ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25 | मार्च - I - 2023 | अंक - 23 | माउण्ट आबू | Rs.-12

कार्यक्रम • ब्रह्माकुमारीज़ के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में 'मूल्यनिष्ठ समाज की नींव महिलाएं' विषय पर विशाल आयोजन

राष्ट्रपति ने किया 'अखिल भारतीय सशक्त परिवार' अभियान का शुभारम्भ

राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू के साथ मंचासीन हैं हरियाणा के राज्यपाल बंडारू दत्तात्रेय, केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह, संस्थान की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका ब्र.कु. मोहिनी दीदी व ब्र.कु. जयंती दीदी, ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, ब्र.कु. शिवानी दीदी व ब्र.कु. बृजमोहन भाई।

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने कहा कि भारत द्वारा जी20 फोरम का उपयोग महिला सशक्तिकरण को बढ़ावा देने और विश्व समुदाय में महिलाओं की समावेशी भूमिका को रेखांकित करने में किया जायेगा। भारत इस समय जी20 समूह की अध्यक्षता कर रहा है। जी20 के एजेंडा में वुमेन लेड डेवलपमेंट पर प्राथमिकता बनाये रखना शामिल है। यह बात महामहिम राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मू ने विश्व विख्यात आध्यात्मिक संस्थान ब्रह्माकुमारीज़ के गुरुग्राम स्थित ओम शांति रिट्रीट सेंटर में 'मूल्यनिष्ठ समाज की नींव महिलाएं' विषय पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए कहीं।

राष्ट्रपति ने दीप प्रज्वलित कर अभियान का शुभारंम किया। इस मौके पर उन्होंने संस्थान का पीले और लाल रंग की शिव पताका फहराकर 'अखिल भारतीय सशक्त परिवार' जागरुकता अभियान की शुरुआत की और पताका ब्रह्माकुमारी बहनों के हाथ में थमा दी।

राष्ट्रपति ने संस्थान के मुख्यालय माउंट आबू से पहुंची महिला विंग की मुख्यालय संयोजिका ब्र.कु. डॉ. सविता दीदी और ब्र.कु. शारदा दीदी को कलश सौंपा। साथ ही शिव ध्वज फहराकर अभिवादन किया।

उन्होंने कहा कि "आज मुझे एम्पॉवरिंग द फैमिली" अभियान का शुभारम्भ करते हुए प्रसन्नता हो रही है। एक माँ का स्वभाव हमेशा समावेशी यानि इन्क्लूसिव होना चाहिए। प्रकृति को भी मदर नेचर कहा जाता है। भारतीय पंरपरा में परिवार को सबसे ज़्यादा महत्व दिया जाता है। परिवार ही आदर्श जीवन का आधार है।

राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने कहा...

सुख, शांति, आनंद, प्रेम, पवित्रता के बिना सब व्यर्थ

मातायें बच्चों को एरिया कॉन्शियस न बनायें

धनोपार्जन के साथ अच्छा इंसान बनने को प्राथमिकता दें

ब्रह्माकुमारीज़ को मैं अपना घर समझती हूँ

राष्ट्रपति को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जयंती दीदी व ब्र.कु. बृजमोहन भाई।

दीप प्रज्वलित करते हुए राष्ट्रपति मुर्मू तथा अन्य अतिथि व ब्रह्माकुमारी बहनें।

आदर्श इंसान बनाना समय की मांग

राष्ट्रपति मुर्मू ने कहा कि अगर हर परिवार एक आदर्श परिवार बन जाये तो समाज का स्वरूप अपने आप बदल जायेगा। अच्छा इंसान बनना आज समय की ज़रूरत है। कितनी भी भौतिक सुख-सुविधाएं, पैसा कमा लें लेकिन यदि जीवन में सुख-शांति, आनंद, प्रेम और पवित्रता नहीं तो सब व्यर्थ है।

माँ ही बच्चों को दे सकती है दिव्यता

राष्ट्रपति ने कहा कि बच्चों की पहली शिक्षक माँ होती है। इन दिनों माताएं अपने बच्चों को एक आदर्श जीवन के बारे में नहीं बताती हैं। यह बताना प्राथमिकता है। आज माताएं बच्चों को बचपन से ही एरिया कॉन्शियस बनाती हैं। वो चाहती हैं कि बच्चा डॉक्टर, इंजीनियर या अधिकारी बने। लेकिन माताओं को चाहिए कि वो अपने बच्चों को सबसे पहले एक अच्छा इंसान बनने की प्रेरणा दे। बच्चों का डॉक्टर, इंजीनियर बनना अच्छी बात है लेकिन वो समाज की, देश की सेवा करने के लिए पेशेवर बनें। धनोपार्जन को ही प्राथमिकता न बनने दें।

उन्होंने कहा कि यह सब बच्चों को आखिर कौन सिखाएगा। माता ही सिखाएगी। माँ गुरू भी है, माँ ही सिखा सकती है कि जीवन में बड़ा होना अच्छा है लेकिन अच्छा होना उससे भी बड़ी बात है। बच्चों का दिमाग कच्ची मिट्टी की तरह और आकारहीन होता है। माँ चाहे तो बच्चों को दिव्यता दे सकती है। उनके प्रयासों से परिवार एक आदर्श परिवार हो सकता है। तभी समाज को मूल्य आधारित बनाया जा सकता है।

आर्थिक विकास के साथ आनंद और शांति के लिए आध्यात्मिक विकास ज़रूरी

मुर्मू ने कहा कि आज प्रतिस्पर्धा का युग है। आज इंसान धन, शक्ति, प्रसिद्धि और प्रतिष्ठा के पीछे भाग रहा है। आर्थिक रूप से मज़बूत होने में कोई बुराई नहीं है लेकिन केवल पैसे के लिए जीने से यह जीवन व्यर्थ हो जाता है। सिर्फ धन के लिए भागते रहना निरर्थक है। इन्द्रियों का सुख और आंतरिक आनंद दोनों समान नहीं होते। आर्थिक प्रगति और भौतिक सम्पन्नता हमें सुख दे सकते हैं लेकिन आनंद और शांति नहीं दे सकते। आध्यात्मिक जीवन से दिव्य आनंद के द्वार खुलते हैं और हम एक सुंदर अनुभूति के साथ जीवन जीना शुरु कर देते हैं।

- शेष पेज 4 पर...

महिला प्रभाग की मुख्यालय संयोजिका ब्र.कु. डॉ. सविता दीदी को अभियान का कलश देकर शुभारम्भ करते हुए राष्ट्रपति मुर्मु। साथ हैं ब्र.कु. रानी दीदी तथा ब्र.कु. शारदा दीदी।

विश्व को एक नया आकार देती महिला

महिलायें समाज के विकास एवं तरक्की में महत्वपूर्ण भूमिका ही सिर्फ नहीं निभातीं, बल्कि एक सशक्त समाज और उन्नत देश भी बनाती हैं। उनके बिना विकसित तथा समृद्ध समाज, सशक्त समाज की कल्पना भी नहीं की जा सकती। ब्रिघम यंग के द्वारा एक प्रसिद्ध कहावत है कि 'अगर आप एक आदमी को शिक्षित कर रहे हैं तो आप सिर्फ एक आदमी को ही शिक्षित कर रहे हैं, पर अगर आप एक महिला को शिक्षित कर रहे हैं तो आप आने वाली पूरी पीढ़ी को शिक्षित कर रहे हैं। समाज के विकास के लिए यह बेहद ज़रूरी है कि लड़कियों को शिक्षा में किसी तरह की कमी न आने दें क्योंकि उन्हें ही आने वाले समय में लड़कों के साथ समाज को एक नई दिशा देनी है।' ब्रिघम यंग की बात को यदि सच माना जाए तो उस हिसाब से अगर कोई आदमी शिक्षित होगा तो वह सिर्फ अपना विकास कर पायेगा, पर वहीं अगर कोई महिला सही शिक्षा हासिल करती है तो वह अपने साथ पूरे समाज को बदलने की ताकत रखती है।

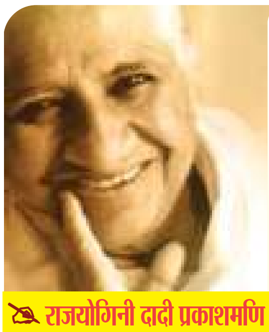
ब्र.कु. गंगाधर

महिलाओं के बिना मनुष्य-जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती है। इतना महत्व उनका समाज और देश बनाने में है। पर कहीं पागलपन के कारण उन्हें इतनी तवज्जो न देने के कारण हम जैसा चाहते हैं वैसा समाज नहीं बन पाता। भारत की लगभग आधी जनसंख्या का प्रतिनिधित्व महिलायें करती हैं। अगर उनकी क्षमता पर ध्यान नहीं दिया गया तो इसका साफ-साफ मतलब है कि देश की आधी जनसंख्या अशिक्षित रह जायेगी और अगर महिलायें ही पढ़ी-लिखी नहीं होंगी तो देश कभी प्रगति नहीं कर पायेगा। हमें यह बात समझनी होगी कि अगर एक महिला अनपढ़ होते हुए भी घर इतना अच्छा संभाल लेती है तो पढ़ी-लिखी महिला, विवेकवान, व्यवहारिक महिला समाज और देश को कितनी अच्छी तरह संभाल लेगी।

कहा जाता है, पुरुष सिर्फ मकान बनाता है, पर महिला घर बनाती, समाज बनाती, समाज से देश बनाती। इसका सीधा-सा अर्थ यही है कि महिला का योगदान हर जगह है। महिला की क्षमता को नज़रअंदाज़ करके समाज की कल्पना करना व्यर्थ है। शिक्षा और महिला-सशक्तिकरण के बिना परिवार, समाज और देश का विकास नहीं हो सकता। महिला जानती है या उसमें कुदरती ये खूबी है कि उसे कब और किस तरह से मुसीबतों से निपटना है। ज़रूरत है तो बस उसके सपनों को आज़ादी देने की। तब तो कई बार हम कहते हैं, पुरुष की सफलता के पीछे महिला होती है। हम आज ऐसे ही एक संगठन को देखते व जानते हैं जिसकी बागडोर स्वयं महिलायें ही संभालती हैं। विश्व का सबसे वृहद संस्थान महिलाओं द्वारा न सिर्फ सुचारु रूप से संचालित किया जा रहा है अपितु एक उन्नत चरित्रशील, विवेकशील समाज बनाने की नई दिशा दी जा रही है। आपने भी ऐसी महिलायें अपने इर्द-गिर्द देखी होंगी व संपर्क में भी आये होंगे जो बहुत ही साधारण, श्वेत वस्त्रधारी व सुशील रूप से समाज को गढ़ रही हैं। क्योंकि वे न सिर्फ सुशिक्षित हैं बल्कि उन्होंने आध्यात्मिकता को भी अपने जीवन में बखूबी उतारा है। आपकी जिज्ञासा होगी कि ऐसी कौन-सी संस्था है, तो हम नाम बता देना चाहते हैं, वो हैं ब्रह्माकुमारीज़। इस संस्थान को आप देखें, समझें कि ये महिलायें सुदृढ़ समाज की परिकल्पना को कैसे आकार दे रही हैं। 140 देशों में वे आध्यात्मिक अभियान चलाकर वसुधैव कुटुम्बकम का एक जीता-जागता उदाहरण हमारे सामने प्रस्तुत कर रही हैं। इनकी खूबी यह है कि वे आध्यात्मिकता को अपनाकर अपने हर क्षेत्र में आध्यात्मिक शक्ति का प्रयोग करती हैं। इतना ही नहीं, अपने कल्याणमयी, मंगलमयी अनुभव से भटके हुए मानव को सही राह दिखा रही हैं और इंसान में इंसानियत की जान डालकर उसको विवेकशील बना रही हैं। इंसान का मतलब ही है 'इन-शान'। माना 'इन' आध्यात्मिक पुट को व्यवहारिक प्रारूप देकर उसको 'शान' में लाना। तो इस तरह आज हमारे सामने एक महिला संस्थान उदाहरण है कि एक विवेकशील, चरित्रवान और अपनी भीतरी क्षमताओं को सही दिशा देने वाली महिला क्या नहीं कर सकती! वह किसी भी तरह से पुरुषों से कम नहीं है।

बाबा की आज्ञा है- हर बात में डिटैच रहो

हम सभी बच्चों का पहला निश्चय है कि स्वयं ज्ञान सागर बाबा हमें पढ़ाता भी है, वर्सा भी देता है तो मुक्ति-जीवनमुक्ति भी देता है। जब यह निश्चय है तब नशा है और जब नशा है तब उनकी आज्ञाओं पर हम चलते हैं। तीनों रूपों से बाबा हमें रोज़ श्रृंगारता है। सतगुरू रूप से वरदान देता है, जिन वरदानों से हम सभी भरपूर होकर आगे बढ़ते हैं। ज्ञान रत्नों से हमारा श्रृंगार करता है। प्यार का सागर हमें कितनी पालना देता है, आज्ञायें करता है, उससे भी हम आगे बढ़ते हैं। दुनिया के लोग भौतिकवाद में रहते हैं और हम सबको बाबा ने सारी दुनिया की भौतिक बातों से दूर कर दिया है। किसी की बुद्धि में यह नहीं है कि हमें वापस घर जाना है। हमें मूलवतन बुद्धि में याद है। सूक्ष्मवतन भी संगमयुग पर हम बच्चों के लिए है। हम यही पुरूषार्थ करते हैं कि बाप समान फरिश्ता बनें, सम्पन्न बनें और सम्पन्न बनकर वाया सूक्ष्मवतन घर चलें। तभी छोटे-बड़े को बाबा ने यही लक्ष्य दिया है कि बाप समान सम्पूर्ण बनना है। चाहे कोई 25 वर्ष का हो, 5 वर्ष का हो या 5 मास का। सबकी बुद्धि में यही लक्ष्य है कि हमें बाप के समान सम्पूर्ण, कर्मातीत बनना है। जब यह लक्ष्य है तो चेक करना होता है कि हमारी स्थिति ऐसी बनी है या अभी हम बाप से कितना दूर हैं! क्या हम एवररेडी हैं? हम सर्व बंधनों से मुक्त, ईश्वरीय नशे में, एक की ही लगन में इतना मस्त रहते हैं जो आज भी शरीर छूटे तो हमारे कर्मों का हिसाब पीछे न हो। हमने जिस मंज़िल पर पांव रखा है, उसे पार करना है।

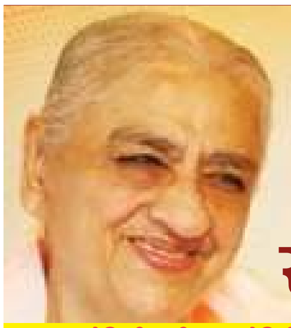


जिसने इस राज़ को समझा कि मुझे इस देह के भान से डिटैच रहना है, उनकी इस दुनिया में किसी भी बात से अटैचमेंट नहीं रहती। बाबा ने जो हमें 4 सब्जेक्ट दी हैं- उन चारों का ही बैलेंस चाहिए।

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

हम रोज़ सोचते हैं कि आखिर हमें इतनी ऊंची मंज़िल पर ले जाने वाला कौन है! जो दुनिया को नहीं मिला, न मिल सकता है वह है हमारा बाबा। जो हमें इतनी सहज नॉलेज देकर अपने समान बना रहा है।

बाबा हमें चार सब्जेक्ट के चार लेसन देता है- हम कितने भी कार्य में रहें लेकिन हमें देह के भान से परे रहना है। देह-अभिमान का भी त्याग हो-यह कहना तो सहज है लेकिन इसी में ही मेहनत है। देह के भान से परे रहो तो सर्व समस्यायें हल हो जायेंगी। खुद लाइट हो जायेंगे। यही है कर्मातीत स्थिति बनाने का पहला साधन व पहली साधना। यही अभ्यास है, यही बाबा की रोज़ की आज्ञा है। अपने से पूछो- रोज़ मैं सवेरे से रात तक इस आज्ञा का पालन करती हूँ! जो इस आज्ञा को रोज़ पालन करते, फुल अटेन्शन रखते उनकी सब प्रकार की धारणायें अच्छी होती हैं। जिसने इस राज़ को समझा कि मुझे इस देह के भान से डिटैच रहना है, उनकी इस दुनिया में किसी भी बात से अटैचमेंट नहीं रहती। बाबा ने जो हमें 4 सब्जेक्ट दी हैं- उन चारों का ही बैलेंस चाहिए। लेकिन कभी-कभी सर्विस में तो बहुत आगे इन्ट्रेस्ट बढ़ जाता है। बाकी पीछे की तीनों सब्जेक्ट में अटेन्शन कम हो जाता है। लेकिन चारों सब्जेक्ट एक बैलेंस में रहें यह है पढ़ाई का सार। कोई कहते- मेरा बाबा पर बहुत विश्वास है, लेकिन बाबा से विश्वास माना आज्ञाओं पर विश्वास। बाबा की पहली-पहली आज्ञा है कि इस पुरानी दुनिया को देखते हुए भी नहीं देखो। इस देह में रहते भी देह से ममत्व नहीं रखो। किसी भी व्यक्ति, वैभव से अटैचमेंट न रहे। तो अपने आपसे पूछो किसी भी बात में रिंचक मात्र भी बुद्धि का अटैचमेंट है? अगर स्वयं की स्वयं से भी अटैचमेंट है तो भी रांग है। दूसरे से है तो भी रांग है। अगर कोई कहे हम सर्विस के बिगर रह नहीं सकते, बेचैन हो जाते हैं तो यह भी अटैचमेंट हो गई। यह भी नहीं चाहिए क्योंकि बाबा हमें बहुत-बहुत दूर चैन की दुनिया में ले जा रहा है। किसी भी प्रकार की वहाँ बेचैनी नहीं होगी। अगर कभी यह बेचैनी का शब्द भी आता है तो समझना चाहिए आज स्थिति नीचे-ऊपर है। हम सबको चैन देने वाले हैं, चैन देने वाले अगर बेचैन हो जाए तो समझो गड़बड़ है। बाबा की आज्ञा है- हर बात में डिटैच रहो। सब कुछ करो लेकिन करते हुए भी डिटैच रहो।



जब अपने स्वरूप की स्मृति आ गई तो वहाँ समस्या क्या होगी...!!!

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

ओम् शांति का एक शब्द मंत्र कहने से ही अपने स्वरूप की स्मृति याद दिलाता है। दूसरा बाबा शांति का सागर है उसकी स्मृति दिलाता है और तीसरी बात अपना घर शांतिधाम उसकी स्मृति दिलाता है। तो जब भी हम ओम् शांति शब्द बोलते हैं तो हमें तीनों ही स्मृति आती हैं और स्मृति से समर्थी आती है। कैसी भी समस्या हो लेकिन तीनों ही याद आ जावें- स्वयं का रूप, बाप और अपना घर, अगर यह तीनों बातें आप अभी एक सेकण्ड में याद करो, अनुभव करो तो क्या कोई समस्या आपके आगे ठहर सकती है? जहाँ बाबा याद आ गया, अपने घर की याद आ गई, अपने स्वरूप की स्मृति आ गई वहाँ समस्या क्या होगी? लेकिन ओम् शांति तो कह देते हैं, अर्थ स्मृति में नहीं आता है। तो कभी भी कोई भी समस्या आवे, जैसे आग लगती है तो फौरन क्या याद आता है? पानी। ऐसे जब हम ओम् शांति कहते हैं और स्मृति स्वरूप हो जाते हैं, तो स्वतः ही सारी समस्यायें खत्म होंगी। जैसे यहाँ अन्धियारा हो जाये और हम लाइट का स्विच ऑन करें तो अंधकार स्वतः ही चला जाता है ना! लाइट का आना अंधकार का स्वतः ही जाना। ऐसे ही यह भी अभ्यास अगर करो तो कोई भी बात आवे, तो अर्थ सहित तीनों याद से ओम् शांति कहो तो समस्या ठहर नहीं सकती है। ऐसा अनुभव है?

बाबा ने हम टीचर्स को गुरूभाई कहा है, गुरू के भाई, इतनी बड़ी सीट दी है ना! सभी मुरली सुनाते हैं ना! गुरू की जो गद्दी है, मुरली सुनाने की, वो बाबा ने किसको दी? टीचर को। कोई भाई व कोई स्टूडेन्ट कहे हम भी रोज़ मुरली सुनायें तो आप देंगी, नहीं ना! टीचर को ही देते हैं इसलिए बाबा हमको गुरूभाई कहता है, तो बाबा ने महिमा भी की है टीचर्स की कि मेरे समान हैं, गुरूभाई हैं, लेकिन बाबा इशारा देता कि जो कुछ कहते हो उसका पहले अनुभव हो। मैं आत्मा हूँ, शरीर अलग है, आत्मा अलग है लेकिन आत्मा जिस समय अनुभव होगी, तो आत्म-अभिमानी बनने से ऑटोमेटिकली सेकण्ड में बाप के साथ कनेक्शन स्वतः ही जुट जायेगा। हम सब टीचर बनें क्यों? सरेंडर हुए क्यों? जब हम समर्पण हुए बाबा के प्रति तो सबसे पहले हमको बाबा के प्यार ही ने आकर्षित किया ना! ज्ञान तो पीछे समझा, चाहे बहनों द्वारा बाबा ने दिया, दादियों द्वारा दिया या टोली द्वारा मिला क्योंकि कईयों को टोली भी प्रेम की आकर्षण करती है। लेकिन पहले-पहले परमात्म प्यार ने आपको आकर्षित किया। तो उसी प्यार में कोई खोये रहें तो आप सोचो उनकी स्थिति कितनी ऊँची और श्रेष्ठ होगी! फिर ऐसों के आगे समस्या और संस्कार क्या हैं, कुछ नहीं क्योंकि यही दो बातें सबको परेशान करती हैं जिसको कहते हैं हम चाहते नहीं हैं लेकिन मेरी नेचर ही ऐसी है। तो पहले यह सोचो कि समस्यायें क्यों आती हैं? पुरूषार्थ तीव्र क्यों नहीं होता है? कमज़ोरियाँ क्यों आती हैं? और चाहते भी हैं खत्म हो लेकिन नहीं हो पाती,तो उसका कारण क्या है? आत्म-अनुभूति की कमी है। अपने को आत्मा समझ बाबा को याद करने के अभ्यास की कमी है। तो इस अभ्यास को हमें बढ़ाना है।

हमें बुद्धि को शांत, प्लेन रखना है

राजयोगिनी दादी जानकी जी

हमारा मीठा बाबा सहज विधि जो सुना रहा है उससे तुरन्त सिद्धि मिल रही है, एक्शन प्लेन और क्या बनाना है? रूकावट भले आये परंतु रूकेंगे नहीं। हिम्मत के साथ विश्वास इतना है कि रूकने वाली बातें आयेंगी और वो चली जायेंगी। इतना बहादुर बनना है। जो साक्षी होकर पार्ट प्ले करता है वो न्यारा और परमात्म प्यार की शक्ति से लाइट-माइट हो जाता है। यह प्लेन नहीं है प्रैक्टिकल है।

अपसेट होने की आदत नहीं है पर सब खुश रहें, यह ध्यान ज़रूर है। बाबा के घर में जो भी आये खुश होके जाये, यह भावना हमेशा रही है। कोई भी चीज़ मेरी नहीं है। इससे आत्मा बाबा का प्यार खींचने की पात्र बनी है। अपनी निजी शक्ति सेवा और सम्बन्ध में बढ़ती रहे, खर्च न हो, यह कोशिश रहती है। देह-अभिमान का अंश भी होगा तो मार्क्स कम हो जायेंगी। अगर सच्चा पुरूषार्थी हूँ तो फुल मार्क्स हों। पालना, पढ़ाई, प्राप्तियाँ जो मिली हैं वो हमारे चेहरे और चलन में अगर नहीं हैं तो शान नहीं है।

प्लैन बनाने वाले बाबा के बच्चे बहुत बैठे हैं। अच्छा प्लैन बनाकर हमको देते हैं। हमें बुद्धि को शांत, प्लेन रखना है। ड्रामा में सब हुआ पड़ा है, बाबा कहता भी है अगर ब्रह्मा बाबा से भी कुछ हो गया तो बाबा ठीक कर देगा। पर हमको अपनी मनमत शामिल नहीं करनी है।

कुछ भी बात सामने आ जाये अंदर रेडी रहें, बाबा कहता बच्ची सब ठीक हो जायेगा। ये मीठे बाबा के बोल हैं- बच्ची हो जायेगा। बाबा के बोल में इतनी शक्ति है तो मैं क्यों कहूँ- कैसे होगा, कौन करेगा! आज दिन तक यह खेल देखा है। बाबा कैसे करता कराता है, यह खेल देखा है, यही है प्रैक्टिकल प्लैन।

विश्व में परिवर्तन कैसे आयेगा ?

संसार बिगड़ गया है। बिगड़ गया का मतलब या तो पुराना हो गया या संसार में सार न रहा, या फिर मनुष्य के संस्कार में खराबी आ गई। यही तो हमें देखना है। तभी तो उन्हें ठीक कर पायेंगे। इसे जब तक ठीक न किया जाये तो ये तो वैसा का वैसा ही रहेगा। इसे बदलना तो पड़ेगा ना! बदलना क्या है, हमारे में आई विकृतियां- जैसे संस्कार, स्वभाव, व्यवहार और सोच। ऐसे ही तो विश्वकल्याण होगा अन्यथा तो इस संसार का अकल्याण ही बना रहेगा। इस पर ज़रा गौर करते हैं...!

सब कहते हैं कि विश्व में परिवर्तन आना चाहिए, शान्ति की स्थापना होनी चाहिए। कैसे परिवर्तन आयेगा? क्या छू मंत्र से या किसी जादू से? कितना बड़ा विश्व है! बाप की बात बेटा नहीं मानता, बेटे की बात बाप नहीं मानता, पति की बात पत्नी नहीं मानती, पत्नी की बात पति नहीं मानता। एक-दूसरे से लड़ते-झगड़ते हैं। ऐसी स्थिति में संसार कैसे बदलेगा? ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय कहता है कि संसार बदल जायेगा। कलियुग चला जायेगा और सतयुग आ जायेगा। क्या कलियुग ऐसे ही चला जायेगा? नहीं। तरीका अपनाना पड़ेगा। उसके लिए बाबा ने क्या तरीका बताया है? स्व-परिवर्तन से विश्व-परिवर्तन। बाबा का यह तरीका अति तार्किक है, कोई भी उसकी आलोचना नहीं कर सकता, उसको काट नहीं सकता, इसे अकाट्य प्रमाण कहते हैं।

संसार का एक सबसे बड़ा मौलिक नियम है "करूणा और परिणाम"। बिना कारण कोई परिणाम नहीं होगा। अगर कोई परिणाम है माना ज़रूर कोई कारण है। इतिहास पढ़ते हैं, कोई जीत गया, कोई हार गया। भारतवासी हार गये और मुसलमान जीत गये। इसके लिए इतिहास में कई कारण बताये गये हैं कि वे क्यों जीते और वे क्यों हारे। विज्ञान भी यही कहता है और दर्शन भी यही कहता है कि जैसे बीज बोओगे, वैसे फल पाओगे। डॉक्टर्स भी यही कहते हैं। अगर आप डॉक्टर के पास जाकर कहोगे कि मेरे पेट में दर्द है तो डॉक्टर पूछेगा कि क्या खाया था? ज़रूरत से ज़्यादा खा लिया होगा इसलिए पेट खराब हो गया। कोई न कोई कारण ज़रूर है, तब तो यह परिणाम निकला। इसलिए जब तक कारण नहीं ढूँढेंगे तब तक निवारण कैसे कर सकेंगे? संसार के कुछ शाश्वत नियम हैं जो हर एक को अनुसरण करने पड़ते हैं।

उसी प्रकार, संसार में दुःख और अशान्ति है तो उसके कारण क्या हैं? दुःख और अशांति तो परिणाम हैं ना, फल हैं ना! इनका बीज क्या है? कारण क्या है? बाबा हमें समझाते हैं कि उनका कारण है, मनुष्य के बुरे कर्म। जैसे करोगे, वैसे पाओगे। यहाँ तक तो सबने बताया। बहुत लोगों ने बताया। लेकिन हम शुरू इसके बाद करते हैं, वे कहते हैं कि कर्म अच्छे होने चाहिए लेकिन कर्मों का आधार क्या है, वे नहीं जानते। कर्मों का आधार हैं तीन चीज़ें। एक, मनुष्य के संकल्प। कोई भी कर्म हम करने लगते हैं तो पहले संकल्प आता है। कोई भी

राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

कर्म, चाहे मन्सा हो, वाचा हो या कर्मणा हो, उसका कारण या मूल है- विचार या संकल्प। दूसरे हैं संस्कार। पहले की हमारी जो मान्यतायें हैं, संस्कार हैं उनका विचारों पर प्रभाव पड़ता है। तीसरी है, स्मृति। कोई आपका मित्र एक बात कहता है कि यह करो। आत्मा में स्मृति पड़ी रहती है कि हमारा मित्र है, इसकी बात माननी पड़ेगी, यह काम करना हमारा फर्ज़ बनता है। अगर यह स्मृति न हो तो हमारा हाथ कर्म करने के लिए उठेगा ही नहीं। इस प्रकार, संकल्प(विचार), संस्कार और स्मृति- ये तीनों मिलकर कर्म का आधार बनते हैं। इनको ठीक किये बगैर कर्म ठीक नहीं होंगे और कर्म ठीक किये बगैर फल ठीक नहीं होंगे। विश्व का परिवर्तन करने के लिए इनका परिवर्तन करना ज़रूरी है। इसके बगैर विश्व का परिवर्तन नहीं होगा।

विचार, आचार का मूल है

क्या विचार आना चाहिए और क्या विचार नहीं आना चाहिए, क्या पॉज़िटिव विचार है और क्या निगेटिव विचार है, शुभ विचार क्या है और अशुभ विचार क्या है, कल्याणकारी विचार क्या है और अकल्याणकारी विचार क्या है, इसका ज्ञान होना चाहिए। कहा गया है कि 'विचार, आचार का मूल है' जैसे सोचोगे, वैसे बनोगे। इसलिए बाबा हमारे विचारों को बदलते हैं। कैसे बदलते हैं? विचार को बदलने के लिए विचार देते हैं। जैसे काँटे को काँटा निकालता है। कहते हैं कि काँटे को निकालने के लिए काँटा ही चाहिए। सूई भी तो एक काँटा है। वह काँटा कुदरत से बना हुआ है और यह मनुष्य का बनाया हुआ है। जैसे आपने देखा होगा कि कारपेंटर कील को निकालने के लिए दूसरी कील का इस्तेमाल करता है,क्योंकि कील को निकालने के लिए कील ही चाहिए। उसी प्रकार विचार को निकालने के लिए विचार अथवा शुभ संकल्प, श्रेष्ठ संकल्प कहते हैं। बाबा की ये सब मुरलियाँ क्या हैं? ये सब श्रेष्ठ विचार हैं, पॉज़िटिव थॉट्स(शुभ विचार) हैं, गोल्डन थॉट्स(स्वर्णिम विचार) हैं। बाबा की सारी शिक्षायें क्या हैं? श्रेष्ठ विचारों का समूह हैं, शुभ विचारों का संग्रह हैं। बाबा क्या विचार देते हैं? मैं आत्मा हूँ, मैं आत्मा ज्योति बिन्दु हूँ। पहले हमारा विचार क्या था? मैं शरीर हूँ, मैं पुरूष हूँ, फलाने देश का रहने वाला हूँ। अभी बाबा ने क्या विचार दिया? मैं आत्मा हूँ, निराकार हूँ, परमधाम का रहवासी हूँ। न पुरूष हूँ, न स्त्री हूँ, मैं एक ज्योति बिन्दु आत्मा हूँ। गलत विचार को निकालने के लिए बाबा ने हमें ये श्रेष्ठ विचार दिये। जिस विचार से कर्म बिगड़ गये हैं, संसार खराब हुआ है उसको जब तक निकालेंगे नहीं, तब तक संसार कैसे अच्छा होगा? जो श्रेष्ठ विचार बाबा ने दिये हैं, उनका नाम है 'ज्ञान'। उनको हम कहते हैं शिक्षा। बाबा सदा संग रहे तुम्हारी शिक्षा...। बाबा ने हमें कौन-सा विचार दिया? मैं कौन हूँ, किसकी सन्तान हूँ! अभी तक तो हम लौकिक पिता को ही अपना पिता समझकर बैठे थे। अभी मालूम पड़ा कि वह तो शरीर का पिता है। मुझ आत्मा का पिता तो परमात्मा है। बाबा ने आकर यह नया विचार दिया, नया ज्ञान दिया, नयी शिक्षा दी। अब मालूम पड़ने से हमारे विचार बदल गये, विचार बदलने से वह कर्म बदलने का साधन बन जायेगा।

भुवनेश्वर-ओडिशा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आज़ादी के अमृत महोत्सव के अंतर्गत आयोजित कुम्भ मेले में आध्यात्मिकता, विज्ञान और हमारे स्वास्थ्य पर इसके अनुप्रयोग को जोड़ने के उद्देश्य से 'महा रास' का आयोजन किया गया। जिसमें अधिकतम संख्या में भागीदारी करने का रिकॉर्ड बनाने पर इसे एशिया बुक ऑफ रिकॉर्ड्स में दर्ज़ कर ब्रह्माकुमारीज़ को सर्टिफिकेट ऑफ मेडल से सम्मानित किया गया। जिसे ब्र.कु. गीता बहन को राज्यपाल गणेशी लाल ने प्रदान किया।

नई दिल्ली। रेडिसन ब्ल्यू होटल में आयोजित कार्यक्रम में भारत के प्राचीन राजयोग का प्रचार व प्रसार करने वाले डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को 'ब्रैंड आइकॉन ऑफ द ईयर 2023' से सम्मानित करते हुए सुप्रसिद्ध फिल्म अभिनेता अरबाज़ खान। साथ हैं सत्कार भवन सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. पिंकी बहन एवं ब्र.कु. संजय भाई।

दिल्ली-करोल बाग(पाण्डव भवन)। राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य पर विद्या पब्लिक स्कूल,कनॉट प्लेस दिल्ली में आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं ब्र.कु. अनुष बहन,राजयोग शिक्षिका। कार्यक्रम में एचओडी पी.रॉय, शिक्षिकाएं तथा छात्राएं उपस्थित रहे।

पठानकोट-पंजाब। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 74वें गणतंत्र दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण करने के पश्चात् उपस्थित हैं सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सत्या बहन, सेवाकेन्द्र प्रबंधक ब्र.कु. प्रताप भाई, ब्र.कु. गीतांजली बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

गुरुग्राम से.57-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ के एंजेल हाउस सेवाकेन्द्र में गणतंत्र दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण के पश्चात् समूह चित्र में उपसेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सोनी बहन, ब्र.कु. किरण बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

मैनपुरी-उ.प्र.। 'स्वर्णिम भारत निर्माण हेतु व्यापारी, उद्योग और इंडस्ट्रीज़ वर्गों का योगदान' विषयक सेमिनार को सम्बोधित करते हुए राजयोगी ब्र.कु. भगवान भाई,मा.आबू। साथ में उपस्थित हैं ब्र.कु. अवन्तिका बहन, डॉ. सुमंत गुप्ता,वैश्य एकता परिषद् राष्ट्रीय अध्यक्ष, डॉ. राजेन्द्र प्रसाद यादव व अन्य। ब्र.कु. बबलेश भाई सहित अन्य भाई-बहनें इस मौके पर उपस्थित रहे।

मुम्बई-घाटकोपर। केदारनाथ विद्या प्रसारिणी हाई स्कूल,कुर्ला ईस्ट में 74वें गणतंत्र दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में योग भवन,ब्रह्माकुमारीज़ को मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित किये जाने पर उपस्थित हैं वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका व पूर्व बीएआरसी वैज्ञानिक ब्र.कु.प्रमिला दीदी तथा स्कूल स्टाफ। करीब 500 विद्यार्थी इस मौके पर उपस्थित रहे।

राष्ट्रपति ने किया...

- पेज 1 का शेष...

राष्ट्रपति मुर्मू ने कहा कि भारत की समृद्ध और आध्यात्मिक विरासत में महिलाओं को यथोचित सम्मान और स्थान दिया गया था। हमारे वेदों, महापुराणों और उपनिषदों में महिलाओं की स्तुति करुणा और ज्ञान के स्त्रोतों के रूप में की गयी है।

मुश्किल दौर में संस्थान का सहारा

मुर्मू ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से मेरा बेहद करीबी रिश्ता है। 2009 से मैं संस्थान से जुड़ी हुई हूँ। मेरे मुश्किल दौर में संस्थान की बहनों ने मुझे सहारा दिया था। ब्रह्माकुमारीज़ को मैं अपना घर समझती हूँ। यह मेरे बाबा का घर है। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान ने भारतीय मूल्यों को पुनर्जीवित करने का प्रयास किया है। संस्थान नारी शक्ति द्वारा संचालित विश्व का बड़ा संस्थान है। 90 साल पहले संस्थान के संस्थापक ब्रह्माबाबा ने नारी शक्ति और नेतृत्व को उचित प्रतिनिधित्व दिया था। आज संस्थान की चालीस हज़ार बहनें दुनिया के 140 देशों में अध्यात्म, भारतीय संस्कृति और परंपरा को आगे बढ़ा रही हैं।

कल्प तरु प्रोजेक्ट के तहत पौधारोपण करते हुए राष्ट्रपति मुर्मू, ओआरसी निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

ओआरसी के समर्पित भाई-बहनों के साथ महामहिम राष्ट्रपति मुर्मू।

हरियाणा के राज्यपाल बंडारू दत्तात्रेय और केंद्रीय मंत्री राव इंद्रजीत सिंह भी कार्यक्रम में मौजूद थे। सम्मेलन में चार हज़ार से अधिक महिलाओं सहित कई देशों के राजदूत भी उपस्थित रहे। इससे पहले मुर्मू ने ओम शांति रिट्रीट सेंटर के पिरामिड एवं मेडिटेशन रूम में जाकर ध्यान किया। साथ ही कल्प तरू अभियान के तहत वृक्षारोपण भी किया।

ब्र.कु. शिवानी दीदी ने कराया मेडिटेशन

प्रेरक वक्ता ब्र.कु. शिवानी दीदी ने मेडिटेशन का अभ्यास कराते हुए कहा कि रोज़ अभ्यास करें कि मैं सर्वशक्तिमान परमात्मा की संतान, एक शक्तिशाली आत्मा हूँ। मैं स्वराज्य अधिकारी आत्मा हूँ। मैं मास्टर सर्वशक्तिमान आत्मा हूँ। मैं स्वर्णिम भारत और स्वर्णिम दुनिया का निर्माण करने वाली हूँ। मैं आत्मा शिव की शक्ति हूँ, मैं शिव की शक्ति हूँ।

भारतीय संस्कृति और सभ्यता को विश्व भर में फैलाने में ब्रह्माकुमारीज़ का अहम योगदान - राज्यपाल

हरियाणा के राज्यपाल बंडारू दत्तात्रेय ने कहा कि भारत की संस्कृति और सभ्यता को दुनिया भर में फैलाने में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान का बड़ा योगदान है। समाज में नैतिक मूल्यों की स्थापना में महिलाओं की भूमिका अहम है। नारियों की प्रशंसा हमारे धर्मग्रंथों में भी की गई है। हमारी राष्ट्रपति भी आदर्शों की प्रतिमूर्ति हैं। आपका जीवन तपस्यामय है। आज महिलाओं को शिक्षित और स्वावलंबी होने की आवश्यकता है। आज बेटियां सेना से लेकर हर क्षेत्र में अपनी प्रतिभा दिखा रही हैं। हम कितना भी पैसा कमा लें। यदि मन शांत नहीं है तो ऐसा व्यक्ति सदाचारी नहीं बन सकता है। ब्रह्माकुमारी समाज ऐसी नारियों को तैयार करके विश्व में शांति फैलाने में लगा हुआ है।

इन्होंने भी व्यक्त किए विचार

संस्थान की अति. मुख्य प्रशासिका ब्र.कु. मोहिनी दीदी,न्यू यॉर्क ने कहा कि शांति और युद्ध दोनों तरह के विचार मन में ही आते हैं। हमारी मनोवस्था ही तय करती है कि हम कैसा निर्णय लेते हैं। संस्थान के अति. महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि भगवान ने महिलाओं के द्वारा भारत और पूरे विश्व को पुनः शक्तिशाली, संपन्न और स्वर्णिम बनाने के लिए कलश महिलाओं के सिर पर रखा है।

व्यर्थ विचारों के तूफान को कैसे लगायें फुलस्टॉप...!!!

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

बाबा ने एक मुरली में हमें इन दो बातों को अंडरलाइन कराया था। एक है सम्पूर्ण पवित्रता की बात और दूसरी, सेकण्ड में फुलस्टॉप लगाना। जब बाबा ने कहा कि बच्चे व्यर्थ भी एक प्रकार की इम्युरिटी है तो व्यर्थ संकल्प यानी सम्पूर्ण पवित्रता को देखना है तो उसका आधार यही है कि हमारे जो मन के संकल्पों की ब्रेक है वो पॉवरफुल होनी चाहिए। तो उसके लिए बाबा ने कहा सेकण्ड में फुलस्टॉप लगाने का अभ्यास ज़रूर हो। तभी सम्पूर्ण पवित्रता की ओर हम आगे बढ़ सकते हैं। अगर व्यर्थ अंदर चलता रहे, चलो, ब्राह्मण बनने के बाद निगेटिव बहुत न के बराबर हो गया। लेकिन फिर भी शिकायत यह बनी रहती है कि व्यर्थ अभी तक भी चलता है और जब योग करने बैठते हैं तब भी व्यर्थ चलता है, उसको कंट्रोल करना कभी-कभी बहुत मुश्किल हो जाता है और ये चीज़ अंत तक चलनी है इसलिए उसको कैसे फुलस्टॉप लगाना है ये भी तो आना चाहिए।

किसी ने मुझ से प्रश्न किया कि ऐसा तो नहीं है कि बिंदी लगाना है माना यहां(मस्तक पर) बिंदी लगा दिया तो संकल्प स्टॉप हो गये। ऐसे बिंदी लगा नहीं सकते फिज़िकली कोई, तो संकल्पों को फुलस्टॉप लगाने का भाव क्या है बाबा का? तो उस पर मेरा चिंतन चल रहा था कि सम्पूर्ण पवित्रता का आधार ही यही है। अगर व्यर्थ बंद ही नहीं हुआ, रुका ही नहीं तो सम्पूर्ण पवित्रता की बात तो बहुत दूर हो गई। तो पहला पुरुषार्थ हमारा फुलस्टॉप लगाना। तो फुलस्टॉप लगाना किसको कहा जाता है? पहली बात, फुलस्टॉप लगाना माना ये नहीं कि हमारा मन निर्संकल्प हो जायेगा, संकल्प चलना बंद हो जायेंगे उसको फुलस्टॉप कहा? नहीं। लेकिन

> व्यर्थ विचारों का तूफान ऐसा है कि जब एक बार चालू हो जाये, तो क्या होता है? रूकने का नाम नहीं लेता और ऐसे समय में अगर योग किया तो क्या होगा...

फुलस्टॉप लगाने का मतलब है कि अपनी विचारधारा को एक दिशा देना। श्रेष्ठ, समर्थ और शक्तिशाली दिशा देना। विचार बंद नहीं होंगे, विचार तो कंटिन्यु चलेंगे,लेकिन उसको मोड़ देना बहुत आवश्यक है। अब उस समय मोड़ने के लिए क्या करना पड़ेगा? व्यर्थ विचारों का तूफान ऐसा है कि जब एक बार चालू हो जाये, तो क्या होता है? रूकने का नाम नहीं लेता और ऐसे समय में अगर योग किया तो क्या होगा, और ज़्यादा चलेगा। क्योंकि उसको स्पेस मिल जाता है, टाइम मिल जाता है तो और अधिक चलना शुरू हो जायेगा। इसलिए जब व्यर्थ चल रहा हो तो उसको फुलस्टॉप लगाने के लिए या दिशा देने के लिए स्थूल सेवा शुरू करो। उस समय योग में बैठना समझदारी नहीं है या स्थूल सेवा, कर्मणा या वाचा सेवा शुरू करो। किसी-न-किसी को ज्ञान सुनाओ, अपने विचारों को अपने आप एक दिशा मिल जायेगी।

जब किसी को ज्ञान सुनाते हैं तो कई लोग सोचते हैं कि हमारी स्थिति ही नहीं है। उस समय व्यर्थ ही इतना चल रहा है हम ज्ञान सुनाते हैं तो सामने वाले को क्या असर होगा? उसको तीर तो लगेगा नहीं तो ज्ञान भी क्यों सुनायें? वास्तव में हम उसको ज्ञान नहीं सुना रहे, उस वक्त हम आपने आपको ज्ञान सुना रहे होते हैं और जब हम आपने आपको ज्ञान सुना रहे होते हैं तो क्या होता है कि जितनी देर आपने उसको ज्ञान सुनाया उतनी देर में धीरे-धीरे आपके विचार परिवर्तित होते हुए आप खुद महसूस करेंगे कि हाँ, जैसे फुलस्टॉप लग गया उस व्यर्थ की बात को। अच्छा, चलो ज्ञान सुनाना मुश्किल हो रहा है तो कोई बात नहीं, कर्मणा सेवा करो। जितना आप कर्मणा सेवा करेंगे तो उससे दो बात होगी। एक तो कर्मणा सेवा किया तो उसका पुण्य अर्जित होगा और दूसरों जब उस सेवा से कोई आत्मा प्रसन्न होती है तो उसकी दुआयें भी मिलती हैं। तो ये दो चीज़ें प्राप्त होने से व्यर्थ को समाप्त करना आसान हो जाता है।

- क्रमशः

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओमशान्ति 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

रायपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विधानसभा रोड स्थित शासकीय प्रयास बालक आवासीय विद्यालय में आयोजित 'एकाग्रता से सफलता' विषयक व्याख्यान को सम्बोधित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. उर्मिला दीदी,सम्पादक,ज्ञानामृत पत्रिका,मा.आबू। इस मौके पर ब्र.कु. अदिति बहन एवं श्रीमति रेणु बहन उपस्थित रहे।

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

ज़रा सोचें...

अपनी महानता से व्यवहार करें, दूसरों को देखकर नहीं

अपने स्वमान में रह सम्मान देते चलें...

हमारे साथ यदि कोई बुरा व्यवहार करते हैं, उसी में ही अवस्था हलचल में आती है ना! कई कहते हैं कि मैंने इतना अच्छा व्यवहार किया, फिर भी उसने मेरे साथ क्या किया! क्योंकि आपके पास उनका कोई जमा नहीं है। इसलिए उनका हमारे साथ अच्छा व्यवहार नहीं है। तो आजकल आप देखिये दुनिया में, हर साधन है, सुविधायें हैं, सब चीज़ें क्वालिटी बन गई। आज से 100-150 वर्ष पूर्व तो कुछ भी नहीं था। लोग कितनी मेहनत से जीते थे। आज कितने साधन-सुविधाएं हो गए हैं, परंतु फिर भी सुख-शांति गायब है। अगर इस पर सोचें तो इस निष्कर्ष पर पहुंचेंगे कि मनुष्य के दु:ख का कारण मनुष्य ही है। आज हमारे आपसी स्वभाव-संस्कार ऐसे हैं, जोकि अभी भी दु:खी होते रहते हैं। चीज़ें अच्छी हो गईं, पर मनुष्य का मनुष्य से व्यवहार अच्छा नहीं रहा। तो हम दूसरों के मालिक तो नहीं बन सकते हैं ना कि भाई, आप ऐसा नहीं बोलो। उनकी अपनी आदत है, संस्कार है तो वो तो बोलेंगे ही। कहते हैं ना कि दूसरों के मुँह पर तो ताला नहीं लगा सकते। बाबा ने हमें ही ज्ञानी बना दिया, सेंसिबल बना दिया। तो हमारे मन, वचन, कर्म अच्छे बन गये। उसने बोला ना... पर मुझे नहीं बोलना है। बाबा कहते हैं, तुम्हारे मुख से क्या निकलना चाहिए, रत्न निकलने चाहिए, पत्थर नहीं। ऐसे-वैसे कड़वे शब्द नहीं, निंदा-ग्लानि नहीं। ये चीज़ें दु:ख देने वाली हैं ना! जिस मुख से बाबा का ज्ञान देते हैं, उस मुख से कड़वे शब्द बोल सकते हैं! नहीं ना! हम भी तो बाबा के बच्चे, बाबा की तरफ से सेवा करने के लिए निमित्त हैं तो हमारे मुख से ऐसी बातें क्यों निकले! रोज़ बाबा के महावाक्य सुनते हैं कानों से, तो तेरी-मेरी कर सकते हैं! क्यों किसी की ग्लानि की बातें सुनें! किसी के बच्चों की ग्लानि करके आप उनके माँ-बाप को खुश कर सकते हैं? नहीं। तो हम क्यों ग्लानि करें! आपस में एक-दो की ग्लानि क्यों करें! जबकि पता है ना, बाबा ने कहा है कि नंबरवार हैं, तो नंबरवार का मतलब है कि कोई न कोई कमी तो रहेगी ना। तो वो बातें हम क्यों करें, वो चर्चा हम क्यों करें! तो हमें इन हल्की वृत्ति-प्रवृत्ति से ऊपर उठ जाना है।

व्यवहार में हल्की वृत्ति, प्रवृत्ति के कारण ही दु:ख ने हमें घेर रखा है। आज मनुष्य ही मनुष्य को दु:ख दे रहा है। उनमें आई विकृतियों से संबंध में टकराव व अशान्ति का कारण बनता है। ये समझ लेना ही सबसे बड़ी समझदारी है!!!

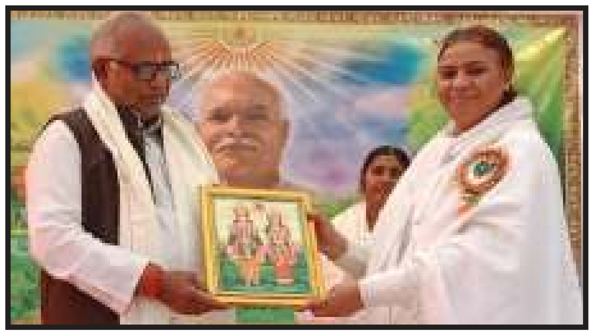
स्वामी विवेकानंद ने अपनी एक किताब में लिखा है कि परचिंतन, तेरा-मेरा, निंदा-ग्लानि, ईर्ष्या, ये दासों के संस्कार हैं, राजा के नहीं। हम तो कौन हैं? बाबा कहते हैं ना कि मैं कौन-सा योग सिखाता हूँ? राजयोग। राजऋषि। मैं तो राजा बनाता हूँ, बाकी तुम अपने आप, अपने पुरुषार्थ और सेवा अनुसार अपना पद तय करते हो। तो जितना ज्ञान-स्वरूप होकर आप चलेंगे, उतने हलचल से मुक्त हो जायेंगे। नहीं तो कदम-कदम पर कुछ-न-कुछ होता है और अवस्था बिगड़ती रहती है। किया-कराया पुरुषार्थ ज़ीरो हो जाता है। अगर कोई चीज़ आप बनाओ, फिर बिगाड़ दो, फिर बनाओ, फिर बिगाड़ दो, तो इसको क्या कहेंगे? वेस्ट ऑफ टाइम, मनी, एनर्जी। नंबरवार तो अंत तक रहेंगे। सम्पूर्ण बन जायेंगे, फिर तो चलेंगे घर। तो कब तक अवस्था बिगाड़ते रहेंगे! इसलिए मुझे खुद निर्णय कर लेना है। मुझे खुद लक्ष्य बना लेना है। कोई भी व्यक्ति के कारण से, उनके बोल से, उनके व्यवहार से, उनके ईर्ष्या-द्वेष से मुझे डिस्टर्ब नहीं होना है। मुझे अपनी सेवा और अपने पुरुषार्थ में लगे रहना है।

बाबा कहते, मैं इतने अच्छे-अच्छे टाइटल तुम बच्चों को देता हूँ, मास्टर सर्वशक्तिवान, हीरो एक्टर, विश्व सेवाधारी, भगवान के बच्चे, शिव शक्ति, कितने ऊँचे-ऊँचे टाइटल बाबा देते हैं। ये हमारे ही है ना! माना कि हम ऐसे हैं। भगवान हमें जो कह रहा है क्या उस पर निश्चय नहीं है! बाबा कहते हैं, तो उसका नशा चढ़ना चाहिए ना!

कोई रॉन्ग टाइटल देगा कि बुद्धू है, कुछ आता नहीं है, तो फीलिंग आ जाती है! अब बताओ, कौन-सी बातें मन पर लगानी चाहिए? जो बाबा हमें इतनी ऊँची नज़र से देखता है, वो नशा और खुशी रहे ना! किसी ने कोई ऐसा-वैसा टाइटल दे दिया तो फीलिंग में क्यों आना है! मतलब हमने स्वीकार कर लिया ना! फीलिंग में आना माना मैंने स्वीकार कर लिया। तो ये बहुत ज़रूरी है कि हम ज्ञान-स्वरूप बनकर चलें। हम बाबा का ज्ञान सुनते हैं, पर सारा दिन फिर यूज़ करना है। इतना तो कोई नहीं समझायेगा। कितना बाबा ने हमें समझाया है! अच्छी ज्ञान की स्टडी चाहिए। मुरली का अध्ययन चाहिए। अध्ययन माना पूरी एकाग्रता से सुनना, समझना, लिखना, सार निकालना, रिवाइज़ करना, तो इसे पूरा अध्ययन कहा जाता है। और इसे अभ्यास में लाना।

जयपुर-सोडाला(राज.)। कैबिनेट मंत्री प्रताप सिंह खाचरियावास को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. स्नेह दीदी। साथ हैं ब्र.कु. राखी बहन।

गुवाहाटी-मालीगांव(असम)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र के सिल्वर जुबली कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए अंशुल गुप्ता,जनरल मैनेजर,एन.एफ. रेलवे एवं उनकी धर्मपत्नी, राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी,डायरेक्टर,ब्रह्माकुमारीज़,नॉर्थ ईस्ट सबज़ोन एवं बांग्लादेश, ब्र.कु. शारदा दीदी,नेशनल कोऑर्डिनेटर,वुमेन विंग, ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. मेधावती बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका तथा अन्य।



सिरसागंज-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित स्वर्णिम भारत के लिए आध्यात्मिकता की ओर कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में पधारे पूर्व विधायक हरिओम यादव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु.गीतांजलि दीदी। साथ में जैनुलाब्दीन एवं ब्र.कु.शशि दीदी।

भुसावर-भरतपुर(राज.)। नवनिर्मित सड़क का लोकार्पण करने पर नदवई विधायक जोगिंदर सिंह अबाना,देव नारायण बोर्ड अध्यक्ष राज. सरकार को बधाई देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात व साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता बहन व ब्र.कु. संस्कृति बहन।

जुरहेर-भरतपुर(राज.)। ब्रह्मा बाबा के 54वें पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धा सुमन अर्पित करते हुए प्रधानाचार्य बुधराम शर्मा, डॉ. गिर्राज बघेल, ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. संतोष बहन तथा अन्य।

अररिया-बिहार। नव वर्ष के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में केक काटते हुए गौतम साह मोहिनी देवी मेमोरियल स्कूल एडिशनल डायरेक्टर निशीकांत दास, मोहिनी देवी मेमोरियल स्कूल प्रिंसिपल रंजन मिश्रा, बैंक कर्मी संजय गुप्ता, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला बहन तथा अन्य।

पुणे-दिघी(महा.)। गणतंत्र दिवस के अवसर पर सेवाकेन्द्र में ध्वजारोहण के पश्चात् आर्मी के मेजर सुबेदार नवनाथ पवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारी बहन। इस मौके पर अन्य भाई-बहनों सहित रामचंद्र गायकवाड़ विद्यालय के 411 छात्र-छात्राओं ने भी कार्यक्रम में भाग लिया।

बिहार शरीफ-नालंदा(बिहार)। शेखपुरा जिले के जिला पदाधिकारी डीएम सावन कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पिंकी बहन।

नरसिंहपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा नर्मदा तट चिंकी उमरिया में नर्मदा जयंती के अवसर पर लगने वाले विशाल मेले के दौरान आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी लगाकर जन-जन को ईश्वरीय संदेश दिया गया। इस मौके पर ब्र.कु. वर्षा बहन, ब्र.कु. नेहा बहन, ब्र.कु. पलक बहन सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

आइए जानते हैं मेथी सम्बंधी जानकारी...

सर्दियों का मौसम ऐसा होता है जिसमें बहुत सारे फल-सब्जियां आती हैं, इनका सेवन सेहत के लिए काफी फायदेमंद रहता है। हरी सब्जियों का सेवन हमेशा सेहत के लिए अच्छा रहता है, लेकिन ताजी पत्तेदार सब्जियों को सुपर-हेल्दी माना जाता है।

कुछ लोग प्रोटीन का इंटेक बढ़ाने के लिए हरी सब्जियों का सेवन करते हैं। कुछ लोग फाइबर इंटेक बढ़ाने के लिए फूड या हरी सब्जियों का सेवन करते हैं।

ठंड में रेशेदार या पत्तेदार सब्जियों के रूप में सबसे अधिक पालक और मेथी का सेवन किया जाता है। इसकी सुगंध भोजन के स्वाद को बढ़ा देती है। इसके अलावा भी कई व्यंजनों में इसका प्रयोग किया जाता है। आयुर्वेद के अनुसार मेथी शरीर में गर्मी पैदा करके बॉडी के तापमान को स्थिर रखने में मदद करती है, लेकिन इसे खाने के और भी कई फायदे हैं। इसलिए डॉक्टर्स इसे किसी ने किसी रूप में खाने की सलाह देते हैं।

'मेथी' शब्द लैटिन भाषा से लिया गया है। इसे आमतौर पर हिंदी में 'कसूरी मेथी' के नाम से जाना जाता है। यह कुछ देशों में अलग-अलग नामों से फेमस(प्रसिद्ध) है। इसकी सब्जी बहुत स्वादिष्ट होती है, इसलिए अधिकतर लोग इसे खाना पसंद करते हैं। कुछ घरों में इसे सुखाकर भी रख लेते हैं और जब यह बाज़ार में नहीं आती, उस समय इसे बनाते हैं। तो आइए अब मेथी के फायदों के बारे में भी जान लेते हैं...

न्यूट्रिशन से भरपूर

मेथी का सेवन करने का सबसे बड़ा फायदा यह है कि इसके सेवन से शरीर को काफी सारे न्यूट्रिशन मिल जाते हैं। मेथी के पत्ते फाइबर से भरपूर होते हैं। इनमें विटामिन और मिनरल्स भी काफी मात्रा में होते हैं। प्रति 100 ग्राम मेथी के पत्ते के निम्न न्यूट्रिशन होते हैं। इसके अलावा इसमें विटामिन सी, के, ए, फोलेट, आयरन आदि पाए जाते हैं।

डायबिटीज़ में फायदेमंद

मेथी की हीलिंग प्रॉपर्टीज कई मामलों में दालचीनी के समान हैं। इसके सेवन से डायबिटीज़ में काफी फायदा होता है। इसमें डायबिटीज़ विरोधी तत्व पाए जाते हैं, जोकि ग्लूकोज़ मेटाबॉलिज़्म को कंट्रोल करने में योग्य होते हैं।

रिसर्चर्स के मुताबिक, मेथी ब्लड शुगर को कम करके टाइप 2 डायबिटीज़ का खतरा कम करती है। इसमें फेमस एंटी-डायबिटिक दवा, ग्लिबेंक्लेमाइड की तरह ही ब्लड शुगर होमियोस्टैसिस को बैलेंस करती है।

डाइजेशन अच्छा रखे

मेथी के पत्तों में मौजूद अघुलनशील फाइबर कब्ज को कम करता है। इसके सेवन से नियमित मल त्याग को बढ़ावा मिलता है। पेट फूलना और अपच के इलाज में मेथी को बहुत फायदेमंद माना जाता है। अगर आप कब्ज से पीड़ित हैं तो दोपहर के भोजन में मेथी की सब्जी का सेवन करें, जिससे काफी जल्दी फायदा होगा।

स्किन के दाग दूर करे

मेथी का सेवन स्किन पर होने वाले निशान या दाग-धब्बों को कम करने में फायदेमंद रहता है। यदि आपके चेहरे पर दाग हैं तो मेथी के पत्तों का नैचुरल तरीके से प्रयोग करके इनसे छुटकारा पाया जा सकता है।

मेथी का जूस या इसकी सब्जी बनाकर खा सकते हैं। चाहें तो पानी की कुछ बूंदों के साथ मेथी के बीज का एक चम्मच पाउडर मिलाएं। अब इस पेस्ट को चेहरे पर लगाकर 15 मिनट बाद धो लें। इससे चेहरे के दाग-धब्बों में राहत मिलेगी।

बालों को बनाए लंबा और चमकदार

मेथी के सेवन से लंबे और चमकदार बाल मिलते हैं। इसका आप किसी भी रूप में सेवन कर सकते हैं। इससे आपको फायदा मिलेगा।

इसके अलावा स्केल्प पर मेथी का पेस्ट लगाएं और 40 मिनट तक लगा रहने दें। बाद में इसे ठंडे पानी से धो लें। सप्ताह में एक या दो बार ऐसा करने से आपको बालों को लंबा और शाइनी करने में मदद मिलेगी।

हड्डियों के लिए फायदेमंद

मेथी में प्रोटीन भरपूर मात्रा में पाया जाता है, यह बोन मेटाबॉलिज़्म के लिए काफी अच्छा होता है। बोन मेटाबॉलिज़्म एक निरंतर प्रक्रिया है, जहाँ नए उत्तक बनते हैं। हड्डी में चोट, फ्रैक्चर या खरोंच होने पर प्रोटीन ही इसे सही करने में मददगार होता है। और बोन डेंसिटी को बढ़ाता है। इसलिए मेथी का सेवन करने से हड्डियों को फायदा होता है।

मेथी के पत्ते खाने की मात्रा

एक स्वस्थ व्यक्ति दिन में 300-400ग्राम(ग्रॉ) मेथी खा सकता है,क्योंकि पकने के बाद इसका वजन काफी कम हो जाता है।

मेथी खाने के साइड-इफेक्ट्स...

मेथी खाने के फायदे तो बहुत हैं, लेकिन इसके कुछ नुकसान भी हैं। आइए उन पर भी नज़र डालें...

- मेथी के अधिक सेवन से दस्त संबंधी शिकायत आ सकती है।
- इसकी तासीर गर्म होती है। इसलिए इसका अधिक सेवन करने पर कुछ लोगों को ब्लीडिंग की समस्या हो सकती है।
- कुछ लोगों को इसे खाने से एलर्जी हो सकती है। जैसे, चेहरे पर सूजन, गले में दर्द आदि।

अधिक जानकारी के लिए किसी एक्सपर्ट से ज़रूर सलाह लें।

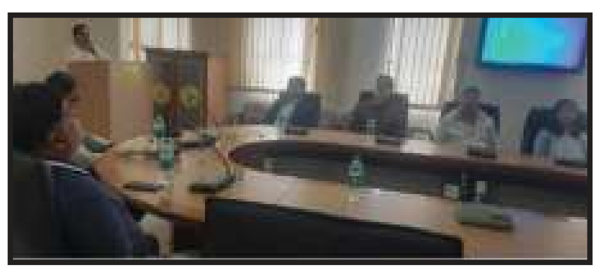
अबोहर-पंजाब। ब्रह्मा बाबा के 54वें पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में श्रद्धासुमन अर्पित करने के पश्चात् उपस्थित हैं म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन के मेयर विमल ठठई, बहावलपुरी समाज प्रमुख नंद किशोर, एडवोकेट रमेश कुमार शर्मा, डॉ. जसवंत सिंह, डॉ. संजय गुप्ता, डॉ. रितु गुप्ता, डॉ. राजिन्द्र बंसल, डॉ. कंचन खुराना, शकुंतला सोनी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पलता बहन, डिप्युटी इंचार्ज दर्शना बहन, शीलू बहन, ब्र.कु. सुनीता बहन व लेखक परिषद अध्यक्ष राज सदोश।

चक्रधरपुर-झारखंड। शिव संदेश अभियान के तहत प्रखंड विकास पदाधिकारी संजय सिन्हा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ पाठशाला से ब्र.कु. मानिनि बहन।

मीरगंज-गोपालगंज(बिहार)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में ध्वजारोहण करने के पश्चात् पुलिस पदाधिकारी जोगिंदर सिंह, पप्पू माझी, टैक्स दरोगा जे.पी. यादव, विन्ध्याचल जी एवं रघुवर पड़ित को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुनीता बहन।

इंदौर-गंगोत्री विहार(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञानदीप भवन में 74वें गणतंत्र दिवस एवं बसंत पंचमी पर्व के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में के.एल. राठौर,पूर्व प्राचार्य,सहकारी प्रशिक्षण केन्द्र इंदौर, चार्टर्ड अकाउंटेंट सुरेश गुप्ता, उद्योगपति दीनानाथ बंसल, ज्वेलर चंद्रशेखर वर्मा, सोना चांदी व्यापारी आशीष सामंत, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन, ब्र.कु. प्रतिमा बहन, ब्र.कु. ललिता बहन तथा अन्य भाई-बहनें व बच्चे शामिल रहे।

इंदौर-इंद्रपुरी(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 74वें गणतंत्र दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में ध्वजारोहण करने के पश्चात् उपस्थित हैं न्यू दिगम्बर पब्लिक स्कूल के चेयरमैन सिंधु मेंडके, ब्र.कु.पूर्णिमा बहन, ब्र.कु.सीमा बहन तथा अन्य ब्र.कु.भाई-बहनें।



अहमदाबाद-गुज.। भारतीय संचार निगम लिमिटेड(मुख्य कार्यालय महाप्रबंधक दूरसंचार परिमंडल अहमदाबाद) के निमंत्रण पर एडमिनिस्ट्रेटिव विंग के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज़ लोटस हाउस की ओर से 'स्ट्रेस मैनेजमेंट एंड मेडिटेशन' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.भारती बहन। इस दौरान संदीप सरकार,चीफ जनरल मैनेजर,गुजरात टेलीकॉम सर्कल सहित करीब 36 डीजीएम रैंकर सीनियर ऑफिसर्स उपस्थित रहे।

खुद से जुड़ा फैसला... क्या हम खुद ले पा रहे हैं...!!

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

कभी असमझ, उलझन या आगे कुछ दिखाई न देता हो तो ऐसे में अपने आपसे पूछो, इंट्रोस्पेक्ट करो, मेरा मूड क्यों खराब हुआ? जब तक अपने आपसे इस तरह रूबरू नहीं होंगे तब तक नैचुरल नेचर नहीं बन पायेगी। अपना ध्यान तो रखना ही पड़ेगा ना! वरना हमारे मन का मालिक कोई और होगा। माना हम परतंत्र हो जायेंगे और परतंत्रता में ख़ुशी कहाँ संभव! बस ऐसे मोड़ पर अपने को अपने से पूछो और देखो...

जब भी हम कभी उदास, परेशान, नाराज़ या इरिटेट हो जाते हैं तो उस समय हम अपने आप से पूछें या कोई हमें आकर पूछे कि क्या बात है, क्यों इतना मूड खराब है? तो आज के समय में मन एक ही जवाब देता है कि बात ही ऐसी थी, उन्होंने ऐसा कर दिया, उसने ऐसा कह दिया, मुश्किल ही इतनी बड़ी आई हुई है, परेशान तो होना ही था, गुस्सा तो आना ही था। इट इज़ नैचुरल, इट इज़ नॉर्मल। इसी तरह कभी हम बहुत खुश होते हैं, बहुत शांत महसूस करते हैं, तो भी अगर कोई पूछे क्या बात है, आज बड़े खुश हो! तब भी हमारे पास एक ही जवाब होता है, बात ही ऐसी थी, खुश तो होना ही है। यह बहुत ढ़ीली सिस्टम है और यह बिलीफ सिस्टम बार-बार हमारे अंदर कौन-सी आदत को पक्का कर रहा है? वह आदत, वह संस्कार एक गुलामी का संस्कार है। हाँ, 'गुलामी' शब्द अच्छा नहीं लगता न, लेकिन इसको गहराई से चेक करते हैं। यह कौन-सी गुलामी है, यह कौन-सी डिपेंडेंसी है, यह कौन-सी ऐसी आदत है जो मुझे फ्रीडम एक्सपीरियंस नहीं करने देती, जो मुझे अपनी च्वॉइस की जीवन जीने नहीं देती? वैसे तो कोई हमें रोके-टोके, यह नहीं करो, यह करो, बार-बार कहता रहे तो हम उनको क्या कहते हैं? आपको जो राय देनी है आप दीजिए लेकिन च्वॉइस मेरी है, मुझे चूज़ करने दीजिए कि मुझे क्या करना है। मुझे निर्णय लेने की पूरी आज़ादी है। दूसरों को तो हम कह देते हैं लेकिन आज हमें यह अपने आप से कहने की ज़रूरत है,क्योंकि कुछ ऐसी डिपेंडेंसीज़ हैं, ऐसी गुलामी है जो सेल्फ क्रियेटेड है, हमने उसको खुद क्रिएट किया है और इससे फ्रीडम भी हम खुद ही खुद को देंगे। यह लड़ाई बाहर की नहीं है। इसे लड़ाई भी नहीं कहेंगे, यह सिर्फ एक छोटा-सा अटेंशन है, एक अन्डरस्टैंडिंग है जिससे हम कम्प्लीट फ्रीडम, इंडिपेंडेंस, स्वराज्य को प्राप्त करेंगे।

हमारा बिलीफ सिस्टम क्या बन गया है आजकल कि जो हम महसूस करते हैं, जो हम सोचते हैं, जो हम बोलते हैं, जो हम बिहेव करते हैं, किसी ना किसी सिचुएशन की वजह से होता है, किसी न किसी व्यक्ति के व्यवहार की वजह से होता है। इसको कहा जाएगा 'इमोशनल डिपेंडेंस'। तो एक है इमोशनल डिपेंडेंस, दूसरा है इमोशनल इंडिपेंडेंस। इंडिपेंडेंस कब होती है, जब हम खुद चूज़ करते हैं और डिपेंडेंस कब होती है जब दूसरों की वजह से वह डिसीज़न लिया जाता है। तो अगर हम यह बिलीफ करते हैं कि जो हम सोचते हैं, फील करते हैं, हम जो बिहेव करते हैं, वह दूसरों की वजह से हो रहा है, उस सिचुएशन, उन लोगों के व्यवहार की वजह से हो रहा है तो हम उन पर डिपेंडेंट हो गए ना, कि किसी का एक बोल हमें बहुत खुश कर देता है और किसी का एक शब्द हमें उदास कर देता है, किसी के लिए हम कहते हैं दे हर्ट मी, किसी के लिए हम कहते हैं दे डिसरिस्पेक्टेड मी, दे इंसल्टेड मी। मतलब हमारी आत्मा(मन) में ख़ुशी है, गम है, उदासी है, नाराज़गी है या शांति है, स्थिरता है, यह क्या हम खुद चूज़ कर रहे हैं! क्या मैं आज़ाद हूँ? क्या मैं स्वतंत्र हूँ? यह बहुत ही महत्वपूर्ण सवाल है जो हमें अपने आप से आज पूछना ही पड़ेगा क्योंकि कितनी बार हम बार-बार यह कहेंगे कि उसकी वजह से, उनकी वजह से हम खुद खुद की फ्रीडम को खत्म करते जा रहे हैं! और जितना हम खुद खुद की फ्रीडम को खत्म करते जाएंगे, उतनी हमारी आंतरिक शक्ति, हमारी इनर पॉवर घटती जाएगी।

भीनमाल-राज.। आधी आबादी फाउंडेशन व रियल फाउंडेशन ऑफ चैरिटी सामुदायिक सेवा समिति,जयपुर के द्वारा जयपुर के क्लार्क आमेर फाइव स्टार होटल में आयोजित सम्मान समारोह में ब्र.कु. गीता बहन को अवॉर्ड देकर सम्मानित किया गया। यह अवॉर्ड उन्हें नवाबज़ादा खालिक खान,पूर्व टोंक रियासत एवं परम वीर सिंह द्वारा प्रदान किया गया। इस मौके पर प्रताप सिंह खाचरियावास,कैबिनेट मंत्री,खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग, कुंजीलाल मीणा,मुख्य सचिव, राजू खेर,अभिनेता, दिनेश सिंह,आधी आबादी के फाउंडर सहित अनेक प्रतिष्ठित लोग उपस्थित रहे।

दिल्ली-लोधी रोड। डॉ. एस.चंद्रशेखर,सचिव,विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग,भारत सरकार को नव वर्ष का कैलेंडर भेंट करते हुए ब्र.कु. पीयूष भाई,क्षेत्रीय संयोजक,वैज्ञानिक व अभियंता प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज़।

बेतिया-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में बेतिया मेडिकल कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में शिक्षकों एवं मेडिकल कॉलेज के सहयोगी दल को स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अंजना बहन द्वारा ईश्वरीय संदेश दिया गया। इस मौके पर मेडिकल कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. श्रीमति सुधा जी, ब्र.कु. संजय भाई, ब्र.कु. राकेश भाई, ब्र.कु. चांदनी बहन, ब्र.कु. सोनी बहन आदि उपस्थित रहे।

अरेराज धाम-पूर्वी चंपारण(बिहार)। अनुमंडल प्रशासन द्वारा आयोजित सम्मान समारोह में स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. मीना बहन को क्षेत्र में दो दशक से विशेष ईश्वरीय सेवाओं एवं चरित्र निर्माण के कार्यों के लिए सम्मानित करते हुए सदर एसडीओ संजीव कुमार। इस अवसर पर प्राचीन सोमेश्वर नाथ धाम के महंत रवि शंकर गिरी एवं पीजीआरओ रंजन पासवान उपस्थित रहे।

कादमा-हरियाणा। राष्ट्रीय बालिका दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. वसुधा बहन, सरपंच चांदपति जी, ब्र.कु. ज्योति बहन व अन्य भाई-बहनें शामिल रहे। इस मौके पर विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया जिसमें विजेता बालिकाओं को पुरस्कृत भी किया गया।

जीरापुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'आज़ादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' प्रोजेक्ट के अंतर्गत 'आध्यात्मिक सशक्तिकरण से मूल्यनिष्ठ समाज की स्थापना' कार्यक्रम के तहत शहर के समस्त समाजसेवियों के सम्मान समारोह एवं प्रस्तावित भूमि भवन निर्माण हेतु भूमि पूजन कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए पूर्व विधायक एवं दांगी समाज के राष्ट्रीय अध्यक्ष हजारीलाल दांगी, ब्रह्माकुमारीज़ की जिला संचालिका ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, नगर पालिका अध्यक्ष पवन कुशवाह, कांग्रेस जिला अध्यक्ष प्रकाश पुरोहित, पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष ज्ञान सिंह गुर्जर, भाजपा जिला उप कोषाध्यक्ष बालचंद दांगी, समाज सेविका इंदिरा मूंदड़ा, पूर्व नगरपालिका अध्यक्ष बलराम टांक, भाजपा मंडल अध्यक्ष विष्णु पवार, समाजसेवी रामेश्वर टाक तथा अन्य प्रतिष्ठित सामाजिक कार्यकर्ता व गणमान्य लोग।

नांगल टीडीआई-सोनीपत(हरियाणा)। एयर इंडिया फ्लाइट के पायलट हितेश सिंह से मिलकर आध्यात्मिक चर्चा करने के पश्चात् उनके साथ हैं स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन, ब्र.कु. पूजा बहन, एयरपोर्ट सिक्योरिटी के असिस्टेंट जनरल मैनेजर ब्र.कु. हरिपाल भाई, उनकी धर्मपत्नी ब्र.कु. बबली बहन तथा किरण बहन।

इंदौर-कालानी नगर(म.प्र.)। गणतंत्र दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में आईं कमांडेंट सीमा जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.जयंती दीदी एवं ब्र.कु.सुजाता बहन।

बरवाला-हिसार(हरियाणा)। गणतंत्र दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण के पश्चात् उपस्थित हैं गवर्नमेंट स्कूल की प्रिंसिपल ज्योति बाला, समाजसेवी ओम प्रकाश मनचंदा, सुनीता मनचंदा, ब्र.कु. इन्द्रा बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

परमात्म ऊर्जा

अगर एक-एक मर्यादा को जीवन में लाने का प्रयत्न करेंगे तो कहाँ मुश्किल कहाँ सहज लगेगा और इसी प्रैक्टिस में व इसी कमज़ोरी को भरने में ही समय बीत जायेगा। इसलिए अब एक सेकण्ड में मर्यादा पुरूषोत्तम बनो। कैसे बनेंगे? सिर्फ सदा स्नेही बनने से। बाप का सदैव स्नेही बनने से, बाप द्वारा सदा सहयोग प्राप्त होने से मुश्किल बात सहज हो जाती है। जो सदा स्नेही होंगे उनकी स्मृति में भी सदा स्नेह ही रहता है, उनकी सूरत से सदा स्नेही की मूर्त प्रत्यक्ष दिखाई देती है। जैसे लौकिक रीति से भी अगर कोई आत्मा किस आत्मा के स्नेह में रहती है तो फौरन ही देखने वाले अनुभव करते हैं कि यह आत्मा किसके स्नेह में खोई हुई है। तो क्या रूहानी स्नेह में खोई हुई आत्माओं की सूरत स्नेही मूर्त को प्रत्यक्ष नहीं करेगी? उनके दिल का लगाव सदैव उस स्नेही से लगा हुआ रहता है। तो एक ही तरफ लगाव होने से अनेक तरफ का लगाव सहज ही समाप्त हो जाता है। और तो क्या लेकिन अपने आप का लगाव अर्थात् देह-अभिमान, अपने आपकी स्मृति से भी सदैव स्नेही खोया हुआ होता है। तो सहज युक्ति व विधि जब हो सकती है, तो क्यों नहीं सहज युक्ति, विधि से अपनी स्टेज की स्पीड में वृद्धि लाती हो! सदा स्नेही, एक सर्वशक्तिमान के स्नेही होने कारण सर्व आत्माओं के स्नेही स्वतः बन जाते हैं। इस राज़ को जानने से राज़युक्त, योगयुक्त व दिव्यगुणों से युक्तियुक्त बनने के कारण राज़युक्त आत्मा सर्व आत्माओं को अपने आप से सहज ही राज़ी कर सकती है। जब राज़युक्त नहीं होते हो, तब कोई को राज़ी नहीं कर सकते हैं। अगर उसकी सूरत व साज़ द्वारा उसके मन के राज़ को जान जाते हैं, तो सहज ही उसको राज़ी कर सकते हैं। लेकिन कहाँ-कहाँ सूरत को देखते, साज़ को सुनते उनके मन के राज़ को न जानने के कारण अन्य को अभी भी नाराज़ करते हो व स्वयं नाराज़ होते हो। सदा स्नेही के राज़ को जान राज़युक्त बनो। अच्छा। भविष्य में विश्व के मालिक बनना है, यह तो पता है ना! मगर अभी क्या हो? अभी विश्व के मालिक हो व सेवाधारी हो?

जयपुर-बनी पार्क। प्रसिद्ध न्यूरोसर्जन डॉ.सचिन गुप्ता को ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् चित्र में साथ हैं ब्र.कु. रेणुका बहन व ब्र.कु.कुणाल।

कथा सरिता

एक छोटे से गाँव में एक आदमी रहता था। उसके घर के पास में एक पहाड़ था। जहाँ पर वह रोज़ सुबह जाता था। वहाँ पर थोड़ी देर उस पहाड़ पर बैठता फिर वापिस आ जाता। तो रोज़ की तरह वह सुबह-सुबह जा रहा था,पीछे से उसका छोटा-सा बेटा आया। उसने आकर के उसका हाथ पकड़ लिया और कहा कि आज मैं भी आपके साथ चलूँगा। उसने पहले तो उसको थोड़ा समझाया, मना किया और कहा कि जो रास्ता है वो बहुत ही छोटा है और चढ़ाई बहुत ज़्यादा है तो तुम मेरे साथ नहीं चल पाओगे। लेकिन फिर जब उस बेटे ने ज़िद्द की, तो पिता मान गया। वो दोनों पहाड़ पर चढ़ने लगे, पिता ने बेटे का हाथ कसकर के पकड़ा हुआ था, लेफ्ट साइड में पहाड़ था और राइट साइड में खाई थी और रास्ता बहुत ही छोटा था। वो पहाड़ की चोटी तक पहुँचने ही वाले थे तभी रास्ते में एक बड़ा-सा पत्थर आया क्योंकि पिता उस रास्ते से रोज़ आता था तो उसको पता था कि वहाँ पर पत्थर है तो वह साइड से निकल गया। लेकिन जो बेटा था उसका ध्यान कहीं और था तो उसका घुटना जा करके उस बड़े से पत्थर से टकरा गया।

उस बच्चे के मुँह से एक चीख निकली और जैसे ही वह चीखा उसकी आवाज़ उन पहाड़ों में गूंजने लगी। इससे पहले उस बच्चे ने कभी भी अपनी आवाज़ की गूंज नहीं सुनी थी तो उसे समझ नहीं आ रहा था कि ये क्या हो रहा है? वह अंदर से थोड़ा-सा घबरा गया और उसे लगा कि शायद कहीं कोई है जो छुपकर उसे देख रहा है और मज़ाक उड़ा रहा है।

फिर उस बच्चे ने बोला "कौन हो तुम" तो जब उस बच्चे ने उस गूंज को सुना तो उसे गुस्सा आ गया। उसे लगा कि कौन है? ये जो मेरा मज़ाक उड़ाए चला जा रहा है, फिर उसने गुस्से से कहा कि मैं तुम्हे छोड़ूंगा नहीं और फिर जैसे ही उसने गूंज को सुना वह घबरा गया। उसके पिता समझ गए थे कि क्या हो रहा है। उसने अपने पिता का हाथ कस के पकड़ लिया और उनसे पूछा कि कौन है ये जो मुझे इतना तंग कर रहा है, कौन है? ये जो मुझे इतना डरा रहा है तो उसके पिता थोड़ा-सा मुस्कुराये और उन्होंने खाई की तरफ देखा और ज़ोर से बोला मैं तुमसे बहुत प्यार करता हूँ। यह सुनकर वह बच्चा हैरान हो गया! और उसे समझ नहीं आया कि क्या हो रहा है? क्योंकि वही इंसान जो उसका मज़ाक उड़ा रहा है, उसको तंग कर रहा है। वह उसके पिता को बोल रहा है कि मैं तुमसे बहुत प्यार करता हूँ। तो उसके पिता ने अपने बेटे को देखा और वो समझ गये कि उसके मन में क्या चल रहा है? और फिर दुबारा उन्होंने बोला तुम बहुत अच्छे हो और ये सुनकर उनका बेटा थोड़ा-सा मुस्कुराया और पूछा अपने पिता से कि ये क्या हो रहा है? फिर उसके पिता ने अपने बेटे को समझाया कि ये जो आवाज़ तुम सुन रहे हो ना! ये किसी और की आवाज़ नहीं है। ये तुम्हारी ही आवाज़ है जो कि पहाड़ों में गूंज रही है और तुम्हें अपनी ही आवाज़ सुनाई दे रही है। जैसे तुम बोलते हो ठीक वैसा ही तुम्हें सुनाई देता है। अगर तुम गुस्से से कुछ कहोगे तो पलट करके जो आवाज़ आएगी उसमें भी गुस्सा होगा। लेकिन अगर तुम कुछ अच्छा कहोगे तो वो आवाज़ भी अच्छी होगी।

बिल्कुल इसी तरह से हमारी ज़िंदगी में भी होता है। जैसा तुम अपने मन में इस ज़िंदगी के बारे में सोचते हो। ये ज़िंदगी तुम्हारे लिए बिल्कुल वैसी ही हो जाती है। अगर तुम मन ही मन अपने आप से ये बोलते रहोगे की मेरी ज़िंदगी तो बहुत बुरी है तो तुम्हारी ज़िंदगी सच में बुरी हो जाएगी और अगर तुम अपनी ज़िंदगी से प्यार करोगे तो तुम्हारी ज़िंदगी भी तुमसे प्यार करेगी।

ये बात उस बच्चे के दिमाग में घर कर गयी और फिर वे दोनों उस पहाड़ की चोटी पर गए, लेकिन बच्चे के दिमाग में यही बात घूम रही थी और फिर वह बच्चा खिल-खिलाकर हँसा और उसने अपने दोनों हाथ खोले और अपनी पूरी ताकत से बोला मैं तुमसे बहुत प्यार करता हूँ।

एक बड़ा-सा राजमहल था, जिसके द्वार पर एक साधु आया और वो साधु द्वारपाल से आकर कहने लगा कि अंदर जाकर राजा से कहो कि उनका भाई उनसे मिलने आया है। द्वारपाल सोचने लग गया कि ये साधु के भेष में राजा से कौन मिलने आया है जो राजा को अपना भाई बता रहा है। फिर द्वारपाल ने समझा कि क्या पता कोई दूर का रिश्तेदार हो जिसने सन्यास ले लिया हो। द्वारपाल ने अंदर जाकर सूचना दी जिसके बाद राजा मुस्कुराने लगे और उन्होंने कहा कि साधु को अंदर भेज दो। साधु ने पूछा, कैसे हो भैया? राजा ने जवाब दिया, मैं ठीक हूँ, तुम बताओ, तुम कैसे हो? साधु ने राजा को कहा कि मैं जिस महल में रहता हूँ वो बहुत ही ज़्यादा पुराना हो गया है। कभी भी टूटकर गिर सकता है। यहाँ तक कि मेरे 32 नौकर थे वो भी एक-एक करके चले गए। ये सब सुनकर राजा ने साधु को 10 सोने के सिक्के देने का आदेश दिया। पर साधु ने कहा 10 सोने के सिक्के तो कम हैं। ये सुनकर राजा ने कहा कि अभी तो इतना ही है तुम इससे काम चलाओ। इसके बाद साधु वहाँ से चला गया।

साधु को देखकर मंत्रियों के मन में भी कई सवाल उठ रहे थे, उन्होंने राजा से कहा कि जितना हमें पता है आपका तो कोई भाई नहीं है,तो आपने उस साधु को इतना बड़ा इनाम क्यों दिया? राजा ने जवाब देते हुए कहा, देखो, भाग्य के दो पहलू होते हैं, राजा और रंक, इस नाते से उसने मुझे भाई बोला।

राजा ने समझाते हुए कहा कि जर्जर महल से उसका जवाब उसका बूढ़ा शरीर था, 32 नौकर से उसका मतलब 32 दाँत थे। समंदर के बहाने उसने मुझे उल्हना दिया कि राजमहल में उसके पैर रखते ही मेरा राजकोष सुख गया, क्योंकि मैं मात्र उसे दस सोने के सिक्के दे रहा था जबकि मेरी हैसियत उसे सोने से तोल देने की है। इसलिए राजा ने ऐलान किया कि मैं उसे अपना सलाहकार नियुक्त करूँगा।

शिक्षा : किसी व्यक्ति के बाहरी रंग रूप से उसकी बुद्धिमत्ता का अंदाजा नहीं लगाया जा सकता।

होली को हो-ली कर मनायें

आजकल हम होली पर्व के नाम पर एक मनुष्य द्वारा दूसरे मनुष्य पर रंगों के साथ-साथ कीचड़ और गंदा पानी फेंका जाता हुआ देखते हैं। भारत के कुछ गाँवों में, विशेष नातों में(जैसे भाभी-देवर), एक द्वारा दूसरे की मोटी रस्सी या डंडे से पिटाई करने की प्रथा भी इस दिन है। भले ही, पिटने वाला उस समय लोकलाजवश बोलता नहीं है पर इस प्रकार की हिंसा का कुप्रभाव तो सभी पर पड़ता ही है। अन्य त्योहारों पर जहाँ लोग घरों से बाहर निकलकर चहल-पहल देखने को उतावले होते हैं, होली पर लोग दरवाजा बंद कर दुबके रहते हैं। यह देख मन में प्रश्न उठता है कि आखिर इस त्योहार का वास्तविक रहस्य क्या है?

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में परमपिता परमात्मा शिव ने अन्य त्योहारों के साथ-साथ होली के त्योहार के मूल स्वरूप का भी ज्ञान कराया है जिसे जानकर रोम-रोम रोमांचित हो उठता है। सभी प्रश्नों के हल मिल जाते हैं और जीवन को ऊंचा उठाने में बहुत मदद मिलती है।

होली मनाने का समय

होली का त्योहार वर्ष के अंतिम मास फाल्गुन की पूर्णिमा को मनाया जाता है। सृष्टि चक्र के दो भाग हैं ब्रह्मा का दिन और ब्रह्मा की रात्रि। ब्रह्मा का दिन है सतयुग-त्रेतायुग। उस समय सभी देवात्मायें ईश्वरीय रंग में रंगी होती हैं परंतु जब द्वापरयुग आता है और ब्रह्मा की रात्रि का प्रारंभ होता है तो मानवात्मायें माया(विकारों) से बदरंग होने लगती हैं। कलियुग के अंत तक तो इतनी बदरंग हो जाती हैं कि अपनी असली पहचान से पूरी तरह दूर चली जाती हैं। तब निराकार परमात्मा शिव धरती पर अवतरित होकर विकारों से बदरंग बनी आत्माओं को अपने संग का रंग लगाते हैं। भगवान जब आते हैं तो स्वयं तो ज्ञान गुणों का रंग आत्माओं पर लगाते ही हैं पर जिन पर ज्ञान-गुणों का रंग लग जाता है उन्हें यह आदेश भी देते हैं कि अब तुम अन्य आत्माओं पर भी यह रंग लगाओ। इसी की याद में इस त्योहार पर मनुष्य एक-दो को गुलाल आदि लगाते हैं।

परमात्मा ने होली का वास्तविक अर्थ बताया...

परमपिता परमात्मा शिव ने हमें होली शब्द के तीन अर्थ बताये हैं - 1. होली अर्थात् बीती सो बीती, जो हो गया उसकी चिन्ता न करो तथा आगे के लिए जो भी कर्म करो, योगयुक्त होकर करो, 2. होली अर्थात् हो गई। मैं आत्मा अब ईश्वर अर्पण हो गई, अब जो भी कर्म करना है वह ईश्वर की मत पर ही करना है। 3. होली अर्थात् पवित्र। हमें जो भी कर्म करने हैं, वे किसी भी विकार के वश होकर नहीं वरन पवित्र बुद्धि से करने हैं।

होली मनाने की विधि

होली के त्योहार को मनुष्य तीन प्रकार से मनाते हैं - 1. एक-दूसरे पर रंग डालना, 2. होलिका जलाना, 3.मंगल मिलन मनाना।

1. एक-दूसरे पर रंग डालना - भगवान आत्मा पर ज्ञान, गुण और शक्तियों का रंग लगाते हैं परंतु मनुष्य महंगे रंगों द्वारा मानव के कपड़ों और कई बार तो चेहरे, आँखों और गले को भी नुकसान पहुंचा देते हैं। इस प्रकार, इस निर्धन देश के करोड़ों रूपये रंगों और रंगे हुए कपड़ों की भेंट चढ़ जाते हैं। क्या ही अच्छा हो, यदि हम होली को विकृत रूप में न मनाकर, इसके शुद्ध स्वरूप में जैसे भगवान ने सिखाई थी, वैसे ही मनाएं।

2. होली जलाने का वास्तविक अर्थ

इस दिन लोग, अनेक घरों में इकट्ठी की हुई लकड़ियों और गोबर को जलाते हैं और सोचते हैं, इससे दुःख, दरिद्रता, अपवित्रता जल जायेगी परन्तु सोचने की बात है, भारत के देहातों में तो सदियों से प्रतिदिन लोग गोबर और लकड़ियाँ जलाते आ रहे हैं परंतु दरिद्रता और अपवित्रता तो जली नहीं, और ही बढ़ती जा रही है। वास्तव में लकड़ियों और कण्डों को अग्नि में नहीं बल्कि योगाग्नि में पुराने संस्कार, स्वभाव, पुरानी कट स्मृतियाँ जला देने से हमारे दुःख दूर हो सकते हैं। कहीं-कहीं उपलों में धागे डालकर भी होलिका जलाने की प्रथा है, वह इस रहस्य का परिचय देती है कि यह शरीर उपलों की तरह विनाशी है। एक दिन राख में बदल जाना है परंतु आत्मा अविनाशी है, उसे अग्नि जला नहीं सकती। कई लोग इसे राक्षस विनाशक त्योहार भी मानते हैं क्योंकि यह माया रूपी राक्षस को ज्ञान रूपी हो-हल्ले से भगाने का त्योहार है।

3. एक-दूसरे को मिलना ही नहीं मंगल मिलन भी हो

मंगल का अर्थ है कल्याण। कल्याण करने वाला मिलन तो परमात्म मिलन ही है। दूसरा, मंगल मिलन तो तभी हो सकता है जब आपस में स्वभाव, संस्कार का मेल हो, एक-दूसरे के विचारों का सम्मान हो। यह भी तभी हो सकता है जब हम देहभान के स्वभाव, संस्कार को भूलकर आत्मस्थिति में टिकें। आत्मस्थिति में टिककर हम स्वयं से, अन्य आत्माओं से और परमात्मा से भी सच्चा मंगल मिलन मना सकते हैं।

होलिका शब्द का अर्थ

कई लोगों का कहना है कि होलिका शब्द का अर्थ है भुना हुआ अन्न! होलिका के अवसर पर लोग गेहूँ और जौ की बाली को भुनते हैं। वास्तव में यह भी एक आध्यात्मिक रहस्य को उजागर करता है। जैसे भुना हुआ अन्न आगे उत्पत्ति नहीं करता, ऐसे ही ज्ञान-योग की अग्नि में तपकर किया गया कर्म भी अकर्म हो जाता है। भगवान द्वारा बताई गई उपरोक्त विधि से होली मनाने से अवश्य ही आत्मा का कल्याण होगा और इस भारत देश में फिर से भ्रातृप्रेम भरपूर होगा। गाय-शेर इक्ट्ठे जल पियेंगे और सभी रिश्तों-नातों में पारस्परिक प्रेम की सुगंध होगी।

नई दिल्ली-हरिनगर। गणतंत्र दिवस के उपलक्ष्य में बिज़नेस एंड इंडस्ट्री विंग के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. अशोक मेहता,महानिर्देशक,सहकरनी प्लास्टर कम्पनी लिमिटेड, आशीष जैन,चीफ एडिटर,ऑल ज़ोन टाइम्स न्यूज़पेपर, ब्र.कु. पुष्पा बहन,डायरेक्टर,ब्रह्माकुमारीज़ करोल बाग,पाण्डव भवन, ब्र.कु. अनुसुइया दीदी,डायरेक्टर,महिपालपुर, ब्र.कु. सुरिंदर भाई तथा अन्य।

दिल्ली-करोल बाग(पाण्डव भवन)। राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में सनातन हरि मंदिर गर्ल्स स्कूल,नबी करीम,दिल्ली में आयोजित कार्यक्रम में छात्राओं को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. विजय बहन,वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका। साथ हैं अनीता जैन,स्कूल की प्रिंसिपल, शिक्षिकाएं तथा छात्राएं।

वडोदरा-छानी(गुज.)। अखिल गुजरात किसान सम्मेलन 'स्वर्णिम भारत की पहचान आत्म निर्भर किसान' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए राजयोगी ब्र.कु. राजू भाई,ग्राम विकास प्रभाग अध्यक्ष,ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. डॉ. निरंजना बहन,वडोदरा अलकापुरी सबज़ोन संचालिका, हरीश पटेल,म्युनिसिपल काउंसलर, उमेश पटेल,जिला खेती बाड़ी अधिकारी, दीपक सेठ,डेप्युटी डायरेक्टर,एग्रीकल्चर टेक्नोलॉजी मैनेजमेंट एजेंसी, ब्र.कु. भावना बहन, ब्र.कु. नरेंद्र पटेल, ब्र.कु. दीपिका बहन तथा ब्र.कु. प्रीति बहन।

जबलपुर-भंवरताल(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के शिव स्मृति भवन में आयोजित सम्मान समारोह में पद्मश्री से सम्मानित डॉ. कैप्टन एम.सी. डाबर को सम्मानित करते हुए ब्र.कु. भावना बहन। इस मौके पर डॉ. श्याम रावत, डॉ. निशा साहू, डॉ. सचिन कुचया, डॉ. अविजित विश्नोई, डॉ. लखन वैस, डॉ. एस.के. पांडेय, डॉ. पुष्पा पांडेय सहित अन्य चिकित्सक उपस्थित रहे।

पुण्य करने का सबसे सहज मार्ग

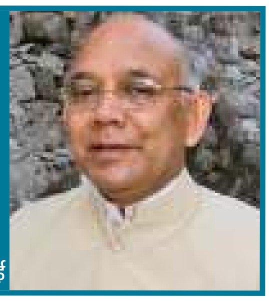
ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

हम जब कभी भी इस दुनिया में एक चीज़ बड़े गौर से देखें तो पायेंगे कि बहुत आसानी से, बहुत आराम से बिना किसी पहल के कहाँ भीड़ इक्ट्ठी होती है, जहाँ कोई मर जाता है या जहाँ किसी का एक्सीडेंट हो जाता है तो वहाँ हमें किसी को बुलाने की ज़रूरत नहीं पड़ती, ऑटोमेटिकली भीड़ आ जाती है। तो मतलब यही हुआ कि भीड़ को बुलाने के लिए और सहज रीति से भीड़ हमारे आस-पास हो उसके लिए दुनिया में एक चीज़ बहुत कॉमन है और वो है अगर किसी ने शरीर छोड़ा है तो लोग नैचुरल वहाँ आ जाते हैं। इसका मतलब अगर हमारे आस-पास, वो तो स्थूल चीज़ हो गई, अगर हमारे आस-पास हमसे कोई मिलना चाहे तो क्यों नहीं मिल रहा है,क्योंकि हम सबके अन्दर बहुत सारा कुछ न कुछ ऐसा दोष, कुछ न कुछ ऐसा विकार, ऐसी स्थिति चल रही है जिससे कोई मिलना नहीं चाहता। कोई न कोई तरह का ईगो है, कोई न कोई तरह की हमारे अन्दर हेटर्ड(घृणा)है, ईर्ष्या है, सरकाज़्म(कटाक्ष) कुछ न कुछ तो है जो हम सबको सबसे दूर कर रहा है।

जैसे इस दुनिया में बहुत ज़्यादा आकर्षित कौन करता है, जिसका शरीर जिसको भूला हुआ हो। जैसे छोटा बच्चा उसको नहीं पता कि मैं मेल हूँ, मैं फिमेल हूँ लेकिन उसको देखकर बहुत अच्छा लगता है और बहुत हम आकर्षित भी होते हैं, लेकिन वहीं जब हम बड़े हो जाते हैं तो धीरे-धीरे लोग हमसे दूर हो जाते हैं। तो आज का जो टॉपिक है उसके हिसाब से अगर देखा जाये कि सच में हमने पूरे जीवन हर पल कोई न कोई कामना से कर्म किया है और अभी भी कर ही रहे हैं। कहीं हम काम कर रहे हैं वहाँ कोई न कोई इच्छा है, कोई न कोई कामना है, कोई लोभ है, कोई लालच है, ऐसे ही हम कहीं भी काम कर रहे हैं तो उसमें कुछ न कुछ ऐसा है। इसका मतलब हमारा पुण्य का खाता बहुत कम है। मैं कहूँगा ना के बराबर है। क्योंकि पुण्य तो तभी जमा होगा ना जब उसमें कोई इच्छा न हो। सिर्फ देने की भावना हो, बनने की भावना हो।

तो इसको इस तरह से समझ सकते हैं कि जन्म को हम जन्मतिथि कहते हैं या जन्म दिवस कहते हैं। जहाँ हम जन्म लेते हैं, जिस दिन हम जन्म लेते हैं उस डेट को हम जन्मदिवस कहते हैं। लेकिन जब हम शरीर छोड़ते हैं तो एक साल बाद हमारी मृत्यु को एक नाम देते हैं उसको कहते हैं पुण्य तिथि। तो इतनी सहज ये बात समझ में आ रही है कि पुण्य करने का माध्यम जन्म लेकर पूरे जीवन हमने जो कर्म किया उससे पुण्य तो हुआ ही नहीं। क्योंकि उसमें कोई न कोई इच्छा है। लेकिन पुण्य तिथि वो बन गई जिस दिन हम मरे, जिस दिन हमने शरीर छोड़ा। तो कितना सहज और क्लीयर है, स्पष्ट है कि जब हम हर पल अपने आपको उस सेन्स में देखते हैं तो पाते हैं कि उस दिन बिना किसी इच्छा के, बिना किसी लालसा के, मैं आराम से इस दुनिया से चला जाऊं। इस दुनिया में रहते हुए पुण्य हमारा इसलिए नहीं बन रहा है शायद कि हम हर पल मर नहीं रहे हैं। तो परमात्मा ने आकर पुण्य जमा करने की विधि बता दी, और बहुत सुन्दर बताई। कहा कि तुम हरपल शरीर से अशरीरी हो। शरीर को छोड़कर विदेही हो। बार-बार अपने शरीर को भूलो। जितना जो शरीर को भूल रहा है उतना उससे वो पुण्य का खाता जमा हो रहा है। तो पुण्य का खाता जमा करने का सबसे सहज और आसान मार्ग हर पल अपने आपको इस दुनिया से डिटैच करो। जितना इसका अभ्यास बढ़ता जायेगा उतना हमारा पुण्य का खाता बढ़ता जायेगा। पुण्य का खाता बढ़ाने के लिए हमें सबसे पहले इस पर काम करना है। ये चीज़ इतनी सहज और सरल है कि कोई भी कर सकता है, कहीं भी कर सकता है। नहीं तो देह में रहते हुए कुछ न कुछ तो इच्छा रहती ही है फिर उसी के आधार से कर्म होते हैं। लेकिन वो इच्छा अगर पॉज़िटिव है तो कर्म थोड़े अच्छे हो जायेंगे, लेकिन पुण्य का खाता उतना अच्छा नहीं होगा। इसलिए सम्पूर्ण भूल करके जो कर्म कर रहा है उसका पुण्य जमा भी होगा और अच्छा भी लगेगा। तो इस तरह से अपने पुण्य जमा करने का यही एक माध्यम है, सरल और सहज माध्यम है।

मन की बातें



- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य भाई

प्रश्न : मैं बैंगलौर से अनुषा हूँ। मुझे हर चीज़ से डर लगता है जैसे एनीमल(पशुओं) से, एजुकेशन से, डेड बॉडी से, घर से बाहर जाने से, हर प्रकार से मुझे डर लगता है। जब 2 साल पहले मैं आपसे मिली थी तो आपने मुझे दो अभ्यास बताये थे- मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं एक महान आत्मा हूँ। मैंने ये प्रैक्टिस की,लेकिन मुझे जितनी सफलता मिलनी चाहिए थी उतनी सफलता नहीं मिली। कृपया आगे का मार्गदर्शन करें।

उत्तर : हाँ ये सम्भव है कि डर के संस्कार सब्कॉन्शियस माइंड में डिपली रूटेड हो गये हों और हज़ारों साल के हों। क्या होता है कि किसी की मृत्यु ऐसी हो गई, कुछ दु:ख के लगातार सीन सामने आते रहे, दूसरे भी बहुत दु:खी होते रहे। कुछ ऐसी घटनायें बार-बार हुई हैं कि भय चित्त में समा गया है। इसे निकालने में थोड़ा समय लग सकता है। इसलिए मैं आत्मा अजर-अमर अविनाशी हूँ, इससे मृत्यु का भय चला जायेगा। ये मृत्यु और कुछ नहीं है ये तो देह वस्त्र उतारने का नाम है। ये संकल्प आपको, अपने को बार-बार देना होगा। और ऐसे सीन भी अपने सामने इमर्ज कर सकते हैं कि बहुत भयानक सीन हमारे सामने हैं और हम गुड वायब्रेशन्स दे रहे हैं, हम दाता हैं। जहाँ ऐसे भय के सीन हों और वहाँ हम अच्छे वायब्रेशन्स देंगे तो हम निर्भय बन जायेंगे।

मास्टर सर्वशक्तिवान के अभ्यास के साथ कम से कम आप आधा घंटा रोज़ योगाभ्यास भी करेंगी। इस तरह करेंगी- मैं शिव शक्ति हूँ... शिव की शक्तियां मेरे पास हैं... मैं निर्भय हूँ और परमधाम में सर्वशक्तिवान शिव बाबा हैं उसको देखेंगी, विज़ुअलाइज़ करेंगी उसकी शक्तियों की किरणें मेरे ऊपर आ रही हैं... स्वमान दो पहले लेंगी, मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं निर्भय आत्मा हूँ ये दोनों ज़रूरी हैं। सात बार इसको याद करके फिर आधा घंटा योगाभ्यास करेंगे। साथ-साथ उठते ही कुछ अच्छे संकल्प आपको अपने को देने हैं,क्योंकि जो सब्कॉन्शियस माइंड में भरा हुआ है, उसको आपको डिलीट करना है। सवेरे-सवेरे सब्कॉन्शियस माइंड फुली एक्टिव रहता है। कुछ अच्छे संकल्प अगर आप कमांड के रूप में देंगी, सब्कॉन्शियस माइंड उन्हें रिसीव करेगा तो धीरे-धीरे आप ठीक हो जायेंगी।

पहला संकल्प तो सात बार यही करना है कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। मैं निर्भय हूँ, मुझे मृत्यु से कोई भय नहीं है। मृत्यु तो देह रूपी वस्त्र बदलने का नाम है। क्योंकि भय एक जगह से पैदा होता है, बीज उसका एक होता है और उसकी ये शाखाएं अलग-अलग हो जाती हैं। तो दूसरा संकल्प उठते ही ये करेंगी कि मेरे साथ स्वयं सर्वशक्तिवान है, उसकी छत्रछाया में मैं सदा सुरक्षित हूँ, ये करेंगी सात बार। और जब आप घर से बाहर जायें तो ये याद करके जायेंगी कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, सर्वशक्तिवान शिव बाबा की छत्रछाया मेरे सिर पर है, मैं उसमें सुरक्षित हूँ। तो इस तरह के संकल्पों से धीरे-धीरे आपका भय समाप्त होगा, लेकिन योगाभ्यास महत्वपूर्ण रहेगा जिससे आत्मा में शक्ति आयेगी, मन शक्तिशाली होगा। जैसा मुझे लगता है आपकी बातों से कि लम्बे काल का भय आपके अन्दर छुपा हुआ है। वो धीरे-धीरे निकल जायेगा। ये अभ्यास आपको 108 दिन अवश्य करना होगा। क्योंकि आपकी समस्या गहरी है। डीप में चला गया है भय का संस्कार। इसीलिए कोई दरवाजा भी खोलेगा तो आपको भय लगता होगा। कोई अचानक आ जाये तो आपको भय लगता होगा। लाइट चली जाये, अंधेरा हो जाये तो आपको भय लगता होगा। क्योंकि भय लम्बे काल के समय से है। तो इस तरह के अभ्यास 108 दिन करेंगी तीन मास तक, तो बहुत अच्छे अनुभव रहेंगे।

प्रश्न : मैं चंदन हूँ चण्डीगढ से। मुझे एक वर्ष हुआ है राजयोग का अभ्यास करते हुए,लेकिन जैसे ही मैंने मेडिटेशन करना आरम्भ किया,वैसे ही मुझे रात को स्वप्न ज़्यादा आने लगे हैं। रात को मैं मेडिटेशन करके सोता हूँ तो भी मुझे स्वप्न ज़्यादा आते हैं। इस स्थिति को मैं समझ नहीं पा रहा हूँ कि क्या है? इस चीज़ को कृपया स्पष्ट करें।

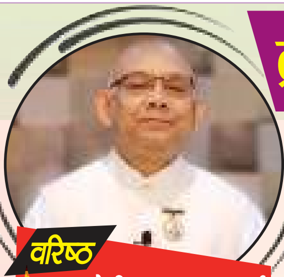
उत्तर : पहले तो हम ये समझें कि स्वप्न हैं क्या? ड्रीम साइकोलॉजी है। और कहते हैं कि ड्रीम के तो हज़ार कारण हैं। हज़ार स्वरूप होते हैं। जिनकी जो इच्छाएं पूरी नहीं होती हैं उनको मनुष्य स्वप्न में पूर्ण करता है। मान लो किसी को ड्राइविंग सीखने की बहुत इच्छा है, लेकिन सीख नहीं रहा तो वो स्वप्न में गाड़ी चलायेगा ज़रूर। किसी को बंदूक चलाने की इच्छा है और कोई उसको चलाने नहीं देता तो स्वप्न में बंदूक चलायेगा। इसीलिए स्वप्न क्या हैं,हमारे सब्कॉन्शियस माइंड में जो जन्म-जन्म की मेमोरी भरी हुई है वो एक्टिव हो जाती है सब। सब्कॉन्शियस माइंड क्योंकि रात को एक्टिव है इसीलिए जो मेमोरी भरी हुई है, जो हमने सोचा था, देखा था, किया था वो सब इमर्ज होने लगता है।

जैसा आपने बताया कि जब से आपने राजयोग का अभ्यास करना शुरू किया तब से आपको स्वप्न ज़्यादा आने लगे हैं, तो आपको पता हो तो आपका माइंड अब क्लीन हो रहा है। इसीलिए आपको इसे कुछ समय के लिए चलने देना होगा। और दूसरा एक फिज़िकल बात है,जिन लोगों के पेट खराब रहते हैं उनको भी स्वप्न बहुत आयेंगे क्योंकि वो क्या करता है अन्दर में, कौन-सी चीज़ें एक्टिवेट हो जाती हैं, ये तो कहना बहुत कठिन काम है। डॉक्टर्स भी शायद उसको नहीं समझ पायेंगे। पेट को भी आप ठीक रखें। और रात को कुछ अच्छी क्लासेज सुनते हुए आप सोयें। मेडिटेशन करने से तो सब्कॉन्शियस माइंड और एक्टिव हो जाता है। तो कभी-कभी बैड एनर्जी ज़्यादा एक्टिव होकर काम करती है। मेडिटेशन तो करना ही चाहिए,लेकिन उसके बाद कुछ अच्छे संकल्प और अगर हो सके तो दस-पंद्रह मिनट कोई अच्छी क्लास सुनकर आप सोयेंगे तो आपको काफी मदद मिल जायेगी।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

क्रोध की अग्नि को शांत करना है तो ऐसा करें...



वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

संकल्प मनुष्यों के अनुभव का आधार है। चाहे आप योग करते हैं या किसी कार्य में तत्पर हैं। संकल्प ही हमें सबकुछ प्रदान करते हैं। कार्य प्रारंभ करने के पहले कुछ स्वमान के संकल्प अपने मन में लाया करें। कार्य पर उसका बहुत अच्छा प्रभाव पड़ेगा। बाबा का एक महावाक्य याद कर लेंगे श्रेष्ठ स्मृति से कार्य प्रारंभ करना और साधारण स्मृति से कार्य प्रारंभ करना, दोनों के परिणाम में बहुत बड़ा अंतर होगा। जो मनुष्य क्रोधी होता है उसके भी बहुत व्यर्थ संकल्प चलते हैं। एक बार गुस्सा आ गया बहुत देर तक मन खीन्नता से भरा रहेगा। गुस्से में किसी को गलत बोल दिया, अपमान कर दिया। जो अच्छे लोग हैं उन्हें बहुत बुरा लगेगा, लेकिन जो गुस्सा रोज़ ही करते हैं वे सोचते हैं कि हमने इनको ये कहा बहुत अच्छा हुआ। लेकिन एक समझदार व्यक्ति जो अपने को परिवर्तित करते जा रहा है। उसको लगेगा नहीं हमें इसको परिवर्तन करना चाहिए, ये अच्छा नहीं है और किसी को दो-चार बार दिन में गुस्सा आ जाये और अगर किसी की क्रोध करने की नेचर ही बन गई हो, बात-बात में बिगड़ जाते हो तो उनका जीवन तो नर्कतुल्य है और उनके साथी भी उनसे परेशान होकर छोड़कर भाग जायेंगे या दूरी बनायेंगे या उदास दिखाई देंगे। इसलिए हमें क्रोधमुक्त जीवन व्यतीत करना है। तब हम अनेक व्यर्थ संकल्पों से मुक्त हो सकेंगे।

कभी-कभी ऐसा भी होता है- किसी ने हमारे लिए बुरा कर दिया। अब हमारे मन में बदला लेने की भावना है, वैर की भावना है। उसने कुछ ज़्यादा गलत किया है तो हमारे मन में व्यर्थ संकल्पों का तूफान चलता रहेगा। हम मौका ढूंढते रहेंगे कब हम इनको सुनायें, कब इनसे बदला लें, कब इनको पार्ट सिखायें। ये बहुत चढ़ते जा रहे, मुझे इसे ठीक करना पड़ेगा। एक उधेड़बुन मनुष्य के मन को उलझाये रखती है। एकाग्रता नष्ट हो जाती है। विवेक पर इसका बुरा प्रभाव पड़ता है। बुद्धि इससे कमज़ोर पड़ने लगती है और विवेक शक्ति, बुद्धि बहुत बड़ी चीज़ है। ये जीवन में हमारी सफलताओं का आधार है। चाहे हमें धन प्राप्त करना हो, चाहे किसी कार्य को सफल करना हो, चाहे संबंधों में मिठास घोलनी हो, चाहे अपने कारोबार को बढ़ाना हो, तो बुद्धि इन सबमें अपना अहम रोल अदा करती है। क्रोध बुद्धि पर कुठाराघात(कुल्हाड़ी से लगी चोट) करता है। इसलिए हमें क्रोध की अग्नि को तो शांत करना ही पड़ेगा,क्योंकि क्रोध में मनुष्य दूसरों के लिए गलत शब्द उच्चारण कर लेता है तो उस व्यक्ति के जो बहुत बुरे-बुरे, निगेटिव संकल्प चलते हैं तो उसका इफेक्ट क्रोध करने वाले पर भी बहुत आता है। उसके संकल्प भी शांत नहीं हो पायेंगे। फिर वातावरण में फैलते हैं और वातावरण को कमज़ोर करते हैं। इसलिए जैसे हमने काम को जीतने के लिए चार संकल्प लिये थे, वैसे क्रोध को जीतने के लिए चार संकल्प दे रहे हैं। ये संकल्प सुबह उठते ही करने हैं क्योंकि उस समय हमारा सबकॉन्शियस माइंड जगा रहता है। उस समय के विचारों का हमारे जीवन पर गहरा प्रभाव पड़ता है। तो पहला संकल्प करेंगे- मैं मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ। इससे सोई हुई शक्तियाँ जागृत होने लगेंगी। दूसरा संकल्प करेंगे मैं विजयी रत्न हूँ। वो शक्तियाँ विजय दिलाने की ओर अग्रसर करेंगी। तीसरा संकल्प करेंगे मैं क्रोधमुक्त हूँ। तो वो शक्तियाँ विजयी होंगी क्रोध पर। चौथा संकल्प करेंगे मैं शांत हूँ, मैं शांत हूँ, मैं शांत हूँ...। इसी क्रम से हम पांच बार इसको कर लेंगे। तो हमारा मन शांत होता जायेगा और साथ में अशरीरीपन का अभ्यास जिसका ज्ञान स्वयं भगवान ने हमें बहुत गहराई से दे दिया है। मैं आत्मा इस तन में अवतरित हुई हूँ। भृकुटि की कुटिया में बैठ गई हूँ। अब इसका अभ्यास अगर हम एक मिनट कर लें तो अनेक व्यर्थ संकल्प नष्ट होते जायेंगे। रोज़-रोज़ करेंगे तो बहुत बड़ा लाभ,अनुभव प्राप्त होगा। दूसरा मैं आत्मा इस देह से न्यारी हूँ। देह अलग, मैं आत्मा अलग हूँ। जितना हम अशरीरीपन में आते जायेंगे तो उतना चित्त शांत होता जायेगा। न उसमें क्रोध की अग्नि जलेगी और न व्यर्थ संकल्पों का तूफान चलेगा।

देह अलग, मैं आत्मा अलग हूँ। जितना हम अशरीरीपन में आते जायेंगे तो उतना चित्त शांत होता जायेगा। न उसमें क्रोध की अग्नि जलेगी और न व्यर्थ संकल्पों का तूफान चलेगा।

क्रोध का जन्म कामनाओं से होता है। फिर उन कामनाओं से बहुत सारे संकल्प चलते हैं, कामना पूरी नहीं हुई तो क्रोध आता है,तो और ज़्यादा संकल्प चलने लगते हैं। कोई हमें सम्मान दे, लेकिन हम भूल गये कि भगवान हमें सम्मान दे रहे हैं। आज व्यक्ति सम्मान देगा, कल नहीं देगा। ऐसे तो मनुष्य की कामनाएं कभी पूर्ण नहीं होंगी। इसलिए अपनी कामनाओं को भी कम करते चलें और धैर्यवत हो जायें। जो व्यक्ति धैर्यवत हो जाता है। उसके संकल्प बहुत कम चलते हैं। कई लोग गुस्से में कहा करते हैं कि सबको क्षमा कर सकता हूँ, लेकिन इसको क्षमा नहीं करूंगा। क्योंकि ज़्यादा क्रोधित होने से हमारा ज्ञान-योग बिल्कुल समाप्त हो जाता है।

मन हमारा मंदिर है, इसको बहुत स्वच्छ रखना है। क्रोध को छोड़ें, व्यर्थ से मुक्त हो जायें। तभी चेहरे पर खुशी के एक्सप्रेशन आयेंगे। श्रेष्ठ भाग्य की रेखाएं स्पष्ट दिखाई देंगी और हमारा प्रैक्टिकल जीवन दूसरों को सच्ची राह दिखाने वाला बन जायेगा।

इंदौर-म.प्र.। गणतंत्र दिवस के अवसर पर संस्था 'सेवा सुरभि' द्वारा 'झंडा ऊँचा रहे हमारा' कार्यक्रम के अंतर्गत रीगल तिराहे पर बने इंडिया गेट की प्रतिकृति के सामने अमर शहीदों को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी, सेवा सुरभि के अध्यक्ष ओमप्रकाश नरेडा, ब्र.कु. जयंती बहन, ब्र.कु. शशि बहन, ब्र.कु. अनिता बहन, ब्र.कु. छाया बहन एवं ब्र.कु. शकुंतला बहन।

बुरहानपुर-म.प्र.। समरसता महाकुंभ के आयोजक महामंडलेश्वर जनार्दन हरि जी महाराज,फैजपुर के कार्यक्रम में जगतगुरु सत्पंथाचार्य श्री सानेश्वरदासजी,प्रेरणा पीठ एवं जगतगुरु रामानंदाचार्य रामराजेश्वराचार्यजी महाराज विदर्भ पीठाधीश्वर,अमरावती को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए राजयोगी ब्र.कु. रामनाथ भाई,मा.आबू, ब्र.कु. मंगला दीदी तथा अन्य।

जालौन-उ.प्र.। डीएम चांदनी सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीना बहन,उरई।

सटाणा-महा.। त्रिदिवसीय राजयोग शिविर के दौरान ब्र.कु. अंजू लता बहन ने सच्ची स्वतंत्रता तथा वसंत पंचमी का आध्यात्मिक रहस्य स्पष्ट किया तथा ब्र.कु. सोनू बहन ने मकर संक्रांति तथा हल्दी कुमकुम का आध्यात्मिक रहस्य सुनाते हुए सभी को राजयोग की गहन अनुभूति कराई।

राउरकेला-ओडिशा। भुवनेश्वर और राउरकेला में पुरुषों के विश्वकप हॉकी प्रतियोगिता के आयोजन के दौरान भारतीय हॉकी महासंघ द्वारा डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को विशेष अतिथि के रूप में आमंत्रित कर सम्मानित किया गया। भारतीय हॉकी टीम के पूर्व कप्तान तथा हॉकी इंडिया के अध्यक्ष दिलीप तिर्की ने उनका स्वागत किया तथा विश्वकप हॉकी प्रतियोगिता की स्मरणिका उन्हें भेंट की।

रतलाम-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के नवनिर्मित भाग्योदय भवन में गणतंत्र दिवस पर राष्ट्रीय ध्वज फहराने के पश्चात् उपस्थित हैं हाई कोर्ट एडवोकेट एस.एल. ग्वालियरि, समाजसेवी व बी.जे.पी. के वरिष्ठ नेता महेंद्र शर्मा, विशेष किशोर पुलिस इकाई से मनीषा पाटीदार, हेमलता राठौड़, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु.मनोरमा बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

हाथरस-उ.प्र.। गणतंत्र दिवस पर जिला कलेक्ट्रेट हाथरस में आयोजित कार्यक्रम में धर्म गुरु के रूप में ब्रह्माकुमारीज़ को आमंत्रित किये जाने पर उपस्थित रहे वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. भावना बहन, जिलाधिकारी अर्चना वर्मा, अपर जिलाधिकारी, उपजिलाधिकारी, जिला कलेक्ट्रेट के अधिकारीगण एवं अन्य मेहमान व पुलिस के जवान।

वाराणसी-उ.प्र.। देश के प्रसिद्ध और अग्रगामी औद्योगिक संस्थान बामर लॉरी एंड कम्पनी लिमिटेड द्वारा होटल क्लार्क्स में आयोजित एक दिवसीय कार्यशाला में सम्बोधन के लिए ब्रह्माकुमारीज़ को विशेष रूप से आमंत्रित किया गया। इस मौके पर कंपनी के चेयरमैन एवं मैनेजिंग डायरेक्टर अडिका रत्ना शेखर, वरिष्ठ उपाध्यक्ष मानव संसाधन अभिजीत घोष, वरिष्ठ प्रबंधक राजभाषा कार्यान्वयन एवं जी डी ममता प्रसाद तथा अन्य वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित रहे।

सिवनी-लखनादौन(म.प्र.)। राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में उत्कृष्ट छात्रावास लखनादौन में आयोजित कार्यक्रम में अधीक्षिका गजाला अंजुम, झारिया मैडम, राठौर मैडम, ब्र.कु. समता बहन, ब्र.कु. सविता बहन, मंडी उपनिरीक्षक शिल्पा दुबे तथा बालिकाएं उपस्थित रहीं।

ब्लेसिंग हाउस भोपाल में 'जीवन का उद्देश्य' लाइव टॉक शो का आयोजन

अंतर्राष्ट्रीय वक्ता एवं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी दीदी ने कहा...

- बिना स्थिर मन के स्वस्थ शरीर होना मुश्किल है
- जहाँ आवश्यकता न हो वहाँ मन को न जाने दें
- बाहरी लाइफ स्टाइल के साथ सोचने का तरीका भी बदलना होगा
- सभी को दुआएं देनी हैं और रोज़ मेडिटेशन ज़रूर करना है

भोपाल ज़ोन की वरिष्ठ बहनों सहित मौके पर हज़ार से अधिक नगरवासी उपस्थित रहे एवं कार्यक्रम का लाभ लिया।

भोपाल-म.प्र.। मन की स्थिति का असर शरीर पर पड़ता है। हमने बाहरी लाइफ स्टाइल तो अच्छी कर ली लेकिन हमें मन के सोचने का तरीका भी बदलना होगा, क्योंकि स्वस्थ शरीर बिना स्थिर मन के मुश्किल है। जब हम चिंता करते हैं, जब हम दुःखी हैं तो हमारा शरीर सुन रहा है, फिर शरीर उसी समय बीमार नहीं होता, थोड़े टाइम बाद बीमार होता है। लेकिन समय के साथ हमारे मन में जो ब्लॉकेज होते जाते हैं वही ब्लॉकेज हमारे शरीर में भी होते जाते हैं। फिर उसका इलाज़ हम केवल शरीर पर करते हैं। अगर उस इलाज को केवल शरीर पर करेंगे, सोच को नहीं बदलेंगे तो कुछ समय बाद वो बीमारी फिर से आ जाती है। क्योंकि बीमारी शरीर में शुरु नहीं होती, बीमारी शरीर में आने के बाद दिखाई देती है। उक्त विचार अंतर्राष्ट्रीय आध्यात्मिक प्रेरक वक्ता ब्र.कु. शिवानी दीदी ने ब्रह्माकुमारीज़ ब्लेसिंग हाउस,सहस्त्रबाहु नगर भोपाल में आयोजित 'जीवन का उद्देश्य' विषयक टॉक शो में व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि जहाँ मन को जाने की ज़रूरत नहीं वहाँ उसे न जाने दें। अगर वो बार-बार जम्प करता रहेगा तो उसकी स्थिरता और शक्ति क्षीण होती रहेगी। दीदी ने कहा कि जो हमारे साथ गलत, बहुत गलत या बहुत-बहुत गलत कर रहे हैं उनको उतनी ही ज़्यादा से ज़्यादा दुआ देनी है क्योंकि जो बहुत कमज़ोर है, उसको उतने ही ज़्यादा सहारे की आवश्यकता होती है।

दीदी ने बताया कि मन की बीमारी को ठीक करने के लिए ज्ञान खुराक का काम करता है और मेडिटेशन एक्सरसाइज़ है। जब हम प्रतिदिन ईश्वरीय ज्ञान को जीवन में धारण करते हैं एवं परमपिता परमात्मा द्वारा सिखाए जा रहे मेडिटेशन का प्रतिदिन अभ्यास करते हैं तो मन सहज ही स्वस्थ हो जाता है। मन स्वस्थ होने से तन भी स्वस्थ रहता है।

कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु.डॉ. रीना बहन ने स्वागत वक्तव्य दिया। ब्रह्माकुमारीज़ भोपाल ज़ोन की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. अवधेश दीदी ने उपस्थित सभी मध्य प्रदेश वासियों को ब्र.कु. शिवानी दीदी की बातों को जीवन में धारण करने की अपील की।

यहां का आत्मिक प्रेम परिवार की भासना दे रहा है: प्रो. त्रिपाठी

'शिक्षा में अध्यात्म करुणा और दया' विषय पर कार्यक्रम

शाहपुर-गोरखपुर(उ.प.)। ब्रह्माकुमारीज़ के अनुभूति भवन सेवाकेन्द्र द्वारा 'शिक्षा में अध्यात्म करुणा और दया' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में प्रो. श्रीप्रकाश मणि त्रिपाठी,कुलपति, इंदिरा गांधी नेशनल ट्राइबल यूनिवर्सिटी,अमरकंटक,म.प्र. ने कहा कि संस्था का संबोधन शब्द 'ओम शांति' मंत्र की भांति पूरे परिवेश में, संपूर्ण समाज में शांति का संदेश प्रेषित करता है। भारत की ज्ञान परंपरा का आधार है अकादमिक एवं आध्यात्मिक चेतना। लौकिक एवं अलौकिक विद्याओं का एक आधार है- निरंतर अहिंसा व्रत का पालन करना। कुलपति ने आगे कहा कि

आज यहाँ आकर ऐसा लगा कि मैं अपने परिवार में आया हूँ। यहाँ के लोगों का आत्मिक प्रेम परिवार की भासना दे रहा है। संस्था के आध्यात्मिक चेतना के संकल्प को तथा जन को जगत से जोड़ने का प्रयास ही भारत की नवीन राष्ट्रीय शिक्षा निति का आधार है।

सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु.पारुल बहन ने कहा कि आज प्रत्येक क्षेत्र में उन्नति एवं विकास के लिए आध्यात्मिक ज्ञान एवं शक्ति की अत्यंत आवश्यकता है। युवा देश के भविष्य हैं। युवाओं हेतु शिक्षा के क्षेत्र में भी नैतिक एवं आध्यात्मिक चिंतन तथा मानव मूल्यों के उत्थान में विशेष प्रयास किया जाना आवश्यक है। ब्र.कु.नारायण एवं सूर्यसिंह रावत प्रधानाध्यापक,रेलवे बालक इंटर कॉलेज,गोरखपुर ने कुलपति को पुष्प गुच्छ देकर सम्मानित किया। कार्यक्रम में ब्र.कु.बेला बहन, रीडर प्रो. जीपी.सिंह,विभागध्यक्ष, बीएड., पूर्णिमा सिंह, प्रधानाध्यापिका, श्रीमति कमल देवी,प्रधानाध्यापिका, ओम प्रकाश वर्मा,प्रबंधक, संजय गुप्ता, व्यवसायी, ब्र.कु.पूजा, ब्र.कु.सोनी सहित सैकड़ों लोग उपस्थित रहे।

मन दुष्ट नहीं बल्कि हमारा दोस्त है : ब्र.कु. आशा दीदी

'सशक्त मन से सफल जीवन' कार्यक्रम

बैतूल-म.प्र.। हमारा मन हमारे लिए निरंतर काम करता रहता है। हम उसे जैसा कहते हैं वैसा चलता है। परंतु कई बार मन के बारे में हम कई नकारात्मक बातें करते हैं। कभी उसे शत्रु कहते हैं तो कभी दुष्ट कहते हैं। वास्तव में मन दुष्ट नहीं बल्कि वह हमारा दोस्त है। उक्त विचार ओआरसी गुरुग्राम की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु.आशा दीदी ने ब्रह्माकुमारीज़ भाग्य विधाता भवन में 'सशक्त मन से सफल जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि मन को अकेला मत छोड़िए। वास्तव में मन हमारा सच्चा साथी है जो हमारे जीवन

की अंतिम घड़ी तक हमारा साथ निभाता है। आवश्यकता है उसे समझने की, उससे दोस्ती करने की और उसे सुमन बनाने की। दीदी ने कहा कि गीता में भगवान कहते हैं कि मन को मुझ में लगा। मन को ईश्वर में लगाने से वह शक्तिशाली बनता है। इससे हमारी विल पावर बढ़ती है। इससे हमारे कर्म श्रेष्ठ होते जाते हैं और हमारा जीवन नित नई सफलताओं को प्राप्त करता जाता है। बैतूल हरदा क्षेत्र के सांसद डी.डी. उइके ने कहा कि दीदी द्वारा कही बातें अनुकरणीय हैं और निश्चित ही हम अपने जीवन में धारण करेंगे तो हमारा जीवन सफल हो जाएगा। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मंजू बहन ने बताया कि बैतूल के लोगों का ये सौभाग्य रहा कि ऐसी महान विभूति हमारे बीच आईं और हमें उन्हें सुनने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। इस मौके पर ब्र.कु. सुनीता बहन, एसडीओपी श्रृष्टि भार्गव समेत शहर के एक हज़ार से भी अधिक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

आध्यात्मिक प्रदर्शनी का सैकड़ों विद्यार्थियों एवं प्रोफेसर्स ने लिया लाभ

जी20 के तहत महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ वाराणसी में पुस्तक मेला एवं प्रदर्शनी का आयोजन

वाराणसी-उ.प्र.। वाराणसी के महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ विश्वविद्यालय में जी20 के तहत आध्यात्मिक नैतिक चित्र प्रदर्शनी और पुस्तक मेले का आयोजन हुआ। विश्वविद्यालय प्रशासन के अनुरोध पर ब्रह्माकुमारीज़ के पूर्वी उ.प्र. के क्षेत्रीय कार्यालय-सारनाथ, वाराणसी द्वारा भारतीय उच्चतम सभ्यता, संस्कृति, अध्यात्म और नैतिक मूल्यों के प्रति उच्च शिक्षा संस्थानों में अध्ययनरत युवाओं और प्रोफेसर्स में नवीन जागृति

लाने के उद्देश्य के साथ चित्र प्रदर्शनी और बुक स्टॉल का आयोजन किया गया जिसका सैकड़ों की संख्या में छात्र-छात्राओं और प्रोफेसर्स ने लाभ लिया। सभी ने इसे अत्यंत उपयोगी और वर्तमान समय की मांग बताते हुए आगामी दिनों में ब्रह्माकुमारीज़ के साथ मिलकर कई कार्यक्रमों के आयोजन की इच्छा जताई। मेले का आयोजन विश्वविद्यालय के अंग्रेजी तथा वैदेशिक भाषा विभाग (मानविकी संकाय) के डीन, डायरेक्टर तथा विभागाध्यक्ष के सहयोग और विश्वविद्यालय प्रशासन/कुलपति के निर्देशन में हुआ। कार्यक्रम का शुभारम्भ मानविकी संकाय के डीन प्रो. अनुराग कुमार, विभागाध्यक्ष प्रो. डॉ.निशा सिंह, एसो. प्रो. डॉ. नीरज धनकड़, प्रो. रामाश्रय सिंह, प्रो.अनिता आर्य, ब्र.कु. विपिन भाई, ब्र.कु. मीरा बहन आदि द्वारा दीप प्रज्वलित कर किया गया।

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 12th 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