ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25 | मई - I - 2023 | अंक - 03 | माउण्ट आबू | Rs.-12

बड़ी पहल › ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान एवं केंद्रीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता विभाग मिलकर चलाएगा अभियान

ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा की गई 'नशामुक्त भारत अभियान' की शुरुआत में गुजरात के सीएम रहे मौजूद

अभियान के शुभारम्भ पर दीप प्रज्वलित करते हुए गुजरात के मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल, ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी तथा संस्थान के वरिष्ठ भाई-बहनें।

शांतिवन। गुजरात के मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी के 99वें जन्मदिन पर 'नशामुक्त भारत अभियान' की राष्ट्रीय स्तर पर लॉन्चिंग की। इस मौके पर शांतिवन के विशाल डायमण्ड हॉल में 15 हज़ार से अधिक लोगों को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री पटेल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संगठन विश्व के 140 देशों में जनमानस का सामाजिक और आध्यात्मिक सशक्तिकरण कर रहा है। गौरव का विषय है कि संस्थान के मेडिकल विंग को पूरे भारतवर्ष में नशामुक्त भारत अभियान चलाने के लिए चुना गया है। व्यसन मुक्ति अभियान हो, स्वच्छता अभियान हो या जल संरक्षण अभियान, समाज में चेतना जगाने का हर संभव प्रयास ये भाई-बहनें कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि युवा धन नशे से मुक्त रहकर सशक्त बने यह हमारा दायित्व है। ब्रह्माकुमारीज़ इस दायित्व को निभाते हुए नशामुक्त भारत अभियान प्रारंभ कर रहा है। गुजरात में ग्राउंड लेवल से नशामुक्ति के लिए सरकार कार्य कर रही है। बता दें कि ब्रह्माकुमारीज़ एवं केंद्रीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता विभाग द्वारा संयुक्त रूप से देशभर में नशा मुक्त भारत अभियान चलाया जाएगा।

अभियान को हरी झंडी दिखाते हुए मुख्यमंत्री

डायमण्ड हॉल में सभी राज्यों को दर्शाती और नशामुक्ति का संदेश देती रैली निकाली गई

जल संरक्षण की दिशा में बहुत ही सराहनीय कार्य

पटेल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़, भारत सरकार के जलशक्ति मंत्रालय के साथ मिलकर जल संरक्षण की दिशा में जल जन अभियान चलाकर पूरे भारत में जल सप्ताह के कार्यक्रम करने जा रही है। संस्था के शांतिवन में 32 लाख लीटर जल संग्रहण की व्यवस्था की गई है, यह अभिनंदनीय है।

भारत में 372 जिले सबसे ज़्यादा नशे की गिरफ्त में

डॉ. गोमती अग्रवाल ने बताया कि भारत में 372 जिले सबसे ज़्यादा नशे की गिरफ्त में हैं। भारत में हर 8 सेकंड में नशे के कारण एक व्यक्ति की मौत हो जाती है। एक दिन में 3 हज़ार 750 और प्रतिवर्ष 13 लाख लोगों की मृत्यु केवल तंबाकू के सेवन से होती है। सभी तरह के नशे के आंकड़े पर नज़र डालें तो एक साल में भारतवर्ष में 35 लाख लोगों की मौत हो जाती है। राजस्थान में 22 फीसदी पुरुष और 6 फीसदी महिलायें तंबाकू का सेवन करते हैं। इसका प्रभाव हमारी नई पीढ़ी पर भी पड़ रहा है। भारत में 37 लाख लोगों की कैंसर से हर साल मौत हो जाती है।

मुख्यमंत्री, ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका के 99वें जन्मदिन पर हुए शामिल, दीर्घायु होने की-की कामना

गुजरात के मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल ने ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी जी के 99वें जन्मदिन पर ढ़ेरों शुभकामनायें देते हुए कहा कि दादी का जन्मदिन समाजसेवा के अभियान के साथ मनाया जाना बड़े ही हर्ष की बात है। दादीजी की प्रेरणा से समाजसेवा के कार्यों को बढ़ावा दिया जा रहा है।

इस मौके पर दादी रतनमोहिनी ने आशीर्वचन देते हुए परमात्मा के बेहद घर में माननीय मुख्यमंत्री एवं अन्य भाई-बहनों का शब्दों से स्वागत किया। अति.

मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी दीदी ने कहा कि मैं 13 वर्ष की आयु में दादी रतनमोहिनी जी के संपर्क में आई। तब से ही दादीजी की पालना और उनके जीवन से प्रेरणा मिलती रही। इस मौके पर कार्यकारी सचिव डॉ. ब्र.कु. मृत्युंजय, मेडिकल विंग के सचिव ब्र.कु. बनारसी, ग्लोबल हॉस्पिटल माउण्ट आबू के डायरेक्टर डॉ. प्रताप मिड्ढा सहित अन्य वरिष्ठ भाई-बहनें उपस्थित रहे।

जीवन में सबसे खतरनाक चीज़ है निराशा

ईश्वरीय विद्यार्थी जीवन का प्रमुख विषय है 'योग'। योग का अभ्यास करना, ये हमारे पुरुषार्थ का प्रमुख हिस्सा है। क्योंकि हमारा यह जीवन पुरुषार्थी जीवन है। बाबा(परमात्मा) इसको रेस कहते हैं। कई दफ़ा तो बाबा यह भी कहते हैं कि यह अश्व दौड़(हॉर्स रेस) है। हम सभी इस रेस में शामिल हैं। कोई आगे बढ़ रहा है, कोई धीरे चल रहा है। हर एक के पुरुषार्थ की अपनी डिग्री है। और उससे जो प्राप्ति है वो अलग-अलग है। सब चाहते तो यही हैं कि अपनी सम्पूर्ण स्टेज को प्राप्त करें। हम सब चाहते हैं कि हम 36 दैवीगुण धारण करें। हम सब से आगे निकलें। ये भी जानते हैं कि ये समय बार-बार नहीं मिलता। सिवाय संगम के ये संभव भी नहीं है। लेकिन हम इस बात को भूल जाते हैं। हमारी बुद्धि पर पर्दा पड़ जाता है। इस बात को समझते हुए, इस महत्त्व को जानते हुए भी हम ढ़ीले क्यों हो जाते हैं, जितना ध्यान देना चाहिए, जितनी कोशिश हमें करनी चाहिए, वो क्यों नहीं करते! जब इतनी जबरदस्त प्राप्ति है, यह हमारी समझ में आ गया है, फिर गफलत क्यों करते हैं, क्या कारण है इसका? आपने कभी सोचा! परमात्म-महावाक्यों में बहुत दफा परमात्मा बताते हैं कि इसका क्या-क्या कारण है।

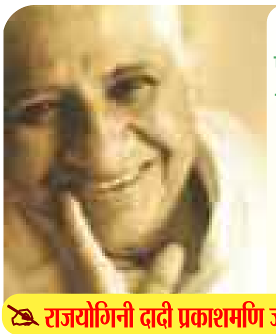
ब्र.कु. गंगाधर

जब अपने पर ध्यान जाता है, गौर करते हैं तो उस निष्कर्ष बिंदु पर अवश्य पहुंचते हैं कि जन्म-जन्मांतर के विकर्मों का बोझ हमारे ऊपर चढ़ा हुआ है। आत्मा के ऊपर खराब संस्कार पड़ गये हैं, वे मन को इधर-उधर ले जाते हैं। पहले ये कर दूं या वह कर दूं, इस तरह मनुष्य आना-कानी करता है, गफलत करता है, पूर्ण ध्यान देता नहीं है, फिर हट जाता है। क्यों हट जाता है, क्योंकि कई दफा वह निराश हो जाता है। जीवन में सबसे खतरनाक चीज़ है, तो वो है निराशा। यह पुरुषार्थी जीवन में बहुत बड़ा विघ्न उत्पन्न करती है। अरे, छोड़ो भाई, सम्पूर्ण पवित्र बनना तो हमारे वश की बात नहीं है। हम पूर्ण पवित्र बन नहीं सकते। जितना बन जायेंगे, उतना बन जायेंगे। अरे भाई, यह क्या है, नींद छोड़कर, आराम छोड़कर रोज़ सुबह-सुबह जल्दी उठो, योग करो, यह हमारे से नहीं हो सकता। अरे, हम जैसे गृहस्थियों को सहज थोड़े ही है। छोड़ो इसको, क्या झंझट है। इस प्रकार निराश हो जाते हैं। बाबा ने कहा है कि यह ज्ञान मार्ग बहुत सहज है। बाबा भी नहीं चाहते कि बच्चे मुश्किल में पड़ें, मेहनत करें, लेकिन हमें मुश्किल लगता है। क्यों मुश्किल लगता है, क्योंकि हमें अमृतवेले अनुभव नहीं होता। होता है तो कभी-कभी होता है। और बहुत कम समय तक होता है। मन ज़्यादा समय टिका नहीं, लाभ कुछ हुआ नहीं, नींद भी गंवाई और योग भी नहीं किया। अरे, आराम से सो भाई! योग तो बाद में भी लग सकता है। किसने कहा कि सुबह साढ़े तीन बजे योग लगता है! अमृतवेला यही है क्या! पूरा संगमयुग ही अमृतवेला है। कभी भी योग करो, उसमें क्या। योग तो किसी समय पर भी लग सकता है। आदमी अपने आप वकील और जज बनकर अपने आप को समझाने लगता है, गलत तरीके से। समझता तो यही है कि अपना भला सोच रहा हूँ, लेकिन गलत सोच लेता है। ऐसा क्यों सोच लेता है, क्योंकि निराशा होती है। निराशा क्यों होती है, क्योंकि कोई प्राप्ति नहीं होती उसको। अगर कोई व्यापारी है, दिनभर मेहनत करने के बाद भी उसको कुछ फायदा नहीं होता है, तो सोचेगा कि इसमें क्या रखा है। समेट लो इस धंधे को, इसमें नुकसान ही नुकसान है, प्राप्ति तो कुछ है ही नहीं। मन में निराशा उत्पन्न होने से आदमी में उत्साह कम हो जाता है। निराश होना उस व्यक्ति की पहली हार है। उसकी इच्छाशक्ति को कमज़ोर करती है। वह हार मान लेता है, कहना शुरु करता है कि छोड़ो भाई, जो होगा सो होगा। इससे वह इतनी ऊँची प्राप्ति नहीं कर सकता। ऐसे मन में आने वाले विचार अगर हैं तो समझ लो कि निराशा ने मुझे घेर लिया है।

यही अमूल्य घड़िया हैं आत्मा को आयरन से रीयल गोल्ड बनाने की

जब हम यही पहला लेसन पक्का करते कि मैं आत्मा हूँ ही इन इन्द्रियों से परे। आत्मा है ही आनन्द स्वरूप, प्रेम स्वरूप। इसी में ही हम स्थित होते जाएं तो आत्मा है ही गोल्ड। देह समझने से आत्मा आयरन हो गई है। यही अमूल्य घड़ियां हैं जिसमें आयरन एजड आत्मा को एक धक से, संकल्प से सेकण्ड में सोना बना सकते। इसलिए कहते लोहा गर्म हो तो एक धक हथौड़ा लगाओ और मोल्ड हो जाता। तो अभी हम आत्मा भी बिल्कुल तमोप्रधान गर्म लोहा हो गई हैं। बाबा ने एक ही धक लगाकर मोड़ दिया। बाबा ने योग अग्नि में मुझ लोहे स्वरूप आत्मा को पिघला दिया और सब संस्कार खत्म कर सुन्दर आत्मा बना दिया। बाबा ने कहा तुम मेरी हो माना मैं सोना बन गई।

जब कहा तुम मेरी हो तो देह और देह के सब सम्बन्ध खत्म हो गये। यह हक बाबा ने तब लगाया जब आत्मा बिल्कुल गर्म आयरन हो गई। तो मोड कर गोल्ड बना दिया। बाबा ने गोल्ड बनाया फिर लोहा क्यों बनते? फिर क्यों कहते कि मुझे थोड़ी-थोड़ी देह की आकर्षण होती। आप मुये मर गई दुनिया। हमारा प्राणों का प्राण, जान का जिगर एक बाबा है, हमारा बाबा के सिवाए है ही कौन। वही हमारा बाबा है जिसको दुनिया नहीं जानती। हमने अपने बाबा को पाया बाकी कौन-सा सुख चाहिए! कौन-सी सम्पत्ति चाहिए? कौन-सा परिवार चाहिए! एक में सब आ जाता, तो मैं किसके साथ बुद्धि लगाऊं। एक संकल्प करो तो सब खत्म हो जाता। घर चले जाओ, नीचे क्यों आते। मेरे संस्कार हैं -यह कौन कहता? मैं हूँ ही सच्चा जेवर। फिर कहकरके अपने को आर्टीफिशियल जेवर क्यों बनाते? कई कहते हैं मुझे शान्ति की अनुभूति ही नहीं होती। मैं कौन हूँ? जब कहते मुझे खुशी की, शान्ति की अनुभूति नहीं होती तो मैं किसकी हुई? रावण की या बाप की? रावण का ठिकाना ही नहीं, उसका गुण है अशान्ति फैलाना, झगड़ा कराना। बाबा का गुण है शान्ति, प्रेम। आपकी वह प्रॉपर्टी है, आप उस प्रॉपर्टी को त्याग दूसरे की प्रॉपर्टी क्यों लेते। हमारा संस्कार है कि हम एक बाप की सन्तान हैं फिर हमसे कौन-सा विकर्म होगा! कहाँ मेरी वृत्ति-दृष्टि जायेगी! वृत्ति में है हम सब एक बाबा के बच्चे हैं। बाबा ने ब्रह्मा का भी फोटो नहीं रखने दिया, फिर हम दूसरों को कैसे याद कर सकते!



हमारा प्राणों का प्राण, जान का जिगर एक बाबा है, हमारा बाबा के सिवाए है ही कौन। वही हमारा बाबा है जिसको दुनिया नहीं जानती। हमने अपने बाबा को पाया बाकी कौन-सा सुख चाहिए! कौन-सी सम्पत्ति चाहिए? कौन-सा परिवार चाहिए! एक में सब आ जाता।

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

बाबा ने जन्म से ही हमारा सबकुछ परिवर्तन कर दिया। पहले हम कभी 4 बजे उठते थे क्या? तो बाबा ने पहले तो निन्द्रा को परिवर्तन किया। गॉडली स्टूडेंट कह हमारी पढ़ाई को परिवर्तन कर दिया। ड्रेस बदल दी, भोजन बदल दिया, क्या कभी दिल होती है कि मैं होटल में जाकर खाऊं। क्या ऐसा कभी संकल्प उठता कि आज अच्छी पिक्चर आई है, ज़रा देखकर आऊं। आज अच्छा श्रृंगार कर शादी में तो जाऊं। ऐसा संकल्प भी उठता है? या ऐसा कभी संकल्प उठता, दुनिया वालों की तरह रमी(ताश) खेलें। तो यह सब बाबा ने जन्म लेते ही परिवर्तन कर दिया है ना! जन्म होते ही तन-मन-धन सब परिवर्तन हो गया। बाकी क्या परिवर्तन करना है?

सर्विस में फिर यह विघ्न आता, कहते यह अच्छी सर्विस करती, यह नहीं करती। इस बहन को चांस मिलता हमें नहीं मिलता। इसका सेंटर बहुत अच्छा है, मेरा नहीं, लेकिन मैं पूछती कौन-सा एग्रीमेंट में मिला कि यह तेरा सेन्टर है? कहते मेरी तो रूचि नहीं होती। मेरी दिल नहीं होती, यह सब तब तक है जब तक अपनी स्व स्थिति में स्थित होने का अनुभव नहीं है। बाबा की यादों में खो जाओ तो बाकी क्या चाहिए।

श्रीमत पर ट्रस्टी बनकर चलते रहो तो बेफिक्र बादशाह की तरह रहेंगे

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

जब यह निश्चय कर लेते हैं कि बाबा ही हमारा संसार है तो और कोई चीज़ रही नहीं। अगर आप प्रवृत्ति में भी रहे हुए हैं तो बाबा के डायरेक्शन से रहे हुए हैं, तो आप कभी भी प्रवृत्ति में रहते, प्रवृत्ति के वश नहीं होंगे क्योंकि बाबा के डायरेक्शन से रहे हुए हैं, तो हमको खिलाने वाला बाबा है, चाहे अपना धन्धा करते हो, नौकरी करते हो, उससे पैसा आता है, लेकिन दिलाने वाला कौन? हम तो अभी ट्रस्टी हो गये ना। जो भी प्रवृत्ति वाले बैठे हैं वो सब अपने को ट्रस्टी समझते हैं? पक्का! अगर ट्रस्टी हैं तो बहुत मौज में रहेंगे क्योंकि ज़िम्मेवार बाबा है, जिसने ट्रस्टी बनाया है। बाबा की श्रीमत पर ट्रस्टी बन चलते रहो तो सदा बेफिक्र बादशाह की तरह रहेंगे। तो जो बाबा के पक्के ट्रस्टी बच्चे हैं उन्हों के लिए गैरन्टी है, कभी भी बाबा का बच्चा भूख नहीं मर सकता है। वो भूखा हो ही नहीं सकता है, अन्त तक दाल-रोटी ज़रूर मिलेगी। उसके लिए बाबा बंधा हुआ है। नाम भल प्रवृत्ति है लेकिन रहना है पर वृत्ति में माना न्यारा और प्यारा होके। ट्रस्टी माना ज़िम्मेवार दूसरा है। तो प्रवृत्ति में रहना माना पर वृत्ति में रहना, यह मानकर चल रहे हैं तो बाबा की गैरन्टी है।

अभी एक जन्म बाबा के बने तो 21 जन्म के लिए भगवान की गैरन्टी है कि आपको कभी दुःख अशान्ति का नाम निशान ही नहीं आयेगा, इतनी गैरन्टी कोई दे सकता है? बच्चा माना बाप के सिवाए और कुछ नहीं। उसका आधार है श्रीमत। श्रीमत कितनी अच्छी है, सवेरे उठने से लेकर रात को सोने तक श्रीमत हर कदम की मिली हुई है। एक है सोचना -यह करूँ या न करूँ, ऐसे करूँ या वैसे करूँ, ये तो बाबा कहता है कदम पर कदम रखो, श्रीमत दे दिया है, कदम बनाके दे दिया है, सुबह को ऐसे उठो, रात को ऐसे सोओ, दिन में ऐसे कामकाज करो, इस तरह से रास्ता बनाके दिया है, उस पर चलना है बस। सोचना नहीं है। रास्ता ठीक है या नहीं ठीक है, मंज़िल पर पहुँचूँगा नहीं पहुँचूँगा, रास्ता ठीक है तब तो ब्रह्मा बाबा मंज़िल पर पहुंच गये ना! तो बस उसी पर पाँव रखो यानी जो बाबा ने किया है वो करो, बस। कोई भी संकल्प आता है तो सिर्फ टेली करो(मिलाओ) कि बाबा का यह संकल्प था, बाबा के यह बोल, यह कर्म थे? कॉपी करना है बाबा को और किसी को नहीं। फॉलो ब्रदर, फॉलो सिस्टर नहीं कहा जाता है, फॉलो फादर कहा जाता है। तो कितना सहज बाबा ने करके दिया है इसलिए बाबा कहते हैं आपको मेहनत ही क्या है? इसके आगे आकाश भी कुछ नहीं है, सागर भी कुछ नहीं है, इतना हमारा बाबा से प्यार है, बाबा का हमारे से है। जिससे प्यार होता है उसको याद करने की आवश्यकता नहीं होती है, भूलने की आवश्यकता होती है।

मर्यादा में चल फुल मार्क्स लेना है...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

बुद्धि चलाने वाले का बुद्धियोग कभी लगेगा नहीं। बुद्धि को शान्त रखने व बुद्धि को अचल-अडोल रखने का समय दो। निश्चय का बल क्या होता है, उसका अनुभव करो। बलिहारी समय की और बाप की है, फिर बलिहारी हमारे भाग्य की है। समय और बाप दोनों हमारे साथ हैं। समय भी बहुत गया, अब थोड़ा रहा। थोड़े समय के अन्दर अनेक जन्मों के पुराने हिसाब-किताब समाप्त करना है। इस जन्म में कोई नया हिसाब नहीं बनाना है। बनाया तो पुराना खत्म नहीं होगा। अन्त घड़ी आ जायेगी तो हमारा हाल क्या होगा!

हर घड़ी को अन्तिम घड़ी मानना और जानना, ऐसी स्थिति हमारी बहुतकाल से बनी रहे तो दुनिया हमारा जो इंतज़ार कर रही है, वह इंतज़ार पूरा हो जायेगा। बाबा यही चाहता है जिनको मैंने इतनी पालना दी, पतित से पावन बनाया, तो उनके अन्दर इतना ईश्वरीय प्यार और नियम पर चलने की शक्ति हो जो अनेक आत्माओं को प्रेरणा मिले।

कई बच्चे अभी नये पैदा हुए हैं, उनके जिगर में है कि थोड़े समय में हम आगे बढ़ जायें। टाइम थोड़ा है आज जो किया कल काम आयेगा। आज मिस किया तो कल क्या करेंगे। कल की बात बीती, अच्छी कमाई नहीं की है तो आज कर लो, जो कल काम आयेगी। आज नहीं करेंगे, कल पर रखेंगे तो क्या होगा! बाबा समय का ध्यान खिंचवा रहा है समय पर ध्यान रखो। बाबा कहते हैं बच्चे, मुझ बाप की बातें ध्यान से सुनो, श्रीमत पर चलो। मन में और मतों को घुसने नहीं दो, अपनी मत भी धोखेबाज है। अपनी मत भी चलाते हैं तो श्रीमत पर चलना मुश्किल लगता है। दूसरा औरों की मत के जंगल में चले जाते हैं फिर जंगल में डर लगता है, वो फूल बन नहीं सकते, उनकी खुशबू फैल नहीं सकती।

बाबा देख रहा है कि मेरे कौन से बच्चे खुशबूदार फूल हैं! खुशबू बेहद में रहने वाले की फैलती है। टाली, पत्ते, कांटे अपना काम करेंगे उसके बगैर भी फूल कहाँ दिखेगा। टाली के बगैर भी गुलाब नहीं होता है, पकड़ेंगे कहाँ। परन्तु नज़र जाती है फूल के रंग और खुशबू पर। अंश मात्र भी बॉडी कान्सेस न हो। गुणवान की खुशबू नैचुरल होती है। गुलाब में बहुत गुण होते हैं। सूख भी जाता है तो गुलकन्द बनायेंगे तो भी काम का, गुलाब जल बनायेंगे तो भी काम का। ध्यान रहे कि मैं बाबा के काम लायक बच्चा बनूँ। हम कोई शिव की बारात में जाने वाले लूले-लंगड़े नहीं हैं। जो बारात में जाने वाले होंगे वो पीछे आयेंगे, साथ में जाने वाले हँसते-गाते जायेंगे। चेहरा सदा मुस्कुराता रहे, बाबा के गुण गाता रहे, कौन होगा जो स्वयं और बाबा को ही देखता है और किसी को नहीं देखता? हमारी पर्सनैलिटी में कोई इम्प्युरिटी न हो। कोई लगाव-झुकाव न हो। सदा ही पीसफुल और लवफुल हो, मर्यादा में चलने वाले, फुल मार्क्स लेने वाले हो।

अपकारी पर भी उपकार करना है साधुत्व

नेकी करके नदी में डालना, अच्छा कार्य करके उसका यश न प्राप्त करना, किसी का भला करके अपनी महिमा सुनने की चेष्टा का न होना, अपने हाथों से किसी की अच्छाई करके अपनी बड़ाई की चेष्टा न करना, ये बहुत ही उच्च-कुलीन, सुसंस्कृत, साधु-स्वभाव व्यक्तियों का काम होता है।

जीवन में कुछ घड़ियाँ ऐसी भी आती हैं कि तब हम किसी मुश्किल में फंस जाते हैं अथवा कभी ऐसे भी होता है कि हमें किसी द्वारा सहयोग, परामर्श या प्रोत्साहन की आवश्यकता महसूस होती है। कभी मन टूट चुका हो तो किसी धाढ़स बंधाने वाले, हालचाल पूछने वाले, हिम्मत दिलाने वाले, हौंसले को बढ़ाने वाले, किसी वांछित व्यक्ति से परिचय कराने वाले या अनबन की परिस्थिति में बीच-बचाव करने वाले की ज़रूरत भी महसूस होती है। बहुत कम ही ऐसे लोग होते होंगे जिन्हें जीवन में कभी भी किसी मित्र, सहयोगी, स्नेही या सहानुभूति प्रगट करने वाले किसी भी शुभ-चिन्तक की ज़रूरत न पड़ी हो।

सज्जन स्वभाव वाले व्यक्तियों के स्नेह-सहयोग का महत्त्व

निसंदेह, मनुष्यों का परामर्श, उनका सहयोग अथवा स्नेह आदि होता तो सीमित और अल्पकालीन ही है, तथापि पूर्वोक्त अवसरों पर मानवों के सहयोग, स्नेह, सहानुभूति आदि का भी विशेष महत्त्व और मूल्य तो होता ही है एक ऐसा सहारा, ऐसा मार्गदर्शक, ऐसा सामर्थ्यदाता या प्रीति निभाने वाला, जो हर प्रकार से परिपूर्ण हो और चिर-स्थायी तथा भरपूर सहयोग एवं श्रेष्ठ स्नेह देता हो, तो वह एक परमात्मा ही हैं; परन्तु मनुष्यों में भी कुछ लोग ऐसे होते हैं जिन में दया, करुणा, सहानुभूति, सहयोग की भावना और मैत्री का संस्कार होता है। ईश्वरीय ज्ञान लेने के बाद हमें एक परमात्मा के सहारे की तुलना में अन्य सब सहारे निस्सार तो महसूस होते हैं, परंतु फिर भी इस जीवन-यात्रा अथवा जीवन-संग्राम में कुछ ऐसे लोग भी सम्बन्ध-सम्पर्क में आते हैं, जो सहायता करते हैं, सहयोग देते हैं और यदि अधिक कुछ न भी कर सकें तो सच्चे मन से हमारी भलाई की कामना तो करते ही हैं। चाहे हम उनसे मदद करने के लिए आवेदन-निवेदन न भी करते हों, तो भी सज्जन-स्वभाव के वो व्यक्ति अपने सौजन्य से नहीं चूकते। ऐसे लोग भी होते हैं जो कभी किसी को बतलाते भी नहीं और हमें कभी जलाते भी नहीं कि-"जब आप पर बांके दिन आये थे तो हमने आपका फलां काम कर दिया था अथवा आपकी फलां समस्या को सुलझा दिया था।" सच तो यह है कि जब उन सज्जन लोगों से कहा जाता है कि फलां अवसर पर आपने हमारी मदद की थी तो वे हमारा वाक्य पूरा होने से पहले ही कह उठते हैं कि-"अरे भाई, ये क्या कहते हो? हमने तो अपना कर्त्तव्य किया था और वो भी कोई ऐसी विशेष या बड़ी बात तो नहीं थी, अतः आप उसका वर्णन करके शर्मिन्दा मत करो! ये तो सब परमात्मा की कृपा का फल है। हम छोटे-से जीव किस लायक हैं। अगर हमारे सोचने तथा करने से कुछ होता तो हमारे मन में तो बहुत कार्य करने का संकल्प

राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

आता है, तब तो वे सभी संकल्प साकार हो जाते, इसलिये अतीत काल में हमारे द्वारा किये गये अच्छे कार्य की सराहना न किया करो।" ऐसे करने और कहने वाले लोग अपने आप में कितने महान हैं।

संसार में एक ओर तो वे लोग हैं जो दूसरों के काम में विघ्न डालते हैं, उनके लिये मुश्किलें पैदा करते हैं, ईर्ष्या करते हुए उनके कार्य में त्रुटियाँ निकालते हैं और उनको हतोत्साहित करते हैं और दूसरी ओर ये सज्जन लोग हैं कि स्वभाव से ही दूसरे की भलाई किये बिना रह नहीं सकते। नेकी करके नदी में डालना, अच्छा कार्य करके उसका यश न प्राप्त करना, किसी का भला करके अपनी महिमा सुनने की चेष्टा का न होना, अपने हाथों से किसी की अच्छाई करके अपनी बड़ाई की चेष्टा न करना, ये बहुत ही उच्च-कुलीन, सुसंस्कृत, साधु-स्वभाव व्यक्तियों का काम होता है। जो अच्छाई के निमित्त बन करके भी इशारा भगवान की ओर करते हैं और इस प्रकार स्वयं भी नम्रचित्त बने रहते हैं और दूसरों को भी भगवान की याद दिलाते हैं, उनका ये गुण एक प्रकार से ईश्वर का वरदान है, क्योंकि मूल रुप में तो यह ईश्वर ही का गुण है। भगवान सबका भला करके भी उसके बदले में किसी से कुछ नहीं चाहते।

परन्तु, संसार में कुछ लोग ऐसे भी होते हैं जो समय पर किसी की मदद तो करते हैं परन्तु मन में याद बनाए रखते हैं कि उन्होंने उसकी मदद की थी। वे कभी-कभी उसके मुख से सुनना भी चाहते हैं जिसकी उन्होंने मदद की थी। वे चाहते हैं कि वह कहीं तो उनकी मदद का उल्लेख कर डालें; कहीं तो ये कह दें कि फलां व्यक्ति ने उसकी मदद की थी। कई तो इससे एक कदम और बढ़कर कह भी देते हैं कि - "अरे भाई, तुम्हें याद है कि हमने उस समय पर तुम्हारी मदद की थी जब तुम्हारी नाव मझधार में फंसी थी? तुमने तो हमें भुला ही दिया। खुशी के फलां-फलां अवसर आये तो तुमने हमें बुलाया तक भी नहीं...।"

भलाई करने वालों के साथ हमारा व्यवहार कैसा हो?

इस प्रकार संसार में अनेक प्रकार के लोग हैं। कई लोग अच्छा काम इसलिए करते हैं कि उनको यश प्राप्त होगा; अन्य कई इसलिये करते हैं कि अच्छा तो करना ही चाहिये। अन्य लोगों का अन्य प्रकार का दृष्टिकोण होता है। कई इसलिये भी हमें सहयोग देते हैं कि समय पर हम भी उनको मदद देंगे। दूसरे कुछ लोग इसलिये भलाई करते हैं कि उनसे हमारा कुछ रिश्ता-नाता है और उसके कारण से उन्हें मजबूर होकर भी हमें सहयोग देना ही पड़ता है। परन्तु, कौन किस भाव से हमारी भलाई करते हैं- ये तो उन व्यक्तियों के व्यवहार और उनकी ही दृष्टि-वृत्ति की बात है। हमारे लिये सोचने की बात तो ये है कि जो कोई भी किसी अवसर पर हमारी कठिनाई की परिस्थिति में हमारा साथ देता है या किसी भी प्रकार से हमारा सहयोगी बनता है तब हमारा व्यवहार उसके साथ क्या हो और उसके प्रति हमारा क्या दृष्टिकोण हो? हम बहुत-से नैतिक मूल्यों और दिव्य गुणों की चर्चा तो करते हैं और बहुत-सी बुराइयों को छोड़ने के लिये भी कहा करते हैं परन्तु जो कोई भी कठिनाई के दिनों में, हमें पूर्वोक्त किसी भी प्रकार की सहायता देता है, उसके प्रति हमारा व्यवहार कैसा होना चाहिये- क्या हम उसके इस गुण की ओर ठीक तरह ध्यान देते हैं? जबकि हमें यह कहा गया है कि अपकार करने वालों पर भी उपकार करें तो उपकार करने वालों के प्रति हमारा व्यवहार कैसा हो?

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहनी जी को उनके 99वें जन्म दिन पर संस्थान के मुख्यालय शांतिवन में पहुंचकर न्यायाधीश स्वाति चौहान,शाजापुर ने शुभकामनायें दी। तत्पश्चात् दादी ने ईश्वरीय सौगात व प्रसाद देकर न्यायाधीश का सम्मान किया। इस मौके पर शाजापुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पूनम बहन, ब्र.कु. चंदा बहन एवं ब्र.कु. दीपक भाई उपस्थित रहे।

राजकोट-गुज.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर भारतीय जनता पार्टी महिला मोर्चा द्वारा आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. भारती दीदी,ब्रह्माकुमारीज़ गुजरात ज़ोन इंचार्ज को 'सुषमा स्वराज अवॉर्ड-2023' से सम्मानित करते हुए बीना आचार्य,प्रदेश मंत्री भाजपा एवं डॉ. दर्शिता शाह,विधायक।

ग्वालियर-म.प्र.। विश्व जल दिवस पर नगर निगम ग्वालियर, पथ जीवनी संस्था, युवा संस्था, भारत मिशन 100क.वृक्ष पर्यावरण फाउंडेशन आदि संस्थाओं के संयुक्त प्रयास से बैजाताल पर आयोजित 'जल संवाद' कार्यक्रम में दंदरौआ धाम से श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर संत श्री रामदास जी महाराज, जल शक्ति मंत्रालय के पूर्व निदेशक गिर्राज गोयल, नगर निगम कमिश्नर किशोर कन्याल आईएएस, डिप्टी कमिश्नर शिशिर श्रीवास्तव, ब्रह्माकुमारीज़ से मोटिवेशनल स्पीकर ब्र.कु. प्रहलाद भाई, वॉटर वुमेन सावित्री अंजलि, भारत मिशन 100क.वृक्ष पर्यावरण फाउंडेशन से राष्ट्रीय कार्यक्रम प्रभारी डॉ. अंजलि बंसल, पथ संस्थान से विकास जी आदि उपस्थित रहे।

इंदौर-कालानी नगर(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में 'खुशहाल महिला, खुशहाल परिवार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए इंदौर एयरपोर्ट की डिप्टी डायरेक्टर सुधा रंगनाथन, लायनेस क्लब की पूर्व सचिव शीला काबरा, क्लॉथ मार्केट महाविद्यालय की प्रो. डॉ. छाया मिश्र, चमेली देवी कॉलेज की प्रोफेसर गायत्री शर्मा, मनोरोग विशेषज्ञा डॉ. निधि जैन बुखारिया, वेदांश इंटरनेशनल स्कूल की शिक्षिका दीपिका सोनी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. जयंती दीदी तथा वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. सुजाता बहन।

बीदर-कर्नाटक। ब्रह्माकुमारीज़ के ग्लोबल पीस विलेज रिट्रीट सेंटर में आयोजित होली स्नेह मिलन कार्यक्रम में ग्लोबल पीस विलेज की डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. सुमंगला दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. सुनंदा दीदी, ब्र.कु. पार्वती बहन, देगलूर से आईं ब्र.कु. मेनका बहन, ब्र.कु. विद्या बहन सहित करीब 300 ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

अलिराजपुर-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. माधुरी दीदी, ब्र.कु. नारायण भाई, श्रीमति अनीता नागर सिंह चौहान, श्रीमति पूर्णिमा व्यास, श्रीमति पुष्प लता शाह, श्रीमति आशा भावसार, श्रीमति अंजू सिसोदिया, संगीता भावसार सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन,
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

एक कदम हिम्मत का बढ़ायेंगे तो बाबा हज़ार कदम आगे आकर गले लगाएगा

एक दृढ़ संकल्प और... संस्कार परिवर्तन

रोज़ अमृतवेला आह्वान करो। शक्ति का आह्वान करो और एक-एक हफ्ते तक आप शक्ति का आह्वान करेंगे। कंटिन्यु लाइट और माइट का आह्वान करते जायें। उस शक्ति की, सहन शक्ति की, शांति की शक्ति की लाइट और माइट का आह्वान करो तो हफ्ते-दस दिन के बाद आपका क्रोध रहेगा? नहीं रहेगा। क्योंकि शक्ति भर जायेगी। ऐसे हर हफ्ते एक-एक कमी-कमज़ोरी को निकालने के लिए उसके ऑपोज़िट गुण का आह्वान करो। तो एक साल के अंदर संपूर्ण बनेंगे या नहीं बनेंगे! संपूर्णता, तो ये बाबा के लिए गिफ्ट अच्छी है कि नहीं! इससे बढ़िया गिफ्ट कोई हो सकती है? तो अभी कमी-कमज़ोरी का दान नहीं करना। भले बाबा तो निर्मान है इसलिए कहता है दे दो। लेकिन दिया नहीं जाता है हमसे क्योंकि हमने आधा कल्प उससे बहुत प्यार किया इसलिए छोड़ा नहीं जाता है। इसीलिए वो वापस आ जाता है,लेकिन वो हमने दे दिया, चलो मैंने मुख से बोल दिया बाबा मैंने गुस्सा दिया। छोड़कर गये लेकिन वो खाली स्थान था वहां शक्ति तो भरी नहीं। शक्ति भरी नहीं तो जाने के बाद वो गुस्सा वापस आयेगा कि नहीं आयेगा? उस रिक्त स्थान को भरना है हमें,नहीं तो कमज़ोरी बार-बार आ जायेगी।

तो इसलिए शक्ति का आह्वान करते जाओ। बाबा देने के लिए तैयार हैं तो लेते जाओ, बाबा से भरते जाओ और देखो स्वभाव-संस्कार को चेंज करना कौन-सी बड़ी बात है, कर सकते है नहीं सकते हैं? कर सकते हैं। तो आज के बाद रोज़ अमृतवेले यही शुभसंकल्प रखो कि आज मुझे कौन-सी शक्ति का आह्वान करना है और उस शक्ति से अपने आपको एम्पॉवर करें। भरपूर करो, जितना अपने आपको भरपूर करेंगे तो सारा दिन कैसा जायेगा, उस शक्ति के साथ सारा दिन कैसा जायेगा? बहुत बढ़िया जायेगा ना! तो ये तरीका अपनाएं। इसलिए याद रखना कमी-कमज़ोरी को रखना नहीं। बाबा से हमें ये दृढ़ संकल्प करना है कि मैं अपने अंदर शक्ति का आह्वान करके अपनी कमी-कमज़ोरी को खुद पुरूषार्थ करके निकालूँगा। आज से अपने जीवन के अंदर शक्ति, प्रकाश, रोशनी का आह्वान करके अपने

> स्वभाव-संस्कार को चेंज करने के लिए, ट्रांसफर करने के लिए, परिवर्तन करने के लिए उपवास करना पड़ेगा। नेचरक्योर करना पड़ेगा। आज हम नेचरक्योर में जाते हैं तो सबसे पहले दिन क्या कराते हैं? फास्टिंग बहुत ज़रूरी है तो फास्टिंग कराते हैं, ठीक इसी तरह हमें भी अपने स्वभाव-संस्कार को चेंज करना है तो क्या करना पड़ेगा? ये स्थूल फास्टिंग नहीं, मन की फास्टिंग।

जीवन का अंधेरा, कमी-कमज़ोरी को दूर करूंगा। मैं परिवर्तन करके अवश्य दिखाऊंगा। इसके लिए बाबा ने कहा हिम्मत का कदम बढ़ाओ आप, तो बाबा हज़ार भुजाओं वाला आपको क्या करेगा? गले लगाएगा कि नहीं लगाएगा? ऐसे बच्चे बाबा को पंसद आयेंगे या जो किचड़ा देकर जाते और वापस ले लेते हैं ऐसे बच्चे पंसद आयेंगे? एक कदम हिम्मत का बढ़ायेंगे बाबा हज़ार कदम आगे आकर गले लगाएगा और आपमें इतनी शक्ति भरेगा कि बच्चे ने हिम्मत की। जब बच्चा माँ-बाप का आज्ञाकारी बन कहता है कि मेरे से कोई गलती हो तो आप बता देना मैं उसे ज़रूर ठीक करूंगा। तो वो बच्चा बाबा को, माँ बाप को प्यारा लगेगा। तो आपको भी क्या करना है? बाबा हमें इतना प्यार करता है, हम हैं ही बाबा के प्यारे लेकिन और बाबा की शाबाशी और शक्ति हमें मिले। ऐसे दृढ़ संकल्प कर हमें बाबा को गिफ्ट देनी है।

हर रोज़ नया अपने आपको इमर्ज करो। जो बाबा कहते मरजीवा। मरजीवा माना पुराने संस्कारों से मर गये। कोई अगर याद दिलाये तो क्या कहना? पता नहीं। फुलस्टॉप लगा दिया हमने तो। वो बात हमें याद भी नहीं और हर वक्त अपने अंदर से पॉज़िटिव वाइब्स इमर्ज होने चाहिए और वो पॉज़िटिव वायब्रेशन फैलाते जाओ। खुशी का, उमंग-उत्साह का, इसलिए बाबा ने उसकी परख बताई कि जो अलबेलेपन के वश हैं, वो थकावट का अनुभव करेंगे और खुशी उनके चेहरे पर नहीं होगी। लेकिन जो अपने आपको विजयी देखते हैं कि हम बाबा के बच्चे विजयी बच्चे हैं तो उनके चेहरे पर खुशी होगी, थकावट नहीं होगी। ये उसकी निशानी है। तो स्वभाव-संस्कार को चेंज करने के लिए, ट्रांसफर करने के लिए, परिवर्तन करने के लिए उपवास करना पड़ेगा। नेचरक्योर करना पड़ेगा। आज हम नेचरक्योर में जाते हैं तो सबसे पहले दिन क्या कराते हैं? फास्टिंग बहुत ज़रूरी है तो फास्टिंग कराते हैं, ठीक इसी तरह हमें भी अपने स्वभाव-संस्कार को चेंज करना है तो क्या करना पड़ेगा? ये स्थूल फास्टिंग नहीं, मन की फास्टिंग। मन को बुरे विचारों से दूर रखना होगा और मन को बुरे विचारों से दूर रखने के लिए संग, संग की संभाल करनी होगी।

जबलपुर-धनवंतरी नगर(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में ज्ञान गंगा इंजीनियरिंग कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि के रूप में ब्र.कु. श्वेता बहन, ईएनटी स्पेशलिस्ट ब्र.कु. डॉ. सरला बहन एवं कैंसर स्पेशलिस्ट ब्र.कु. डॉ. श्याम रावत को आमंत्रित किया गया। उनके साथ ही इस मौके पर ज्ञान गंगा ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशन इंजीनियरिंग कॉलेज के प्राचार्य क्षीरसागर जी, शिक्षकगण व कर्मचारी गण उपस्थित रहे।

गांधीनगर-गुज.। सिंधी समाज के प्रसिद्ध त्योहार 'चेटी चांद' के पावन पर्व पर गांधीनगर से.30 स्थित दरियालाल झुलेलाल मंदिर में उनके आराध्य देव श्री झुलेलाल के प्रागट्य दिवस समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ से.28 गांधीनगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी, गांधीनगर उत्तर की विधायिका रीटा पटेल, मेयर हितेश मकवाना तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

राजगढ़-ब्यावरा(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर आयोजित 'खुशहाल महिला-खुशहाल परिवार' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए नगर पालिका उपाध्यक्ष रुक्मणी शर्मा, पत्रकार नाज़नीन अल्ताफ, गोपाल महिला मंडल की संचालिका पुष्पा सोनी, पार्षद अंबे मिश्रा, राजबाग रिसोर्ट की ओनर मीनू सिंह राणावत, राजगढ़ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मधु बहन तथा अन्य।

धूमा-सिवनी(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस व होली के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए सुदामा गुप्ता,पूर्व महामंत्री बीजेपी, जिला महिला मोर्चा अध्यक्ष राजेश्वरी उईके, पूर्व सरपंच कैलाश शिवहरे, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. रामेश्वरी बहन, ब्र.कु. समता बहन तथा अन्य।

बिलासपुर-टिकरापारा(छ.ग.)। पतंजलि विश्वविद्यालय,हरिद्वार, डब्ल्यू-20 एवं महिला पतंजलि योग समिति छ.ग. के संयुक्त तत्वाधान में खाटू श्याम मंदिर प्रांगण में आयोजित राज्य स्तरीय अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ के स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू दीदी को विशिष्ट अतिथि के रूप में आमंत्रित कर पतंजलि संस्थान की ओर से बिलासपुर महिला पतंजलि की जिला प्रभारी हेमलता साहू के द्वारा 'योग नारी शक्ति सम्मान' से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर सौराष्ट्र विश्वविद्यालय की पूर्व वाइस चांसलर प्रो. नीलाम्बरी दवे, अखिल भारतीय राष्ट्रीय सेवा समिति की सदस्य सुलभा देशपाण्डे, महिला पतंजलि छ.ग. की राज्य प्रभारी जया मिश्रा, सह-राज्य प्रभारी गंगा अग्रवाल, बिलासपुर महिला पतंजलि की जिला प्रभारी हेमलता साहू एवं अन्य पदाधिकारीगण उपस्थित रहे।

ग्वालियर-म.प्र.। ग्वालियर व्यापार मेले में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'आदर्श जीवन आध्यात्मिक प्रदर्शनी' में 'मेरा भारत स्वस्थ भारत, मेरा भारत व्यसन मुक्त भारत अभियान' के अंतर्गत संस्थान के मेडिकल विंग द्वारा आयोजित कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श बहन, बीएसएफ के एसआई इन्द्रपाल सिंह, रामसेवक श्रीवास्तव, हवलदार दिनेश यादव, ब्र.कु. महिमा बहन आदि ने सम्बोधित करते हुए सभी को नशे के दुष्परिणामों के प्रति जागरुक किया।

पन्ना-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में होली के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में अपनी धर्मपत्नी के साथ संजय तिवारी,न्यूज़ 18 ब्यूरो चीफ, सादिक खान,राडार न्यूज़ ब्यूरो चीफ, राजेन्द्र भाई,मीडिया सहकर्मी सहित अन्य मीडियाकर्मियों ने शॉल पहनाकर एवं गुलदस्ता भेंट कर ब्र.कु. सीता बहन का किया सम्मान।

इंदौर-रानी बाग(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर आयोजित 'खुशहाल महिला खुशहाल परिवार' कार्यक्रम में साइंटिस्ट एवं प्रोफेसर दिल्ली यूनिवर्सिटी डॉ. नमिता अग्रवाल, साइंटिस्ट एवं प्रोफेसर डॉ. प्रसन्ना शाह, ब्र.कु. भुनेश्वरी बहन, स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. सुषमा बोरीवाल, जेल प्रहरी महेश्वर सुनीता मंडलोई, ब्र.कु. रानी बहन तथा अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

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, 9414154344, 9414182088
Email-omshantimedia@bkivv.org
सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक - 240 रुपये, तीन वर्ष - 720 रुपये, आजीवन - 6000 रुपये
Website: www.omshantimedia.org

ज़रा सोचें...

वास्तव में साधना- अपने ऑरिज़नल स्वरूप में स्थित रहना है...

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

मधुबन में हम नैचुरल योगी बन सकते हैं। बाबा की तपोभूमि, कर्मभूमि तो बाबा की याद सहज आती है। एक मैंपन और मेरापन चाहिए वो कौन-सा मैंपन और मेरापन? मैं आत्मा और मेरा बाबा। ये मैंपन तो डेवलप करना है, लेकिन अच्छी रीति धारण करना है। क्योंकि जितना ज़्यादा बाबा से अच्छी तरह से जुड़ेंगे उतना ऑटोमेटिक और सबसे डिटैच होते जायेंगे। यहाँ से इस दुनिया से देह सम्बन्धों से डिटैच होना है। और जितना बाबा से जिगरी सच्चा प्यार उतना बाबा से योग लगेगा। बाबा ने एक बार पीस ऑफ माइंड के जो गैस्ट आये थे विदेश से उनको यही मैसेज दिया था कि 'गॉड फादर' कहते हो परन्तु 'गॉड इज़ माई फादर' कहो। जहाँ अपनापन है वहाँ याद सहज है। याद का आधार प्यार। जितना बाबा से जिगरी प्यार, अपनापन, मेरापन अनुभव है सबको, अपने के लिए, 'मेरे' के लिए सबकुछ कुर्बान करते हैं। जिस मेरे में दुनियावी रीति से, दैहिक रीति से, भौतिक रीति से कुर्बान होते हैं उसमें कोई प्राप्ति ही नहीं थी, लेकिन फिर कितने कुर्बान जाते हो, प्रवृत्ति मार्ग में तो अनुभव है ना! बच्चों के लिए, पति के लिए, परिवार के लिए, अपने लिए भी इतना नहीं सोचते। खुद न खायेंगे-पीयेंगे,मौज मनायेंगे, बच्चों के लिए, परिवार के लिए इतना मेरापन बाबा के लिए क्यों नहीं आता है? अपने आप में देखना है, पूछना है अपने आप से। जैसे-जैसे पुरुषार्थ करते जाते हैं और अवस्था बनती जाती है फिर वो प्यार बाबा के लिए बढ़ता जाता है, अनुभव होता जाता है।

देह अभिमान का मैंपन और मेरापन समाप्त करना है, क्योंकि प्रैक्टिकल रोल में, जीवन में सबसे ज़्यादा यूज़ होने वाला शब्द कौन-सा है- मैंपन और मेरापन। जब देह समझते थे तो वो देह अभिमान वाला मैंपन और मेरापन आया।

अब एक भी मुरली ऐसी नहीं होगी। जिसमें अनेक बार अपने को आत्मा समझने के लिए बाबा ने ना कहा हो। रोज़ बार-बार बाबा कहते हैं, हम समझते हैं कि ये कॉमन प्वांइट है। मुरली में और कोई प्वाइंट याद नहीं होगी तो ये तो कह ही देंगे कि आज बाबा ने कहा कि अपने को आत्मा समझकर बाबा को याद करो। क्योंकि हमें पता ही है कि ये बात तो बाबा ने कही ही है। परन्तु ये मोस्ट इम्पॉर्टेंट प्वाइंट है इसीलिए बाबा बार-बार कहते हैं। जब तक नैचुरल आत्म अभिमानी न बनें तब तक बाबा कहते रहते हैं। जब तक एक्शन ठीक नहीं करते हैं ना तो कहते हैं ना फिर से, फिर से तो आत्मभिमानी बनने का प्रथम पार्ट जब तक परफेक्ट हम नहीं पढ़ते हैं तब तक रोज़ याद करना और कराना ज़रूरी है। हमारी वास्तविकता ये है। हम आत्मा हैं, और वो भी कौन-सी आत्मा? शुद्ध आत्मा, सत्य आत्मा, शांत आत्मा, ये हमारी रियलिटी है। नैचुरल आत्म भान होना चाहिए पर द्वापर कलियुग में जो रोल प्ले किया देह भान का तो देह भान नैचुरल हो गया। इसलिए हम विशेष अभ्यास करते हैं। कईयों को होता है कि योग में क्या करना है बस वही रिपीट करते रहना है। बाबा शांति का सागर, मैं शांत स्वरूप। रिपीट नहीं करना है। साइलेंस में बैठकर खुद की रियलिटी खुद को रियलाइज़ करानी है। ताकि ये पक्का हो जाये कि मेरी ऑरिजिनलिटी पवित्रता है, शांति है, आनंद है, और विशेष अभ्यास करने से फिर वो अवेयरनेस बन जाती है।

एक नैचुरल जागृति हमारी रहती है कि मेरी अपनी वास्तविकता क्या है। तो जो रॉन्ग बातें बुद्धि में बैठी थी कि नहीं मेरी आदत ऐसी है, मेरा नेचर ऐसा है, वो निकल जायेगा। दुनिया में तो वो ही कहते हैं ना कि कुत्ते की पूंछ टेढ़ी की टेढ़ी रहती है। कुछ भी करो वो सीधी नहीं होती। ऐसे इंसान के संस्कार नहीं बदलते। ऐसा मानते हैं ना कि रस्सी जलेगी पर बल नहीं टूटेगा। तो नेचर के लिए वो ऐसे समझते हैं लेकिन नेचर का ज्ञान ही गलत है। कि इनकी नेचर ऐसी है। परन्तु बाबा ने हमें ये सनातन सत्य बताया कि भल वैरायटी रोल्स हम प्ले करते हैं परन्तु हम सबके अन्दर एक कॉमन कोड है वो है हमारी ओरिज़नल नेचर कि हरेक आत्मा ओरिज़नली शुद्ध है, शांत है। तो जब भी मैं शब्द बोलते हैं मुख से न बोलें लेकिन मन में ये अवेयरनेस ज़रूर आये कि मैं आत्मा हूँ।

दादी रतनमोहिनी हमें बताती कि घंटों हम इसी नशे में बैठे रहते थे कि मैं शुद्ध आत्मा हूँ। शुरू में हमें बड़ा लगता था कि एक ही बात में घंटों कैसे बैठे रहते थे! तो जैसे-जैसे हम शुद्ध होते जाते हैं अब अनुभव होता है कि हमें अपने शुद्ध स्वरूप में कितना आनंद अनुभव होता है। भक्ति में आप देखो जिन सन्यासियों के जीवन को शुष्क माना जाता है उन सब सन्यासियों के नाम क्या हैं? शिवांनद, चिदानंद, निजानंद, स्वरूपानंद आनंद ही आनंद। फिर मंथन किया महसूस हुआ कि स्व स्थिति में आत्मा भान में कितना आनंद अनुभव होता है। और वो अपनी आंतरिक स्थिति का सुख और आनंद जब हम अनुभव करते हैं तो फिर हमें और अल्पकाल की प्राप्ति मान, शान, महिमा, उसकी इच्छा ही नहीं होगी ही नहीं। तो वास्तव में साधना तो ये ही है।

जब तक एक्शन ठीक नहीं करते हैं ना तो कहते हैं ना फिर से, फिर से तो आत्मभिमानी बनने का प्रथम पार्ट जब तक परफेक्ट हम नहीं पढ़ते हैं तब तक रोज़ याद करना और कराना ज़रूरी है। हमारी वास्तविकता ये है।

रायपुर-छ.ग.। छत्तीसगढ़ की निवर्तमान राज्यपाल अनुसूईया उइके को मणिपुर का राज्यपाल बनाए जाने पर उन्हें शॉल पहनाकर व प्रसाद देकर बधाई देने के पश्चात् उनके साथ हैं स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सविता बहन, ब्र.कु. वनिषा बहन एवं ब्र.कु. हीरेन्द्र भाई।

सेंधवा-म.प्र.। ब्र.कु. छाया बहन को 'शक्ति सम्मान 2023' से सम्मानित करते हुए लायंस क्लब की डिस्ट्रिक्ट गवर्नर साधना सोडानी एवं लायंस क्लब,सेंधवा के अध्यक्ष श्याम तायल।

वारंगल-तेलंगाना। होली महोत्सव पर मेयर श्रीमति गुंडू सुधा रानी गरु को शुभकामनाएं देने एवं ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में आमंत्रित करने के पश्चात् उनके साथ हैं ब्र.कु. सरिता बहन, ब्र.कु. चरिथा बहन, ब्र.कु. सुधाकर भाई एवं हरिनाथ भाई।

रतलाम-पत्रकार कॉलोनी(म.प्र.)। सर्किल जेल में सभी कैदी भाइयों के लिए आयोजित दस दिवसीय राजयोग मेडिटेशन कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए जेल अधीक्षक लक्ष्मण भदौरिया, उप जेल अधीक्षक ब्रजेश मकवाना, समाजसेवी राजेन्द्र पोरवाल, ब्र.कु. अनीता बहन तथा अन्य।

पुणे-पिंपरी(महा.)। 'पिम्परी फेस्टिवल 2023' कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ की स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुरेखा बहन को महापौर संजोग वाघेरे, उपमहापौर प्रभाकर वाघेरे, नगरसेविका उषाताई काळे, शितलताई काटे, उषाताई वाघेरे, उद्योजक समाजसेवक ऋषिकेश वाघेरे एवं शहर के अन्य गणमान्य लोगों एवं समाजसेवकों द्वारा 'आदर्श महिला गौरव पुरस्कार' प्रदान कर सम्मानित किया गया।

बीदर-रामपूरे कॉलोनी(कर्नाटक)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित 'हैप्पी वुमेन हैप्पी फैमिली' कार्यक्रम में पीएसआई सविता बहन, एडवोकेट मंगला दादगी, वाली श्री हॉस्पिटल की संचालिका अंजना वाली, दत्ता गिरी महाराज पब्लिक स्कूल की प्रिंसिपल जय देवी यदलापुरे, ब्र.कु. पार्वती बहन, ब्र.कु. ममता बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

विदिशा-म.प्र.। महाशिवरात्रि के कार्यक्रम में शिव ध्वजारोहण के पश्चात् समूह चित्र में अदानी कंपनी के मैनेजर विनय सक्सेना, ब्र.कु. रेखा बहन, ब्र.कु. रुकमणी बहन, ब्र.कु. नंदिनी बहन तथा अन्य।

नवसारी-लुनसिकुई(गुज.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के कार्यक्रम के साथ संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी एवं दादी चंद्रमणि के पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. अमिता पटेल, ब्र.कु. गीता दीदी, ब्र.कु. भानु बहन तथा अन्य।

कफ दोष को संतुलित कैसे किया जाये...

स्वास्थ्य

आयुर्वेद में बताया गया है कि हर एक इंसान की एक खास प्रकृति होती है। अधिकांश लोगों को अपनी प्रकृति के बारे में कोई अंदाज़ा नहीं होता है। जबकि आप अपनी आदतों और स्वभाव के आधार पर बहुत आसानी से अपनी प्रकृति जान सकते हैं। जैसे कि किसी काम को शुरू करने में आप बहुत देरी करते हैं या आपकी चाल बहुत धीमी और गंभीर है तो यह दर्शाता है कि आप कफ प्रकृति के हैं। अब हम आपको कफ प्रकृति के लक्षणों, इससे जुड़े रोगों और उपायों के बारे में विस्तार से बता रहे हैं।

कफ दोष क्या है?

कफ दोष 'पृथ्वी' और 'जल' इन दो तत्वों से मिलकर बना है। 'पृथ्वी' के कारण कफ दोष में स्थिरता और भारीपन और 'जल' के कारण तैलीय और चिकनाई वाले गुण होते हैं। यह दोष शरीर की मजबूती और इम्युनिटी क्षमता बढ़ाने में सहायक है। कफ दोष का शरीर में मुख्य स्थान पेट और छाती हैं।

कफ शरीर को पोषण देने के अलावा बाकी दोनों दोषों(वात और पित्त) को भी नियंत्रित करता है। इसकी कमी होने पर ये दोनों दोष अपने आप ही बढ़ जाते हैं। इसलिए शरीर में कफ का संतुलित अवस्था में रहना बहुत ज़रूरी है।

कफ प्रकृति की विशेषताएं

कफ दोष के गुणों के आधार पर ही कफ प्रकृति के लक्षण नज़र आते हैं। हर एक दोष का अपना एक विशिष्ट प्रभाव है। जैसे कि भारीपन के कारण ही कफ प्रकृति वाले लोगों की चाल धीमी होती है। शीतलता गुण के कारण उन्हें भूख, प्यास, गर्मी कम लगती है। और पसीना कम निकलता है। कोमलता और चिकनाई के कारण पित्त प्रकृति वाले लोग गोरे और सुन्दर होते हैं। किसी भी काम को शुरू करने में देरी या आलस आना, स्थिरता वाले गुण के कारण होता है।

कफ बढ़ने के कारण

मार्च-अप्रैल के महीने में, सुबह के समय, खाना खाने के बाद और छोटे बच्चों में कफ स्वाभाविक रूप से ही बढ़ा हुआ रहता है। इसलिए इस समय में विशेष ख्याल रखना चाहिए। इसके अलावा खानपान, आदतों और स्वभाव की वजह से भी कफ असंतुलित हो जाता है।

आइये जानते हैं कि शरीर में कफ दोष बढ़ने के मुख्य कारण क्या हैं...

मीठे, खट्टे और चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थों का सेवन।
मांस-मछली का अधिक सेवन।
तिल से बनी चीज़ें, गन्ना, दूध, नमक का अधिक सेवन।
फ्रिज का ठंडा पानी पीना।
आलसी स्वभाव और रोज़ाना व्यायाम ना करना।
दूध-दही, घी, तिल-उड़द की खिचड़ी, सिंघाड़ा, नारियल, कद्दू आदि का सेवन।

कफ बढ़ जाने के लक्षण

हमेशा सुस्ती रहना, ज़्यादा नींद आना।
शरीर में भारीपन।
मल-मूत्र और पसीने में चिपचिपापन।
शरीर में गीलापन महसूस होना।
शरीर में लेप लगा हुआ महसूस होना।
आँखों और नाक से अधिक गंदगी का स्राव।
अंगों में ढीलापन।
सांस की तकलीफ।
डिप्रेशन।

कफ को संतुलित करने के लिए क्या खाएं

कफ प्रकृति वाले लोगों को इन चीज़ों का सेवन करना ज़्यादा फायदेमंद रहता है।
बाजरा, मक्का, गेंहू, किनोवा ब्राउन राइस, राई आदि अनाजों का सेवन करें।
सब्जियों में पालक, पत्तागोभी, ब्रोकली, हरी सेम, शिमला मिर्च, मटर, आलू, मूली, चुकंदर आदि का सेवन करें।
जैतून के तेल और सरसों के तेल का उपयोग करें
छाछ और पनीर का सेवन करें
तीखे और गर्म खाद्य पदार्थों का सेवन करें
सभी तरह की दालों को अच्छे से पकाकर खाएं।
नमक का सेवन कम करें
पुराने शहद का उचित मात्रा में सेवन करें।

कफ प्रकृति वाले लोगों को क्या नहीं खाना चाहिए

मैदे और इससे बनी चीज़ों का सेवन ना करें।
एवोकैडो, खीरा, टमाटर, शकरकंद के सेवन से परहेज करें।
केला, खजूर, अंजीर, आम, तरबूज के सेवन से परहेज करें।

जीवनशैली में बदलाव

खानपान में बदलाव के साथ-साथ कफ को कम करने के लिए अपनी जीवनशैली में बदलाव लाना भी ज़रूरी है। तो आइये जानते हैं बढ़े हुए कफ दोष को कम करने के लिए क्या करना चाहिए...

पाउडर से सूखी मालिश या तेल से शरीर की मसाज करें।
गुनगुने पानी से नहायें।
रोज़ाना कुछ देर धूप में टहलें।
रोज़ाना व्यायाम करें जैसे कि : दौड़ना, ऊंची व लम्बी कूद, कुश्ती, तेजी से टहलना, तैरना आदि।
गर्म कपड़ों का अधिक प्रयोग करें।
बहुत अधिक चिंता न करें।
ज़्यादा आराम पसंद ज़िंदगी ना बिताएं बल्कि कुछ न कुछ करते रहें।

दुबई-यूएई। भारत के प्राचीन राजयोग का प्रसार व प्रचार करने के लिए दुबई के रेडिसन ब्ल्यू होटल में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को 'इंटरनेशनल एमिनेंस एक्सीलेंस अवॉर्ड्स 2023' से सम्मानित करते हुए संयुक्त अरब अमीरात के पर्यावरण एवं जल मंत्रालय के पूर्व मंत्री डॉ. मोहम्मद सईद अल किंदी। इस अवसर पर संयुक्त अरब अमीरात के अल अली समूह कंपनियों के कार्यकारी अध्यक्ष सुप्रसिद्ध व्यवसायी याकूब अल अली, ब्रह्माकुमारीज़ के स्थानीय सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. शिल्पा बहन, ब्र.कु. संजय भाई सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

ग्वालियर-माधौगंज(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के प्रभु उपहार भवन सेवाकेन्द्र में प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा 'प्रशासन में उत्कृष्टता लाने के लिए आध्यात्मिकता की आवश्यकता' विषय पर आयोजित सम्मेलन के दौरान मध्य प्रदेश शासन में ऊर्जा विभाग के ग्वालियर चम्बल संभाग के प्रभारी एस.ई. अरविन्द कुमार शर्मा, आर्मी ऑफिसर अरविंद झा, इंडियन बैंक के मुख्य प्रबंधक दिनेश कुमार, शिक्षाविद श्रीमति रेणु शर्मा, ब्रह्माकुमारीज़ लश्कर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श बहन, महाराजपुरा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. प्रहलाद भाई सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

नई दिल्ली। केन्द्रीय मानवाधिकार संगठन,नई दिल्ली की ओर से बालगन्धर्व नाट्य मंदिर पुणे में आयोजित सम्मान समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ पुणे बाणेर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. त्रिवेणी बहन को संगठन के अध्यक्ष डॉ. मिलिंद दहिवले द्वारा 'लाइफ प्राइड अवॉर्ड' से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर त्रयंम्बकेश्वर से आईं जानी मानी एस्ट्रोलॉजिस्ट सानिया कुलकर्णी गिस्ता, ब्र.कु. जीतू भाई,मा.आबू तथा समाज के लिए विभिन्न क्षेत्रों में विशेष कार्य करने वाली महान हस्तियां भी उपस्थित रहीं।

नामपुर-महा.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर श्री हरि शैक्षणिक सांस्कृतिक और सामाजिक संस्थान नामपुर की ओर से शरद नेरकर व स्नेहलता नेरकर ने ब्रह्माकुमारीज़ की सात बहनों मालेगांव की ब्र.कु. शकुंतला बहन, मालेगांव कैम्प की ब्र.कु. ममता बहन, सटाना की ब्र.कु. अंजू बहन, मनमाड की ब्र.कु. शीतल बहन, देवला की ब्र.कु. दीपाली बहन, चांदवाड की ब्र.कु. अमृता बहन एवं नामपुर की ब्र.कु. मनिषा बहन को मोमेंटो, शॉल एवं श्रीफल भेंट कर सम्मानित किया।

रिश्तों में समझदारी का होना आवश्यक

रिश्तों का अर्थ क्या है? हम सोचते हैं कि रिश्ते वो हैं जो बाहर दिखते हैं। मतलब एक-दूसरे से कैसा व्यवहार करते हैं। एक-दूसरे के लिए क्या करते हैं। कितनी बार हमने अपने आपको ये कहते हुए सुना या दूसरे कह रहे होते हैं कि आपने इस रिश्ते के लिए क्या किया? सामने वाला कहेगा

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

मैंने रिश्ते के लिए यह किया, वो किया। पर रिश्ते में सच्ची समझदारी कैसे पैदा हो?

हम सबके जीवन में सबसे महत्त्वपूर्ण चीज़ हमारे रिश्ते हैं.. रिश्ते परिवार के साथ, मित्रों के साथ, सहकर्मियों के साथ। हम जो सोचते हैं, अनुभव करते हैं, जो बोलते हैं, जैसा व्यवहार करते हैं, वो वायब्रेशन यानी स्पंदन है, जो चारों ओर वातावरण में फैलती हैं। सामने वाला जो सोचता है, महसूस करता है, व्यवहार करता है वो उनकी वायब्रेशन है, जिसे वह पैदा करते हैं और जो हम तक पहुंचती है। ऊर्जा के रूप में जो आदान-प्रदान होता है, उसे हम रिश्ता कहते हैं। रिश्ता सिर्फ वो नहीं है, जो नाम से होता है। दो आत्माओं के बीच वायब्रेशन्स का आदान-प्रदान ही रिश्ता है।

क्या किया से ज़्यादा ज़रूरी है कैसा सोचा। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि आपकी तरफ से जैसे वायब्रेशन पैदा होते हैं, वही आपका रिश्ता बनाते हैं। रिश्तों में हमारा फोकस यह हो जाता है कि हमने एक-दूसरे के लिए क्या किया। लेकिन उससे भी ज़्यादा महत्त्वपूर्ण है कि हमने एक-दूसरे के लिये कैसा सोचा। ये समझदारी अगर हमारे भीतर आ जाए कि रिश्ता सिर्फ वो नहीं है, जो हम उनके लिए कर रहे हैं। रिश्ता वो होता है जो हम उनके लिए सोच रहे हैं। 'उन्होंने क्या किया' पर समाज का फोकस रहता है, उसके लिए क्या किया, हम उनके घर गए थे उन्होंने मेरे लिए क्या किया। मतलब हम उस पर फोकस करते हैं, जो दिखता है। चाहे परिवार के लिए, दोस्तों के लिए या रिश्तेदारों के लिए।

ये समझदारी अगर हमारे भीतर आ जाए कि रिश्ता सिर्फ वो नहीं है, जो हम उनके लिए कर रहे हैं। रिश्ता वो होता है जो हम उनके लिए सोच रहे हैं।

रिश्ते अगर सिर्फ 'किया' से बनते, मतलब हम एक-दूसरे के लिए क्या कर रहे हैं, तो आपको नहीं लगता कि हमारे रिश्ते मजबूत होते! क्योंकि हम सारे प्रयास अच्छे रिश्तों के लिए ही तो कर रहे हैं। इतना करने के बाद और अपना पूरा जीवन उस रिश्ते में लगा देने के बाद ये महसूस करते हैं कि ये रिश्ता उतना मजबूत नहीं है। ये छोटी-सी बात से हिलता क्यों है। ये छोटी-छोटी बातों में नाराज़ क्यों हो जाते हैं। इतना मैंने इनके लिए किया वो इनको याद नहीं रहता, ये छोटी-सी बात पकड़कर बैठे हैं। 'किया' पर इतना फोकस है कि हमें लगता है कि इतना करने के बाद भी रिश्ता मजबूत नहीं है।

आज यह प्रयोग करके देखें

थोड़ा-सा मन को अतीत की तरफ ले जाएं और किसी भी एक रिश्ते को तलाशें, जिसमें आपको लगता है कि सद्भाव, खूबसूरत ऊर्जा का बहाव होना चाहिए, पर किसी कारणवश वैसा हो नहीं पा रहा है। कोशिश बहुत कर रहे हैं, मेहनत बहुत कर रहें हैं, लेकिन पता नहीं, फिर कोई नासमझी, फिर कोई बात, फिर से कोई नाराज़गी, दर्द से टीस उठती है। उस रिश्ते में जाकर, उस व्यक्ति के लिए अपने मन के पास आइए। आप ये नहीं देखिए कि आपने उनके लिए क्या-क्या किया है। सबसे पहली चीज़, ध्यान कीजिए कि उनके लिए वो सब करते हुए हमारे मन की स्थिति कैसी थी। माता-पिता और बच्चों के बीच का खूबसूरत रिश्ता देखिए। निःस्वार्थ भाव, सेल्फलेस गिविंग। पिता को बदले में कुछ नहीं चाहिए होता है।

हमारा सारा ध्यान शब्दों पर होता है। छोटी-छोटी बातों पर इतनी उम्मीदें होती हैं कि पूरी नहीं होने पर हम दुःखी होते हैं। हमें लगता है कि इतना करने के बाद भी रिश्ते मजबूत नहीं हैं। पर रिश्ते तो ऊर्जा का आदान-प्रदान हैं। रिश्ता सर्वप्रथम आत्मा के साथ होता है।

पिता सिर्फ देता और देता है। ये बहुत ही सुंदर निःस्वार्थ रिश्ता है, लेकिन जब हम इतनी मेहनत कर रहे हैं, ऐसे में कोई भी आपसे पूछे कि आप इतनी मेहनत क्यों करते हो, थोड़ा रेस्ट करो ना। पर आप कहेंगे कि परिवार के लिए, अपने घर के लिए इतना कर रहे हैं और फिर भी बच्चे नाराज़ हो जाते हैं। सम्मान नहीं करते हैं, हमारे साथ वक्त नहीं बिताते हैं, अपनी ही दुनिया में रहते हैं, हमारी तरफ ध्यान नहीं देते हैं। हमने छोटी-छोटी बातों पर इतनी उम्मीदें बांध ली हैं कि वे पूरी नहीं होती और हम व्यथित हो जाते हैं। जब हम चिंतन करते हैं कि मैंने इतना किया, ये अभी भी मुझसे संतुष्ट नहीं हैं। सामने संतुष्टि दिखाई नहीं दे रही है। मैं क्या करूं इनके लिए, जिससे ये संतुष्ट हो जाएं? और हम कभी-कभी उनको कह भी देते हैं अब हम आपके लिए और क्या करें। आप तो खुश ही नहीं होते हैं इतना सब करने के बाद भी। तो यह रिश्तों पर सवाल खड़े करना है। ध्यान रखिए रिश्ते उम्मीद से नहीं निःस्वार्थ होकर चलते हैं।

कोहिमा-नागालैंड। नये मुख्यमंत्री नेफियू रियो को गुलदस्ता भेंट कर बधाई देने के पश्चात् साथ हैं ब्र.कु. रूपा बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं अन्य जिलों के सेवाकेन्द्रों की निदेशिका।

वडोदरा-मंगलवाड़ी(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी के द्वितीय पुण्य स्मृति दिवस पर अपने श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए ब्र.कु. राज दीदी, ब्र.कु. सविता बहन, बेला बहन, डॉ. राजेश भाई, हरी भाई, ब्र.कु. सरिता बहन तथा ब्र.कु. सुनीता बहन।

माउण्ट आबू। हैदराबाद से बाइक पर भारत भ्रमण करने निकले 72 वर्षीय रमेश बाबू 32,500 कि.मी. का सफर तय करके पाण्डव भवन,माउण्ट आबू पहुंचे जहाँ उनका स्वागत करने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ उपस्थित हैं ब्र.कु. रवि भाई, ब्र.कु. जीतू भाई, ब्र.कु. शशिकांत भाई, ब्र.कु. दीपा बहन,मुम्बई, ब्र.कु. सुरेन्द्र भाई तथा अन्य।

सारंगपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'श्रेष्ठ कर्म और न्याय' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में न्याय विभाग के सीनियर एडवोकेट ओ.पी. विजयवर्गीय, अनिल गुप्ता, संतोष पुष्पद, ओम पुष्पद, अमित दुबे, समस्त पत्रकार बंधु गण, नगर के वरिष्ठ धार्मिक संस्था महादेव मित्र मंडल के सदस्यगण सहित अन्य अतिथियों को ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. मधु बहन।

मुम्बई-घाटकोपर। बोचासनवासी अक्षर पुरुषोत्तम स्वामी-नारायण संस्था के धुले,महाराष्ट्र स्थित श्री स्वामीनारायण मंदिर में जाने पर मंदिर में आने वाले भक्तों एवं मंदिर के गुरुकुल स्कूल के युवा शिष्यों के बीच गुलदस्ता भेंट कर उनका सम्मान करते हुए स्वामीनारायण मंदिर के कोठारी महाराज श्री आनंद जीवन स्वामी जी।

सैलाना-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर 'खुशहाल महिला-खुशहाल परिवार' कार्यक्रम में 10 पार्षद बहनों के सम्मान के पश्चात् समूह चित्र में नामली नगर परिषद अध्यक्ष अनीता परिहार, सैलाना नगर परिषद अध्यक्ष अंशु पाटीदार, नामली नगर परिषद उपाध्यक्ष पूजा योगी, ब्र.कु. अनीता बहन, ब्र.कु. सविता बहन, ब्र.कु. रजनी बहन तथा अन्य।

पूर्णा-परभणी(महा.)। डॉ. एस.डी. मोरे,डायरेक्टर एवं डीन,कृषि सेवा केन्द्र,पोखरणी,नांदेड़ को सात दिवसीय राजयोग कोर्स कराने के पश्चात् ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रणिता बहन।

पुणे-सांगवी(महा.)। गुढ़ी पाडवा के अवसर पर संस्कृति संवर्धन व विकास महासंघ,सांगवी विभाग की ओर से आयोजित भव्य शोभायात्रा में ब्रह्माकुमारीज़ एवं अन्य पारंपरिक संस्थाओं को शामिल होने का निमंत्रण दिया गया। जिसके पश्चात् इस शोभायात्रा में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विशेष शिवलिंग की स्थापना की गई एवं ब्र.कु. भाई-बहनों द्वारा कलश लेकर एवं शिव ध्वज लहराते हुए जन-जन को 'राजयोग द्वारा सुख और शांति' का संदेश दिया गया। इस शोभायात्रा में 100 संस्थाओं ने भाग लिया। सभी संस्थाओं के प्रमुख कार्यकर्ता, गणमान्य नागरिक, नगरसेवक व सामाजिक कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

बिलासपुर-शुभम विहार(छ.ग.)। राष्ट्रीय महिला आयोग की अध्यक्षा रेखा शर्मा एवं सरोज पांडे को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरिता बहन तथा अन्य।

परमात्म ऊर्जा

अपने स्वरूप, स्वदेश, स्वधर्म, श्रेष्ठ कर्म, श्रेष्ठ स्थिति में रहते हुए चलते हो? क्योंकि वर्तमान समय इसी स्व स्थिति से ही सर्व परिस्थितियों को पार कर सकेंगे अर्थात् 'पास विद ऑनर' बन सकेंगे। सिर्फ स्व शब्द ही याद रहे तो स्व स्वरूप, स्वधर्म, स्वदेश ऑटोमेटिकली याद रहेगा। तो क्या एक स्व शब्द याद नहीं रह सकता? सभी आत्माओं को आवश्यकता है स्व स्वरूप और स्वधर्म में स्थित कराते स्वदेशी बनाने की। तो जिस कर्त्तव्य के लिए निमित्त हो अथवा जिस कर्त्तव्य के लिए अवतरित हुए हो, तो क्या कोई कर्त्तव्य को व अपने आपको जानते हुए, मानते हुए भूल सकते हैं क्या? आज कोई लौकिक कर्त्तव्य करते हुए अपने कर्त्तव्य को भूलते हैं? डॉ. अपने डॉक्टरी के कर्त्तव्य को चलते-फिरते, खाते-पीते, अनेक कार्य करते हुए यह भूल जाता है क्या कि मेरा कर्त्तव्य डॉक्टरी का है? तुम ब्राह्मण, जिन्हों का जन्म और कर्म यही है कि सर्व आत्माओं को स्व-स्वरूप, स्वधर्म की स्थिति में स्थित कराना, तो क्या ब्राह्मणों को व ब्रह्माकुमार-कुमारियों को यह अपना कर्त्तव्य भूल सकता है? दूसरी बात- जब कोई वस्तु सदाकाल साथ, सम्मुख रहती है वह कभी भूल सकती है? अति समीप ते समीप और सदा साथ रहने वाली चीज़ कौन-सी है? आत्मा के सदा समीप और सदा साथ रहने वाली वस्तु कौन-सी है? शरीर व देह, यह सदैव साथ होने कारण निरन्तर याद रहती है ना! भुलाते हुए भी भूलती नहीं है। ऐसे ही अब आप श्रेष्ठ आत्माओं के सदा समीप और सदा साथ रहने वाला कौन है? बापदादा सदा साथ, सदा सम्मुख है। जबकि देह जो साथ रहती है वह कभी भूलती नहीं, तो बाप इतना समीप होते हुए भी क्यों भूलता है? वर्तमान समय कम्पलेन क्या करते हो? बाप की याद भूल जाती है। बहुत जन्मों के साथ रही हुई वस्तु देह व देह के सम्बन्धी नहीं भूलते तो जिससे सर्व खज़ानों की प्राप्ति होती है और सदा पास है वह क्यों भूलना चाहिए? चढ़ाने वाला याद आना चाहिए व गिराने वाला? अगर ठोकर लगाने वाला भूल से भी याद आयेगा तो उनको हटा देंगे ना! तो चढ़ाने वाला क्यों भूलता है? जब ब्राह्मण अपने स्व स्थिति में, स्व स्मृति में व श्रेष्ठ स्मृति में स्थित रहें तो अन्य आत्माओं को स्थित करा सकेंगे।

सिंगरौली-विंध्यनगर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा एनसीएल के निगाही क्षेत्र में वार्षिक खान सुरक्षा सप्ताह एवं पारितोषिक वितरण समारोह के अवसर पर 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य सुरक्षा, व्यसन मुक्ति एवं आध्यात्मिक सशक्तिकरण प्रदर्शनी' का आयोजन किया गया। इस दौरान महानिदेशक,खान सुरक्षा महानिदेशालय,सीएमडी एनसीएल, उपमहानिदेशक खान सुरक्षा,गाज़ियाबाद,निदेशक मंडल एनसीएल, डीएमएस वाराणसी, जेसीसी सदस्य, सीएमओएआई महासचिव एवं सासन पॉवर के प्रतिनिधियों ने प्रदर्शनी अवलोकन के साथ-साथ उद्घाटन भी किया।

कथा सरिता

सक्सेस के लिए प्रयास ज़रूरी

शहर की एक कॉलोनी में एक बुजुर्ग कपल अंकल और आंटी रहते थे। उस कॉलोनी को बने अभी थोड़ा समय ही हुआ था इसीलिए उसमें 4 से 5 ही घर बसे हुए थे। इनका बेटा इन्हें छोड़कर अपनी पत्नी के साथ विदेश में रहता था क्योंकि पत्नी ये नहीं चाहती थी कि वह घर पर रहकर अपने सास-ससुर की मदद करे।

ये बुजुर्ग अंकल और आंटी जिस कॉलोनी में रहते थे उन्हें हमेशा से यह डर रहता था कि कहीं कोई घटना ना हो जाये इसलिए वे ज़्यादा घर से बाहर नहीं निकलते थे। लेकिन उनका यह रूटीन था कि वह हर सुबह सूरज निकलने के बाद टहलने के लिए निकल जाते थे।

एक दिन दोनों रोज़ की तरह ही सुबह को टहलने निकले थे,उन्होंने देखा कि एक लड़का तेजी से साइकिल चलाता हुआ जा रहा था और उस साइकिल के पीछे एक फावड़ा बंधा हुआ था लेकिन उन्होंने ज़्यादा ध्यान नहीं दिया और चले गए।

दूसरे दिन उसी समय फिर से वह लड़का दिखा और उसी तरह तेजी से साइकिल चलाता जा रहा था, इसी तरह तीसरे और चौथे दिन भी वह लड़का दिखा।

पाँचवे दिन आंटी जी ने अंकल जी से पूछा कि ये लड़का हर रोज़ सुबह इसी समय तेजी से साइकिल चलाते हुए जाता है मुझे लगता है कि कुछ गड़बड़ है कहीं ये लड़का कोई गलत काम करने तो नहीं जा रहा है।

लेकिन अंकल जी ने मना कर दिया कि जा रहा होगा कहीं हमसे क्या, परन्तु आंटी जी बोली हमको देखना चाहिए कि हमारी कॉलोनी में कोई गड़बड़ तो नहीं। अंकल जी बोले ठीक है अगले दिन हम इस लड़के का पीछे करेंगे और देखेंगे कि ये जा कहाँ रहा है।

अगले दिन सुबह को फिर से वो लड़का तेजी से साइकिल चलाता निकला और उनके पीछे अंकल और आंटी जी भी गये। उन्होंने देखा कि थोड़ी दूर जाने के बाद उस लड़के ने एक पेड़ के पास साइकिल खड़ी कर दी, उसी पेड़ के पास थोड़ी-सी खाली ज़मीन पड़ी थी और उसे वो खोदने लगा।

अंकल और आंटी जी कुछ देर तक देखते रहे कि ये लड़का क्या कर रहा है लेकिन लड़का ज़मीन खोदे जा रहा था कुछ देर बाद उन्होंने लड़के से पूछा कि आप ये ज़मीन क्यों खोद रहे हो?

लड़के ने मुस्कुराते हुए कहा कि अंकल जी मैं आप दोनों को रोज़ देखता हूँ लेकिन आपको मुझसे डरने की ज़रूरत नहीं और यहाँ ज़मीन इसलिए खोद रहा हूँ कि मेरी नयी-नयी नौकरी लगी है।

अंकल ने पूछा कहाँ नौकरी लगी है ऐसा कौन-सा काम है जिसमें ज़मीन खोदनी है।

लड़के ने कहा मैं बड़े दिन से बेरोज़गार था फाइनली मुझे फार्म हाऊस में काम मिला है और उन्हें ऐसे लड़के की ज़रूरत है जिसे काम करने का अनुभव हो और मेरे पास कोई भी अनुभव नहीं है इसलिए मैं रोज़ यहाँ फावड़ा लेकर आता हूँ और ज़मीन खोदने की प्रैक्टिस करता हूँ ताकि जैसे ही नौकरी पर काम शुरू हो उसमें हमें निकाल ना दिया जाये इसलिए रोज़ाना मेहनत कर रहा हूँ कोशिश कर रहा हूँ।

उस लड़के की बात सुनने के बाद अंकल और आंटी जी ने लड़के को आशीर्वाद दिया और बोला बहुत ही बढ़िया बात है, प्रयास ही ज़िंदगी में सबकुछ है। यह छोटी-सी कहानी ज़िंदगी में बहुत बड़ी बात सिखाती है।

बीती बातों को भूल आगे की सुध लें...

एक बार की बात है एक राजा के पास बड़ा सुन्दर विशाल महल था और उस विशाल महल में एक सुंदर-सा बगीचा था। उस सुन्दर से बगीचे में एक माली था और अंगूरों की बेल थी। माली इस बात से परेशान था कि अंगूरों की बेल पर रोज़ाना एक चिड़िया आकर के आक्रमण करती थी। और कुछ इस तरीके से वो आक्रमण करती थी जिससे कि जो मीठे-मीठे अंगूर थे उसे तो खा लेती थी और जो अधपके थे, खट्टे थे उसे ज़मीन पर गिरा देती थी।

माली इस बात से बड़ा परेशान चल रहा था कि इन अंगूरों की बेल को ये चिड़िया एक दिन तबाह कर देगी, नष्ट कर देगी। उसने बहुत कोशिश की, लेकिन उसको कोई उपाय मिला नहीं तो वो राजा के पास पहुंचा और कहा मालिक,हुकुम आपही कुछ कीजिये मुझसे कुछ हो नहीं पा रहा है। अंगूरों की बेल कभी भी खत्म हो सकती है। राजा ने कहा माली साहब आप चिंता मत कीजिये आपका काम मैं करूँगा।

अगले दिन राजा खुद वहाँ पहुंचे और अंगूरों की बेल के पीछे जाकर छुप गए और जैसे ही चिड़िया आई राजा ने फुर्ती दिखाते हुए चिड़िया को पकड़ लिया।

जैसे ही चिड़िया को पकड़ा चिड़िया ने राजा से कहा हे राजन, मुझे माफ करना मुझे मत मारो मैं आपको चार ज्ञान की बातें बताउंगी। राजा बहुत गुस्से में था, राजा ने कहा पहली बात बताओ चिड़िया ने कहा अपने हाथ में आए शत्रु को कभी भी जाने न दें।

राजा ने कहा दूसरी बात बता- चिड़िया ने कहा कभी भी असंभव बात पर यकीन न करें। राजा ने कहा बहुत हो गया ड्रामा तीसरी बात बताओ- चिड़िया ने कहा बीती बात का पछतावा न करें।

राजा ने कहा अब चौथी बात बता- अब खेल खत्म करता हूँ। बहुत देर से परेशान कर रखा है।

चिड़िया ने कहा राजा साहब अपने जिस तरीके से मुझे पकड़ रखा है मुझे साँस नहीं आ रहा, आप मुझे थोड़ी-सी ढील देंगे तो शायद मैं आपको चौथी बात बता पाऊं, राजा ने हल्की-सी ढील दी। और चिड़िया उड़ करके डाल पर बैठ गई। चिड़िया ने कहा मेरे पेट में दो हीरे हैं ये सुन करके राजा पश्चाताप करने लगा और उदास हो गया। राजा की ये शक्ल देख कर चिड़िया ने कहा-राजा साहब मैंने जो आपको अभी चार ज्ञान की बातें बताईं थी पहली बात बताई थी, अपने शत्रु को कभी हाथ में आने के बाद छोड़ें नहीं,

आपने हाथ में आए शत्रु यानी मुझे छोड़ दिया। दूसरी बात, असम्भव बात पर यकीन न करें। आपने यकीन कर लिया कि मेरे छोटे से पेट में दो हीरे हैं।

तीसरी बात, बीती हुई बात पर पश्चाताप न करें। आप उदास हैं आप पश्चाताप कर रहे हैं। जबकि मेरे पेट में हीरे है ही नहीं। उसको सोच करके आप पश्चाताप कर रहे हैं।

उस चिड़िया ने राजा को नहीं हम सबको भी बताया कि ज़िंदगी में जो हो गया, आपका उसपर कंट्रोल नहीं है, लेकिन जो होगा उसको आप बदल सकते हैं।

'योग' याद की यात्रा है

ज्ञान के सम्बंध में परमात्मा ने अलग-अलग प्रकार से हमें बताया है। जैसे कभी बाबा ने कहा है, ज्ञान रोशनी है, जैसे रोशनी में हम चीज़ों को ठीक तरह से देख सकते हैं, वैसे ही ज्ञान होने से हम इस विश्व को, शरीर में विराजमान आत्मा को, कर्मों के सिद्धांत को अच्छी तरह जान सकते हैं। तीसरा नेत्र खुल जाता है, इसलिए ज्ञान को तीसरा नेत्र भी कहा जाता है। यह ज्ञान औषधि भी है, आत्मा को जो विकारों के रोग लगे हुए हैं, वो समाप्त हो जाते हैं। इस प्रकार अलग-अलग समय बाबा ने ज्ञान की अलग-अलग परिभाषा दी है। इन सभी को ध्यान में रखना बहुत ज़रूरी है। इसलिए बाबा कहते हैं, ज्ञान के हरेक प्वाइंट अनमोल रत्न हैं, अविनाशी रत्न हैं। इस बात को याद रखने से हम कोई प्वाइंट मिस नहीं करेंगे। क्योंकि वो मूल्यवान चीज़ है। केवल रत्न ही नहीं हैं बल्कि वो अपने भविष्य का जीवन है। उससे हमें अनेक जन्मों तक सुख, शांति, पवित्रता और सम्पत्ति की प्राप्ति होती है।

इसी तरह बाबा ने कहा है कि याद एक यात्रा है। आमतौर पर बाबा कहते हैं कि 'योग' शब्द कठिन है। अब आप योग शब्द कहते हैं तो लोग समझते हैं कि यह कठिन है। भगवान से योग लगाना, यह तो बड़ा कठिन काम है। इसी संदर्भ में आपको 'टेढ़ी खीर' की कहानी का ज़िक्र करना उचित होगा। किसी व्यक्ति का एक दोस्त था। वो जन्म से अंधा था। बहुत दिनों के बाद एक दफा आपस में मिले तो उसने दोस्त को कहा कि मेरे पास आना। अंधे दोस्त ने कहा, क्या करोगे? दूसरे ने कहा, तुम्हारी खातिरी करूंगा, महफिल करूंगा, खिलाऊंगा, पिलाऊंगा। उसने कहा, अच्छा क्या खिलाओगे बताओ? उसने कहा, खीर खिलाऊंगा। अंधे दोस्त ने पूछा, खीर क्या होती है? उसने कहा, सफेद होती है। जन्म से अंधा होने के कारण उस बिचारे को क्या पता कि सफेद क्या होता है। उसने पूछा, सफेद कैसी होती है? उसने कहा, जैसे बत्तख होती है। और ज़्यादा कठिन कर दिया उसके लिए। उस बिचारे को बत्तख क्या होती है वह भी पता नहीं था। फिर उसने प्रश्न पूछा, बत्तख कैसी होती है? दोस्त ने उसका हाथ पकड़कर उसको टेढ़ा मोड़कर दूसरा हाथ उसपर रखा और कहा कि बत्तख ऐसी होती है। फिर उसने कहा, ना भाई, मैं ऐसी टेढ़ी खीर नहीं खाऊंगा, वो तो मेरे गले में ही फंस जायेगी।

बाबा कहते हैं, योग शब्द जब आप कहते हो तो लोग इसे कठिन समझते हैं। कहते हैं, यह तो हमारे वश का नहीं है। जब उसको

'याद' कहते हैं, तो सरल समझते हैं क्योंकि याद तो स्वाभाविक है। बच्चा भी अपनी माँ को याद करता है। उसको कोई सिखाता है क्या? माँ को याद करना उसके लिए सहज और स्वाभाविक होता है। अगर हमें मालूम हो कि शिव बाबा से हमारा क्या सम्बंध है, उससे क्या प्राप्ति होती है, और परमात्मा की याद के क्या लाभ हैं, तो 'याद' सहज है। इस ज्ञान में अधिक लोग भक्ति मार्ग के आते हैं। जो ज्ञान में आते हैं तो भक्ति का अंत होता है, क्योंकि ज्ञान की प्राप्ति हो जाती है। भक्ति का फल है ही ज्ञान।

भक्त लोग तो यात्रा में लगे रहते हैं कि इस बार हरिद्वार चलेंगे, अगली बार फलानी जगह जायेंगे। इन बातों को ध्यान में रखते हुए बाबा ने कहा है कि 'योग एक यात्रा' है। बहुत सरल बना दिया। क्योंकि यात्रा में भक्तों की रुचि होती है। वे समझते हैं कि यात्रा करने से पाप समाप्त होते हैं। वहां महान लोगों के दर्शन होते हैं। जहाँ पर महान व्यक्ति होते हैं, वो पवित्र स्थान होता है। वहां पर जाने से हमें भी अच्छे संकल्प आयेंगे। जीवन अच्छा बनेगा।

किसी को योग सिखाना है तो उस व्यक्ति को प्रेरित करना पड़ता है। जिस चीज़ में जिसकी रुचि हो, उसको वो बात बतानी पड़ती है ताकि वो उसमें दिलचस्पी ले। ज्ञान की प्राप्ति के लिए जिज्ञासा ज़रूरी है। जिसको भूख ही नहीं लगी हो, वो खायेगा कैसे! प्यास ही नहीं लगी हो तो पानी कैसे पियेगा! पहले व्यक्ति को जाग्रत करना पड़ता है। जिसको भूख ही नहीं लगी हो, उसको खिलाना तो है ही ताकि उसको कमज़ोरी न आये। इसलिए पहले उसको ऐसी दवाई देते हैं कि उसकी भूख जाग्रत हो। जिससे उसको कुछ खाने की इच्छा हो। इस प्रकार योग के बारे में, ज्ञान के बारे में अलग-अलग समय पर उनकी अलग-अलग उपमायें बाबा ने दी हैं। उनके अलग-अलग विश्लेषण और विवरण दिये हैं। उन सबको याद रखना ज़रूरी है। ज्ञान की दृष्टि से देखा जाये तो यह हमारा ईश्वरीय विश्वविद्यालय सारे विश्व का आध्यात्मिक विश्वविद्यालय है। जहाँ आध्यात्मिक उच्च शिक्षा प्राप्त होती है, कायदेसिर, सुसम्बद्ध रूप से और इस शिक्षा से उच्च प्राप्ति होती है। यह तो यूनिवर्सिटी है जहाँ 'यूनिवर्सल नॉलेज' मिलता है। तो बाबा ने योग को हमारे लिए इतना सहज कर दिया कि योग न कहो, याद कहो। याद करना मनुष्य के लिए सहज है। तो बाबा ने ज्ञान, योग से सम्बंधित जो भी बातें कही हैं उनको अर्थ सहित, यथार्थ रूप में जानना भी, समझना भी और उसका स्वरूप भी बनना है।

मुम्बई-सांताक्रूज़। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा भुजबल नॉलेज सिटी,एमईटी लीग ऑफ कॉलेजेस ऑडिटोरियम,बांद्रा मुम्बई में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य वक्ता जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी बहन ने 'पॉवर ऑफ फेथ एंड ब्लेसिंग्स' विषय पर सभा में उपस्थित 800 से अधिक लोगों को सम्बोधित किया। इस मौके पर ब्र.कु. मीरा दीदी,सांताक्रूज़ सबज़ोन इंचार्ज, ब्र.कु. कमलेश बहन,सांताक्रूज़ ईस्ट सेंटर इंचार्ज, पंकज भुजबल,एमएलए एंड ट्रस्टी ऑफ द एमईटी इंस्टीट्यूट, रेनू हंसराज,कॉर्पोरेटर,जुहू, मोहन चंदावर्कर,एमडी-एफडीसी, डीसीपी गजानन जी, अशोक मोहनानी, प्रकाश कोठारी,ट्रस्टी ऑफ केईएस,महावीर हॉस्पिटल,सोमानी फैमिली तथा एक्ट्रेस ईरा दुबे सहित अन्य गणमान्य लोग शामिल रहे।

इंदौर-वेंकटेश नगर(म.प्र.)। शिवदर्शन झाँकी के उद्घाटन पश्चात् समूह चित्र में इंदौर क्षेत्र क्र.1 के विधायक संजय शुक्ला, कांग्रेस नेता मंजीत टुटेजा, समाजसेवी संतोष वाधवानी, राजेंद्र मित्तल, राजू गुप्ता, ब्र.कु. जयंती दीदी, ब्र.कु. सुजाता बहन, ब्र.कु. कविता बहन तथा अन्य।

सूरतगढ़-राज.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं डॉ. स्वाति सारस्वत, नशा मुक्ति आंदोलन की अध्यक्षा पूजा छाबड़ा, इनरव्हील क्लब की अध्यक्ष परविन्दर कौर, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी बहन एवं नारी उत्थान केन्द्र की अध्यक्षा राजेश बहन।

नामली-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर 'खुशहाल महिला-खुशहाल परिवार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में महिलाओं का सम्मान करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. संगीता बहन।

गांधीनगर से.28-गुज.। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में दर्द से पीड़ित मरीज़ों के लिए पेन स्पेशलिस्ट एम.डी. डॉ. राजीव हर्षे द्वारा तीन निःशुल्क एक्यूपंचर सीरिज़ कैम्प का आयोजन हुआ। इस दौरान 87 ब्र.कु. भाई-बहनों को एक्यूपंचर द्वारा दर्द से राहत मिली। इस मौके पर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी एवं अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

बिलासपुर-टिकरापारा(छ.ग.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर माउण्ट लिटरा जी स्कूल में आयोजित सम्मान समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ की स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मंजू दीदी को सामाजिक एवं आध्यात्मिक क्षेत्र में विभिन्न योगदानों के लिए सम्मानित करते हुए प्रसिद्ध चिकित्सक एवं आईएमए के पूर्व अध्यक्ष डॉ. अभिजीत रायजादा एवं शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. श्रीकान्त गिरि। इस अवसर पर स्कूल के डायरेक्टर डॉ. विनोद तिवारी, डॉ. संजना तिवारी, प्राचार्य शुभदा जोगलेकर एवं स्कूल के अन्य शिक्षकगण उपस्थित रहे।

जबलपुर-रांझी(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के शिव शक्ति भवन सेवाकेन्द्र में संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी के पुण्य स्मृति दिवस पर अपने श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए ब्र.कु. गीता बहन, ब्र.कु. साधना बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

राजनांदगांव-छ.ग.। विप्र फाउण्डेशन, लायंस क्लब एवं अधिवक्ता संघ की ओर से सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पा बहन को शॉल श्रीफल एवं मोतियों की माला से सम्मानित करते हुए शारदा तिवारी, प्रकाश चंद सांखला एवं राजकुमारी शर्मा।

भोपाल-विवेकानंद कॉलोनी(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर 'स्वराज्य से स्वर्णिम भारत का निर्माण' विषयक कार्यक्रम में सभी मंदिरों के पंडित एवं आचार्यों को सम्मानित कर माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया गया। इस मौके पर राजयोगिनी ब्र.कु. मणि बहन सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

डॉक्टर हमेशा कहते हैं कि हम ट्रीट कर रहे हैं। लेकिन भगवान हमको क्योर करते हैं। इंग्लिश में एक शब्द है 'हेल्दी'। हेल्दी शब्द में दो शब्द जुड़े हैं, एक 'हील' जुड़ा है और एक 'दाई'। हील का मतलब होता है अपने को पूरी तरह से ठीक करना। दाई माना स्वयं के द्वारा स्वयं को ठीक करना। अब इन शब्दों से हम रोज़ खेलते हैं, सब सुनते हैं लेकिन हमारी इमोशनल हीलिंग का जो क्राइटेरिया है वो पूरी तरह से फुलफिल नहीं होता। हम सब जब कभी परेशान होते हैं, थोड़ा-सा भी दुःखी होते हैं तो मुस्कुराना बंद कर देते हैं, छोड़ देते हैं, और जैसे ही उस समय हमारे सामने कोई ऐसा आये जो बिल्कुल हीलिंग वाला है माना- एक छोटा-सा बच्चा, उदाहरण के लिए। वो मुस्कुराता हुआ आए और आप इतने स्ट्रेस में हों तो भी आपके चेहरे पर मुस्कुराहट आ जायेगी। तो मुस्कुराहट क्यों आई, क्योंकि आपने एक ऐसे चेहरे को देखा, एक ऐसे फेस को देखा जो मुस्कुरा रहा है। और उसको देखकर हमारे अंदर ऊर्जा पैदा हो गई। अब इस बात को लेकर ही हम आगे बढ़ते हैं।

इमोशनल हीलिंग

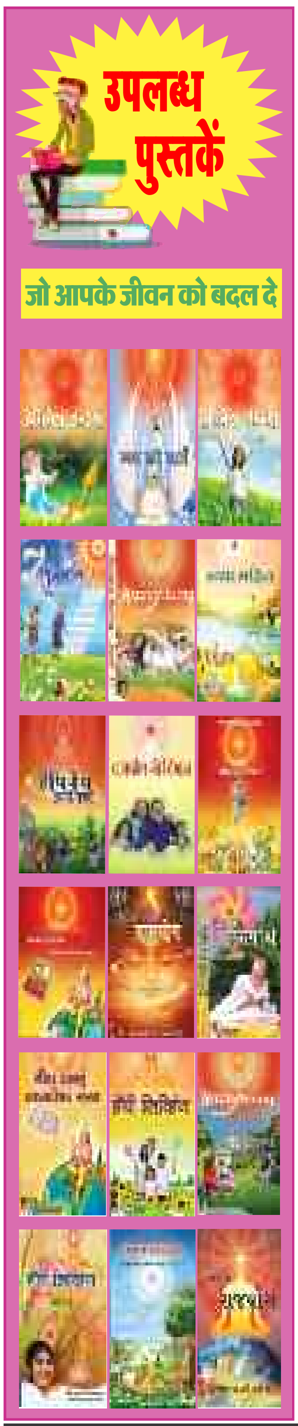
हम सभी को हर पल तो कोई ऐसा नहीं मिलता न जो हमें हील कर दे। लेकिन बच्चा हमको हील कैसे कर दे रहा है, सोचने का विषय है। इस दुनिया में हमारी ज़िंदगी हमको मिली थी किसी के काम आने के लिए, लेकिन वक्त सारा बीत रहा है पैसा कमाने के लिए। इन दो लाइनों को अगर आप सुनें, तो आप देखो हमारे स्ट्रेस का मुख्य कारण क्या है, एक है दिन-रात इच्छा कर रहे हैं, इच्छा पाल रहे हैं, डिज़ायर्स हमारी बढ़ रही हैं, तो हम अधिक से अधिक पैसा, धन इकट्ठा कर रहे हैं। लेकिन हम यूज़ उतना ही करते हैं जितना हमको ज़रूरत होती है। इसका मतलब अगर इस बात को थोड़ा-सा पलट दें, पलट दें का अर्थ यहां यह है कि मैं अगर नीडफुल लाइफ जीना शुरू करूं, माना जितनी आवश्यकता है उतना मुझे लेना है, तो क्या होगा, हमारा स्ट्रेस लेवल धीरे-धीरे कम हो जायेगा। इस दुनिया में लोग इमोशनल क्यों हो रहे हैं, क्योंकि वो बहुत ज़्यादा अटैच्ड हैं, अपने से नहीं दूसरों से।

सुबह से शाम तक काम करते हैं तो यही बोलते हैं कि मैं सुबह से लेकर शाम तक आपके लिए काम करने गया। अब ये ज़रूरी भी है। आपने परिवार बनाया है तो उनको आगे बढ़ाने के लिए काम तो करना ही पड़ेगा। लेकिन मैं ही इनका भाग्यविधाता हूँ, मैं ही इनको हमेशा ये सारी चीज़ें करके दे सकता हूँ, ये सोचना गलत है। क्योंकि जब हम अधिक से अधिक किसी और के लिए कर्म करते हैं तो ये वाला कर्म करने के बाद हमारे अंदर एक भाव और आ जाता है कि ये सभी भी हमारे लिए कुछ करें। माना मेरे इमोशन को, मेरी ऊर्जा को एक शुक्रिया के माध्यम से, थैंक्स के माध्यम से ये कहें कि आप हमारे लिए बहुत कुछ कर रहे हैं। लेकिन आज मानव अपने में इतना ज़्यादा मशगूल है, इतना ज़्यादा खोया हुआ है कि उसमें दूसरे के प्रति ये भाव आना मुश्किल लगता है। वो चाहता है कि मैं इनका थैंक्स करूं, लेकिन वो सोचता है कि इनको तो पता ही है। लेकिन अब हमें इस बात को चेक करना है।

इमोशन को हिंदी में भाव कहते हैं, भावना कहते हैं। तो हमारी भावना किसके लिए है ये चेक करो। हमारी भावना पैसे के लिए है, हमारी भावना रिश्ते के लिए, हमारी भावना वस्तुओं के लिए है या व्यक्ति के लिए है या उसकी खुशी के लिए। तो आप चेक करके पायेंगे कि हमारी ज़्यादातर भावना जो है वो मनुष्यों के लिए नहीं है। हमारी भावना वस्तु, पैसा या गैज़ेट्स के लिए हो सकती है लेकिन अगर मनुष्यों के लिए भावना सच में होती तो उनके लिए सबकुछ करने के बाद उनको अच्छा फील होता। नहीं तो आज हर घर की कंडीशन आप देख लीजिए, कोई कुछ भी गैज़ेट खरीद कर लाया, कुछ भी कर के लाया, किसी के लिए कुछ कर दिया उसने, मोबाइल दे दिया, कार दे दिया, तो उसको बार-बार कहता रहेगा, इतने पैसे लगे हैं इसमें, थोड़ा इसका ध्यान रखना। ऐसा नहीं कि गिरा देना। तो बेचारा वो उसे यूज़ करेगा तो सही लेकिन हमेशा यही सोचेगा कि इतनी बार ये बोल देते हैं इस चीज़ के लिए माना मेरे से ज़्यादा इम्पॉर्टेंट इनको धन लग रहा है, वस्तु लग रही है। यहीं से व्यक्ति इमोशनली वीक हो जाता है। कोई भी इसको अपने आप पर डालकर चेक कर सकता है। एक बार में किसी को कहो तो कोई नहीं मानेगा। सभी कहेंगे कि अरे, भावना है तभी तो हम कर रहे हैं। आपकी भावना निश्चित रूप से है तभी आप कर रहे हैं, लेकिन आपकी भावना गैज़ेट देने के बाद गैज़ेट से ज़्यादा है, जो दिया है उससे ज़्यादा है, जिसको दिया है, उसको सुख मिल रहा है या नहीं मिल रहा है इससे नहीं है। इसीलिए किसी के लिए इतना कुछ करने के बाद भी व्यक्ति अपने आप को हील नहीं कर पाता या सामने वाला हील नहीं हो पाता। मात्र एक कारण है कि हमने व्यक्ति को इम्पॉर्टेंस देना बंद कर दिया। हम चीज़ों को, बातों को नौकरी को, और-और चीज़ों को इम्पॉर्टेंस देने लगे। आप इस पर फिर से वापस आ जाओ, आपको जो बच्चे का एग्ज़ाम्पल दिया। तो आप पाओगे कि बच्चा आपके लिए कुछ नहीं कर रहा है, कुछ भी नहीं कर रहा है, सिर्फ आपको देखकर मुस्कुरा दे रहा है। फ्री ट्रीटमेंट ऑफ हीलिंग। आपकी हीलिंग हो जाती है। क्योंकि वो मुस्कुराहट को इम्पॉर्टेंस दे रहा है, वो आपको इम्पॉर्टेंस दे रहा है, आपके चेहरे को इम्पॉर्टेंस दे रहा है।

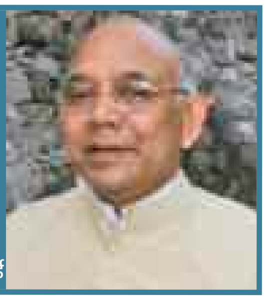
ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

मनुष्य की फितरत है कि मैं खुश रहूँ और वो यही चाहता है। किसी ने इसपर बहुत अच्छी बात भी कही है कि आजकल खामोश रहता है बारिश का पानी सुबह-सुबह, तब मुझे पता चलता है कि कागज़ के नाव चलाने वाले बड़े हो गये। तो आज अगर मुझे फिर से खुद को इमोशनली हील करना है या अपने आप को पूरी तरह से संजीदगी के साथ जीवन जिलाना है तो एक बच्चे के जीवन को अपनाना है। थोड़ी देर पहले नाराज़ हुआ, फिर खुश हो गया अपने आप में ही। दुनिया में हर चीज़ को खिलौने की तरह खेलता है फिर सो जाता है। लेकिन वो खिलौने हमारे लिए आज जी-का-जंजाल बन गये। जो कुछ घर में है वो खिलौना ही तो है, आज नहीं तो कल टूट जायेगा। उसमें इतना भी क्या दिल लगाना कि अपनी और अपनों की खुशी फीकी पड़ जाये!



मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई



प्रश्न : मेरा नाम विक्रम है। मैं विद्यालय से दस साल से जुड़ा हुआ हूँ। अभी कुछ ही दिन पहले मुझे पता चला है कि मेरे ऊपर शनि की दशा बैठ गई है, और उसके बाद राहू और केतु की जो दशा है मेरे ऊपर चढ़ जायेगी। जिससे आपकी हालत और भी बद से बद्दतर होती चली जायेगी, मौत भी आपकी हो सकती है और ये क्रम सात साल तक चलता रहेगा,ऐसा ज्योतिषी जी का कहना है। क्या इसका कोई समाधान हो सकता है?

उत्तर : ये जो दशायें हैं ये और कुछ नहीं ये वास्तव में मनुष्यों के कर्मों का इफेक्ट है। कोई भारी विकर्मों का फल सामने आ रहा है। लेकिन इन सबको पार किया जा सकता है। देखिए पहली चीज़ तो है भय कि सात साल! सात साल भले ही लम्बा समय हो लेकिन राजयोग इन सबका समाधान देता है। अब ईश्वरीय ज्ञान आपके पास है। और बाबा की एक बात पर आप विश्वास करें भगवान ने जो वचन बोल दिए वो परम सत्य हैं। एक ज्योतिषी ने बोल दिया कि तुम्हारे ऊपर राहू की दशा है। और भगवान ने बोल दिया कि तुम्हारे ऊपर वृक्षपति की दशा है,सबसे बड़ी दशा। दूसरा मैं आपको कहूँगा कि ये दशा आदि, जो भी निगेटिव चीज़ें जीवन में आती हैं फाइनली हम कर्मों की गति के अनुसार जानते हैं कि ये पास्ट के कर्मों का खेल चलता है। कभी विकर्म सामने हैं तो कभी पुण्य कर्म सामने हैं। एक घंटा सुबह और एक घंटा शाम को आप योग करें। एक शक्तिशाली योग जिसको हम ज्वाला स्वरूप योग कहते हैं। बीजरूप योग कहते हैं। और संकल्प करें कि जो भी विकर्म मेरे इन सात सालों में बाधक बन कर आ रहे हैं वो नष्ट हों। तो आपके सभी विकर्म नष्ट होते जायेंगे और आपका मार्ग क्लीयर होता जायेगा।

आपके मन में भारीपन फील हो सकता है, कुछ छोटी-मोटी दुर्घटनायें जीवन में हो सकती हैं लेकिन आप सेफ निकलते जायेंगे। दूसरा आपको सारा दिन प्रैक्टिस करनी है कि मेरे सिर पर सर्वशक्तिवान का वरदानी हाथ है। उसमें मैं सदा ही सुरक्षित हूँ और दो तीन स्वमान अपने पास रख लें। ताकि कोई समय का बुरा इफेक्ट आपके ऊपर होता है तो वो साथ-साथ समाप्त होता रहे। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं सम्पूर्ण प्रकृति का मालिक हूँ, मैं सम्पूर्ण क्रियेटर हूँ, मैं विघ्न विनाशक हूँ ये चारों स्वमान आप सारा दिन में याद करते रहें। और जैसा मैंने कहा सर्वशक्तिवान का वरदानी हाथ मेरे सिर पर है मेरे ऊपर तो बृहस्पति की दशा है। ये सब गुड फीलिंग करते हुए मुझे कुछ नहीं होने जा रहा है, मैं बिल्कुल सेफ हूँ। मेरे सात साल बहुत सुन्दर व्यतीत होंगे। रोज़ सवेरे उठकर ये सात बार याद करेंगे। क्योंकि सवेरे के संकल्प सब्कॉन्शियस माइंड कमांड के रूप में स्वीकार कर लेता है। कई बार ऐसा भी होता है जब हमारी ऐसी स्थिति होती है तो कुछ भी करने का मन नहीं होता, तो योग भी करने का मन नहीं होता है लेकिन हम एक घंटे को 4 भागों में बांट सकते हैं। 15 मिनट गाने सुनकर कर लें, अपने मन को फ्रेश कर लें। 15 मिनट पाँच स्वरूपों का अभ्यास करना है। तीसरे में हमें बाबा को सामने रखते हुए उससे बातें करनी हैं। बुद्धि को परमधाम में ले जाने की बात नहीं, सामने बाबा को देखें, बाबा के चित्र के सामने बैठ जायें और बात कर लें। और 15 मिनट भिन्न भिन्न तरह की ड्रिल कर लें। सूक्ष्म वतन में जायें बापदादा के सामने, उनसे तिलक लें, वरदान लें, सफलता की बात लें और फिर परमधाम में जायें। फिर अभ्यास करें कि मैं आत्मा भृकुटि में आ बैठी हूँ। ब्रेन में मेरी सारी शक्तियां फैल रही हैं, चारों ओर फैल रही हैं। धीरे-धीरे इम्प्रूवमेंट होने लगेगा और योग अच्छा हो जायेगा।

प्रश्न : मेरा नाम श्वेता है। मेरे पति अपनी माँ और बहन की हर बात मानते हैं और मेरी सही बात भी स्वीकार नहीं करते। और वो दोनों मेरे पति से मेरी शिकायत करती रहती हैं जिससे वे मुझे बुरी तरह डांटते हैं। शादी को 2 साल हो गये हैं लेकिन स्थिति ज्यों की त्यों बनी हुई है। कई बार विचार आता है कि क्या ऐसे ही जीवन भर मुझे सहना और झेलना पड़ेगा? कृपया बतायें क्या करूँ?

उत्तर : मैं अपनी सभी छोटी व बड़ी बहनों को कहना चाहूँगा देखिए परिवार में प्यार और अपनापन तो तभी हो सकता है जब ये जो शिकायत करने की आदत है ना या किसी को डोमिनेट करने का संस्कार है इससे थोड़ा बचें। अब नई लड़की आपके घर में बहू बनकर आ गई है तो उसको अपने में समाना है। हो सकता है उसकी भी कुछ गलती हो या उसमें कुछ कमज़ोरियां हो लेकिन मनुष्य ही गलती करता है कोई पशु-पक्षी तो गलती कर नहीं रहे हैं। मैं ये कहना चाहूँगा कि जो व्यवहार हम दूसरों से कर रहे हैं ये सृष्टि का सिद्धान्त है वो ही व्यवहार हमें भी प्राप्त होगा। अब उनको अपनी पत्नी को भी महत्त्व देना ही चाहिए क्योंकि एक परिवार से दूसरे परिवार में आना वहाँ एडजस्ट होना, संस्कार मिलन करना और अपनी एक छाप छोड़ना और बहुत सारी बातों को फेस करना, समाना और पुराने प्यार को या पुरानी बातों को भुलाना ये कोई सहज काम नहीं होता। इसलिए इसमें मनुष्य को बहुत सहयोग की आवश्यकता होती है। ऐसे में आपको चाहिए बहुत स्पिरिचुअल पॉवर। राजयोग में स्पिरिचुअलिटी में सिखाया जाता है कि हमारे वायब्रेशन्स दूसरों को बदल सकते हैं। तो स्पिरिचुअल नॉलेज के द्वारा उन तीनों को सुबह पाँच बजे जब तीनों सोये होंगे आप थोड़ा-सा राजयोग अभ्यास करेंगी 10 मिनट, योगाभ्यास माना सर्वशक्तिवान की किरणें मुझपर आ रही हैं, इन संकल्पों को रिपीट भी कर सकती हैं। मैं भगवान की संतान हूँ, मेरा जीवन बहुत सुखी है आपको मानस पटल से वो पर्दा हटाना पड़ेगा जो आपको उदास कर रहा है। जीवन भर ऐसा थोड़े ही है कि ऐसा ही रहेगा। परमात्म शक्तियों को अपने अन्दर लायेंगी, धारण करेंगी। फिर उन तीनों को आत्मा देखेंगी। ये तीनों आत्मायें हैं, भगवान के बच्चे हैं, बहुत अच्छे हैं। ये मेरे बहुत अच्छे फ्रेंड हैं, ये मेरे बहुत सहयोगी हैं, तीनों मुझे बहुत प्यार करते हैं। इसमें रोज़ सवेरे 10 मिनट टाइम लगायेंगी ना तो उनकी भावनायें, उनके विचार बदलेंगे, उनका व्यवहार बदलेगा और आपका जीवन बहुत सुखी हो जायेगा। लेकिन मैं आपको कहूँगा कि भविष्य में कभी भी आपको दूसरों से ऐसा व्यवहार नहीं करना है। ये सीख लेना है कि अगर हमसे कोई ऐसा व्यवहार कर रहा है तो हमें कैसा लग रहा है।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

ईर्ष्या और नफरत क्या होती...!!!

वरिष्ठ
राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

व्यर्थ संकल्प हमारी एनर्जी को नष्ट करते हैं, शांति पर आघात करते हैं, खुशियों पर ये प्रहार है, जो मनुष्य जितना अच्छा सोचता है वो स्वयं तो अच्छा बन ही जाता है। परंतु कार्य भी उसके अच्छे हो जाते हैं। सुचारू रूप से उसके काम-धंधे पूर्ण होते रहते हैं जैसे जो व्यक्ति शांत स्वभाव का है, जो व्यक्ति संतोषी है उसका भाग्य बहुत अच्छा होता जाता है। तो हम एक और चीज़ पर ध्यान दें कि कई मनुष्यों में बहुत ज़्यादा संकल्प चलते हैं ईर्ष्या-द्वेष के, नफरत के। दो साथी हैं, थोड़े समान हैं, एक आगे बढ़ रहा है, दूसरे को ईर्ष्या होती है। इसे लोग क्यों आगे बढ़ा रहे हैं, मुझे क्यों नहीं? मैं भी तो योग्य हूँ। लेकिन एक सूक्ष्म दृष्टा मनुष्य को अपने को गहराई से देखना चाहिए। अगर दूसरा व्यक्ति आगे बढ़ रहा है तो ज़रूर उसमें कुछ विशेष योग्यता है। कोई-कोई किसी को आगे बढ़ाते भी हैं, किसी को चांस भी आगे बढ़ा देते हैं। कई लोग ऐसे हैं चांस मिले तो अच्छा चिंतन हो जाता है, योग्यतायें बढ़ जाती हैं उनकी, और कुछ लोग ऐसे हैं जो अपनी योग्यताओं के आधार से अवसरों को प्राप्त करते हैं। हम ईर्ष्या-द्वेष की अग्नि में न जलें।

जो अच्छा कर रहा है उसकी महिमा किया करें, हम भी ऐसे ही कर पायेंगे, हमारी भी महिमा होने लगेगी। अवसर भी मनुष्य के सामने से रोज़ गुजरते हैं, लेकिन जो व्यक्ति दूसरों को देखने में लगा हुआ है, निगेटिव है वो अवसरों को देख ही नहीं पाता, अवसर उसके सामने से गुज़र जाते हैं बाद में उसे पता चलता है। इसलिए हमें न निगेटिव होना है, न व्यर्थ सोचना है। अपने को योग्य बनाते चलो, आगे बढ़ते चलो क्योंकि ईर्ष्या भी एक बहुत बड़ी अग्नि है जैसे काम, क्रोध की अग्नि है। जो हमारे अंदर की कई चीज़ों को जलाकर नष्ट कर देती है, मनुष्य को उदास कर देती है। ईर्ष्या के शिकार तो वे होते हैं जिनके पास ज्ञान बहुत कम होता है। सब आगे बढ़ें, हमारे इस संसार में जो भगवान की रचना है सभी सुखी हो जायें, ये शुभभावना हमें रखनी है। देखिये हमारे मंत्रों में तो पहली-पहली यही चीज़ें हैं ना! सभी निर्भय हो जायें, सबका कल्याण हो जाये, सब बहुत धनवान हो जायें, ऐसी दुनिया भी आने वाली है जिसमें सब धनवान हो जायेंगे। तो हमें ईर्ष्या से जनित जो संकल्प होते हैं उससे अपने को बचाना है। जब हम भावनायें अच्छी रखते हैं तो एक-दूसरे के सुंदर वायब्रेशन्स भी हमें आगे बढ़ने में बहुत मदद करते हैं।

हमारे मंत्रों में तो पहली-पहली यही चीज़ें हैं ना! सभी निर्भय हो जायें, सबका कल्याण हो जाये, सब बहुत धनवान हो जायें, ऐसी दुनिया भी आने वाली है जिसमें सब धनवान हो जायेंगे। तो हमें ईर्ष्या से जनित जो संकल्प होते हैं उससे अपने को बचाना है।

दूसरा नफरत, संसार में तो नफरत का बाज़ार आज बहुत गर्म है। घर-घर में नफरत फैली हुई है। मनुष्य एक-दूसरे के प्रति नफरत पैदा कर भी रहे हैं और सीखा भी रहे हैं नफरत करना। बहुत बुरी बात हो गई आजकल सम्बन्धों में और कईयों को अपने अंदर ही नफरत पैदा हो रही है दूसरे से। और इसके पीछे एक राज़ होता है दूसरों के अवगुण चित्त पर रख लेना। दूसरा कारण होता है कोई आपको बार-बार बुरा बोले, उस व्यक्ति का मुँह भी देखना नहीं चाहेंगे। नफरत हो जाती है उससे, किसी ने उसका ज़िक्र कर दिया तो आपके निगेटिव संकल्प बंद ही नहीं होंगे। नफरत होगी तुम्हें क्या पता, वो व्यक्ति कैसा है? बोलना शुरू कर देंगे। तो ये नफरत पारस्परिक सम्बन्धों में विष घोल रही है। पति-पत्नी के बीच नफरत, माँ-बाप और बच्चों के बीच नफरत, कुछ तो ऐसे भी केस सामने आते हैं। छोटे बच्चे माँ को देखना ही नहीं चाहते। बच्चा नौ-दस साल का है, नफरत करता है, बोलता भी बुरा-बुरा है- जैसे माँ उसकी शत्रु हो। ऐसे में हम सिखाते हैं माँ को, उनसे क्षमा-याचना करो। पूर्व जन्म का कोई हिसाब-किताब, कोई निगेटिव एनर्जी काम कर रही है यहाँ। ऐसी आत्मा ने आपके घर में जन्म ले लिया है। जिससे पूर्व जन्मों में आपके कर्मों का खाता बहुत बुरा है वो हिसाब लेने आया है और आप उसकी माँ होते भी उसे प्यार नहीं दे सकती हैं और वो आपका बच्चा होते भी आपसे वैसा लाड-दुलार प्राप्त नहीं कर सकता। तो हम अवगुणी दृष्टि को हटायें। कैसे हटायेंगे? एक सुंदर चिंतन करें। इस संसार में जितने भी मनुष्य करोड़ों-अरबों सभी भगवान की संतान हैं और सभी में कुछ-न-कुछ योग्यतायें, कुछ-न-कुछ विशेषतायें अवश्य हैं। हमें वो दिखती नहीं हैं वो हमारी गलती है।

शिवबाबा तो ऐसा कहा करते हैं कि मान लो किसी में सो अवगुण भी दिखायी दे रहे हैं ना आपको तो भी एक कोई विशेष गुण उनमें अवश्य होगा। मुझे अपने बचपन का एक अनुभव याद है। हमारे साथ ही एक माता काम करती थी। हाई ब्लडप्रेशर था तो गुस्सा बहुत करती रहती थी। सबको पता था सब उसको दूर-दूर ऐसा करते रहते थे। एक दिन एक बुजुर्ग व्यक्ति के साथ मैं घूमने गया था। उसने मुझे कहा तुम्हें दो लोगों का संग बहुत अच्छा मिला है। मैंने कहा कौन? एक उसी का नाम ले दिया। अब मैं कुछ कह तो नहीं पाया। मैंने कहा कैसे? अरे! ये आत्माएं जन्म से पवित्र रही हैं। हम जानते हैं। हम गृहस्थी हैं पवित्रता कितनी बड़ी बात है। तुम लोगों को शायद नहीं पता कुमारों को।

मेरी आँखें खुल गयी। ये जो पवित्र हैं उनका एक गुस्सा देखकर हम उनसे घृणा कर रहे हैं, नफरत कर रहे हैं। उस दिन से उसके लिए हमारे दिल में सम्मान पैदा हो गया। और हमारा सम्मान पैदा होते ही उसकी भावनाएं भी बदल गई। वो हम से प्यार से रहने लगी। तो इस तरह हम अपने व्यर्थ संकल्पों को समाप्त करें।

पन्ना-म.प्र.। होली के अवसर पर राज्य के कैबिनेट मंत्री ब्रजेन्द्र प्रताप सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सीता बहन।

गांधीनगर-गुज.। इन्दुमति फाउण्डेशन एवं गांधीनगर के सर्व प्रथम हिन्दी वेब न्यूज़ चैनल तसवीरें गांधीनगर की ओर से गांधीनगर के स्टाफ ट्रेनिंग कॉलेज हॉल,से.17 में आयोजित 'कराओके सुपर स्टार' सिंगिंग कॉम्पिटीशन का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ से.28 गांधीनगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कैलाश दीदी, कलागुरु हरेश राठोड़, साहित्य सभा के अध्यक्ष संजय थोरात तथा अन्य।

मुम्बई-घाटकोपर। ब्रह्माकुमारीज़ के योग भवन सेवाकेन्द्र,घाटकोपर सबज़ोन द्वारा इंडियन नेवी के लिए आयोजित 'सोल टॉक्स एंड होलिस्टिक वेलनेस' कार्यक्रम में ब्र.कु. जागृति बहन,योगा एंड वेलनेस एक्सपर्ट, राजीव पिशरोती,मैनेजमेंट कंसलटेंट व ब्र.कु. प्रमिला बहन,वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका एवं पूर्व बार्क साइंटिस्ट ने विभिन्न सत्रों को किया सम्बोधित। इस दौरान कमांडर प्रणव जोशी,मटेरियल ऑर्गनाइज़ेशन,मुम्बई एमओ-एमबी, सुनील कुमार तंवर,एमसीपीओ लॉजिस्टिक्स सहित 100 सेलर्स व डिफेन्स सर्विस कॉर्प्स के जवान उपस्थित रहे।

अम्बिकापुर-चोपड़ापारा(छ.ग.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में 'खुशहाल महिला-खुशहाल परिवार' विषय पर महिलाओं के लिए आयोजित संगोष्ठी में सरगुजा संभाग की सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी, एस.डी.एम. उदयपुर शिवानी जायसवाल, पूर्व सम्प्रेक्षण गृह अधीक्षिका वंदना दत्ता, के.आर. टेक्निकल कॉलेज की डायरेक्टर रीनू जैन, उप पुलिस अधीक्षक बहन महालक्ष्मी, सरस्वती शिशु मंदिर की प्राचार्या मीरा साहू, कल्याण अधिकारी छ.ग. शासन बानी मुखर्जी, समाजसेविका शिल्पा पाण्डे, कांग्रेस महिला जिला अध्यक्ष सीमा सोनी, बालिका गृह संचालिका मीरा शुक्ला, एम.एस.एस.वी.पी. सुमन द्विवेदी, स्त्री रोग विशेषज्ञ लता गोयल, नवापारा वार्ड पार्षद गीता प्रजापति, ब्र.कु. ममता बहन एवं शहर की गणमान्य महिलाओं सहित 300 लोग उपस्थित रहे।

रायपुर-शान्ति सरोवर(छ.ग.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित समारोह का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए रायपुर सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. सविता बहन, हेमचन्द यादव विश्वविद्यालय की कुलपति डॉ. अरुणा पल्टा, राज्य महिला आयोग की अध्यक्षा किरणमयी नायक, ब्र.कु. स्मृति बहन एवं डॉ. सीमा मेधानी। इस मौके पर ब्र.कु. अदिति बहन, ब्र.कु. रश्मि बहन सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

नवापारा-राजिम(छ.ग.)। डॉ. चरणदास महंत,अध्यक्ष,छत्तीसगढ़ विधानसभा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नारायण भाई एवं ब्र.कु. पुष्पा बहन।

धमतरी-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ एवं जल संसाधन मंत्रालय के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित 'जल जन अभियान' के शुभारंभ कार्यक्रम में रुक्तिमा यादव,मुख्य कार्यपालन अधिकारी,जिला पंचायत, बी.के. साहू,सहायक अभियंता,महानदी जलाशय परियोजना,जल संसाधन विभाग धमतरी, ब्र.कु. सरिता बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. नवनीता बहन, कामिनी कौशिक सहित अन्य गणमान्य लोग व ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

पानसेमल-म.प्र.। ज्ञान चर्चा के पश्चात् नगर अध्यक्ष शैलेन्द्र जगताप को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. दिलीप भाई,ओमशान्ति मीडिया,शांतिवन। साथ उपस्थित हैं पार्षदगण।

धार-म.प्र.। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव में शिव ध्वजारोहण के पश्चात् टी.आई. तेवर साहब को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सत्या बहन। इस मौके पर डॉ. लता चौहान, डॉ. प्रदीप रावत सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

जी-20 के अंतर्गत भारत सरकार एवं ब्रह्माकुमारीज़ के सहयोग से युवाओं के लिए वाई-20 सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन

रशिया, यूक्रेन, क्रीमिया एवं अन्य देशों के कलाकारों ने भारतीय संस्कृति की बिखेरी छटा

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। जी-20 के अंतर्गत भारत सरकार एवं ब्रह्माकुमारीज़ के सहयोग से युवाओं के लिए वाई-20 सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन ओआरसी के दादी प्रकाशमणि सभागार में हुआ। कार्यक्रम में रशिया, यूक्रेन, क्रीमिया एवं अन्य देशों के कलाकारों ने भारतीय संस्कृति की छटा बिखेरी। मेरा जूता है जापानी, ओआरसी की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कार्यक्रम के प्रति अपनी शुभकामनाएं व्यक्त करते हुए कहा कि आध्यात्मिकता ही एक ऐसा माध्यम है जो हमारे मूल स्वरूप को प्रत्यक्ष करता है। अमेरिका से आए ब्र.कु. केन ने कहा कि जब स्वयं के साथ हमारा बेहतर सम्बंध होता है तब ही प्रकृति और व्यक्ति से हमारे सम्बंध

देश रंगीला रंगीला, ऐ वतन-वतन मेरे आबाद रहे...एवं बचपन के दिन भुला न देना जैसे मधुर गीतों के द्वारा, पंजाबी भांगड़ा के द्वारा भी बेहतरीन प्रस्तुति दी गई। साथ ही आध्यात्मिक और ईश्वरीय स्मृति के गीतों ने सुंदर समा बांधकर सबको भाव-विभोर कर दिया। अच्छे होते हैं। ब्र.कु. अनुसुइया दीदी, ब्रह्माकुमारीज़ के रशिया स्थित सेवाकेंद्रों की निदेशिका ब्र.कु. संतोष दीदी, नर्सी मोंजी इंस्टिट्यूट ऑफ मैनेजमेंट स्टडीज़ यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉ. राजन सक्सेना सहित अन्य गणमान्य लोगों ने कार्यक्रम को सम्बोधित किया।

डॉ. ब्र.कु. मृत्युंजय एवं डॉ. ब्र.कु. राजऋषि बसवराज 'समाज गौरव पुरस्कार' से सम्मानित

महाराष्ट्र के सांस्कृतिक एवं पर्यावरण मंत्री सुधीर भाऊ मुनगंटीवार ने प्रदान किया यह पुरस्कार

चंद्रपुर-महा.। चंदा क्लब ग्राउण्ड में आयोजित 'श्रीमद् भागवत् गीता एक जीवन संदेश' विषयक कार्यक्रम के दौरान ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के कार्यकारी सचिव राजयोगी डॉ. ब्र.कु. मृत्युंजय भाई एवं डॉ. राजऋषि बसवराज भाई को सांस्कृतिक एवं पर्यावरण राज्यमंत्री सुधीर भाऊ मुनगंटीवार द्वारा 'समाज गौरव पुरस्कार' प्रदान कर सम्मानित किया गया। इस मौके पर सुप्रसिद्ध गायिका साधना सरगम, नितिन भाई, जयगोपाल लुथरा, शशी मेकल आदि कलाकारों द्वारा भव्य सांस्कृतिक संध्या कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ के कला संस्कृति प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. दयाल भाई, उपाध्यक्षा ब्र.कु. निहा बहन,गामदेवी मुम्बई, मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. सतीश भाई, ब्र.कु. ओंकार भाई,माउण्ट आबू, दिल्ली से ब्र.कु. अल्पा बहन एवं ब्र.कु. रचना बहन, कोलकाता से इलेक्ट्रॉनिक गिटार वादक शोभन कुमार घोष, मुम्बई से अभिनेत्री मोनिका पटेल, एलफिंस्टन मुम्बई से ब्र.कु. शीतल बहन, दावणगेरे से ब्र.कु. लीला बहन, बेंगलुरु से ब्र.कु. विश्वनाथ भाई, शारदा बहन, दुबई से मिडल ईस्ट कोऑर्डिनेटर डॉ. गायकवाड़, उल्हासनगर से शाम नोतानी, अमरावती से ब्र.कु. सीता बहन व अन्य गणमान्य उपस्थित रहे।

इसी के साथ इस दौरान ब्रह्माकुमारीज़ चंद्रपुर क्षेत्र द्वारा राजयोगिनी ब्र.कु. कुसुम दीदी के प्रथम स्मृति दिवस के निमित्त पाँच दिनों तक विभिन्न भव्य कार्यक्रम आयोजित हुए। तुकुम चंद्रपुर में कुसुम पार्क का शिलान्यास तथा पौधा रोपण हुआ। चंद्रपुर की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. कुन्दा दीदी ने कुसुम दीदी की स्मृतियों को ताज़ा किया। इस मौके पर उपस्थित सभी भाई-बहनों ने राजयोगिनी ब्र.कु. कुसुम दीदी को भावपूर्ण श्रद्धासुमन अर्पित किये।

राजयोग की शिक्षा हमें आंतरिक रूप से सशक्त बनाती

सारनाथ-वाराणसी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ एवं अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच,वरुणा शाखा के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित संगोष्ठी एवं ट्रेनिंग कार्यक्रम में मोटिवेशनल स्पीकर ब्र.कु. तापोशी बहन ने कहा कि आज के भौतिकवादी युग में बाह्य आकर्षण और दिखावे ने नारियों को खुद के ही आंतरिक गुण और शक्तियों से खोखला कर दिया है। ऐसे समय में परमात्म प्रदत्त ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग की शिक्षा हमें आंतरिक रूप से सशक्त एवं युयोग्य बना सकती है।
राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. राधिका बहन ने कहा कि यदि नारियां स्वयं में विद्यमान आंतरिक गुण और शक्तियों को उजागर करें तो समाज में नई और श्रेष्ठ पहचान मिलना आसान हो जाएगा। अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच की राष्ट्रीय अध्यक्षा श्रीमति रीता अग्रवाल ने कहा कि आज हमें जो प्रेरणा मिली वह हम नारियों के जीवन के लिए आदर्श साबित होगी। इस अवसर पर अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच की पूर्व अध्यक्षा श्रीमति रीना तुलस्यान, अनिता गिनोडिया के साथ पूर्व उपाध्यक्षा श्रीमति यशा मोदी आदि ने भी अपने विचार व्यक्त किये।

विन्ध्याचल में 'शिवशक्ति आध्यात्मिक कला मंदिर व 3डी शो' का भव्य उद्घाटन

अति. मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी सहित अन्य वरिष्ठ भाई-बहनों ने किया लोकार्पण

सायंकालीन कार्यक्रम में सौ के करीब गृहस्थी राजयोगी साधकों का हुआ सम्मान

9 ब्रह्माकुमारी बहनों ने किया ईश्वरीय सेवार्थ आजीवन समर्पित

विन्ध्याचल-मिर्ज़ापुर(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विन्ध्याचल में नवनिर्मित 'शिवशक्ति आध्यात्मिक कला मंदिर एवं 3डी शो' के उद्घाटन कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ की अति. मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी ने कहा कि दृढ़ विश्वास और नम्रता जीवन में सदा सफलता दिलाते हैं। इस कला मंदिर में जो भी प्रवेश करेगा उसे जीवन की यथार्थ पहचान और आंतरिक सत्य का बोध होगा। श्रीराम जन्म भूमि,अयोध्या के मुख्य पुजारी आचार्य सत्येन्द्रदास जी महाराज ने कहा कि जन-कल्याण के वृहद् आध्यात्मिक कार्य के साथ नि:स्वार्थ सेवाभाव इस संस्था की पहचान है। संस्था के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय भाई व क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी ने अपनी शुभकामनायें व्यक्त की। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बिन्दू दीदी ने सभी का स्वागत किया। नागपुर से आए प्रसिद्ध गायक ब्र.कु. अविनाश ने आध्यात्मिक गीत-संगीत की सुंदर प्रस्तुति दी। सायंकाल मिर्ज़ापुर

स्थित श्रीकृष्णा टावर मैदान में आयोजित सम्मान समारोह में घर-गृहस्थ में रहते पारिवारिक, सामाजिक के साथ आध्यात्मिक दायित्व का निर्वहन करने वाले सौ से अधिक संस्था के सदस्यों का सम्मान किया गया। साथ ही इस मौके पर नौ ब्रह्माकुमारी बहनों ने ईश्वरीय सेवार्थ परमात्मा शिव को अपना जीवन समर्पित किया।

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 April, 2023
स्वामी - प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्व विद्यालय, 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