हुए दिव्याज फाउंडेशन की अध्यक्षा सुप्रसिद्ध अभिनेत्री एवं महाराष्ट्र के डेप्युटी चीफ मिनिस्टर देवेंद्र फडणवीस की धर्मपत्नी अमृता देवेंद्र फडणवीस। साथ हैं मालदीव दूतावास के मानद कौंसल बॉबी मोहंती, हॉस्पिटल की प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. योगिनी दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु.मीरा दीदी, ब्र.कु. मोहन भाई, दिव्याज फाउंडेशन के समन्वयक ब्र.कु. डॉ.दीपक हरके, ब्र.कु.प्रतिभा बहन तथा अन्य।

वारंगल-आ.प्र.। एलआईसी ट्रेनिंग सेंटर,वारंगल द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ को अपना फैकल्टी ट्रेनर बनाया गया। जिसमें हर ट्रेनिंग बैच के लिए हफ्ते में दो सत्र होंगे। अभी तक लगभग सौ एलआईसी एजेंट्स इसका लाभ ले चुके हैं। इसी के तहत एलआईसी फाउण्डेशन डे के अवसर पर किशोर कुमार गरु,प्रिंसिपल ऑफ सेल ट्रेनिंग सेंटर,वारंगल ने राजयोगिनी ब्र.कु. सविता बहन,सब-ज़ोन इंचार्ज,ब्रह्माकुमारीज़ वारंगल को सम्मानित किया। इस मौके पर ब्र.कु. श्रीलता बहन तथा एलआईसी के अन्य स्टाफ मौजूद रहे।

धमतरी-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राष्ट्रीय बालिका दिवस के अवसर पर एक्ज़ैक्ट फाउंडेशन एवं श्रवण बाधितार्थ शासकीय कन्या विद्यालय में आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ की जिला प्रभारी ब्र.कु. सरिता बहन, श्रवण बाधितार्थ कन्या विद्यालय की प्राचार्य श्रीमति उमा देवांगन, ब्र.कु. नवनीता बहन, ब्र.कु. जागृति बहन, ब्र.कु. ईश्वर भाई, कामिनी कौशिक, विद्यालय की शिक्षिका दुर्गा यादव, लगभग 70 से अधिक बालिकाएं एवं शिक्षक गण उपस्थित रहे।

रतलाम-नज़रबाग कॉलोनी(म.प्र.)। ब्रह्मा बाबा के 54वें पुण्य स्मृति दिवस पर अपने श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए ज्योतिषाचार्य पं.संजय शिवशंकर दवे, समाजसेवी गौसेवा जीवदया समिति अध्यक्ष दिनेश वाघेला, रत्नेश विजयवर्गीय,मध्य प्रदेश जन अभियान परिषद जिला पंचायत रतलाम, विशाल वर्मा,पतंजलि जिला युवा योग प्रभारी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

दृढ़ता की शक्ति के आधार से ही आगे बढ़ सकते

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन,
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

हर मनुष्य के अंदर पांच प्रकार के संस्कार होते हैं। सबसे पहले प्रकार के संस्कार हैं ओरिज़नल संस्कार, अनादि संस्कार। ईश्वर के धाम में जब आत्मा होती है तो एकदम शुद्ध स्वरूप में, सतोगुण स्वरूप में फुल बैटरी चार्ज होती है। जब वहाँ से आते हैं संसार में तो दूसरे प्रकार के जो संस्कार हैं वह हैं पूर्व जन्म के संस्कार। कोई आत्मा कहाँ से आई, कोई आत्मा कहाँ से आई तो उस जन्म के कर्मों का प्रभाव भी उसके साथ होता है, जो कार्मिक अकाउंट के रूप में क्रिएट हो गया होता है, तो वह पूर्व जन्म के संस्कार भी बीच-बीच में इंटरफेयर करते हैं। कई बार आपने जीवन में महसूस किया होगा कि एक तरफ आपका विवेक अंदर से मना करता है कि यह ठीक नहीं है, लेकिन फिर भी जैसे मजबूर होकर आप कर लेते हैं। यह पूर्व जन्म का संस्कार क्रियांन्वित कर रहा है, आपको मजबूर कर रहा है और उस वक्त व्यक्ति समझ नहीं पाता कि मेरे साथ ऐसा क्यों होता है।

तीसरे प्रकार के संस्कार हैं जिसको कहा जाता है गर्भ संस्कार, माता-पिता द्वारा प्राप्त संस्कार। कोई बच्चा माँ जैसा है, कोई पिता जैसा है, कोई दादा जैसा है वो संस्कार भी साथ लेकर आता है।

चौथे प्रकार के संस्कार हैं, इस जन्म में हम नए क्रिएट करते और वह है संग के प्रभाव के माध्यम से। इसलिए कहा जाता

व्यक्ति एक बार ठान ले कि मुझे यह करना है, मुझे यह बनना है और बस उस दृढ़ता की शक्ति के आधार से वह आगे बढ़ता ही जाता है। साधारणता से ऊपर उठ जाता है और महानता के शिखर पर पहुंच जाता है।

जैसा संग वैसा रंग। मनुष्य अच्छी संगत में होता है तो उसके संस्कार अच्छे बनते जाते हैं और अगर बुरी संगत में फँस जाते हैं तो उसके संस्कार वैसे होने लगते हैं। कई बार अच्छे घर के बच्चे हम देखते हैं ड्रग एडिक्ट(नशे के आदी) हो जाते हैं, बुरी संगत में फँस जाते हैं, बुरी आदतों के शिकार हो जाते हैं फिर उससे निकलना चाहते हैं,लेकिन निकल नहीं पाते। कई बच्चे बुरे वातावरण में होने के बावजूद भी स्ट्रीट लाइट के नीचे पढ़ कर कितने महान बन जाते, तो इसीलिए जैसा संग वैसे संस्कार बनने लगते हैं, वैसे ही कर्म होते हैं। और फिर वैसा संस्कार बनता है। और पांचवें प्रकार के संस्कार हैं, जो इस जन्म में हम क्रियेट करते हैं अपनी विल पॉवर से। व्यक्ति एक बार ठान ले कि मुझे यह करना है, मुझे यह बनना है और बस उस दृढ़ता की शक्ति के आधार से वह आगे बढ़ता ही जाता है। साधारणता से ऊपर उठ जाता है और महानता के शिखर पर पहुंच जाता है।

तो यह पांच प्रकार के संस्कार होने के कारण एक न मिले दूसरे से। किसी में कौन-सा कार्य कर रहा है तो किसी में कौन-सा,इसीलिए हर बच्चा अलग है। इसीलिए मन, बुद्धि और संस्कार यह तीनों बैटरी को चार्ज भी करते हैं। हमें अपनी इन सूक्ष्म शक्तियों को अच्छे से समझकर यूज़ करना है। आध्यात्मिकता हमें यह परिचय देती है कि मन को सकारात्मक कैसे बनाएं, अपने विचारों को सकारात्मक दिशा कैसे दें, अपनी बुद्धि की क्षमता को, विवेक को आध्यात्मिक ज्ञान से कैसे पोषण देते जाएं ताकि सही चुनाव हम अपने जीवन में कर सकें और हमारे कर्म को विल पॉवर के माध्यम से चलाएं, दृढ़ता की शक्ति के आधार से चलाएं और साधारणता से ऊपर उठें।

बेंगलुरू-कर्नाटक। ब्रह्माकुमारीज़ के इंटरनेशनल प्रोजेक्ट 'शिव शक्ति लीडरशिप इनिशिएटिव' के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ कुमारा पार्क सबज़ोन द्वारा आयोजित कार्यक्रम में वसंता कविता श्रीकर के.सी.रेड्डी,असिस्टेंट प्रोफेसर,सोशल सर्विस,वर्किंग ऑन जेंडर सेंसिटिविटी, राजयोगिनी ब्र.कु.निर्मला दीदी,ज्वाइंट चीफ एडमिनिस्ट्रेटर हेड ऑफ ब्रह्माकुमारीज़ एंड डायरेक्टर ऑफ ऑस्ट्रेलिया,एशिया एंड ज्ञान सरोवर एकेडमी मा.आबू, ब्र.कु.डॉ.सविता दीदी,सीनियर टीम मेंबर ऑफ शिवशक्ति इंडिया रीजन, डॉ.ब्र.कु. सुनीता दीदी,फोकल प्वाइंट पर्सन,शिव शक्ति इंडिया रीजन, ब्र.कु.सरोजा दीदी,कुमारा पार्क सबज़ोन इंचार्ज सहित अन्य सभी शिवशक्ति टीम मेम्बर्स उपस्थित रहे। लगभग 100 महिलाओं ने इस कार्यक्रम का लाभ लिया।

पन्ना-म.प्र.। राष्ट्रीय युवा दिवस(स्वामी विवेकानंद जयंती) के अवसर पर 'सशक्त युवा-समृद्ध युवा' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए श्रीमति निशा जैन,पूर्व प्राचार्य,शासकीय उत्कृष्ट विद्यालय पन्ना, ब्र.कु. सीता बहन,संचालिका,स्थानीय उप सेवाकेन्द्र, श्रीमति आशा गुप्ता,उपाध्यक्ष,नगर पालिका, शेख अंजाम,उन्नत शिखर समिति एनजीओ तथा अन्य।

जुनागढ़-गुज.। राजयोगिनी ब्र.कु. दमयंती दीदी के अमृत महोत्सव के कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. नलिनी दीदी,मुम्बई घाटकोपर, राजयोगिनी ब्र.कु. शकु दीदी, ब्र.कु. निकुंज भाई, ब्र.कु. बिना बहन सहित बड़ी संख्या में भाई-बहनें शामिल रहे।

पोरबंदर-गुज.। 'बेफिक्र निश्चिंत तनाव मुक्त जीवन' विषय को स्पष्ट करने के पश्चात् समूह चित्र में मोटिवेशनल स्पीकर एवं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी बहन, कार्यक्रम आयोजक डॉ.पारस मजीठिया, निरमा इंडस्ट्रीज़ के पूर्व सीनियर के.के.जंड, डॉ.गांधी, हिरल बा जाडेजा, ब्र.कु.गीता दीदी, मुंबई से ब्र.कु.निहा बहन तथा अन्य।

सुरत-अडाजन(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा डुमस में फॉरेस्ट डिपार्टमेंट के लिए आयोजित 'अलविदा तनाव' कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. वीणा दीदी,हुबली,कर्नाटक। इस मौके पर स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. दक्षा बहन, ब्र.कु. सोनवणे,आईएफएस तथा फॉरेस्ट डिपार्टमेंट के स्टाफ मौजूद रहे।

कोपरगांव-शिरडी(महा.)। ब्रह्माकुमारीज़ के रेडियो मधुबन 90.4 एफ.एम. द्वारा आत्मा मालिक कॉलेज,कोपरगांव में गायन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरला दीदी, नंदकुमार सूर्यवंशी,प्रेज़िडेंट विश्वात्मक जंगली महाराज आश्रम ट्रस्ट,कोकामथान, ब्र.कु. तुकाराम भाई, इंडियन आइडल की आम्रपाली, आर.जे. रमेश,रेडियो मधुबन, वॉइस ऑफ आत्मा मालिक के जज चवण योगीराज, केतन सर आदि उपस्थित रहे।

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- - 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

OM SHANTI MEDIA -FEB-II- 2022 MAHARASHTRA FINAL FILE_Layout 2 29-01-2023 10:56 Page 5

ज़रा सोचें...

अपनी महानता से व्यवहार करें, दूसरों को देखकर नहीं

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

ये तो हम सबको पता ही है कि कलियुग अंत का समय चल रहा है। महापरिवर्तन की वेला है। टोटल चेंज होना ही है। तो स्वाभाविक है कि हलचल तो आनी ही है। जो अचल है सत्य है वो ही टिकेगा, बाकी सब उखड़ के बदल जाना है। परिस्थितियां खुद के हिसाब-किताब से भी आती हैं, और आत्माओं से भी आती हैं और प्रकृति से भी आती हैं। क्योंकि इस हलचल के बाद जो अचल-अडोल रहेंगे वो नई दुनिया के मालिक बनेंगे। तो बाबा ने जो आदि-मध्य-अंत का ज्ञान दिया है, तो पता है कि ये सब होना ही है। अचानक कोई बात हो जाये और लोगों को पता न हो तो उनको बहुत शॉक लगता है, आघात लगता है कि अरे, ये क्या हो रहा है! पर हमें तो बाबा रोज़ समझाते हैं। आप देखो, एक भी मुरली नहीं होगी जिसमें विनाश की बातें न हों! कुछ न कुछ बाबा ज़रूर बताते रहते हैं। विनाश सामने खड़ा है। मौत सामने खड़ा है। बाबा हमें रोज़ मेंटली प्रेपेअर(मानसिक रूप से तैयार) करता है। देखो, कोरोना की परिस्थिति आई, बाबा के बच्चे तो नहीं घबराये न! सबकी बुद्धि में यही आया कि पता है, बाबा ने कहा है, जो कुछ होना है अचानक होना है। ऐसे नहीं कि बाबा हमारा है तो हमें बता देगा। नहीं, कितना भी बच्चे पूछें, पर बाबा तो सबका बाबा है ना, सिर्फ हमारा थोड़े ही है! हमें बता दें और औरों को न बतायें, वो तो अन्याय हो जायेगा ना!

तो बाबा ने कहा है, कब होगा, क्या होगा, नहीं बतायेंगे। जो कुछ होगा वो अचानक होगा। तो बच्चे एवररेडी रहेंगे ना! यज्ञ शुरु हुआ, तब से विनाश की बात है। बाबा का उद्देश्य हर आत्मा को तैयार करना है। मनुष्य आत्माओं को ये आदत है कि टाइम हुआ... खा लो, टाइम हुआ... सो जाओ, टाइम हुआ... नहा लो। टाइम का प्रभाव रहता है ना जीवन में! आज दुनिया में क्या-क्या हो रहा है! हम तो लिमिटेड जानते हैं जो न्यूज़ में आता है,लेकिन ऊपर से बाबा तो सबकुछ देख रहा है। इसलिए बाबा को कितना रहम आ रहा है। क्योंकि उनके आगे तो पूरा विश्व स्पष्ट है ना! इसलिए बाबा के ज्ञान से ही हलचल आदि समाप्त हो जाती हैं। पता है ये सब होना ही है। और ऐसा नहीं है कि सिर्फ मेरे साथ ऐसा हो रहा है। व्यक्ति इसलिए भारी हो जाते हैं कि मेरे साथ ही ऐसा हुआ। पर अब पता है कि सिर्फ हमारे साथ नहीं हो रहा है, सबके साथ कोई न कोई हिसाब चल रहा है।

मैं ज्ञानी आत्मा हूँ, मैं योगी आत्मा हूँ, मैं बाबा का बच्चा हूँ, मैं तो महान हूँ ना, तो मुझे अपनी महानता से व्यवहार करना है। एक-दो को देखकर थोड़े ही व्यवहार करना है। मैं अच्छी हूँ इसलिए मुझे अच्छा व्यवहार करना है।

देखो, आप किसी को कहेंगे कि आज तो बहुत सिरदर्द हो रहा है, तो वो भी कहेंगे कि देखो न आज मेरे पांव बहुत दुःख रहे हैं। हरेक को कोई न कोई तकलीफ है, किसी को कुछ कहने की ज़रूरत नहीं है। कोई कहेगा कि मेरा बेटा ठीक नहीं चल रहा है, तो कोई कहेगा कि मेरी बहू ऐसी है। हरेक का कुछ न कुछ हिसाब-किताब है। अब हमने ही ये हिसाब बनाये हैं। पहले तो दुःखी इसलिए होते थे कि बहू ऐसा कर रही है, सास ऐसा कर रही है, फलाने ऐसा कर रहे हैं मेरे साथ। पर अब तो हम जानते हैं ना कि वो नहीं कर रहे हैं, मेरा हिसाब ऐसा है। मेरा उनके साथ उधार चल रहा है, इसलिए मुसीबत हो रही है। तो जब खुद ही कारण हैं तो किसके आगे रोना!

खुद ही खुद को समझाओ कि मुझे रिएक्ट नहीं करना है। वो कैसा भी करे, पर मुझे ऐसा नहीं करना है। वो बुरा व्यवहार करे, फिर मैं बुरा व्यवहार करूं, वो करे, मैं करूं, ये तो साइकल 'बुरा' चलता ही रहेगा। दुनिया में कई ऐसे गांव देखे हैं मैंने, आपस में पीढ़ी-दर-पीढ़ी वैर चलता ही रहता है। ये उनके दो मारेंगे, वो चार मारेंगे, ये आठ मारेंगे, वो बारह मारेंगे। इतना वैर चलता ही रहता है। पर हमें बाबा ने सिखाया है कि हमें रिएक्ट नहीं करना है। उसने दो गाली दी, मैं चार दूं, नहीं। मुझे नहीं देनी है। मैं ज्ञानी आत्मा हूँ, मैं योगी आत्मा हूँ, मैं बाबा का बच्चा हूँ, मैं तो महान हूँ ना, तो मुझे अपनी महानता से व्यवहार करना है। एक-दो को देखकर थोड़े ही व्यवहार करना है। मैं अच्छी हूँ इसलिए मुझे अच्छा व्यवहार करना है। तो हिसाब स्टॉप हो जाता है, बढ़ेगा नहीं। तो देखो, उस समय में बाबा की कही हुई बातें ही तो काम में आती हैं कि बाबा ने क्या सिखाया है। बाबा के साथ दुनिया वालों ने, उनके अपने ही सिंधी समाज ने कितना विरोध किया, कितनी ग्लानि की। बाबा ने थोड़े ही वैर रखा। उन विरोध करने वालों ने जब देखा कि देश-विदेश में इतनी बड़ी संस्था बन गई, तो फिर आने लगे, मिलने लगे। तो बाबा ने 'ना' थोड़े ही कहा। बाबा ने प्यार से वेलकम किया। तो हमें भी ये याद रखना है कि जैसा बाबा ने किया हमें भी वैसा करना है तभी तो बाप समान बनेंगे।

मुम्बई-मलाड। सड़क सुरक्षा रैली का अवर लेडी ऑफ लूर्डेस चर्च,ओरलेम से चर्च के पादरी माइकल पिंटो, राजयोगिनी ब्र.कु. दिव्या दीदी,वाइस चेयरपर्सन,ट्रांसपोर्ट एंड ट्रैवल विंग,ब्रह्माकुमारीज़, राजयोगिनी ब्र.कु. कुंती दीदी,नेशनल कोऑर्डिनेटर,ट्रांसपोर्ट एंड ट्रैवल विंग,ब्रह्माकुमारीज़, परब जी एवं भगवे जी,मुम्बई ट्रैफिक पुलिस आदि ने हरी झंडी दिखाकर शुभारंभ किया। डालमिया कॉलेज में रैली के समापन पर आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. कुंती दीदी, ब्र.कु. नीरजा बहन,सेवाकेन्द्र संचालिका,मलाड वेस्ट, डालमिया कॉलेज की प्रिंसिपल किरण माने एवं मुम्बई ट्रैफिक पुलिस ने जन सभा को सम्बोधित करते हुए ट्रैफिक नियमों का पालन करने के लिए प्रेरित किया।

कोरबा-टी.पी. नगर(छ.ग.)। विश्व सद्भावना भवन सेवाकेन्द्र में ब्रह्मा बाबा के 54वें स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में नगर निगम के महापौर राजकिशोर प्रसाद, सभापति श्याम सुंदर सोनी, पूर्व सभापति व पार्षद संतोष राठौर, एस.ई.सी.एल. सेंट्रल वर्कशॉप के प्रबंधक नवीन पाण्डे, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रुक्मणी बहन, ब्र.कु. बिन्दू बहन, डॉ. के.सी. देबनाथ तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

इंदौर-म.प्र। प्रजापिता ब्रह्माबाबा के अव्यक्त दिवस के अवसर पर अपने श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए एडिशनल कमिश्नर मनीष कपूरिया, डॉ.गिरीश टॉवरी, ब्रह्माकुमारीज़ की चीफ ज़ोनल को-ऑर्डिनेटर राजयोगिनी ब्र.कु.हेमलता दीदी एवं ब्र.कु.अनीता दीदी।

सेंधवा-म.प्र.। राष्ट्रीय युवा दिवस के अवसर पर आयोजित 'श्रेष्ठ मन-सफल जीवन' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. छाया बहन, गुरुकुल पब्लिक स्कूल के प्राचार्य उमेश पाटिल, एडवोकेट संजय मोरे तथा अन्य।

रायगढ़-छ.ग.। 'वाह ज़िंदगी वाह, तनावमुक्ति एवं राजयोग शिविर' के उद्घाटन अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में श्रीमति जानकी काटजू,महापौर, श्रीमति रश्मि शर्मा, प्रिंसिपल, संस्कार पब्लिक स्कूल,रायगढ़, रामचंद्र शर्मा,डायरेक्टर,संस्कार पब्लिक स्कूल रायगढ़ तथा ए.के. सिंह,डीन,कृषि महाविद्यालय रायगढ़ को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारी बहनें।

बिलासपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ राजयोग भवन सेवाकेन्द्र की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. स्वाति बहन को उनके द्वारा समाज में, कोरोना काल में उत्कृष्ट सेवा, जल एवं प्रकृति संरक्षण के लिए किए जा रहे कार्यों के लिए राष्ट्रीय व्यापार मेले में ए.डी.एन. वाजपेई,कुलपति,अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय बिलासपुर, ललित पटेरिया,कुलपति,शहीद नंद कुमार पटेल विश्वविद्यालय रायगढ़, आर.पी. दुबे,कुलपति,सी.वी. रमन विश्वविद्यालय, डॉ. प्रमोद महाजन,संयुक्त संचालक,स्वास्थ्य विभाग व राजेन्द्र शुक्ला,मंडी अध्यक्ष के द्वारा मोमेंटो देकर 'छत्तीसगढ़ गौरव सम्मान' से सम्मानित किया गया।

मुम्बई-श्रीनगर(ठाणे वेस्ट)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर पुलिस फोर्स के लिए 'स्ट्रेस मैनेजमेंट' कार्यक्रम के दौरान किरण कुमार कबाड़ी,सीनियर इंस्पेक्टर ऑफ पुलिस,श्रीनगर, गजानन कबदुले,असिस्टेंट कमिश्नर ऑफ पुलिस वागले डिविज़न, अमर सिंह जाधव,डिप्टी कमिश्नर ऑफ पुलिस ज़ोन,ठाणे, ब्र.कु. सीता बहन,सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. मुकेश जेठवानी,फिनान्स कंट्रोलर, ब्र.कु. मनीषा बहन, ब्र.कु. हरीश भाई तथा बड़ी संख्या में पुलिसकर्मी उपस्थित रहे।

खजूर... स्वास्थ्य को करते हैं जी हुजूर

खजूर हमारी सेहत के लिए क्यों अच्छे हैं?

यूं तो फ्रूट्स हर किसी को पंसद होते हैं लेकिन बात जब खजूर की होती है तो इसका प्राकृतिक मीठापन इसे और खास बनाता है। यही वजह है कि खजूर एक लोकप्रिय खाद्य पदार्थ है। खजूर को ताड़ यानी पाल्म ट्री की प्रजाति का माना गया है। इसका पेड़ काफी बड़ा होता है और पत्तियां भी करीब चार-छह मीटर लंबी होती हैं। इसका वैज्ञानिक नाम फीलिक्स डेक्टाइलीफेरा है।

माना जाता है कि खजूर की खेती सबसे पहले इराक में शुरू हुई थी। जिसके बाद यह अरब और अन्य देशों में उगाया जाने लगा। सिर्फ फल ही नहीं, बल्कि इसके बीज भी बड़े काम के हैं। कई बार इसके बीजों को कॉफी बीन्स में मिलाया जाता है। और इसका प्रयोग कॉफी के विकल्प के तौर पर किया जाता है। वहीं, इसका तेल कॉस्मेटिक और साबुन बनाने में भी इस्तेमाल होता है।

फल और मेवे दोनों तरह से खाए जाने वाला खजूर कई मायनों में फायदेमंद है। यह कैल्शियम, पोटैशियम, प्रोटीन, मैंगनीज, मैग्नीशियम, फास्फोरस, ज़िंक, विटामिन बी6, ए और के से भरपूर होता है। इसके अलावा खजूर में कार्बोहाइड्रेट, आयरन, लाभदायक फैट्स, डायटरी फाइबर और फैटी एसिड्स होते हैं। ये सभी पोषक तत्व हमारे शरीर को रोगों से बचाते हैं।

आइए अब जानते हैं खजूर के फायदे

हड्डी स्वास्थ्य - खजूर मैग्नीशियम, सेलेनियम, कॉपर और मैंगनीज का अच्छा स्त्रोत है। ये सभी पोषक तत्व हड्डियों को मजबूत करने के साथ ही इनसे जुड़ी परेशानियों को दूर करने में भी मदद करते हैं। इसके अलावा, खजूर विटामिन के से भी भरपूर होता है, जो खून को गाढ़ा करने और हड्डियों को मेटाबोलाइज करने में मदद करता है। नॉर्थ डकोटा स्टेट यूनिवर्सिटी की एक रिपोर्ट के अनुसार, खजूर में बोरॉन भी होता है। ये एक ऐसा खनिज है, जो हड्डियों के लिए काफी फायदेमंद है।

रक्त चाप - खजूर रक्तचाप के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करता है,क्योंकि इसमें पोटैशियम और मिनरल्स भरपूर होते हैं। शरीर में पोटैशियम की सही मात्रा बनी रहने से गुर्दे की पथरी से भी बचा जा सकता है।

ऊर्जा बढ़ाने वाला - स्वाद और प्राकृतिक गुणों से भरपूर खजूर आपको ऊर्जा भी देता है। खजूर के रोजाना सेवन से इसके सहायक पोषक तत्व आपको दिनभर थकान महसूस नहीं होने देते। खजूर खाने से दिनभर शरीर में ऊर्जा का संचार इसमें मौजूद पोषक तत्व फ्रूटोज और ग्लूकोज की वजह से होता है।

कब्ज - खजूर का गुदा कब्ज के इलाज में काफी सहायक होता है। इसमें गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल संक्रमण को भी संतुलित रखने के गुण होते हैं। यूनिवर्सिटी रोचेस्टर मेडिकल सेंटर के अनुसार, फाइबर की कमी से कब्ज की समस्या हो सकती है। कब्ज के दौरान हमारे शरीर में मिनरल्स के स्तर में आए असंतुलन को ठीक करने में खजूर कारगर है, क्योंकि इसमें भरपूर मात्रा में फाइबर होता है। रोजाना करीब 35ग्राम फाइबर खाने से आपका मल नरम होता है, और पाचन प्रक्रिया में कोई बाधा नहीं आती। वहीं, खजूर में मौजूद फाइबर से पेट संबंधित कैंसर को रोकने में भी मदद मिलती है।

मस्तिष्क स्वास्थ्य - दिमाग को स्ट्रेस और सूजन से बचाने में खजूर काफी कारगर है। इसका नियमित सेवन आपको न्यूरोडीजेनेरेटिव बीमारियों से बचा सकता है। न्यूरोडीजेनेरेटिव रोग दिमाग संबंधी उन बीमारियों को कहा जाता है, जिसमें मस्तिष्क का नर्वस सिस्टम प्रभावित होता है।

खजूर स्मृति को बढ़ाने में भी लाभदायक पाया गया है। एक अध्ययन के मुताबिक, खजूर में अल्जाइमर(धीरे-धीरे घटती स्मरण शक्ति) के प्रभाव को कम करने की क्षमता है। एक वैज्ञानिक अध्ययन के अनुसार, खजूर दिमाग की सूजन को रोकने में सहायक हो सकता है।

नाइट ब्लाइंडनेस - रात को अंधेपन(रतौंधी) का प्रमुख कारण विटामिन ए की कमी है। खजूर से विटामिन ए भरपूर मात्रा में मिलता है। खजूर को नाइट ब्लाइंडनेस को दूर करने के लिए भी इस्तेमाल में लाया जा सकता है।

मांसपेशियों का विकास - खजूर को हाई कार्बोहाइड्रेट फल माना गया है, जिस कारण यह मांसपेशियों के विकास में मदद कर सकता है। इस लेख में हम पहले भी ज़िक्र कर चुके हैं कि खजूर में काफी मात्रा में कार्बोहाइड्रेट पाया जाता है, जो मांसपेशियों के विकास में काफी सहायक है।

आंतों के विकार का इलाज - खजूर के फायदे यकीनन कई हैं। खासकर, इसमें मौजूद फाइबर हमारी आंतों और पाचन तंत्र पर काफी सकारात्मक प्रभाव डालता है। इसमें मौजूद फाइबर और पॉलीफेनॉल्स आंतों में फैलने वाले बैक्टीरिया को बनने से रोकते हैं और आंतों को स्वस्थ बनाने में मदद करते हैं।

त्वचा स्वास्थ्य - खजूर में विटामिन सी और विटामिन डी भी काफी मात्रा में पाया जाता है। इसलिए, यह त्वचा को स्वस्थ बनाए रखने में मदद करता है। खजूर एंटी-एजिंग तत्वों से भी भरपूर होता है। डेट्स के बीज के अर्क में फाइटोहोर्मोन होता है, जो एंटी-एजिंग की तरह काम करता है। यह अर्क झुर्रियों से निजात दिलाने का काम करता है।

खजूर के नुकसान...

शायद आपको नहीं मालूम कि खजूर के कुछ नुकसान भी हैं चलिए जानते हैं...

खजूर ज़्यादा खाने से हाइपरकलेमिया भी हो सकता है। ऐसा रक्त में पोटैशियम की मात्रा ज़्यादा होने कारण होता है और खजूर में पोटैशियम की मात्रा पर्याप्त होती है। हाइपरकलेमिया में मांसपेशियों में कमज़ोरी आने लगती है और कई बार लकवा भी हो सकता है, इसलिए ज़्यादा खजूर खाने से बचें।

मुम्बई-घाटकोपर। सौमैया विद्या विहार यूनिवर्सिटी द्वारा आयोजित 34वें 'ज्ञान यज्ञ' में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा ज्ञान युक्त प्रवचन माला, आध्यात्मिक पुस्तकों सौगातों का स्टॉल, कल्चरल प्रोग्राम आदि ईश्वरीय सेवाएं प्रदान की गई। इस मौके पर घाटकोपर सबज़ोन की अतिरिक्त निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. शकु दीदी, संस्थान के योग भवन सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. प्रमिला बहन व ब्र.कु. निकुंज भाई,लोकप्रिय लेखक एवं ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय समन्वयक उपस्थित रहे एवं अपने बहुमूल्य विचार सभी के समक्ष रखे।

इंदौर-म.प्र.। संस्था रामराज्य एवं कार्यक्रम के आयोजक सांसद शंकर लालवानी द्वारा आयोजित ज्ञानगंगा महोत्सव में ब्रह्माकुमारीज़ संस्था से इंदौर पश्चिम क्षेत्र प्रभारी ब्र.कु. शशि दीदी का सम्मान शील्ड एवं तुलसी पौधे से स्वामी रामदयाल महाराज एवं शॉल पहनाकर पार्षद कंचन गिदवानी व अजय शिवानी,सचिव,संस्था रामराज्य ने किया। साथ ही ब्र.कु. शशि दीदी ने ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से स्वामी जी को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट किया एवं माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया।

सारंगपुर-म.प्र.। स्थानीय नगर में पेंशनर संघ के जिला स्तरीय बैठक में ब्र.कु. भाग्यलक्ष्मी बहन एवं ब्र.कु. प्रीति बहन को सम्मान पत्र देकर सम्मानित करते हुए पेंशनर संघ अध्यक्ष एल.एन.त्रिकाल तथा नंदकिशोर सोनी। साथ हैं सोनी भाई, विद्याधर भाई, कुंभकार भाई व दिनेश प्रजापति।

राजनांदगांव-छ.ग.। शासकीय शिवनाथ विज्ञान महाविद्यालय राजनांदगांव में राष्ट्रीय युवा दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. प्रभा बहन। साथ हैं महाविद्यालय की प्राचार्य सुमन बघेल, प्रो. कन्नौजे, ब्र.कु. चंदा बहन एवं ब्र.कु. झालम भाई।

बीदर-रामपुरे कॉलोनी(कर्नाटक)। मकर संक्रांति के उपलक्ष्य में 'श्रेष्ठ समाज के लिए नारी की भूमिका' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. सुमंगला बहन, राजयोगिनी ब्र.कु. सुनंदा बहन, सीएमसी पार्षद लक्ष्मी बाई हंगार्गी, स्त्री रोग विशेषज्ञ एवं आईएमए बीदर की उपाध्यक्ष डॉ. उमा देशमुख, यदलापुर ग्राम पंचायत सरपंच सपना पाटिल, जिला सांख्यिकीय अधिकारी सुवर्णा यदलापुरे, बीदर के विज्ञान संशोधन केन्द्र की सहायक प्रो. शोभा रानी चिकुर्टे, कल्पना देशपांडे, योगा एवं डांस टीचर रूपा पाटिल, ब्र.कु. पार्वती बहन, ब्र.कु. वर्षा बहन तथा शहर की अन्य महिलायें उपस्थित रहीं।

अपने को ब्लैसिंग की भाषा बोलना सिखाएं

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

अपना हर दिन आशीर्वाद और दुआओं के साथ शुरू करें। अगर हमने अपना पूरा दिन इस विचार प्रक्रिया के साथ गुजारा कि फलां व्यक्ति ऐसे क्यों है या उनको ऐसा नहीं करना चाहिए, तो इससे हमारे मन के ऊपर एक तरह का पैटर्न बनता चला जाएगा। रात में सोने से पहले हमें उस पैटर्न को बदलना है, दूसरों को और खुद को आशीर्वाद देना है। ब्लैसिंग्स देंगे, तो मिलेंगी भी। फिर वो ब्लैसिंग शरीर को मिलेगी। वो दिव्य स्पंदन(कंपन) या अनुभूतियां सारी रात हमारे शरीर को मिलेंगी। उसमें शरीर की भी हीलिंग हो जाती है। फिर वो स्पंदन उन तक पहुंचेंगे, जिससे रिश्तों की हीलिंग हो जाती है। फिर वो वायब्रेशन्स पूरे वातावरण में फैलेंगे, इससे पर्यावरण की भी हीलिंग हो जाती है।

यह कोई जादू नहीं है। रात को सोने से पहले अपने विचारों को बदलने से ज़िंदगी में वाकई चमत्कार होगा। अपने को ब्लैसिंग की भाषा बोलना सिखाएं। सोने से पहले एक डायरी में लिख सकते हैं या आप एकांत में बैठकर विचार पैदा कर सकते हैं। जैसे वह बहुत अच्छे व्यक्ति हैं। हो सकता है कि उनके व्यवहार के पीछे कुछ कारण हो। अगर गलत व्यवहार उनकी आदत है, उनका संस्कार है तो उनको ब्लैसिंग देना तो और भी ज़रूरी है। रात को सोने से पहले उनके लिए ब्लैसिंग पैदा करें। यह ब्लैसिंग ताकतवर ऊर्जा है। सबसे पहले यह आपके मन में जमी धूल को साफ कर देगी। फिर आपके

जो रिज़ॉल्यूशन हम साल के पहले दिन करते हैं, उन्हें हर रोज सुबह करना है। अगर इस छोटी-सी आदत को आज अपना लें, तो हर दिन नया होगा।

मन में बहुत शुद्ध भावनात्मक पैटर्न बनाना शुरू करेगी। फिर ये वायब्रेशन्स उन तक पहुंचेंगे। दुआएं असंभव को संभव कर देती हैं।

आज से एक नया संस्कार बना लेते हैं कि रोज़ रात को सोने से पहले उस दिन भावनाओं को क्लोजर(समाप्ति) देना है, माफ करना है, सॉरी बोलना है, लेकिन सबसे ज़्यादा ज़रूरी है कि आशीर्वाद देना है। अगर खुद से भी गलती हो गई है, किसी से सही व्यवहार नहीं किया तो खुद को भी क्लोजर कहना है। "मैं अपने आपको क्षमा करती हूँ, मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ, मैं बहुत शांतिपूर्ण आत्मा हूँ।' अपने आपको भी आशीष देना बहुत ज़रूरी है, ये हमारा पहला संस्कार है। सब कुछ परफेक्ट है। सफलता निश्चित है। कल का दिन बहुत सुंदर बहुत प्यारा है। ऐसी ब्लैसिंग पैदा करनी है, अपने लिए भी और परिस्थितियों के लिए भी, लोगों के लिए भी, लोगों के व्यवहार के लिए भी।

जो संकल्प आप पहले दिन करते हैं उसी संकल्प को हर दिन दोहराना है जैसे - मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ, जो सोचूं वो मैं कर लेती हूँ, हर चीज़ हमारे लिए संभव है, मेरे लिए सबकुछ संभव है, मेरे लिए सबकुछ सहज है सरल है, मैं हूं ही पॉवरफुल, मैं हूँ ही लवफुल, मैं असंभव शब्द नहीं हूँ, मेरा हर रिश्ता खूबसूरत है।

नए साल में हमने जो प्रतिज्ञाएं बनाई हैं, उन रिजोल्यूशन पर हर सुबह दृढ़ता का पानी, फिर थोड़ी-सी धूप भी चाहिए। तो वो धूप है परमात्मा की शक्तियों की किरणें। अगर हम इस छोटी-सी आदत को आज अपना लेते हैं तो हमारे लिए हर दिन नया होगा।

अहमदाबाद। ज्ञान चर्चा के पश्चात् स्वामी चिन्मयानंद जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए धार्मिक प्रभाग के हेड क्वार्टर कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. रामनाथ, ओमशान्ति मीडिया के सम्पादक ब्र.कु. गंगाधर, ब्र.कु. दिलीप तथा अन्य।

बसना-छ.ग.। प्रसिद्ध कथावाचक हिमांशु कृष्ण भारद्वाज महाराज जी को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. पूनम बहन। साथ हैं ब्र.कु.भुवनेश्वरी बहन एवं नगर पंचायत अध्यक्ष सम्पत अग्रवाल।

वारंगल-आ.प्र.। नव वर्ष के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में कमिश्नर ऑफ पुलिस रंगनाथ गरु को नये वर्ष की डायरी भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. सविता दीदी। साथ हैं ब्र.कु. सुधाकर भाई एवं ब्र.कु. देवी बहन।

मुंद्रा-कच्छ(गुज.)। भगवान महावीर पशु रक्षा केन्द्र अहिंसाधाम संकुल के 32वें वार्षिक उत्सव के उपलक्ष्य में आयोजित पर्यावरण पशु-पक्षी रक्षा पर विशेष दो दिवसीय सम्मेलन में ब्र.कु. सुशीला बहन, ब्र.कु. किंजल बहन,अमरेली, अदानी फाउंडेशन ग्रुप के सी.एस.आर फंड की हेड श्रीमति पंक्ति बहन शाह, गौ विज्ञानी डॉ. परम पूज्य साध्वी रक्षिताश्री जी आदि उपस्थित रहे। इसके साथ ही सम्मेलन के पूर्व रक्तदान कैम्प का ब्र.कु. सुशीला बहन द्वारा दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन किया गया। तत्पश्चात् 75 किलोवाट सोलर रूफटॉप के उद्घाटन में ब्र.कु. सुशीला बहन, डी.पी. वर्ल्ड कंपनी के अधिकारीगण सीईओ अधेन्द्रू जैन, एचआर-हेड वरुण शर्मा, संस्था के मैनेजिंग ट्रस्टी महेंद्र संगोई, प्रमुख हरीश वोरा तथा अन्य गणमान्य लोग शामिल रहे।

अम्बिकापुर-रामानुजगंज(छ.ग.)। श्रीमद् भागवत गीता ज्ञान यज्ञ में प्रवचन करने के लिए आई श्री महंत डॉ. प्रज्ञा भारती वृंदावन को गुलदस्ता एवं ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. संजू बहन एवं ब्र.कु. उमा बहन।

नवी मुम्बई-बेलापुर। मकर संक्रांति के अवसर पर आयोजित हल्दी कुमकुम कार्यक्रम में शिक्षिका एवं समाज सेविका सीता दलवी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.शीला दीदी। साथ हैं राष्ट्रवादी बेलापुर तालुका अध्यक्षा रेखा गोदाम, राष्ट्रवादी वॉर्ड अध्यक्षा मालती गहुनिया तथा ब्र.कु. मीरा बहन।

नवापारा-राजिम(छ.ग.)। एस.आर. वड्डे,प्रिंसिपल कुलेश्वर महादेव शासकीय महाविद्यालय को विवेकानंद जयंती के अवसर पर ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नारायण भाई व ब्र.कु. प्रिय बहन। साथ हैं डॉ. मधुरानी शुक्ल,वाइस प्रिंसिपल।

सिकंदराबाद-वेस्ट मरेडपल्ली(तेलंगाना)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा पुलिस डिपार्टमेंट को उनकी सेवाओं के लिए सम्मानित करने के लिए कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसी के तहत राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू बहन,सिकंदराबाद सब ज़ोन इंचार्ज तथा डिस्ट्रिक्ट जज एम.वी. रमेश की उपस्थिति में ट्रैफिक ट्रेनिंग इंस्टीट्यूट,बेगमपेट के ए.सी.पी. शंकर राजू एवं उनकी पूरी टीम एसआई, एएसआई तथा हेड कॉन्स्टेबल सहित 15 सदस्यों को सम्मानित किया गया। इस मौके पर ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. बिंदु बहन, ब्र.कु. रंजन भाई, ब्र.कु. राजू भाई, ब्र.कु. सुहास भाई, ब्र.कु. वेंकट सुब्या भाई आदि उपस्थित रहे।

राजगढ़-ब्यावरा(म.प्र.)। 'आध्यात्मिक सशक्तिकरण से स्वर्णिम भारत का उदय' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में एक्ज़ीक्युटिव इंजीनियर गोविंद भूरिया, रिटा. डीएसपी प्रदीप सिंह राणावत,राज बाग रिसोर्ट, रिटा. इंजीनियर समाजसेवी प्रताप सिंह सिसोदिया, पत्रिका न्यूज़पेपर के ब्यूरो चीफ भानु ठाकुर, हरिभूमि न्यूज़पेपर के ब्यूरो चीफ सुनील गोले एवं अन्य पत्रकार बंधुओं को ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं ब्र.कु. मधु बहन।

अलीराजपुर-म.प्र.। विवेकानंद युवा दिवस के अवसर पर शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय प्रिंसिपल डॉ.अल्पना बारिया को ज्ञानामृत साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु.माधुरी बहन। साथ हैं ब्र.कु.सेना बहन, ब्र.कु.ज्योति बहन।

रतलाम-डोंगरे नगर(म.प्र.)। सेवाकेन्द्र पर निर्मित शांति स्तम्भ पर ब्रह्मा बाबा के स्मृति दिवस पर श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए ब्र.कु.सविता बहन, ब्र.कु.गीता बहन तथा अन्य ब्र.कु.भाई-बहनें।

मंदसौर-म.प्र.। 'राष्ट्रीय बालिका दिवस' के अवसर पर आयोजित बेटियों का सम्मान समारोह एवं सशक्तिकरण कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित करते हुए मीडिया क्लब एवं 'निराश्रित बाल गृह अपना घर' अध्यक्ष ब्रजेश जोशी, भाजपा महिला मोर्चा के उपाध्यक्ष बिंदु चंद्रे, ब्र.कु.श्यामा बहन, ब्र.कु.हेमलता बहन तथा अन्य।

OM SHANTI MEDIA -FEB-II- 2022 MAHARASHTRA FINAL FILE_Layout 2 29-01-2023 10:51 Page 8

परमात्म ऊर्जा

अच्छा डबल निशाना कौन-सा है? जो डबल नशा होगा वही डबल निशाना होगा। एक है निराकारी निशाना। सदैव अपने को निराकारी देश के निवासी समझना और निराकारी स्थिति में स्थित रहना। साकार में रहते हुए अपने को निराकारी समझकर चलना। एक सोल कॉन्शियस व आत्म अभिमानी बनने का निशाना और दूसरा-निर्विकारी स्टेज, जिसमें मन्सा की भी निर्विकारीपन की स्टेज बनानी पड़ती है। तो एक है निराकारी निशाना और दूसरा है साकारी। तो निराकारी और निर्विकारी- यह हैं दो निशानी। सारा दिन पुरुषार्थ योगी और पवित्र बनने का करते हो ना! जब तक पूरी रीति आत्म अभिमानी न बनें तो निर्विकारी भी नहीं बन सकते। तो निर्विकारीपन का निशाना और निराकारीपन का निशाना, जिसको फरिश्ता कहो, कर्मातीत स्टेज कहो। लेकिन फरिश्ता भी तब बनेंगे जब कोई भी मन्सा संकल्प भी इम्प्युअर अर्थात् अपवित्रता का न हो, तब फरिश्तेपन की निशानी में टिक सकेंगे। तो यह डबल निशाना भी सदैव स्मृति में रखना और डबल प्राप्ति कौन-सी है? अतीन्द्रिय सुख की प्राप्ति, उसमें शान्ति और खुशी समाई हुई है। यह हुआ संगमयुग का वर्सा। अभी जो प्राप्ति है वह फिर कभी भी प्राप्त नहीं हो सकती। तो डबल प्राप्ति है बाप और वर्सा। बाप की प्राप्ति भी सारे कल्प में नहीं कर सकते। और बाप द्वारा अभी जो वर्सा मिलता है वह भी सारे कल्प के अन्दर अभी ही मिलता है। फिर कभी भी नहीं मिलेगा। इस समय की प्राप्ति 'अतीन्द्रिय सुख और फुल नॉलेज' फिर कभी भी नहीं मिल सकती। तो दो शब्दों में डबल प्राप्ति- बाप और वर्सा। इसमें नॉलेज भी आ जाती है तो अतीन्द्रिय सुख भी आ जाता है और रूहानी खुशी भी आ जाती। रूहानी शक्ति भी आ जाती है। तो यह है डबल प्राप्ति।

यह सभी दो-दो बातें धारण तब कर सकेंगे जब अपने को भी कम्बाइंड समझेंगे। एक बाप और दूसरा मैं, कम्बाइंड समझने से यह सभी दो-दो बातें सहज धारण हो सकती हैं। यह सभी जो दो-दो बातें सुनाईं वह अच्छी तरह से स्मृति-स्वरूप बनना। तो ज्ञानी तो लेकिन ज्ञान-स्वरूप बनना है। योगी हो लेकिन योगयुक्त, युक्तियुक्त बनना है। तपस्वी कुमार हो लेकिन त्यागमूर्त भी बनना है। त्यागमूर्त के बिना तपस्वी मूर्त बन नहीं सकते। तो तपस्वी हो लेकिन साथ-साथ त्यागमूर्त भी बनना है। ब्रह्माकुमार हो लेकिन ब्रह्माकुमार व ब्राह्मणों के कुल की मर्यादाओं को जानकर मर्यादा पुरुषोत्तम बनना है। ऐसे मर्यादा पुरुषोत्तम बनो जो आपके एक-एक संकल्प वायुमण्डल पर प्रभाव डालें। ऐसे पॉवरफुल बनना है। जो फुल होता है वह कभी फेल नहीं होता। फुल की निशानी है- एक तो फील नहीं करेंगे, दूसरा फेल नहीं होंगे और फ्लॉ नहीं होगा। तो फुल बनना है।

बहुत पाठ पढ़ा। पाठ ऐसा पक्का करना जो प्रैक्टिकल एक्टिविटी पाठ बन जाए। एक पाठ होता है मुख से पढ़ना, एक होता है सिखलाना। मुख से पढ़ाया जाता है, एक्ट से सिखाया जाता है। तो हर चलन एक-एक पाठ हो। जैसे पाठ पढ़ने से उन्नति को पाते हैं ना। इस रीति से आप सभी की एक-एक एक्ट ऐसा पाठ सभी को पढ़ायें व सिखलायें जो उन्नति को पाते जायें। पढ़ना भी है और पढ़ाना भी है। सप्ताह का कोर्स तो सभी ने कर लिया है ना! कोर्स का अर्थ ही है अपने में फोर्स भरना। अगर फोर्स नहीं भरा तो कोर्स भी क्या किया? निर्बल आत्मा से शक्तिशाली आत्मा बनने के लिए कोर्स कराया जाता है, तो अगर कोर्स का फोर्स नहीं है तो वह कोर्स हुआ?

कथा सरिता

वक्त कभी एक-सा नहीं रहता

यह कहानी एक खूबसूरत औरत की है जिनका नाम प्रभा देवी था। वह एक प्राइमरी स्कूल टीचर थी। यह बात 1960 के वक्त की है। जब देश में छुआछूत बुरी तरह छाया हुआ था। प्रभा देवी स्कूल पढ़ाने जाती थी, लेकिन उस स्कूल में आये बच्चों को हाथ नहीं लगाती थीं। यहाँ तक कि बच्चों को सख्त हिदायत थी कि वह मैडम से 1फीट दूरी से ही बात करें। उनकी किताबें तक को वह हाथ नहीं लगाती थीं।

स्कूल के अलावा उनके घर में भी कुछ इस ही तरह के नियम थे। साथ ही वह बहुत सुंदर थी और उन्हें सुन्दर दिखने वाली महिलाओं से दोस्ती करना पसंद था। साफ-सफाई से रहना प्रभा देवी को बहुत पसंद था। वो बिस्तर पर एक सल भी देखना पसंद नहीं करती थी। यहाँ तक कि छोटे-छोटे बच्चों को भी वो प्यार तो बहुत करती, उन्हें तोहफे देती, खाने की अच्छी-अच्छी चीज़ें देती। दिल से दुआ भी देती पर उन्हें कभी अपनी गोद में नहीं बैठाती थी और ना ही अपने बेड पर, क्योंकि उन्हें हमेशा बच्चे के गंद कर देने का डर होता था।

वक्त बीत गया जब प्रभा देवी की उम्र 70 वर्ष हुई। उनके पास उनकी एक बेटी रहती थी। अब प्रभा देवी को एक बहुत बुरी बीमारी हो गई थी। ना वो चल सकती थी ना किसी के सहारे के बिना एक करवट बदल सकती थीं। और उनका शरीर दुर्बल हो गया था, जिसे देख कोई भी डर जाए। उनकी बेटी उनकी पूरी सेवा करती पर फिर भी कई बार प्रभा देवी जी कई घंटों गंदगी में पड़ी रहती। जिन नौकरों से प्रभा देवी अपने आपको दूर रखती थी आज वो उनके सहारे के बिना एक पल नहीं रह सकती थी। प्रभा देवी दिल की बुरी नहीं थी पर जीवन में जिन बातों को लेकर वह सबसे ज़्यादा चिढ़ती और अनजाने में ही सही पर दूसरों का दिल दुखाती थी बुढ़ापे में उन्हें इन बातों को जीना पड़ा।

सीख : वक्त कभी समान नहीं रहता वक्त के साथ सबकुछ बदल जाता है, लेकिन अपने व्यवहार को इस तरह रखें कि कभी भी वक्त के आगे आपको झुकना ना पड़े। कहते हैं इंसान जिस चीज़ से भागता है उसे उसका सामना करना पड़ता है इसलिए कभी किसी चीज़ से घृणा ना पालें।

न्याय हो तो ऐसा...

एक राजा था जिसका नाम था कर्णराज। कर्णराज न्याय प्रिय और बुद्धिमान राजा था। जो अपनी प्रजा के साथ न्याय करने के साथ-साथ उन्हें ज्ञान का उपदेश भी देता था। अपनी प्रजा को सही और गलत का भेद सीखाता था।

कर्णराज को वृक्षों से बहुत प्रेम था और वो अपनी प्रजा को मनुष्य, जानवर तथा वृक्षों में अहम संबंध हैं, इसका पाठ सीखाया करता था। वो हमेशा प्रजा से कहता था कि मनुष्य को पेड़-पौधों का रक्षण करना चाहिए और जानवरों का भी ध्यान रखना चाहिए।

एक बार एक ग्रामीण को अपने घर को बड़ा करना था और उसके इस काम में आँगन में लगा वृक्ष एक बहुत बड़ी बाधा था। उस ग्रामीण ने आम के हरे भरे वृक्ष को काट दिया, जब यह बात राजा कर्णराज को पता चली तो उसे बहुत दुःख हुआ और उसने सैनिकों को आदेश दिया कि वो उस ग्रामीण को दरबार में पेश करें।

अगले दिन उस ग्रामीण को दरबार में लाया गया। उस ग्रामीण ने राजा कर्णराज से माफी मांगी, अपने बच्चों की दुहाई दी कि उसे माफ कर दें। वो अगली बार ऐसा नहीं करेगा, लेकिन राजा ने एक न सुनी। राजा कर्णराज ग्रामीण को सज़ा देने का तह कर चुके थे। सभी के सामने राजा ने सजा सुनाई, राजा ने उस ग्रामीण से कहा कि तालाब के पास की जगह पर वो प्रति वर्ष 20 वृक्ष लगाये और उनकी देख-रेख करे और यह काम उसे 5वर्षों तक करना होगा, साथ ही सैनिकों को इस काम की निगरानी करने को कहा गया। उस वक्त तो सभी को यह सज़ा सही नहीं लगी,पर पाँच वर्षों के बाद जब तालाब के आस-पास का इलाका देखा गया तो वह हरा-भरा और काफी रोचक था इससे सभी को सीख मिली।

सीख : अगर इसी तरह वृक्ष लगा कर उनकी देख-रेख करें तो हम अपने आस-पास के परिवेश को सुन्दर बना सकते हैं।

छतरपुर-पेप्टेक टाउन(म.प्र.)। ब्रह्मा बाबा के 54वें पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में श्रद्धा सुमन अर्पित करने के पश्चात् समूह चित्र में अहमदाबाद से ब्र.कु. संगीता बहन, विश्वनाथ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रमा बहन तथा अन्य बहनें।

किसके पीछे भाग रहे हो...!!!

ब्र.कु. उर्वशी बहन,नई दिल्ली

सुनो ज़रा, तुम कहाँ जा रहे हो? मैं अपनी दुकान जा रहा हूँ। अच्छा, और कब तक लौटोगे? मैं आज खूब सारे पैसे कमाकर लौटूंगा, क्योंकि कल मेरे बेटे का जन्मदिन है। उसे बहुत सारे पैसे दूँगा जिससे वो उन पैसों को पाकर खुशी से झूम उठेगा। ओह, अच्छा, क्या पैसे, वस्तु के साथ खुशी भी देते हैं? अरे, कैसी बात कर रहे हैं आप! पैसे खुशी क्यों नहीं देते, अरे साहब, बहुत खुशी और सुकून देते हैं। अच्छा जनाब निकलता हूँ अब।

ज़रा सुनो, कहाँ भाग रहे हो तुम इतनी जल्दी में? मैं, मैं विदेश जाने के लिए हवाई अड्डे जा रहा हूँ। अच्छा, क्या प्राप्त होगा वहाँ जाकर? अरे ये कैसा सवाल है आपका, मैं वहाँ जाकर ढेर सारे पैसे और शोहरत कमाऊंगा। अच्छा, फिर क्या करोगे उन पैसों का? दादा जी, उनसे मैं अपना जीवन सुखी और आनंदमय तरीके से जी पाऊंगा। भला वो कैसे? दादा जी, मैं एक आलीशान घर, एक अच्छी-सी गाड़ी, खूब अच्छे-अच्छे कपड़े खरीदूंगा जो मेरे कलेजे को ठंडक देंगे। ठीक है, मैं निकलता हूँ, बहुत जल्दी में हूँ।

सुनो छोटू, तुम कहाँ जा रहे हो? मैं ना स्कूल जा रहा हूँ और अब मैं पुरस्कार लेकर ही लौटूंगा क्योंकि आज मेरे स्कूल में प्रतियोगिता है। अच्छा, और फिर उस पुरस्कार का करोगे क्या तुम? उसको मैं अपने टेलिविजन के ऊपर रखूंगा जिससे वो मुझे और मेरे परिजनों को हर रोज़ खुशी देगा। अच्छा, चलता हूँ मैं।

अरे देवी, ज़रा सुनो मेरी बात, कहाँ जा रही हो आप? मैं, मैं मंदिर जा रही हूँ। अच्छा, क्या करने? अरे, ये कैसा सवाल है आपका? मंदिर तो हर आदमी सुख और शांति लेने के लिए और अपनी अरदास पूरी करने के लिए जाता है। ओह! अच्छा, लेकिन क्या आप मुझे ये और बता सकती हैं कि ये सुख और शांति देता कौन है और कहाँ-कहाँ मिलती है ये? भ्राता जी, ये सुख और शांति भगवान देते हैं, ना कि कोई मनुष्य और ये मंदिर, मस्जिद, गुरुद्वारे और चर्च में मिलती है, जहाँ-जहाँ ईश्वर, अल्लाह का निवास होता है वहाँ-वहाँ ये मिलती है। अच्छा, कितने दिन तक चलती है,मतलब कितने-कितने दिन बाद लेने जाना होता है? भ्राता जी आप इतने अजीब से सवाल क्यों कर रहे हैं? क्या आप ये सब जानते नहीं? क्या आपने कभी पूजा अर्चना नहीं की अपने जीवन में? मुझे ऐसा महसूस हो रहा है जैसे आप नास्तिक हैं।

हाँ, तुम भी मुझे नास्तिक बोल सकती हो ठीक उसी प्रकार जैसे अन्य व्यक्ति मुझे नास्तिक बोलते हैं,क्योंकि मेरे विचार अन्य लोगों से अलग हैं। मेरा दिल तो ये कहता है, जैसे एक शेर का बच्चा शेर, एक राजा का बच्चा राजा होता है ठीक उसी प्रकार सर्वशक्तिवान के बच्चे मास्टर सर्वशक्तिवान होते हैं। कृपया थोड़ा स्पष्ट कीजिए। करता हूँ, करता हूँ देवी। क्या ये सत्य नहीं कि हम सभी मनुष्य आत्माएं, परमात्मा की संतान हैं और वही हमारे सच्चे पिता हैं और इसलिए हम उनको परमपिता कहकर पुकारते हैं! और जब हम उनकी संतान हैं तो जो शक्ति व गुण परमात्मा में हैं वह सब हम बच्चों में नहीं होगी! परन्तु हम स्वयं को व स्वयं के स्वधर्म को और अपने सच्चे मात-पिता को पूर्ण रूप से भूल चुके हैं इसलिए हर रोज़ हम परमात्मा के पास जाकर कहते हैं "मुझ निर्गुण हारे में कोई गुण नाही"। तुम ज़रा विचार करो, एक बच्चा अपने पिता के आगे ऐसे कहता है क्या? बल्कि हम तो अपने पिता के आगे बड़े शान से कहते हैं जो आपका है वो मेरा है, और दुनिया के आगे भी बड़ी शान से कहते हैं तुम्हें पता है मेरे पिता राजा हैं, डॉक्टर हैं, बैरिस्टर हैं। तनिक विचार करो कैसा महसूस होता होगा उस सच्चे पिता को जब वो अपने बच्चों को सबकुछ देने के बावजूद भी ऐसे भीख मांगते हुए, रोते हुए देखता होगा तो! वास्तव में हमारे सच्चे माता-पिता, शिक्षक, सतगुरु, मार्गदर्शक वह एक ही निराकार परमात्मा हैं और उन्होंने हमें सुख, शांति, आनंद, प्रेम, शक्ति से भरपूर किया है। परंतु हमसे भूल होने के कारण हम सुख-शांति, आनंद को स्थूल वस्तु, व्यक्ति और जगह-जगह ढूंढने लगे। परन्तु ये भगवान के आगे रोने से, अच्छी वस्तुएं खरीदने से, तीर्थ स्थल पर घूमने से प्राप्त नहीं हो सकती, क्योंकि ये हमारा स्वधर्म है इसको जितना हम स्मृति में लाएंगे उतना ही हम महसूस कर पाएंगे। स्थूल वस्तु की खुशी क्षण भर में समाप्त हो जाती है,परन्तु अपने पिता और उनके गुण व शक्तियों को व स्वयं के स्वधर्म को स्मृति में लाने से ही सुख, शांति व आनंद प्राप्त हो सकता है और वही अविनाशी है। अपने स्वधर्म को याद करना माना अपने गुणों का चिंतन करना, उन्हें महसूस करना और हमारे गुण हैं सुख, प्रेम, शक्ति, आनंद आदि और यही यह सच्चा मार्ग है इनको प्राप्त करने का। ये हमें तीर्थ स्थलों पर भटकने से नहीं बल्कि स्वयं का परिचय प्राप्त करने से ही प्राप्त हो सकती है और हमारा सत्य परिचय हमें हमारे सत्य पिता परमपिता परमात्मा शिव ही देते हैं।

भिलाई-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सीआईएसएफ के रिजनल ट्रेनिंग सेंटर में 'जीवन में राजयोग का प्रयोग' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में इंस्पेक्टर नीरज कुमार, इंस्पेक्टर वीरेन्द्र यादव, सब इंस्पेक्टर एस.पी. यादव, ब्र.कु. रिया बहन, ब्र.कु. पूजा बहन तथा सीआईएसएफ के जवान।

मौदा-महा.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'आज़ादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' थीम के अंतर्गत दो दिवसीय 'खुशियों का बिग बाज़ार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए मा.आबू से मोटिवेशनल स्पीकर एवं ट्रेनर राजयोगी ब्र.कु. शक्तिराज भाई, कामठी मौदा क्षेत्र के विधायक दिसावर टेकचंद सावरकर, नगर पंचायत की उपाध्यक्ष भारती ताई सोमनाथ, साखर कारखाना बापदेव के मैनेजिंग डायरेक्टर संजय गुर्जर, सामाजिक कार्यकर्ता कीर्ति ताई जायसवाल, नागपुर सबज़ोन संचालिका ब्र.कु.रजनी दीदी, ब्र.कु.मनीषा बहन तथा अन्य।

पाटण-सातारा(महा.)। नव वर्ष की बधाई देने के पश्चात् उपनगराध्यक्ष सागर पोतदार, नगर सेवक जगदीश शेंडे तथा नगरसेविका फुटाने मैडम को नव वर्ष का कैलेंडर भेंट करते हुए ब्र.कु.विद्या बहन एवं ब्र.कु.सुरभि बहन।

रायपुर-छ.ग.। सन्दीपनी अकादमी कुम्हारी में 'तनाव प्रबंधन कला' विषय पर व्याख्यान देने के पश्चात् ब्र.कु.डॉ. दिलीप नलगे को मोमेन्टो भेंट करते हुए अकादमी के प्राचार्य एवं अन्य स्टाफ मेम्बर्स। साथ में हैं ब्र.कु.रश्मि बहन।

मुम्बई-घाटकोपर। ब्रह्माकुमारीज़ सबज़ोन का 64वाँ वार्षिकोत्सव, सबज़ोन इंचार्ज राजयोगिनी ब्र.कु.डॉ.नलिनी दीदी का 80वाँ जन्मदिवस एवं ईश्वरीय सेवाओं के 65वर्ष पूर्ण होने पर जवेरबेन पोपटलाल सभागृह में भव्य कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस मौके पर राजयोगिनी ब्र.कु. शकु दीदी,अति.निदेशिका,घाटकोपर सबज़ोन, ब्र.कु.निकुंज,लोकप्रिय लेखक एवं ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय समन्वयक, डॉ.निरंजन हीरानंदानी,एजुकेशनलिस्ट एवं रियल एस्टेट टाइकून, भारतीय जनता पार्टी के महासचिव प्रवीण छेड़ा, भदंत महाथेरो डॉ.राहुल बोधि, प्रसिद्ध सर्जन डॉ.संजय बोरुडे, डॉ.उमा रेले,नालंदा नृत्य कला महाविद्यालय, डॉ. वैदेही रेले आदि उपस्थित रहे। इस अवसर पर दिव्य रैली भी निकाली गई।

बारडोली-गुज.। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् तरुण भाई,समाज सेवक को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अरुणा बहन। साथ हैं काजल हिन्दुस्तानी,वैदिक सनातन धर्म प्रचारक, ब्र.कु.जयश्री बहन तथा ब्र.कु. कनक बहन।

ब्यावरा-म.प्र.। ब्यावरा कोर्ट में जस्टिस आर.के. जैन को नव वर्ष की बधाई देने के पश्चात् कैलेंडर भेंट करते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी बहन व ब्र.कु. तेजस्वी बहन।

मरोली-नवसारी(गुज.)। सीआईएसएफ के जवानों को परमात्म संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. मुकेश बहन, एसआई/ईएक्सई सुरेंद्र सिंह, एचसी रामा शंकर, एचसी माने सचिन, सीटी आदित्य कुमार, सीटी अप्पा राव, सीटी संतोष कुमार तथा अन्य।

छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ एवं पुलिस प्रशासन के संयुक्त तत्वावधान में सड़क सुरक्षा सप्ताह के अंतर्गत यातायात के नियमों के प्रति जागरुक करने के लिए मोटर साइकिल जागरुकता रैली का शुभारंभ करते हुए पुलिस अधीक्षक सचिन शर्मा, छतरपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन तथा खजुराहो सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या बहन। इस रैली में पुलिस के जवानों, ब्र.कु. भाई-बहनों सहित 200 लोगों ने भाग लिया।

चलो आज हम एक पैटर्न तोड़ते हैं

ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

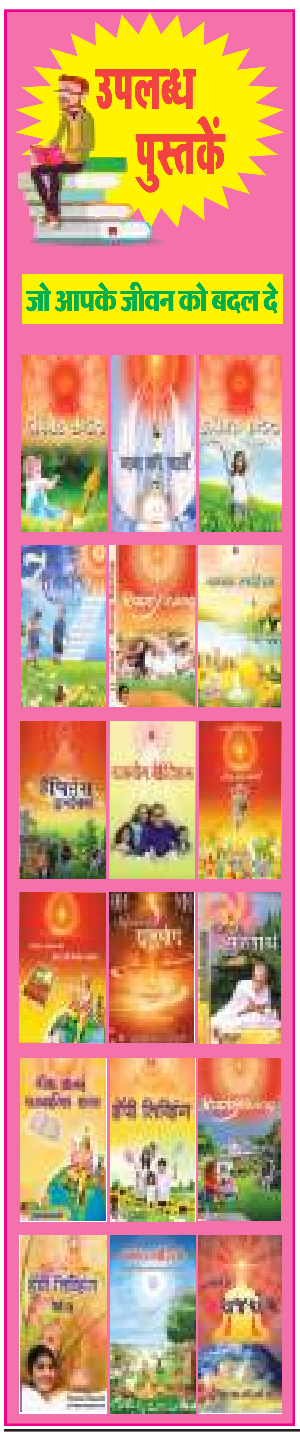
कभी हँसना है कभी रोना है, जीवन सुख-दुःख का संगम है-ये मान्यता बहुत ही समय से चली आ रही है। और इस मान्यता को लोगों ने अपने अन्दर धारण कर लिया है। लेकिन आप ये देखो कि आज से बीस साल पहले, तीस साल पहले, चालीस साल पहले आपके जीवन में क्या ज़्यादा था दुःख या सुख! तो जीवन सुख-दुःख का संगम है अगर हम ये मान लेंगे तो इसका मतलब ये हुआ कि जो कुछ भी आ रहा है उसको हम स्वीकार करते जायेंगे। मनुष्यों ने बहुत सारे ऐसे पैटर्न बनाये और मान्यतायें बनाई, या ऐसी कहावतें बनाई जिसको अन्दर धारण कर लिया और वैसा ही सोचते हैं। अब एक उदाहरण ले लो कि 'अब पछताये होत क्या जब चिड़िया चुग गई खेत'। तो अगर हम पछतायेंगे नहीं तो चिड़िया दुबारा खेत चुगेगी। तो पछताने से तो अच्छा है ना ताकि मैं अलर्ट हो जाऊं, ध्यान रखूँ, ताकि मैं एक-एक चीज़ को हिसाब से डील कर पाऊं।

दुनिया में कोई भी ऐसा पैटर्न बना जिसको हमने अपने अन्दर धारण कर लिया। जैसे कोई अगर आध्यात्मिक पथ पर चलना ही चाहता है तो लोगों ने एक मान्यता बना दी कि 'नौ सो चूहे खाकर बिल्ली हज को चली'। तो हम कहते हैं कि चली तो सही, नहीं तो अठारह सौ खा लेती। तो भाव को समझना है। इस दुनिया में हरेक चीज़ एक फ्लो में आगे बढ़ रही है, तेजी से चल रही है। कोई चीज़ परमानेंट नहीं है, सबको पता है सबकुछ बदल रहा है। मनुष्य भी बदल रहा है तो बदलने की मार्जिन तो है ना! अगर बदलने की मार्जिन है तो क्यों नहीं हम उस बदलाव में अपने आप को शामिल कर पा रहे? अब ज़्यादा से ज़्यादा पैटर्न को फॉलो करते हैं। या जो लोगों ने बनाए, मान्यतायें बनाई उसको फॉलो करते हैं। उन पर चलना शुरू कर देते हैं। आध्यात्मिकता एक ऐसी जीवनशैली है जिसमें कभी भी, किसी भी समय शुरू किया जा सकता है। इसलिए जीवन सुख-दुःख का संगम नहीं है, जीवन सिर्फ सुख से ही बना है। क्योंकि आज हम उस सुख को अनुभव करने की ताकत नहीं रखते इसीलिए हमको दुःख फील होता है।

तो सबसे पहले अभी के अभी हमें इस मान्यता को तोड़ना है कि जीवन में ये बहुत ज़्यादा है, ये बहुत कम है। ये हमको परमात्मा ने सिखाया और दुःख भी तब है जब हमको जागृति नहीं है। जैसे किसी भी बारे में जब हम जान जाते हैं तो उसको उसी हिसाब से यूज़ करते हैं,जैसे हम करना चाहते हैं। फिर कैसे उसमें हमको सुख लेना है, कैसे उसको डील करना है, कैसे उसको ठीक रखना है, ये हम कर पाते हैं। इसीलिए उन सारी कहावतों को जो लोगों ने बना दिया, लेकिन उस पर्टिकुलर व्यक्ति ने, उस विशेष व्यक्ति ने जिन्होंने ये सब बनाया होगा ये उनके लिए सही हो सकता है थोड़ी देर के लिए,लेकिन कोई भी कहावत मनुष्य के ऊपर फिट नहीं बैठती। एक बहुत बड़ा बिलीफ सिस्टम है जो हमको ब्रेक करना चाहिए। जैसे दुनिया में कहते हैं कि कुछ पाने के लिए कुछ खोना पड़ता है, लेकिन मैं हमेशा, मतलब हम सभी को इस बात का ध्यान रखना है कि कुछ पाने के लिए क्यों खोना है? कुछ पाने के लिए कुछ करना चाहिए। अगर आप कुछ करेंगे तो निश्चित रूप से आप कुछ पायेंगे भी। तो पाने के लिए खोना शब्द का ही क्यों बार-बार यूज़(प्रयोग)कर रहे हैं? अरे कुछ करेंगे तो पायेंगे ना!

जब हम करना शुरू करते हैं तो उस समय जब हम और चीज़ों में नहीं जुड़ पाते,तो उसको हमने खोना शब्द के साथ जोड़ दिया। इसलिए जो कुछ-कुछ बातें कही गई हैं उसको अगर आपने अपने अन्दर धारण कर लिया तो ज़्यादातर जीवन में बाधा ही उत्पन्न होनी है। जीवन में संघर्ष है, संघर्ष के बिना जीवन ही नहीं है। ये वो मान्यतायें जो हमने खुद अपने दिल से बनायीं और उसी पैटर्न पर चल रहे हैं। मतलब मान लिया कि संघर्ष है तो संघर्ष आयेगा। और हर पल संघर्ष आयेगा क्योंकि आप दिन रात उसी पैटर्न को वायब्रेशन के द्वारा पूरे विश्व में फैला रहे हैं। जब पूरे विश्व के लोग उसी बात को लेकर चल रहे हैं कि नहीं, बिना संघर्ष के आप जीवन कैसे जी ले रहे हो? संघर्ष नहीं आया आपके जीवन में? तो क्या संघर्ष ज़रूरी है? ऐसा नहीं है जीवन सुखमय है, शांतिमय है, प्रेममय है, आनंदमय है, लेकिन उस बात को अपने अन्दर पैटर्न में डालना ज़रूरी है। तो जब तक आप इन मान्यताओं को तोड़ेंगे नहीं, तब तक आप कोई चीज़ को डील नहीं कर सकते, कोई चीज़ को एन्जॉय नहीं कर सकते। कुछ भी हो वैसे छोटे-छोटे जिसको हम अन्धविश्वास, भ्रांतियां कहते हैं या दुनिया में कहते हैं बिल्ली का रास्ता काटना, किसी का छींक देना, तौलिये को झटक देना किसी के सामने या खाली बाल्टी ला देना ये सब बातें तो अंधविश्वास में थीं, भ्रांतियों में थीं, लेकिन उसके बाद और-और कहावतों ने भी हमारे जीवन को नर्क ही बना दिया। तो आप-हम सब पढ़े-लिखे समाज में हैं और आप इस समय जो फील करते हैं उसको भी छोड़कर जो लोगों ने कहा वो मान लिया, और वैसे ही जीवन को चलाना शुरू कर दिया।

तो चलो उठते हैं और आज इस पैटर्न को तोड़ते हैं। सबसे पहले कि जो जिन्होंने कहा, वो कहीं न कहीं उसमें कुछ कमी है उसको सही करते हैं। इसलिए सबसे पहले जीवन में संघर्ष नहीं है, जीवन खुशहाल है। जीवन हमेशा अच्छा रहा है। जीवन में कोई भी चीज़ ऐसी नहीं हुई जो हमारे को दुःख दे, लेकिन हम उससे दुःख ले रहे थे,क्योंकि हमको आगे का नहीं पता था। इसलिए कहा जाता है कि हर सुख जो आया चला जायेगा, दुःख भी आया तो चला जायेगा। तो कोई चीज़ जब परमानेंट नहीं है तो उसको सुख-दुःख का संगम क्यों कह दिया? इसका मतलब दुःख के साथ सुख जुड़ा हुआ है, नहीं। हमेशा हम सुख में रहे हैं, भूल गये तो इस चीज़ को ऐसे फील करने लग गये। तो चलो इन सारी मान्यताओं को, सारे पैटर्न को तोड़ें और उन बातों को पकड़ें जिन बातों से हमारा जीवन सुखमय-शांतिमय हो सकता है।



मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य भाई

प्रश्न : मैं चन्द्रपुर से भाविका हूँ। बहुत कोशिश करने के बावजूद भी मैं अमृतवेले नहीं उठ पाती हूँ। अगर उठ भी जाती हूँ तो मेरा योग नहीं लगता, मुझे नींद बहुत आती है। मैं क्या करूँ?

उत्तर : अमृतवेले उठते हैं और अच्छी प्रैक्टिस करते हैं तो उससे एक आत्म संतोष अनुभव होता है। बहुत अच्छा लगता है कि हमने कुछ किया है। तो अगर आप रात को ज़्यादा भोजन करती हैं तो आपसे रिक्वेस्ट करूँगा कि रात का भोजन एकदम हल्का कर दें। भोजन देर से नहीं हो, आठ बजे के अन्दर-अन्दर खा लेना चाहिए ताकि भोजन हज़्म हो जाये और जब हम सोयें तो हमारा जो सारा सिस्टम है, शक्तियां है ब्रेन की वो भोजन हज़्म करने में न लगी रहें, वो गहरी नींद में हमें सुलाये। जिससे हम रिलेक्स हो पायें। एक प्राणायाम अनुलोम-विलोम करें जिससे ब्रेन को बहुत अच्छी ऑक्सीजन मिलेगी। इससे ब्रेन बड़ा एनर्जेटिक रहेगा। बीमारियों पर भी बहुत गुड असर होगा, अनेक बीमारियां जायेंगी और सवेरे उठने में बहुत मदद मिलेगी। ये बहुत सुन्दर वरदान बाबा ने हमें दिया है। रात को जब सोयें तो सोने से पहले मन के सारे बोझ, मन की चिंतायें, कोई टेंशन हो, कुछ भी बात सामने हो वो बाबा के सामने रख दो। और बाबा की याद में बिल्कुल हल्के होकर सो जायें। संकल्प कर दो और बाबा को भी संकल्प दे दो कि मुझे तो चार बजे या 3:30 बजे जिस टाइम भी आप उठना चाहें, मुझे उठा देना।

सवेरे जब आंख खुले प्रथम बार तो ये संकल्प करके कि बाबा ने उठाया है खटिया को छोड़ देना चाहिए। और हमें जाग्रत हो जाना चाहिए। सुस्ती होने का कारण है कि मनुष्य राजयोग में सुख पाना जानता नहीं है। सवेरे उठकर सबसे पहले अपने को बहुत सुन्दर संकल्प से चार्ज करें। और वो सुन्दर संकल्प हैं स्वमान के संकल्प, जिसे उठते ही, हाथ ऊपर करें और संकल्प करें कि वाह! मेरे जैसा भाग्यवान और कोई नहीं। इस जन्म में घर बैठे मुझे भगवान मिले। तीन-चार बार रिपीट करें। वाह! मेरे जैसा भाग्यवान कोई नहीं, भगवान वरदान देने मेरे द्वार पर आ गये। मेरा श्रृंगार करने, मुझे शक्तियां देने के लिए, स्वयं भाग्यविधाता आ गया। ऐसे संकल्प करें। मैं तो मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। ये माया कुछ नहीं, मैं तो इससे प्रबल हूँ। सफलता तो मेरा जन्म सिद्ध अधिकार है। मैं तो विघ्न विनाशक हूँ। मैं विजयी रत्न हूँ, अब मुझे विश्व परिवर्तन का कार्य करना है। वाह! मेरा भाग्य, भगवान ने मुझे चुना कि आओ बच्चे मेरे इस महान कार्य में मुझे मदद करो। ऐसे विचारों से स्वयं को फ्रेश करें।

फिर पाँच स्वरूपों का अभ्यास एक बार ऐसे याद कर लें। मैं आत्मा हूँ, देवकुल में थी, पहले जन्म को देखें भक्ति में मेरी पूजा होती थी। अब मैं ब्राह्मण हूँ, अब मुझे फरिश्ता बनना है। एक बार केवल ऐसे याद कर लें। दूसरी बार भी इसमें एक मिनट लगा दें। मैं आत्मा हूँ, आत्मा के स्वरूप को देखें किरणें फैल रही हैं दस सेकण्ड। फिर मैं देवता था अपने देव स्वरूप को देखें दस सेकण्ड। फिर अपने पूज्य स्वरूप को दस सेकण्ड। ऐसे दस-दस सेकण्ड में एक अभ्यास करें। फिर तीन मिनट में करें। तो फिर ये पाँच स्वरूपों का अभ्यास करने से बहुत अच्छी आत्म जागृति होगी, एकाग्रता होगी और तब योग बहुत अच्छा लगेगा। और आपका जीवन भी बहुत सुन्दर हो जायेगा।

प्रश्न : मैं मुम्बई से कामिनी हूँ। बचपन से ही लाइफ में बहुत ही प्रॉब्लम्स और दुःख ही दुःख मैंने देखें हैं। निगेटिविटी बहुत है। मैं डर में जीती हूँ कि कल पता नहीं क्या होगा! मेरी तबियत भी खराब रहती है, बच्चे भी नहीं सुनते हैं। ना कुछ भी करने का मन करता है। कृपया बतायें मैं क्या करूँ?

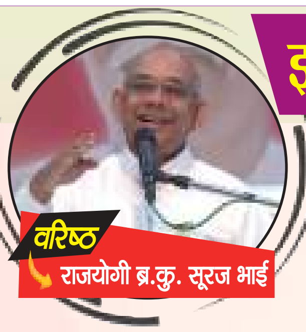
उत्तर : देखिए ये कहानी सिर्फ आपकी नहीं है, ये कहानी तो लाखों नारियों की है। पुरुषों की है कि बचपन से ही परेशानियों में जी रहे हैं। जैसे जन्म ही लिया है इन सब चीज़ों के लिए। चारों ओर से मनुष्य अपने को घिरा हुआ महसूस करता है। कहीं न कहीं मनुष्य के कर्म ही इसके ज़िम्मेदार हैं। आपको भयभीत होने की ज़रूरत नहीं है। आपका भय तो बिल्कुल प्रैक्टिकल है। कल पता नहीं क्या हो जाये? कल पता नहीं कौन-सी चीज़ सामने आ रही है। कल पता नहीं किसका फेस करना पड़ेगा। तो भय आपका बढ़ता जाता है। इसलिए आपको मैं राय दूँगा कि आपके लिए ईश्वरीय ज्ञान लेना बहुत-बहुत आवश्यक है। आप परमपिता से जुड़ें और आत्मा के सच्चे स्वरूप को रियलाइज़ करें। आत्मा तो है ही सुख स्वरूप, शांत स्वरूप, प्रेम स्वरूप, पवित्र स्वरूप, शक्ति स्वरूप, आनंद स्वरूप। अपने इन स्वरूपों का रियलाइज़ेशन होगा। जीवन में खुशी लौटेगी और बस उसका इंतज़ार है कि जिस क्षण आपके जीवन में खुशी लौट आये। उस क्षण से आपका जीवन पूरा बदलता रहेगा। राजयोग के माध्यम से आप अपना सबकुछ बदल सकती हैं। लेकिन एक सब्कॉन्शियस माइंड का प्रयोग मैं आपके सामने रखना चाहूँगा। आप थोड़ा जल्दी उठें सवेरे। प्रकृति के सौन्दर्य को निहारें। तो अगर सम्भव हो तो अपनी छत पर जायें। या फिर आपके पास छोटा-मोटा बगीचा हो, उसमें टहलें और प्रकृति की सुन्दरता को निहारें। कितना सुन्दर है ये संसार, कितना सुन्दर होगा इसको बनाने वाला। कैसी सुन्दर क्रियेशन है, समय पर सूरज निकल रहा है, चांद की कलायें घट-बढ़ रही हैं। धरती घूम रही है। कैसा ये साइकल चल रहा है इस यूनिवर्स का, इस अंतरिक्ष का। कितनी सुन्दर रचना है। ऋतुयें बदल रही हैं, आ रही हैं, जा रही हैं, कैसी वंडरफुल रचना है। रंग-बिरंगे फूल खिले हैं, जीव-जन्तु हैं। शोभा है इस संसार की। रात होती है तो आसमान में तारे चमकने लगते हैं। निहारें ज़रा इस संसार की सुन्दरता को। आपके मन पर जो काले बादल आ गये हैं वो हटेंगे। सवेरे उठते ही पहले दस मिनट में आप सुन्दर विचार अपने मन में क्रियेट करेंगे। और पहला विचार करें मैं बहुत अच्छी हूँ, मैं बहुत भाग्यवान हूँ। बड़े खुले दिल से कई-कई बार सोचें। मेरा जीवन बहुत अच्छा है। मैं बहुत सुखी हूँ। मैं बहुत भाग्यवान हूँ। मैं अपने जीवन से, अपने इस पार्ट से बहुत संतुष्ट हूँ। मेरा परिवार भी बहुत अच्छा है। यद्यपि आपको ये सोचने में बहुत भारी लगेगा क्योंकि सब बिगड़ा हुआ है, लेकिन आप ये कोशिश करें। दूसरे लोगों को देखो जिनके पैर नहीं हैं, जो सड़कों पर भीख मांग रहे हैं, याचना कर रहे हैं इनकी भेंट में आप विचार करें कि मुझे भगवान ने कितना अच्छा जीवन दिया है। भगवान ने हमें बहुत कुछ दिया है। तो सवेरे-सवेरे ये सुन्दर विचार किया करें। दुःखों के काले बादल छंटने लगेंगे।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

OM SHANTI MEDIA -FEB-II- 2022 MAHARASHTRA FINAL FILE_Layout 2 29-01-2023 10:52 Page 11

इन सुन्दर संकल्पों से बनायें प्युरिटी को स्ट्रॉन्ग



वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

हम सभी पवित्रता के मार्ग पर अग्रसर हैं। स्वयं पतित पावन भगवान हमें पावन बनाने के लिए आ गए हैं। उनकी आज्ञाओं पर चलकर हम अपने मन को, बुद्धि को विशुद्ध करेंगे। लाखों भाई-बहनों ने तो अपने चित्त को शुद्ध और शांत कर लिया है। ये देश को महान बनाने का सर्वोत्तम आधार है। लेकिन बहुतों के जीवन में युद्ध चलता है। हम जानते हैं कि हमारा एक-एक संकल्प ही तो हमें बहुत कुछ बना देता है। हमारे मन में उमंग हो कि मुझे रोज़ आठ घंटे कर्म में योग करना है। तो बहुत सारी बातें पीछे छूट जायेंगी। उमंग-उत्साह रहेगा तो व्यर्थ संकल्प तो शांत ही हो जायेंगे। उमंग-उत्साह के पंख, लक्ष्य की दृढ़ता हमारे विचारों को शांत और पॉज़िटिव कर देती है। ईश्वरीय नशा और खुशी, सम्बंधों में प्रेम, बहुत सुन्दर हमारा दृष्टिकोण, जिसको वृत्ति कहते हैं ये सब हमारे चित्त को व्यर्थ से मुक्त करते हैं। इन पर हमें बहुत ध्यान देना है, और जो मुक्त हो गये वो तो मुक्ति के अधिकारी हो गये। जो व्यर्थ से मुक्त हो गये वो समर्थ संकल्पों से अपने को बहुत समर्थ अर्थात् पॉवरफुल बना लेते हैं।

तो पहले हम ले रहे हैं काम वासना से सम्बन्धित व्यर्थ संकल्प। जो बहुतों को चलते हैं। कईयों को पास्ट का जीवन याद रहता है। किसी का गंदगी से भरपूर बीता है तो वो चित्र बार-बार सामने आते रहते हैं। उन्हें भुलाना ही पड़ेगा। इन व्यर्थ संकल्पों से बचने की बाबा ने तो बहुत ही सहज विधि बता दी। एक ही विधि जो भी पाप हो लिखकर भगवान के आगे अर्पित कर दो। उसके कक्ष में रख दो या सच्चे मन से उसको सुना दो। और मुक्त हो जाओ। लेकिन हमें भूलने का प्रयास भी करना है। देह का आकर्षण बहुतों में रहता है,क्योंकि देह का भान बहुत ज़्यादा रहता है तो दूसरों की देह का आकर्षण बना ही रहेगा। जो अनेक व्यर्थ संकल्पों को जन्म देता है। अपने देह का लगाव जैसे-जैसे कम होगा, वैसे-वैसे दूसरों के देह का लगाव भी कम होता जायेगा। हमें याद रहेगा सबमें आत्मायें हैं। आत्मा ने एक शरीर छोड़ दूसरा लिया है, तीसरा लिया है, चौथा लिया है कभी कोई नर बना है तो कोई नारी। ये देह तो विनाशी है, मुझे देह को नहीं देखना है। मस्तक में चमकती हुई आत्मा को देखना है, मणि को देखना है। तो देह का भान, देह का आकर्षण समाप्त होता जायेगा।

मैं कुछ दिन से ये बात सबको कह रहा हूँ कि जो सम्पूर्ण पवित्र बनना चाहते हैं, तो वो अपनी काम वासनाओं की इच्छाओं को चेक करें और उनका त्याग करें। जब हमने वो मार्ग छोड़ दिया और भगवान से प्रतिज्ञा कर ली, उसको वचन हमने दे दिया कि आपके पवित्र मार्ग पर ही हमें चलना है। यही हमारा जीवन है। जब हमें स्मृति आ गई कि दो युग हम सम्पूर्ण निर्विकारी देवता थे।

मैंने जब ये सब अभ्यास किए शुरु में तो मैं एक कहावत याद किया करता था कि जिस पेड़ के आम नहीं खाने तो उसके पत्ते गिनने से क्या लाभ! तो जिस पथ पर हमें चलना ही नहीं है,जिसे हम छोड़ आये, खत्म हो गया। थूक कर चाटा थोड़े ही जाता है!

अब उस मार्ग पर हम क्यों जायें? और जिस मार्ग पर हमें जाना ही नहीं है तो उसके लिए सोचें क्यों? मैंने जब ये सब अभ्यास किए शुरु में तो मैं एक कहावत याद किया करता था कि जिस पेड़ के आम नहीं खाने तो उसके पत्ते गिनने से क्या लाभ! तो जिस पथ पर हमें चलना ही नहीं है,जिसे हम छोड़ आये, खत्म हो गया। थूक कर चाटा थोड़े ही जाता है! थूक दिया विकारों को। संकल्प करें कि मैं तो परम पवित्र आत्मा हूँ, मैं तो ओरिज़नली सम्पूर्ण पवित्र हूँ। विकार आये हैं बीच में, अब पुनः पतित पावन सर्वशक्तिवान पावन बनाने आये हैं, तो मुझे पावन बनना है। तो ये एक ही संकल्प अनेक व्यर्थ संकल्पों को समाप्त करेगा।

हम जितना-जितना अपने योग अभ्यास को बढ़ायेंगे हमारा योगबल इन विकारों के बल को जलाकर समाप्त करेगा। योगबल सबसे बड़ी चीज़ है। हमारी शक्तियां बढ़ेंगी जिसको हम मनोबल कहते हैं। और हम अपनी वासनाओं को कंट्रोल कर सकेंगे। कर्मेन्द्रियों का जो रस है, जो क्षणिक सुख इन विकारों में मिलता है वो हमें बेकार लगने लगेगा। परम सुख का, परम आनंद का अनुभव हमें होने लगेगा। एक और बहुत अच्छी बात सबकॉन्शियस माइंड की, कई बार आपको सुनाई है लेकिन इसको जीवन में पक्का करना है। सवेरे जैसे ही उठें, शिव बाबा को गुड मॉर्निंग करें, फील करें उसका वरदानी हाथ मेरे सिर पर आ गया है। और उसने मुझे वरदान दे दिया कि सम्पूर्ण पवित्र भव। उसके हाथ से पवित्र किरणें मेरे तन-मन में समाने लगी हैं। क्योंकि तन को भी पवित्र करना है, कर्मेन्द्रियों को भी शीतल करना है। तन में भी जो विकारों के हार्मोन्स हैं, जो अग्नि जल रही है उसको भी बुझाना है और आत्मा को भी मूल स्थिति में ले चलना है। चार संकल्प करने हैं- पहला, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, दूसरा, मैं विजयी रत्न हूँ, तीसरा मैं कामजीत हूँ, और चौथा मैं परम पवित्र हूँ। इसी क्रम से पाँच-सात बार सच्चे मन से, गुड फीलिंग के साथ ये संकल्प कर लें, तो काम वासना पर विजय होती जायेगी। पवित्र संकल्प जाग्रत होते जायेंगे। तो अपवित्र संकल्प स्वतः ही नष्ट होते जायेंगे।

संकल्प करना है कि मुझे पवित्रता के वायब्रेशन्स से प्रकृति को पावन करना है, मुझे अपनी पवित्रता के बल से सत्य देवी-देवता धर्म की स्थापना में मदद करनी है। मेरे पवित्र वायब्रेशन देव कुल की आत्माओं को आकर्षित करेंगे। मेरे पवित्र वायब्रेशन्स मुझे निरोग करेंगे। मेरे पवित्र वायब्रेशन्स जीवन में सुख-शांति लायेंगे, परिवार में सुख-शांति लायेंगे। मेरे पवित्र वायब्रेशन्स समस्त तारामंडल-ग्रहों को पावन करेंगे। जिसे हम दृष्टि देंगे उसे पवित्र वायब्रेशन्स जायेंगे। मुझे तो पवित्र बनना है बाबा ने कह दिया है सम्पूर्ण पवित्र आत्मायें दूसरों को दृष्टि देकर निरोग कर सकेंगी। मुझे तो ये महान कार्य करने हैं,संसार जिस गंदगी की ओर बह रहा है, संसार जिस गंदगी में आंनद ले रहा है मेरे लिए विषतुल्य है, अब मुझे तो अमृत पान करना है। अमृत बांटना है, ईश्वरीय सुखों का रसपान करना है। इसी में परमानंद है। ये सुन्दर संकल्प हमारी प्युरिटी को स्ट्रॉन्ग करेंगे और व्यर्थ संकल्पों को समाप्त करेंगे।

कडपा-आ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा जिले के सभी ब्र.कु. भाई-बहनों के लिए आयोजित त्रिदिवसीय 'योग तपस्या भट्ठी' एवं राजयोगिनी ब्र.कु. शीलू दीदी,माउण्ट आबू के 75वें जन्मदिन के कार्यक्रम में दीदी के साथ राजयोगिनी ब्र.कु. लीला दीदी,सब ज़ोनल इंचार्ज,केटीसी, राजयोगी ब्र.कु. विश्वनाथ भाई एवं ब्र.कु. अच्युत भाई,माउण्ट आबू, राजयोगिनी ब्र.कु. शशिकला दीदी,विशाखापट्टनम आदि उपस्थित रहे। इस दौरान राजयोगिनी ब्र.कु. गीता दीदी,माउण्ट आबू के ईश्वरीय सेवा में समर्पित जीवन की 50वीं वर्षगांठ मनाई गई तथा कडपा के वरिष्ठ भाई-बहनों के सम्मान समारोह का आयोजन ओमशांतिनगर सेवाकेन्द्र में किया गया।

रीवा-म.प्र.। कलेक्ट्रेट मोहन सभागार में सभी मुख्य अधिकारियों को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् कलेक्टर को शुभकामना संदेश भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रकाश भाई, ब्र.कु. नम्रता बहन तथा अन्य ब्रह्माकुमारी बहनें।

ग्वालियर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के युवा प्रभाग द्वारा राष्ट्रीय युवा दिवस(स्वामी विवेकानंद जयंती) के अवसर पर संगम भवन पुराना हाई कोर्ट लेन स्थित सेवाकेन्द्र पर युवाओं के लिए आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए आशीष प्रताप सिंह राठौर,प्रदेश कार्यसमिति सदस्य,भाजपा, निहारिका कौरव,अंतर्राष्ट्रीय कराटे प्लेयर एवं विजेता, लश्कर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श बहन, ब्र.कु. डॉ. गुरचरण भाई, ब्र.कु. प्रहलाद भाई तथा ब्र.कु. जीतू भाई।

महू-सिमरोल रोड(म.प्र.)। समाजसेवी ब्र.कु.सुशीला चौरसिया के अमृत महोत्सव के अवसर पर चौरसिया समाज की ओर से इंदौर-महू एरिया की 21 ब्रह्माकुमारी बहनों को सम्मानित किया गया।

रायपुर-कालीबाड़ी(छ.ग.)। जे.आर.दानी कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में राष्ट्रीय बालिका दिवस के अवसर पर बालिकाओं को ब्र.कु.रुचिका बहन और ब्र.कु. सिमरन बहन ने मोटिवेट किया। कार्यक्रम में उपस्थित रहे उपप्राचार्य डॉ.हितेश दीवान, डॉ.लिली साहू तथा व्याख्याता कु.नीतू पवार।

छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। युवा दिवस के अवसर पर 'उन्नत मन, सफल जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में युवा पत्रकार पेप्टेक टाइम ग्रुप एडिटर अंकुर यादव, एपीसी जिला शिक्षा केंद्र,रचनाकार एवं उद्घोषक नीरज खरे, धीरज चौबे, अहमदाबाद से ब्र.कु.संगीता बहन, विश्वनाथ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु.रमा बहन तथा अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

सिवनी-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राष्ट्रीय बालिका दिवस के अवसर पर राष्ट्रीय स्तर पर खेलकूद में विजय प्राप्त करने वाली बालिकाओं को सर्टिफिकेट प्रदान कर सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय की प्राचार्य संध्या श्रीवास्तव, ब्र.कु.ज्योति बहन, ब्र.कु. रामेश्वरी बहन, ब्र.कु.नीतू बहन सहित सभी बालिकायें उपस्थित रहीं।

इंदौर-गंगोत्री विहार। ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञानदीप भवन द्वारा राष्ट्रीय बालिका दिवस के अवसर पर केशव विद्यालय में 'सुसंस्कारों की धरोहर बेटियां' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन, ब्र.कु. प्रतिमा बहन, ब्र.कु. ललिता बहन, केशव विद्यालय के डायरेक्टर अरुण सोनी, प्रिंसिपल अलका सोनी तथा टीचर्स।

मौदा-महा.। सड़क सुरक्षा सप्ताह के अंतर्गत संघर्ष पुलिस व सैन्य एकेडमी मौदा में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित विद्यार्थियों को सड़क दुर्घटनाओं के प्रति जागरुक करने के पश्चात् समूह चित्र में एनटीपीसी के सेफ्टी मैनेजर कृष्णकांत पाल, निमेष तिवारी,एसवी डीजीएम,वैनगंगा एक्सप्रेस वे प्राइवेट लिमिटेड कल्पतरु पावर, एकेडमी संस्थापक चंद्रशेखर, ब्रह्माकुमारी बहन तथा अन्य।

राष्ट्रीय युवा दिवस पर...
ब्रह्माकुमारीज़ के युवा प्रभाग द्वारा कार्यक्रम

राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास से युवा अपनी शक्ति को सकारात्मक कार्य में लगाएं

धमतरी-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा स्वामी विवेकानंद जयंती राष्ट्रीय युवा दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में अनंत दीक्षित, योगेश गुप्ता, नरेंद्र देव,यूथ होस्टल, जय हिंदुजा,युवा मोर्चा प्रदेश महामंत्री, रविप्रकाश शर्मा,सचिव सेवा भारती, दिनेस्वर सलाम,एनसीसी अधिकारी पी.जी. कॉलेज, वतनानजली गोस्वामी, राजीव मितान क्लब, निरंजन साहू, आकांक्षा मरकाम एनसीसी प्रभारी गवर्नमेंट कॉलेज, आर.एन. साहू, भूपेंद्र मानिकपुर नेहरू युवा केन्द्र, हितेष गंगबीर, मोनू सिन्हा,इस्पायर सहित शहर के अनेक गणमान्य युवा संगठन के सदस्य एवं पदाधिकारी उपस्थित रहे। इस अवसर पर राजयोगिनी ब्र.कु. सरिता बहन ने कहा कि स्वामी विवेकानंद युवाओं के लिए आदर्श रहे। युवा वो है जो समस्या का समाधान निकाले, उपदेश ही नहीं लेकिन जीवन में उतार के दिखाए। युवा बातों का ही बादशाह नहीं होता लेकिन करके दिखाता है। जोश में होश नहीं खोता, प्रेरक इतिहास रचता है। युवा वो जो दुर्गुणों से दूर रहता है, अनीति से लड़ता है। अपनी ऊर्जा को सही दिशा में लगाता है। युवा वो जो संस्कृति और संस्कार से प्रेम रखता है और वही प्रेरणास्त्रोत होता है। सभी वक्ताओं ने स्वामी विवेकानंद जी को याद करते हुए उनसे प्रेरणा लेकर आगे बढ़ने का सभी युवाओं को संदेश दिया। सरस बहन ने भी अपने विचार रखे। नवीनता बहन एवं मयूर भाई ने युवाओं को समर्पित सुंदर दिव्य गीत प्रस्तुत किया। संचालन कामिनी कौशिक बहन ने किया।

‘दादी जानकी पार्क’ में स्वामी विवेकानंद जयंती पर आयोजन

देश-विदेश के युवा भाई-बहनें हुए शामिल

श्रेष्ठ मन द्वारा सफल जीवन तथा स्वामी विवेकानंद जी के जीवन चरित्र पर सभी वक्ताओं ने रखे अपने विचार

ज्ञानसरोवर-मा.आबू। राष्ट्रीय युवा दिवस और स्वामी विवेकानंद जी की 160वीं जयंती के अवसर पर युवाओं के लिए ज्ञान सरोवर के दादी जानकी पार्क में कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें बड़ी संख्या में देश और विदेश के युवा भाई-बहनें, सीआरपीएफ के जवान, सेंट्रल स्कूल और आबू के गणमान्य युवा सम्मिलित हुए। कार्यक्रम में विशेष ‘श्रेष्ठ मन द्वारा सफल जीवन’ विषय पर तथा स्वामी विवेकानंद जी के जीवन चरित्र पर सभी वक्ताओं ने अपने विचार रखे। कार्यक्रम में इंस्पेक्टर जनरल ऑफ पुलिस सीआरपीएफ सुनील जून, कर्नल बी.सी. सती, रशिया स्थित सेवाकेन्द्रों की निदेशिका ब्र.कु.संतोष दीदी, युवा प्रभाग के ब्र.कु.जीतू भाई, ब्र.कु.वीरेंद्र भाई आदि ने अपने विचार रखे। युवा ग्रुप द्वारा प्रेरणादाई लघु नाटिका प्रस्तुत की गई। आरंभ में म्यूज़िकल एक्सरसाइज़ द्वारा तन और मन को स्वस्थ बनाने का अभ्यास कराया गया।

‘ग्लोबल पीस हॉल’ सही राह दिखाने का कार्य करेगा

उद्‌घाटन के अवसर पर

स्वामी जी का सम्मान शॉल व श्रीफल देकर किया गया

संस्थान की उन्होंने भूरी-भूरी प्रशंसा की

नवापारा-राजिम(छ.ग.)। जन-कल्याण का कार्य करने के लिए ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा बना नवनिर्मित ग्लोबल पीस हॉल शहरवासियों को आध्यात्मिक पथ, सच्ची राह दिखाने हेतु लाइट हाउस का कार्य करेगा। इस हॉल में प्रवेश करते ही हर मानव को स्वयं की सत्य अनुभूति और परमात्मा की सत्य अनुभूति होने लगती है। एक हज़ार भाई-बहनों के बैठने के लिए सबसे बड़ा यह शहर में हॉल है जो हमारे लिए गौरव की बात है। यह विचार ब्रह्माकुमारीज़ के त्रिमूर्ति भवन में सम्मान व स्वागत कार्यक्रम में आये कनिष्ठ शंकराचार्य जी,राम जन्मभूमि न्यास के उपाध्यक्ष, विश्व हिंदू परिषद प्रचार समिति के अध्यक्ष स्वामी आत्मानंद सरस्वती जी ने नगरवासियों को सम्बोधित करते हुए कहा। उन्होंने कहा कि संस्थान के मुख्यालय माउण्ट आबू में सभी को तीन दिन के लिए अवश्य जाना चाहिए। जहाँ सत्य परमात्मा की प्राप्ति व जीवन जीने का सही मार्गदर्शन मिलेगा। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु.पुष्पा बहन ने कहा कि संत सृष्टि के धरोहर होते हैं, जिनकी पवित्रता के प्रकंपन से पांचों तत्वों को पोषण मिलता है, जिससे यह तत्व मानव की सेवा कर रहे हैं। जल, हवा, अन्न के रूप में हमें पोषित कर रहे हैं। इंदौर से आये धार्मिक प्रभाग के ज़ोनल कोऑर्डिनेटर ब्र.कु.नारायण भाई ने कहा कि परमात्मा शिव द्वारा स्थापित संस्थान मानव कल्याण में अपनी अग्रिम भूमिका निभा रहा है। इस सत्य ज्ञान से जन-जन के संस्कारों में बदलाव आ रहा है। राजयोग के माध्यम से विचारों में परिवर्तन आता है जिससे वातावरण परिवर्तित होता है। सभी को सुख-शांति का अनुभव व प्राप्ति होने लगती है। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. प्रिया बहन ने किया।

स्वामी विवेकानंद से प्रेरणा लेकर अपना जीवन महान बनाएं ‘युवा’

युवा दिवस पर समाज में विभिन्न क्षेत्रों में सराहनीय कार्य कर रहे युवाओं का किया सम्मान

जिला पंचायत सदस्य, थाना प्रभारी और महिला कांग्रेस जिला अध्यक्ष मुख्य रूप से रहे उपस्थित

मुंगावली-बीना(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा गुरुद्वारा परिसर में स्वामी विवेकानंद जी की 160वीं जयंती राष्ट्रीय युवा दिवस पर युवा समाज सेवियों का सम्मान किया गया। कार्यक्रम में बीना सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरोज बहन ने कहा कि राजयोग मेडिटेशन में सारी समस्याओं का समाधान समाया हुआ है। परमपिता परमात्मा सर्वशक्तियों और सर्वगुणों के स्रोत हैं। युवाओं को स्वामी विवेकानंद जी के जीवन से प्रेरणा लेनी चाहिए और स्वयं को महान, नशामुक्त और सशक्त बनाना चाहिए। थाना प्रभारी प्रदीप सोनी ने कहा कि युवाओं को स्वामी विवेकानंद जी के विचारों और शिक्षाओं से सीख लेकर अपना जीवन सफल बनाना चाहिए। जिला पंचायत सदस्य रानी यादव ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान समाज के कल्याण के लिए बहुत ही सराहनीय कार्य कर रहा है। ऐसे आयोजन से युवाओं को जीवन में कुछ करने की प्रेरणा मिलेगी।

महिला कांग्रेस की जिला अध्यक्ष सीमा सुराणा ने भी संस्था के सेवा कार्यों की सराहना की। हरदा से आये वरिष्ठ राजयोग शिक्षक ब्र.कु. राजेश भाई ने कहा कि हमारे संकल्पों का सबसे ज़्यादा मन पर प्रभाव पड़ता है। हम जैसे संकल्प करते हैं वैसा हमारे मन का निर्माण होता है। उन्होंने बताया कि संकल्प बीज हैं और कर्म उसका परिणाम। हमारे जैसे संकल्प होते हैं वैसे ही हम कर्म करते हैं। संकल्प से ही हमारी सृष्टि बनती है। संकल्प ही हमारे जीवन की दशा और दिशा तय करते हैं।

मंडीबामोरा सेवाकेन्द्र संचालिका एवं युवा प्रभाग की क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. जानकी बहन ने स्वामी विवेकानंद जी के जीवन के संस्मरण सुनाते हुए कहा कि स्वामी जी कहते थे कि मुझे सौ तपस्वी, बालब्रह्मचारी युवा मिल जाएं तो मैं दुनिया बदल दूंगा लेकिन ब्रह्माकुमारी संस्थान में आज सैकड़ों नहीं, दो लाख से अधिक ऐसे तपस्वी बालब्रह्मचारी युवा हैं जो सृष्टि परिवर्तन के महान कार्य में दिनरात उमंग-उत्साह के साथ जुटे हुए हैं।

ब्र.कु. गायत्री बहन ने सभी को राजयोग मेडिटेशन की गहन अनुभूति कराई। पंजाबी समिति अध्यक्ष बरखा अरोरा ने कहा कि आज युवा समाजसेवियों का सम्मान करते हुए मुझे बहुत ही प्रसन्नता हो रही है और गर्व महसूस हो रहा है।

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 Feb, 2023
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 ओमशान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया
ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन,- 307510
See Latest News
www.omshantimedia.org