ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 27 | जुलाई-I-2025 | अंक - 07 | माउण्ट आबू | Rs.-12

ब्रह्माकुमारीज़ में चार दिवसीय अखिल भारतीय साधु-संत महासम्मेलन में देशभर से पहुंचे 300 से अधिक संत

दु:ख से मुक्त होना चाहते हैं तो अपनी बुराइयों को त्यागें: कमल किशोर

आबू रोड-शान्तिवन(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ के आनन्द सरोवर परिसर के दिव्य अनुभति हॉल में चार दिवसीय अखिल भारतीय साधु-संत सम्मेलन में 'परममिता परमात्मा शिव अब पुनः प्रजापिता ब्रह्मा के माध्यम से गीता ज्ञान सुना रहे हैं' इस विषय पर आयोजित महासम्मेलन में देशभर से 300 से अधिक साधु-संत और महात्मा भाग लेने पहुंचे।

महामंडलेश्वर आचार्य संत कमल किशोर महाराज,सहारनपुर ने कहा कि परमात्मा एक शक्ति है, परमात्मा एक ऊर्जा है। वह जब इस धरती पर आये तो ब्रह्मा तन का आधार लेकर सृजन का कार्य किया। जो सृजन करता है उसे ब्रह्मा कहा जाता है। उन्होंने कहा कि मैंने ब्रह्माकुमारीज़ में सीखा है कि यहां कुछ त्यागना है तो बुराई को त्याग कर जाओ। मैं यहां पहली बार 1995 में आया था। एक दान पेटी रखी थी, लिखा था कोई बुराई का दान करो। मैंने क्रोध लिख कर डाल दिया, तब से आज तक कभी क्रोध नहीं किया है। महामंडलेश्वर स्वामी कृष्णानंद महाराज,मथुरा ने कहा ओम शान्ति सनातन धर्म का आधार है। ज्ञान और भक्ति का उद्देश्य आनन्द की प्राप्ति है। महामंडलेश्वर स्वामी दिनेशानंद भारती महाराज,रुड़की ने कहा कि जन्म और मृत्यु के बीच जो है वह जीवन है। यही ब्रह्माकुमारीज़ में सिखाया जाता है कि मैं कौन हूँ। महामंडलेश्वर स्वामी अखलानन्द अक्रिय महाराज,हरिद्वार, महामंडलेश्वर स्वामी स्वतंत्रानंद गिरी,ऋषिकेश ने भी अपने विचार व्यक्त किए। अतिरिक्त महासचिव डॉ. ब्र.कु. मृत्युंजय ने कहा कि परमात्मा राजयोग की शिक्षा देकर सकारात्मक परिवर्तन कर रहे हैं। ओआरसी की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कहा कि पवित्रता के बल से ही राम राज्य की स्थापना होगी। राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी ने गीता के भगवान तथा उनके आने के समय के बारे में बताया। धार्मिक प्रभाग की अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. मनोरमा दीदी ने भी अपने विचार रखे। मधुर वाणी ग्रुप के कलाकारों ने स्वागत गीत पेश किया।

परमात्मा स्वयंभू अवतरित होकर भारत में दैवी साम्राज्य स्थापन कर रहे: दीदी

संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी ने कहा कि यह सृष्टि चक्र के परिवर्तन की वेला है। इसी समय स्वयंभू निराकार ज्योति स्वरूप परमात्मा शिव धरा पर अवतरित होते हैं और पुनः नया दैवी स्वराज्य सतयुग स्थापन करते हैं। हम सभी उनके बच्चे भी निराकार ज्योति बिन्दु आपस में भाई-भाई हैं। परमात्मा का संदेश है कि अपने को निराकार ज्योति बिन्दु आत्मा समझो और मुझे याद करो तो पतित से पावन बन जायेंगे। समय की पुकार - पवित्र बनो, परमात्मा से योग लगाकर जीवन को पावन बनाओ। ये आत्मा और परमात्मा के मिलन की पावन संगम वेला है और पुनः भारत में दैवी साम्राज्य आने वाला है जिस दुनिया में सभी आत्माएं देवतुल्य होंगी।

ज्ञान सरोवर में चार दिवसीय न्यायविदों के लिए राष्ट्रीय सम्मेलन

बेहतर समाज के निर्माण में न्यायविदों की अहम् भूमिका: जस्टिस रेड्डी

ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि कर्मसिद्धान्त को समझने के लिए मन को शुद्ध और शक्तिशाली बनाना आवश्यक है। हमारा भाग्य हमारे कर्मों पर निर्भर करता है। हमारी सोच से अच्छे या बुरे कर्म निर्धारित होते हैं। उन्होंने आगे कहा कि हमारी सोच, बोल और कर्म का प्रभाव पूरे समाज पर पड़ता है। इसलिए हमें अपने मन में केवल शुद्ध और पवित्र विचारों को स्थान देना चाहिए। उन्होंने पवित्रता को आत्मा का सर्वश्रेष्ठ खज़ाना बताया। स्वास्थ्य को बेहतर रखने के लिए उन्होंने दैनिक जीवन में मेडिटेशन को शामिल करने की सलाह दी। दूसरों की सफलता से ईर्ष्या करने से तनाव और चिंता पैदा होती है। दूसरों को सुख देने से अपना जीवन सुखमय बनता है।

माउंट आबू-ज्ञान सरोवर(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञान सरोवर अकादमी परिसर में न्यायविद प्रभाग द्वारा आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन में तेलंगाना के लोकायुक्त जस्टिस ए. राजशेखर रेड्डी ने कहा कि भारतीय जनमानस में न्याय व्यवस्था के प्रति सदैव सम्मान रहा है। उन्होंने कहा कि मानवाधिकारों की रक्षा के लिए न्याय व्यवस्था को मूल्यनिष्ठ बनाने में न्यायविदों का दायित्व बढ़ा है। ओडिशा हाईकोर्ट के जस्टिस गौरी शंकर ने न्याय प्रणाली को बेहतर बनाने के लिए न्यायविदों को अध्यात्म से जुड़ने का निवेदन किया। ब्रह्माकुमारीज़ संगठन की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी ने कहा कि आध्यात्मिकता से बिगड़ते सामाजिक ढांचे को सुव्यवस्थित किया जा सकता है। ओडिशा रियल एस्टेट अपीलीय न्यायाधिकरण अध्यक्ष जस्टिस प्रमाथ पटनायक ने राजयोग की महत्ता बताई। प्रभाग अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी ने समाज में बढ़ते अपराधों पर चिंता व्यक्त की। केन्द्रीय श्रम व रोजगार मंत्रालय सदस्य हितेन्द्र मेहता ने राजयोग के अभ्यास से जीवन में सकारात्मक बदलाव की बात कही। कार्यक्रम में उपस्थित रहे तेलंगाना हैदराबाद प्रिंसीपल डिस्ट्रिक्ट जज एम.वी. रमेश, प्रभाग उपाध्यक्ष पूर्व जस्टिस बीडी राठी, राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. लता आदि।

बाइक सवारों ने रैली के माध्यम से गांव-गांव में तम्बाकू मुक्ति का दिया संदेश

आबूरोड-शान्तिवन(राज.)। तम्बाकू हर उम्र के लोगों के लिए घातक है। चाहे बच्चा हो या बूढ़ा यह हर किसी के जीवन में ज़हर घोल रहा है। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के मेडिकल प्रभाग द्वारा रैली के शुभारम्भ पर राजयोगी ब्र.कु. करुणा ने कहे। उन्होंने आगे कहा कि तम्बाकू मन और आत्मा दोनों को नुकसान पहुंचाता है। हमें किसी भी स्तर पर अपने जीवन में तम्बाकू को नहीं आने देना चाहिए। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान का मेडिकल प्रभाग इसके लिए लगातार प्रयास कर रहा है। भारत सरकार के सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग के साथ एमओयू किया है। इससे पूरे देश भर में अभियान चलाया जा रहा है। मेडिकल प्रभाग के सचिव ब्र.कु. डॉ. बनारसी ने कहा कि आज ज़्यादातार लोग इससे होने वाले नुकसान के बारे में लोगों को जानकारी नहीं है। इसलिए रैली का आयोजन किया गया जिससे गांवों में जाकर सैकड़ों लोगों को नशे के प्रति जागरूकता पैदा कर सचेत किया जाए। तम्बाकू मुक्ति दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के लिए शान्तिवन से संस्थान के 200 सदस्यों ने बाइक रैली निकाली जो आमथला, मुदरला, नागपुरा, अचपुरा गांवों से होते हुए किवरली स्थित मानसरोवर में समाप्त हो गई। तम्बाकू रैली में विज्ञान एवं अभियंता प्रभाग के अध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. मोहन सिंघल, ब्र.कु. कोमल, ब्र.कु. सत्येन्द्र, ब्र.कु. अमरदीप, ब्र.कु. भानू आदि की उपस्थिति रही।

मांउट आबू-ग्लोबल हॉस्पिटल(राज.)। विश्व तम्बाकू मुक्ति दिवस पर ग्लोबल अस्पताल द्वारा आयोजित जनजागृति रैली सी.आर.पी.एफ. और आंतरिक सुरक्षा अकादमी के निदेशक, पुलिस महानिरीक्षक डीएल गोला ने रैली को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। पुलिस महानिरीक्षक ने कहा कि नशा केवल शारीरिक स्वास्थ्य को ही प्रभावित नहीं करता है, बल्कि पारिवारिक रिश्तों को भी नुकसान पहुंचाता है। ग्लोबल अस्पताल के निदेशक डॉ. प्रताप मिड्ढा ने युवाओं में बढ़ते नशे की लत पर चिंता व्यक्त की। मुख्य परिचारिका रूपा उपाध्याय ने नशे से होने वाली बीमारियों की जानकारी दी। मादक पदार्थों के सेवन से फेफड़े, होंठ, जीभ और गले का कैंसर, टीबी, हृदय रोग, पेट का अल्सर हो सकता है। रैली ग्लोबल अस्पताल से शुरू होकर विभिन्न मार्गों से होते हुए आध्यात्मिक संग्रहालय पर समाप्त हुई। कार्यक्रम में डॉ. बिन्नी सरीन, कर्नल आरएम सिंह, स्काउट सीओ जितेन्द्र भाटी मौजूद थे।

सोच को सुधारने के लिए थोड़े से ही अभ्यास की ज़रूरत होती है

राजयोगी ब्र.कु. गंगाधर भाई

अपने आप को अनवरत सकारात्मक प्रभावों से घेर लें। क्योंकि हमारा मन जो कुछ ग्रहण करता है, उसका सीधा असर हमारी सोच पर ही पड़ता है।

विकृत विचारों के पैटर्न मन में किसी मालवेयर(हानिकारक सॉफ्टवेयर) की तरह होते हैं। जितना अधिक हम इन्हें पोषित करते हैं, उतना ही ये गहरी जड़ें जमा लेते हैं। किन्तु शुभ समाचार यह है कि मन सजग चिन्तन के माध्यम से अपने मन पर पुन: नियंत्रण प्राप्त कर सकते हैं।

वास्तव में हमारा मन अत्यधिक लचीला और परिवर्तनशील होता है। थोड़ी जागरूकता और अभ्यास से हम विनाशकारी चिन्ता से सशक्त चिन्तन की ओर बढ़ सकते हैं- चिन्ता से बुद्धिमत्ता की ओर।

सजग चिन्तन वह कला है जिसमें हम परिस्थितियों पर सरल स्वचलित रूप से प्रतिक्रिया करने के बजाए अपने विचारों को सचेत रूप से चुनते हैं।

उदाहरण के लिए, 'यह मेरे साथ क्यों हो रहा है?' यह पूछने के बजाए, 'मैं इससे क्या सीख सकता हूँ?' यह पूछना है।

हम शुरुआत कर सकते हैं अपने विचारों का निरीक्षण करके। क्या वे समाधान उन्मुख हैं या भावनात्मक तौर पर बार-बार दोहरायें जा रहे हैं?

क्या वे उन्नतिशील हैं या भय का रूप हैं?

एक बार जब आप इसके प्रति जागरूक हो जाएं तो सचेत रूप से स्वयं को वांछनीय विचारों पर केन्द्रित करके अपने विचारों की प्रकृति को बदलें। निरंतर प्रयास से, आप धीरे-धीरे अनुभव करेंगे कि आपका मन अति सहज, स्फूर्तिवान और अनुशासित हो रहा है।

हमारे शास्त्र भी हमें यही स्मरण कराते हैं: 'मोह शकल व्याधिन कर मूला' (रामचरितमानस) अर्थात् 'हमारे सभी दु:खों और अशान्ति का मूल कारण मोह (अज्ञानता) है।' परमात्मा कहते हैं कि मोह सभी दु:खों का कारण है जिससे हमें मुक्त होना ही होगा। हमें बार-बार ध्यान से, सजगता से उन्मुख विचारों से मन को पोषित करते रहना होगा।

इसलिए अपने मन को कल्याणकारी ज्ञान से पोषित करें, विषाक्त सामग्रियों से दूरी बनाएं और अपने आपको सकारात्मक प्रभावों से घेरें। क्योंकि हमारा मन जो ग्रहण करता है, उसका सीधा असर हमारी सोच पर पड़ता है। इसके अतिरिक्त प्रतिदिन आध्यात्मिक ज्ञान का मनन, ध्यान और शारीरिक व्यायाम करने से ही अत्यधिक सोचने की प्रवृत्ति को शान्त किया जा सकता है।

जब मन अनुशासित हो जाता है तो वह हमारी सबसे बड़ी सम्पत्ति बन जाता है।

महान आत्माओं ने भी चिंतन को नियंत्रित करके महान आध्यात्मिक ऊंचाइयों को प्राप्त किया। उन्होंने अपने विचारों को विघटनकारी विषयों से बचाकर परमात्मा में पूर्ण रूप से लवलीन किया और मानव चेतना के उत्थान में अपार योगदान दिया। वास्तव में, हमारा उद्धार भी हमारे विचारों की दिशा को नियंत्रित करने और उन्हें उच्चतम स्तर पर ले जाने में ही निहित है।

जीवन को सार्थक बनाने के लिए सकारात्मक चिंतन चुनने का संकल्प लें। दिशाहीन विचारों के भंवर में न फंस जाएं।

अंततः आपके विचार ही आपके लिए बंधन बन सकते या फिर मुक्ति। जीवन में लम्बी दूरी तय करने के लिए सकारात्मक विचारों का पाथेय अपने पास रखें!

सजगतापूर्ण सोच का अभ्यास करने पर ही अपना सुधार कर सकते हैं। ऐसे करने पर आप अपने जीवन को सार्थक करते हुए महानता की ओर ले जा सकते हैं।

ऐसे विचारों के लिए अपने मन को कुछ नये-नये ज्ञान की ग्रहता के लिए तैयार करना होगा। उसका सबसे अच्छा सोर्स है आध्यात्मिक किताबों को पढ़ना व सत्संग में रमण करना। योग व मेडिटेशन के अभ्यास को भी अपने जीवन का हिस्सा बनाने से आपको मदद मिलेगी। और विधिपूर्वक व नियमित रूप से अभ्यास को दोहराते रहने से मन में रूचि व उत्साह बना रहेगा।

मास्टर सर्वशक्तिमान का अर्थ - समय पर शक्ति काम में आना...

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

जीवन में सभी सम्बन्धों में तीन विशेष सम्बन्ध सबको होते हैं। अभी वह तीनों सम्बन्ध एक बाबा से हैं। बाबा ही मेरा बाप, शिक्षक और सतगुरु है। तो विशेष सम्बन्ध बाबा से जब जुट जाता है तो फिर उसकी याद में समा जाते हैं। याद में या ज्ञान में यह देह, देह के सम्बन्ध और देह के पदार्थ ही मुख्य रूप से विघ्न डालते हैं। तो तीनों ही सम्बन्ध एक बाबा से होने कारण बाबा ही याद आयेगा और सहज ही बाबा जो चाहता है, उस आज्ञा को हम पालन कर सकेंगे।

परमात्मा हमको याद-प्यार देवे, कितने भाग्य की बात है! बाबा की नज़र हमारे ऊपर पड़ गई तो भगवान ने हमको पसंद कर लिया और अपना बना लिया, तो हम सब अपने भाग्य को देख हर्षित होते रहते हैं। जिस परमात्मा को सभी याद करते हैं, उसे हमने याद करके अपना बना लिया, तो वाह मेरा भाग्य! वाह मेरा बाबा! यह भाग्य सदा याद रहे तो निरंतर बाबा की याद में खोये हुए रहेंगे। तो अपने भाग्य का वर्णन करते रहो। बाबा हमें परमधाम से पढ़ाने आता है। रोज़ 3-4 पेज का पत्र(मुरली) लिखता है, जिसमें नम्बरवार होते भी सभी को मीठे-मीठे बच्चे कहकर अपने समान मीठा बना रहा है। ऐसा बाबा, ऐसा शिक्षक, ऐसा सतगुरू और कहाँ मिलेगा! वो गुरू कहेगा पहले तो कांध नीचे करो लेकिन हमारे बाबा की यह नवीनता है, जो आपको वरदान पोस्ट में भी भेजता है। ऐसा सतगुरू कोई देखा! इसीलिए सतगुरू को भी याद करो, शिक्षक को भी याद करो और बाप को भी याद करो। स्थूल में भी किसी चीज़ से प्यार होगा तो वो भूल ही नहीं सकता। तो ऐसे बाबा से का प्यार होना चाहिए। जिसकी दिल साफ और सच्ची होगी उसको स्वतः बाप याद आयेगा क्योंकि बाप भी सच्चा है ना! ऐसा बाबा हम सबको मिला है तो कितनी खुशी की बात है!

भृकुटी के तख्त पर आत्मा विराजमान है, फिर है बापदादा का दिलतख्त, फिर भविष्य में मिलेगा राज्य तख्त, ऐसे तीन तख्त का मालिक बाबा ने बनाया है। तो चेक करो सबसे पहला तख्त भृकुटी तख्त पर मैं विराजमान हूँ, दूसरा, बापदादा के दिलतख्त पर विराजमान हूँ और भविष्य तो होगा ही ऑटोमेटिकली। तो बाबा का प्यार पहले हमारे दिल में है? यह नशा और निश्चय है कि हमारा बाबा हमको मिल गया? द्वापर से लेके भगवान को याद किया, लेकिन वह ऐसे सहज मिल जायेगा यह पता नहीं था। एक सेकण्ड में हमारा सौदा भगवान से हो गया। कहने की बात को तो टाइम लगेगा। दिल से हमने कहा मेरा बाबा, बाबा ने कहा मेरे बच्चे, दिल से सौदा हो गया। मेहनत नहीं लगी। भले माया आती है लेकिन माया को भी तो जान गये ना। माया से भी घृणा नहीं करना है क्योंकि हम जानते हैं कि माया हमको बहुत अनुभव कराती है। हम कहते हैं हम सर्वगुण सम्पन्न बन रहे हैं लेकिन वो गुण समय पर काम में आता है! हम कहते हैं कि बाबा सर्वशक्तिवान है, तो हम भी मास्टर सर्वशक्तिवान हैं। लेकिन हर शक्ति समय पर काम में आती है। अगर समय पर काम में नहीं आयेगी तो फिर विजयी नहीं बन सकेंगे इसलिए मास्टर सर्वशक्तिवान का अर्थ है, समय पर शक्ति काम में आना।

मन मेरा है माना मालिक मैं हूँ! कोई भी चीज़ को हम मेरा कहते हैं तो मैं उस मेरे का मालिक हूँ। मेरा मन परेशान करता है लेकिन वो मेरा है। मैं अलग हूँ और मेरा अलग है। तो भले मन कुछ भी करता है लेकिन मालिक अगर ठीक है, अच्छी तरह से सम्भालता है, तो उसका कारोबार सहज चलता है। अगर मालिक ही नीचे-ऊपर करने वाला होगा तो उसका कारोबार कभी नहीं चलेगा। तो मन साथ देता है, परेशान नहीं करता है।

बाबा कहते - जिसकी दिल बड़ी... उसकी भण्डारी और भण्डारा भरपूर...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

संगमयुग डायमण्ड युग है। इस युग में मनुष्यात्मा की जीवन हीरे जैसी बनती है। बनाने वाला भी अभी हाज़िर होता है, बनने वाले जो विश्व भर में बिखर गये थे वह सब बाप के सामने हाज़िर हो जाते हैं। अभी आदि पिता और अनादि पिता दोनों इकट्ठे हो जाते हैं। आत्मा, परमात्मा सत्य है, अविनाशी है, अनादि है और यह प्रकृति भी अनादि-अविनाशी है। परन्तु मनुष्य आत्माएं इस प्रकृति को सतो-रजो-तमो बनाने वाली हैं। फिर परमात्मा तमोप्रधान आत्माओं को कहता है, सतोप्रधान बनना है, यह ध्यान रखो, बस।

मुरली ध्यान से सुनना, बाबा हम बच्चों से क्या चाहता है! इस साकार बाप को देख फॉलो करो। ब्रह्मा बाबा का पहला कदम है सर्वंश त्यागी। न सिर्फ तन-मन-धन, पर मेरे स्वभाव-संस्कार का भी त्याग। अगर ये भी मेरा है तो सर्वंश त्यागी नहीं हैं। आत्मा में सूक्ष्म स्वभाव-संस्कार इस जन्म का या पूर्व जन्म का रहा तो त्यागी नहीं हैं। दूसरा आज्ञाकारी, इसमें भक्ति के बहुत अच्छे अक्षर हैं- प्रभु की आज्ञा मानी माथे। उसकी वैल्यू भक्ति में भी बहुत है। प्रभु की आज्ञा, उसमें भला समाया हुआ है। कभी संकल्प नहीं उठे। एक बाबा के सिवाए कुछ याद न आये, एक बल एक भरोसा। भक्ति में कहते हैं एक तेरा सहारा। ज़रा भी मनमानी नहीं। वफादारी, जैसे सतीव्रत, सच्ची पत्नी वो जो उसकी आज्ञा पर हाज़िर रहे, वफादार रहे। जितना आज्ञाकारी, वफादार उतना ईमानदार। बड़ी दिल वाला, दिल छोटी नहीं। बाबा ने कहा जिसकी दिल बड़ी उसकी भण्डारी और भण्डारा कभी खाली नहीं हो सकता है। कोई भी उसके पास मेरा तेरा नहीं है। सच्ची दिल वाले पर साहेब राज़ी पर बड़ी दिल वाले पर बड़ा बाबा राज़ी। उसे कोई क्वेश्चन उठ नहीं सकता। जितना बड़ा बाबा है, उतना बड़ा परिवार है। सारा विश्व ही हमारा परिवार है। बाबा कहते हैं सब मेरे बच्चे हैं।

सेवाधारी वह जिसमें निमित्त भाव, सत्यता और प्रेम की धारणा है, उन्हें हर कदम में सफलता मिलती है। बाबा ने कहा है बच्ची सी फादर, फॉलो फादर, इसके कारण कोई भी बात बड़ी नहीं लगी है। हमें सिर्फ बाबा को देखना है। बाबा को कभी कोई भी हद की बात अच्छी नहीं लगती। आदि से देखा है, बेहद का बाबा है, भले बेगरी पार्ट है फिर भी खिलाने, बहलाने में बड़ी दिल। और कुछ नहीं है तो भले गुड़ तो है, ज्वार के आटे में गुड़ डाल के खिला दो। खिलाने में बहुत बड़ी दिल वाला कभी बाबा ने पहले नहीं खाया होगा, जब तक बच्चों ने न खाया हो।

हम बहन-भाई सब एक बाबा के बच्चे हैं। मनमनाभव का मंत्र, एक मन को बाबा में लगाने के लिए है। परन्तु जो सेवास्थान हैं, कहाँ भी इस पृथ्वी पर हैं, वो सब बाबा के हैं, परिवार बाबा का है। यह जो बाबा ने घोट-घोट के पिलाया है, उसकी ताकत बहुत है। भण्डारे में कोई पांव रखे, मधुबन का भण्डारा है। बाबा ने हम बच्चों को कितना सम्भाला है। ऐसे अपनी सम्भाल अच्छी तरह से करना, क्योंकि यह बाबा की अमानत है।

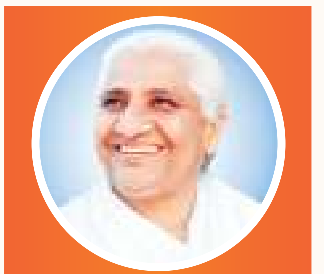
जैसा बाप वैसी मैं... यही मेरा पुरूषार्थ है

राजयोगी, राजऋषि सदा प्रभु का प्यारा है। उन्हें एक बाबा ही प्यारा है। संगमयुग पर हम सबका उद्देश्य है- राजयोगी बनना। हमारा कुल ब्राह्मण है, लक्ष्य है देवता बनना। हम सभी राजयोगी सो राजऋषि हैं। ऋषि अर्थात् ब्रह्माचारी, गृहस्थी नहीं। हम ब्रह्माचारी सो ब्रह्माचारी हैं। हमारे सर्व सम्बन्ध एक बाप से हैं। हम उस सच्चे माशूक के आशिक हैं, हम सभी उस सच्चे माशूक के इश्क को जानते हैं।

एक बाबा की लगन कितनी प्यारी, मीठी, सुखदाई है। ऐसी लगन में मगन रहने वाले कभी किसी दूसरे की लगन में नहीं जायेंगे। अगर किसी की आपस में बहुत-बहुत प्रीत होती है तो उसे तोड़ना मुश्किल होता है। ऐसे जब बाप से हमारी पूरी लगन है, प्रीत है तो यह भी गुप्त खुशी व नशा रहता है कि हमने तो उसी बाप को पाया है। सारी दुनिया कुछ भी नहीं है, एक तू इतना प्यारा है। हम उसी प्यार के समुंद्र की नदियां हैं। इसी को ही हम कहते हैं निरन्तर योग में रहना, यह मस्ती बड़ी निराली है। बाबा के प्यार का अनुभव करते उसी मस्ती में रहो तो दूसरी कोई भी बात सामने आ नहीं सकती। यह पुरूषार्थ की बहुत सहज विधि है।

कई योग लगाते, मेहनत करते हैं लेकिन अनुभव नहीं होता। कहते हैं मेरा एक बाबा दूसरा न कोई। यही पुरूषार्थ करते हैं कि मैं आत्मा हूँ, मेरा बाबा प्यारा शिवबाबा है, मुझे बाबा की सेवा में तत्पर रहना है। जितना समय बाबा की सेवा में जायें उतना अच्छा है। लेकिन अनुभव हो कि मैं आत्मा इस शरीर से अलग हूँ, मैं आत्मा सुनती हूँ, यह मेरा शरीर है...। यह अभ्यास कम है। जब हमने कहा- मैं आत्मा आपकी हूँ, तो मेरा सब कुछ आपका है अर्थात् मैं बाबा को ही समर्पित हूँ। आप आत्मा एक बाबा पर समर्पित हो जाओ तो यह जो संकल्प व बुद्धि इधर-उधर भटकती है, यह भी समर्पण हो जायेगी। फिर यह कम्प्लेन खत्म हो जायेगी कि क्या करूं मन भटकता है। विचार शक्ति, बुद्धि की शक्ति को समर्पण कर दो। फिर यह भी नहीं कह सकते कि यह मेरे संस्कार हैं।

कभी किसी ने यह नहीं कहा कि बाबा का संस्कार ऐसा है, बाबा ने भी कभी नहीं कहा कि क्या करूं मेरा यह संस्कार है... तो हमें अगर बाबा के समान बनना है तो संस्कारों के वश होकर के नहीं चलना है। यह संस्कार भी बाबा के हो गये। जैसा बाप वैसी मैं... यही मेरा पुरूषार्थ है। फिर यह जो कहते कि मेरा स्वभाव, मेरे संस्कार- ऐसी अनेक प्रकार की जो माया है वह समाप्त हो जाती है। बाबा भी कहते बच्चे मोहब्बत में रहो तो मेहनत से छूट जायेंगे। जब कोई माया से युद्ध करते हैं तो तरस पड़ता है। रावण के एक-एक शीश को कब तक काटते रहेंगे! एक मूल शीश को ही काट दो तो दसों कट जायेंगे।



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

बाबा कहते तुम सब हो कठपुतलियां और तुम कठपुतलियों को मैंने दी है श्रीमत की चाबी। तो बाबा ने जो श्रीमत की चाबी दी है उसी अनुसार बेफिकर बादशाह बन निश्चिंत हो खेल करो। लेकिन सदा समझो हम राजऋषि, राजयोगी हैं। अपना आक्यूपेशन नहीं भूलो। योगी के लिए मूल चाहिए ज्ञान से पुरानी दुनिया का वैराग्य। हम हैं योगी लोग, न कोई अपना न कोई पराया। हमें कौन जानें!

हे आत्मा तू बाबा के सामने मन बुद्धि सहित स्वाहा हो जाओ। जब सब स्वाहा हो जायेगा तब पुरानी दुनिया से बेहद का वैराग्य आयेगा। पुरानी दुनिया तब तक खींचती है जब तक समर्पण नहीं हुए हैं।

मुझे भी बहुत भ्रमित किया गया था ब्रह्माकुमारी के बारे में...

श्रीमद्भगवद्गीता सिर्फ शास्त्र ही नही हैं बल्कि वो जीवन को सार्थक और कर्मयोगी बनाने की ओर प्रेरित करता है। यहाँ ब्रह्माकुमारी बहनें गीता ज्ञान की स्वरूपा हैं। पहले मुझे भी भ्रम था इनके बारे में, परन्तु यहाँ आने के बाद देखा कि ये सभी अपने चरित्र बल, त्याग, तपस्या का अद्भुत संतुलन और दूसरों के लिए आदर्श हैं- ऐसा कहना था स्वामी शिवरूपानंद सरस्वती महाराज जी का। जो गीता ज्ञान सम्मेलन माउंट आबू में आये थे, उनके उद्बोधन के कुछ अंश कहें या उनका अनुभव कहें, उन्हीं के शब्दों में आप सबके सामने है... - महामंडलेश्वर शिवस्वरूपानंद सरस्वती महाराज जी,आचार्य पीठाधीश्वर महामंडेलश्वर ऋषिकुल धाम सेवा संस्थान ट्रस्ट, पंचायती अखाड़ा महानिर्वाणी

विश्व में धर्म प्रधान भारत देश। उसमें भी पुण्यतम्, पवित्रतम्, सतियों एवं रणबांकुरे की भूमि मारवाड़ राजस्थान के माउंट आबू में आयोजित कार्यक्रम में आये महामंडलेश्वर शिवस्वरूपानंद महाराज जी ने अपना अनुभव साझा करते हुए कहा कि संत बनना उतना सरल नहीं है और मैं यह सब सोचने पर मजबूर हो जाता हूँ कि हमारे जैसे पुरूष होने के बाद भी, पढ़े-लिखे होने के बाद भी, इंजीनियरिंग किए हुए हैं, डॉक्टरी किए हुए हैं उसके बाद भी हमको संसारी लोगों की बातों को इतना सुनना पड़ता है। तो कभी-कभी मैं सोचता हूँ कि हमारी ब्रह्माकुमारी बहनें जब बाहर निकलती हैं, तो इनको क्या-क्या नहीं सहन करना पड़ता होगा! कभी-कभी इन बातों को सोचता हूँ। हमारे से बड़ी तपस्या इन बहनों की है। हमें पुरूष होकर ट्रेन में निकलना मुश्किल हो जाता है और यह बहनें तो ट्रेन में अकेली चलती हैं, पूरी दुनिया का भ्रमण करती हैं। सहन शक्ति कितनी होगी इनके अंदर! त्याग की भावना कितनी होगी इनके अंदर! गीता को सही मायनों में किसी ने उतारा है तो इन बहनों ने उतारा है और कोई नहीं उतार पाए।

इसलिए आज के परिवेश में गीता को जीवन में उतारना बहुत ज़रूरी है। ज्ञान के समान विश्व में कोई दूसरी चीज़ पवित्र है ही नहीं। इसलिए हमारे यहां विश्व में कोई संस्था नहीं है जो महिलाओं के द्वारा संचालित हो। केवल एक संस्था है और वो है ब्रह्माकुमारी संस्था।

ॐ नारायणं पद्मभुवं वशिष्ठं शक्तिं च तत्पुत्र पराशरं च।
व्यासं शुकं गौडपदं महान्तं गोविन्दयोगीन्द्रमथास्य शिष्यम्।।

आदि नारायण से परंपरा चली है। नारायणम पद्म भुवम वशिष्ठ। कई लोग कपोल कल्पित कल्पनाएं करते हैं। ब्रह्माकुमारी में तो मन ग्रंथ सिखाया जाता है, मन ग्रंथ बताया जाता है। तरह-तरह की कल्पना हमारे मन में भी भरी गई थी पहले। बहुत कुछ भ्रांतियां हम लोगों के मन में भी थी। लोग तरह-तरह की बातें किया करते थे। वहां पर तो ऐसा होता है, वहां पर तो वैसा होता है। हम भी उनकी बातों में उलझ गए थे।

लेकिन जब राजिम कुंभ छत्तीसगढ़ में ब्र.कु. पुष्पा बहन हैं, वहाँ उनके संपर्क में आने के बाद वह अपने सेंटर ले गईं। वहाँ सब मैंने देखा, सारी स्थिति को समझा, उसके बाद मेरा झुकाव इस संस्था की तरफ हुआ। फिर लोगों की कही सुनी बातों पर मैंने ध्यान नहीं दिया। प्रत्यक्षम् किम् प्रमाणम्। प्रत्यक्ष को प्रमाण की आवश्यकता नहीं होती है। और तपस्या करना इतना सरल काम नहीं है। किन्तु यहाँ के भाई-बहनों के जीवन से गीता की शिक्षा झलकती है। अब मुझे इस संस्था से जुड़े हुए तकरीबन पाँच साल हो गए हैं।

यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः।
यत्रैतास्तु न पूज्यन्ते सर्वास्तत्राफलाः क्रियाः ।।

जहाँ नारियों की पूजा होती है वहां देवाताओं का वास होता है, देवता रमण करते हैं और जहाँ देवता रमण करते हैं वहीं सुख-समृद्धि और संपत्ति होती है। स्त्री हमारे जीवन में कितनी महत्वपूर्ण है! हमें इन बातों को समझना होगा कि हम कौन-से युग में हैं? गीता हमें क्या समझाती है? गीता के अनुसार कैसे चलना है?

यत कार्यम तद अनित्यम।।

जो बना है वह बिगड़ेगा, लेकिन जो बना ही नहीं वह बिगड़ने वाला भी नहीं है। इसलिए गीता का उपदेश, गीता का सद्-उपदेश हमारे लिए उतना महत्वपूर्ण है जितना हमारे लिए योग महत्वपूर्ण है। गीता भगवान की साक्षात वाणी है। गीता के ऊपर शपथ लेते हैं। इसलिए हमारे यहां गीता को उतना महत्व दिया गया है, जितना और किसी ग्रंथ को नहीं दिया गया।

गीता सिखाती है तुम्हें क्या करना है? इसलिए घर से निकल के तुम्हें सन्यास लेने की ज़रूरत नहीं है। जब वैराग्य होगा, गीता तुम्हारे अंदर होगी, गीता का अध्ययन होगा तब गीता का ज्ञान हमारे जीवन में उतरेगा और सन्यास ऑटोमेटिकली अंदर से आएगा। स्वामी विवेकानंद जी महाराज ने भी बताया है कि सन्यास बाहर से नहीं लिया जाता, सन्यास अंदर से लिया जाता है। बाहर का सन्यास पाखंडी बनाएगा और अंदर का सन्यास तुमको सन्यासी बनाएगा। इसलिए मैंने देखा यहां, हमारी बहनें अंदर से सब सन्यासी हैं। भले ही सफेद कपड़ों में हैं। सन्यास कपड़े से नहीं होता, सन्यास तो हम भी लिए हैं, कपड़े हम भी पहने हैं लेकिन सन्यास अंदर से है। इसलिए विवेकानंद जी के शब्द याद रखने होंगे हमें। इसलिए उपनिषद में आता है;

कुर्वन्नेवेह कर्माणि जिजीविषेच्छतं समाः।
एवं त्वयि नान्यथेतोऽस्ति न कर्म लिप्यते नरे।।

कर्म करते हुए, कर्म योग को जीवन में धारण करते हुए, गीता के उपदेशों का चिंतन करेंगे तब गीता तुम्हारे जीवन में उतरेगी। इसलिए कई लोग कहते हैं कि हम गीता को तो मानते हैं पर गीता की नहीं मानते।

शिमला-सुन्नी(हि.प्र.)। कैथोलिक में महामहिम राज्यपाल शिव प्रताप शुक्ल को माउंट आबू आने का निमंत्रण देते हुए ब्र.कु. रेवदास भाई। साथ हैं ब्र.कु. शकुंतला एवं ब्र.कु. राम बहन।

गुरुग्राम-ओआरसी(हरियाणा)। ब्रह्माकुमारीज़ के ओमशान्ति रिट्रीट सेंटर में बच्चों के लिए आयोजित 'डिज़िटल वेलनेस' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. विजय दीदी, ब्र.कु. सुनैना, ब्र.कु. दिव्या, ब्र.कु. रेखा, ब्र.कु. निकिता, ब्र.कु. भीम, अंतर्राष्ट्रीय मेमोरी ट्रेनर ब्र.कु. अदिति सिंघल एवं उप मंडल अधिकारी दिनेश लुहाच,पटौदी।

पठानकोट-पंजाब। प्रेस स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में जिला प्रेस क्लब के अध्यक्ष एनपी धवन, डॉ. मनुशर्मा, प्रेस क्लब के अधिकारी भारतभूषण डोगरा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सत्या दीदी, ब्र.कु. गीता व ब्र.कु. प्रताप।

मजलिस पार्क-दिल्ली। ब्रह्माकुमारीज़ के ग्राम विकास अभियान के तहत आयोजित कार्यक्रम में शहीद की याद में कैंडल लाइटिंग द्वारा अंतिम मौन दान करने के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. राजकुमारी दीदी, ब्र.कु. शारदा,स्वरूप नगर, जतिन शर्मा,राष्ट्रीय प्रवक्ता, मुविका शर्मा, संतोष शुक्ला व त्रिवेणी तारामंडल प्रदेश अध्यक्ष महिला मोर्चा, ओम खुराना,युवा मोर्चा, संजय राघवलिस कोऑर्डिनेटर तथा अन्य।

रशिया-सेंट पीटर्सबर्ग। रशिया के सेंट पीटर्सबर्ग में आयोजित ग्लोबल इकोनॉमिक फोरम समिति में ब्रिक्स के सदस्य राष्ट्र के प्रतिनिधियों की उपस्थिति में डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को ग्लोबल लीडर पुरस्कार से सम्मानित करते हुए सेंट पीटसबर्ग रिट्रीट सेवाकेन्द्र की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी। साथ हैं ग्लोबल इकोनॉमिक फोरम के अध्यक्ष हरिओम मारम एवं मिस रशिया वालेरिया अमीर, ब्रिक्स के गव्हर्निंग कमिटी मेंबर ॲन्ड्रयू चिरवा।

रांची-चौधरी बागान(झारखंड)। मातृ दिवस पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी, एल.एन.एम.यू. विश्वविद्यालय के दर्शनशास्त्र विभाग की पूर्व आचार्या डॉ. चित्रा रानी देवा,दरभंगा, स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. किरण त्रिवेदी, स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. प्रियंका श्रीवास्तव, आर.डी.सी.आई.एस. सेल की मुख्य महाप्रबन्धक अंजना देवा तथा अन्य।

चरखी दादरी-हरियाणा। विश्व एकता और विकास के लिए राजयोग ध्यान कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए एसएचओ राजेन्द्र सिंह, ब्र.कु. पूनम,चंडीगढ़, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रेमलता, ब्र.कु. मोनिका तथा अन्य।

शिलांग-मेघालय। ब्रह्माकुमारीज़ के मेडिकल प्रभाग द्वारा आयोजित 'नशा मुक्त भारत अभियान' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए माननीय राज्यपाल सी.एच. विजय शंकर, राज्यपाल सचिवालय के आयुक्त सचिव बीडीआर तिवारी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. नीलम दीदी, राजयोगी डॉ. बनारसी लाल तथा ब्र.कु. मनीषा।

रांची-झारखंड। विश्व एकता और विश्वास के लिए ध्यान(योग) विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी,हरमू रोड, ब्र.कु. शीला दीदी,सिविल लाइन्स,गया, संजय कुमार गुप्ता,प्रिंसिपल,मिडिल स्कूल,कुकरा, महाश्वेता महारथी,सचिव,बोधगया मंदिर प्रबंधन समिति, डॉ. अरविंद कुमार,बीटीएमसी सदस्य, संजय कुमार अध्यक्ष,बुलियन एसोसिएशन तथा अन्य।

देहरादून-सुभाषनगर(उत्तराखंड)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा दिव्यांग समानता, संरक्षण एवं सशक्तिकरण विषय पर आयोजित अभियान का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए उत्तराखंड एसोसिएशन के सदस्य संदीप अरोड़ा, राष्ट्रीय दृष्टि निरपेक्ष जन स्कूल के विशेषज्ञ अमित शर्मा, देवभूमि बधिर एसोसिएशन के प्रदेश प्रवक्ता सोनिया अरोड़ा, ब्रह्माकुमारीज़ लायंस सेवा प्रभाग के सदस्य ब्र.कु. प्रकाश, ब्र.कु. मंजू, ब्र.कु. अंशवान बहन, ब्र.कु. मीना,हरिद्वार, ब्र.कु. वीणा,कर्नाटक तथा अन्य।

सारनाथ-वाराणसी(उ.प्र.)। नवनियुक्त मंडलायुक्त भारत एस. राजलिंगम को हार्दिक बधाई एवं शुभकामना के साथ ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राधिका। साथ हैं ब्र.कु. तापोशी एवं ब्र.कु. विपिन।

आमेट-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. रतनमोहिनी दादी के श्रद्धांजलि कार्यक्रम में श्रद्धांजलि अर्पित करने के पश्चात् समूह चित्र में सोनालीक पेंट लिमिटेड के मैनेजर अलेक्जेंडर कुमार एवं सिविल इंजीनियर नरेश कुमार, ब्र.कु. पूनम एवं ब्र.कु. गौरी।

- गतांक से आगे...

क्या होगा ये सोचने के बजाए... मेरी स्थिति कैसी है ये सोचें...

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका

समय की फाइनल समाप्ति हम बच्चों को ही तो करनी है...

पिछले अंक में आपने पढ़ा कि पहली तैयारी जो मुझे करनी है क्या मैंने अपनी मन्सा को एकदम हल्का किया है, व्यर्थ और निगेटिव से मुक्त किया है? क्योंकि यही हलचल अगर होगी और वही मेरी अंतिम घड़ी होगी तो किस गति को प्राप्त करेंगे! अब आगे पढ़ेंगे...

बाबा ने बहुत सुन्दर बात कही कि कई बार आप समझते कि मैं बहुत ठीक हूँ, मेरी अवस्था बहुत अच्छी है और कोई ऐसे संस्कार पर आपने ध्यान नहीं दिया है और अचानक उस समय वही हलचल मचना शुरू हो जाए मन के अन्दर, अपनी मन्सा के अन्दर, वह ऐसे उभरकर आएंगे कि आप उसको ठीक करने से पहले ही उस हलचल में ही शरीर छोड़ना पड़े। तो इसीलिए बहुत काल का ये अभ्यास चाहिए कि चाहे प्रकृति का कोई पेपर हो, कोई व्यक्ति की बात हो तो लेकिन वो देखते हुए, सुनते हुए भी मैं उससे कितनी डिटैच्ड हूँ, कितनी न्यारी-प्यारी हूँ। बाबा के प्यार में सहजता से मैं समा जाऊँ।

बाबा कई अव्यक्त मुरली के लास्ट में हम बच्चों को ड्रील कराते हैं कि एक सेकण्ड में विदेही बन जाओ, एक सेकण्ड में अशरीरी हो जाओ, फिर वापस बाबा कहें कि देह में आओ, फिर अचानक वापस अशरीरी बनने का अभ्यास करो। तो ये अभ्यास बाबा क्यों करा रहे हैं? बाबा का हम बच्चों से इतना प्यार है कि बाबा नहीं चाहता कि मेरा कोई भी बच्चा हलचल में शरीर छोड़े। उस समय ये नहीं कि क्या हो गया? ये संकल्प न हो, नहीं तो कौन-सी गति को प्राप्त करेंगे?

इसलिए पहला लक्ष्य जो बाबा ने कहा कि आप सबका पहला लक्ष्य है कि सूर्यवंशी बनना है और दूसरा लक्ष्य है बाप समान बनना तो ये दो लक्षण अपने आप में चेक करो, और अपनी तैयारी उस अनुसार करो। तो बाप समान बनने के लिए भी स्वयं में देखो कि क्या बाप के कदम पर कदम रख के चल रहे हैं। अमृतवेले से लेकर के रात्रि तक के लिए बाबा ने हर बात की श्रीमत हम बच्चों को दी है। तो जब हर बात की श्रीमत हमारे पास है यानी ब्रह्मा बाबा उस श्रीमत रूपी कदम पर कदम रख के चले हैं तो मुझे ब्रह्मा बाप के कदम पर कदम रखकर चलना है, तभी तो बाप समान बनेंगे।

तो उसको भी बाबा ने इतना सूक्ष्म स्तर पर ले जाकर कहा कि बच्चे- जब आप सोचते हो, जो संकल्प उत्पन्न हुआ उस समय देखो कि क्या अगर ब्रह्मा बाबा होते तो ऐसा संकल्प बाबा का होता? बाबा का संकल्प कैसा होता था। जो बोल हम बोल रहे हैं, क्या ब्रह्मा बाबा ऐसा बोल निकालते थे, क्या ये कर्म ब्रह्मा बाप के समान होगा? तो ब्रह्मा बाप हमारे लिए सैम्पल हैं और उसके साथ अपने आपको भेंट करो, अपने संकल्प, बोल और कर्म को और चेक करो, उस अनुसार कि क्या मेरे संकल्प, बोल और कर्म ब्रह्मा बाप के समान हैं? तब कहेंगे कि हाँ हम बाप समान बनते जा रहे हैं।

तो अचानक के पेपर जब लेंगे बाबा। बाबा ने कहा कि एक घड़ी पहले भी मैं नहीं बताऊंगा कि पेपर आने वाला है, ये ड्रामा का नियम ही नहीं है कि घड़ी पहले भी किसी को बता दें कि ये पेपर अभी तेरे सामने आने वाला है, लेकिन बाबा कहें कि आप अपना पुरूषार्थ ऐसा करो जो आप सहजता से बाप समान बन जाओ।

तीसरा लक्ष्य जो बाबा ने दिया है हम बच्चों को, वह है अव्यक्त फरिश्ता बनना। उसी मुरली के अन्दर ये तीन लक्ष्य बाबा ने दिए थे। ब्रह्मा बाप समान बनने और अव्यक्त फरिश्ता बनने के लिए क्यों बाबा ने लक्ष्य हम सबके सामने रखा ताकि सहज पुरूषार्थी हो जाएं और दूसरा अव्यक्त फरिश्ता हम बच्चों को इसलिए बनना है ताकि समय की समाप्ति बाबा हमारे द्वारा कराये। जिस तरह बाबा ने कहा कि ब्रह्मा बाबा अव्यक्त बना। क्यों अव्यक्त बना? तो उससे सेवा की रफ्तार की तीव्र गति प्राप्त हुई जो देश-विदेश की सेवा आरम्भ हो गई और इतनी तीव्र गति रफ्तार मिली सेवा को तो उसको हम सभी सहजता से देख सकते हैं, अनुभव कर सकते हैं।

इसलिए बाबा कहते कि ये लक्ष्य जो तुम बच्चों के सामने है कि मुझे अव्यक्त बनकर फरिश्ता बनना है। क्यों बनना है? क्योंकि समय की जो फाइनल समाप्ति है वो हम बच्चों की अव्यक्त स्थिति द्वारा होनी है। जैसे ब्रह्मा बाबा ने अव्यक्त स्थिति द्वारा सेवा की गति को तीव्र किया। ऐसे हम बच्चों की स्थिति द्वारा समय की समाप्ति और सम्पन्नता ये सहज होगा। तो ये फाइनल कार्य तो हमें करना है ना! उसके लिए भी हमें तैयार होना पड़ेगा अचानक के पेपर में।

- क्रमशः

आगरा-आर्ट गैलरी म्यूज़ियम(उ.प्र.)। मातृ दिवस के अवसर पर आयोजित 'आध्यात्मिक एवं सांस्कृतिक' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मधु, ब्र.कु. संगीता, ब्र.कु. साधना, ब्र.कु. गीता, शहीद कैप्टन शुभम गुप्ता की माता श्रीमती पुष्पा गुप्ता, सेवा सदन संस्था की संचालिका मधु कश्यप तथा अन्य।

मोतिहारी-बिहार। मातृ दिवस के अवसर पर आयोजित सम्मान समारोह में डिज़िटल एडिटिंग विशेषज्ञ एवं मोतिहारी लेक टाउन क्लब की अधिकारी पुतूल सिन्हा को सम्मानित करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीना। साथ हैं पूर्व प्राचार्या शशिकला कुमारी।

भीनमाल-इंद्रा कॉलोनी(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र द्वारा बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए त्रिदिवसीय समर कैम्प के समापन कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता दीदी, ब्र.कु. राधा, ब्र.कु. अंजलि, ब्र.कु. बाबू, रिको के अध्यक्ष जोगाराम चौधरी, एडवोकेट दिनेश हिंगड़ा तथा अन्य प्रतिभागी बच्चे।

हर सुबह एक थॉट क्रियेट करें

ब्र.कु. शिवानी बहन,जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जीवन में कई सारे चेंज लाने के लिए सिर्फ एक को बदलना पड़ता है और वो हैं हम। हमें लगता है गुस्से से काम होते हैं, जबकि जीवन में सबकुछ अच्छा हो जाता है गुस्सा छोड़ देने से। मेरी ज़िम्मेदारी है अपना ध्यान रखना। फिर औरों का ध्यान रखना। जब डॉक्टर हम बहुत अच्छे हैं तो दवाई इलाज करती है। जब हीलर हम बहुत अच्छे हैं तो हमारे वायब्रेशन्स दवाइयों से भी पहले इलाज करते हैं। हर सुबह एक थॉट क्रिएट करें। यह बहुत ज़रूरी है आज के समय में। दिन की शुरूआत मैं शांत-स्वरूप आत्मा हूँ, मैं परमात्मा का फरिश्ता हूँ, के संकल्प से करें। हर रोज़ हर घंटे के बाद अपने को इसकी याद दिलाएं कि मैं परमात्मा का उपकरण हूँ। वो मुझे उपयोग करते हैं।

जैसे ही हम परमात्मा को याद करते हैं तो उनके वायब्रेशन्स हमारा हिस्सा बन जाते हैं। जिसको हम याद करते हैं, हमारे मन की स्थिति, हमारी एनर्जी फील्ड उसके साथ कनेक्ट हो जाती है। और अगर आप परमात्मा को याद करेंगे तो कनेक्शन किससे जुड़ जाएगा? शान्ति का सागर, सर्वशक्तिमान, प्यार का सागर, उसको एक पल के लिए भी अगर याद करेंगे तो कनेक्शन जुड़ जाएगा।

किसी भी चीज़ को ठीक करना है तो पहले रोग का पता लगाना ज़रूरी है। क्या छोटी-छोटी बातें आती हैं रिश्तों में? अहंकार, अपेक्षाएं, हर्ट होना, संवादहीनता, ईर्ष्या, स्वभाव नहीं मिलना, भरोसे का कम हो जाना आदि। इससे रिश्तों में समस्याएं आती

हैं। लेकिन जब ये सारे शब्द हम निकाल रहे होते हैं तो ये अपने बारे में बोल रहे होते हैं या किसी और को याद करके सुना रहे होते हैं? किसी के बारे में नहीं सोचना। क्योंकि किसी और के बारे में सोचने का मतलब है ऊर्जा की बरबादी और समय की बरबादी। अगर जांच-पड़ताल भी करनी हो तो सबसे पहले अपनी करें। कारण ढूंढें कि मेरा रिश्ता सहज-सरल क्यों नहीं है? खुद से पूछें कि मैं उसे ठीक करने के लिए अपने में क्या बदलाव ला सकता हूँ या ला सकती हूँ?

हममें से कितनों को लगता है कि हमारा नेचर कभी-कभी किसी और से मैच नहीं करता है? जब स्वभाव ही नहीं मिलेगा तो गलतफहमियां हो जाएंगी। हम किसी को देखते हैं और कहते हैं कि उनका संस्कार हमारे से बिल्कुल अलग होता है। हम उनको कहते हैं हम आपको समझ नहीं सकते। वो भी कहते हैं कि मैं भी आपको समझ नहीं सकता। हम ये समझते हैं कि रिश्ता तब अच्छा होगा जब दोनों का नेचर एक जैसा होगा।

लेकिन सोचो, एक दिन दोनों उठे सुबह, एक जैसा सोचते हैं, एक जैसा बोलते हैं, एक जैसा करते हैं, कुछ अलग ही नहीं है दोनों के बीच में, तो कैसा हो जाएगा जीवन! बोरिंग नहीं हो जाएगा? एक जैसा हुआ तो उबाऊ और अलग हुआ तो दिक्कत- अब इन दोनों में से कौन-सा चुनें? हम ये अपेक्षा करते हैं कि दूसरा ठीक हमारे जैसा सोचे, बोले और करे। न कम करे न ज़्यादा करे। लेकिन जब आपको अपना परिचय मिल जाता है कि मैं तो आत्मा हूँ, तो इससे हर समस्या का समाधान मिल जाता है। तब एक और चीज़ समझ आएगी कि आत्मा इस शरीर में है, इससे पहले एक और शरीर में थी, उससे पहले किसी और शरीर में होगी, तो इतना विषाद क्यों?

दिल्ली-लोधी रोड। माननीय उप मुख्यमंत्री प्रवेश साहिब सिंह वर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गिरिजा बहन एवं राजयोगी ब्र.कु. पीयूष।

उकलाना मंडी-हरियाणा। विधायक नरेश सेलवाल से ज्ञान चर्चा करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. किरण, ब्र.कु. दीपक व ब्र.कु. उपेन्द्र,माउंट आबू तथा ब्र.कु. ईश्वर सोनी।

कलिम्पोंग-पश्चिम बंगाल। सेवाकेन्द्र पर आयोजित धार्मिक नेता स्नेह मिलन कार्यक्रम में मंचासीन हैं स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अलका बहन, धार्मिक प्रभाग के मुख्यालय समन्वयक राजयोगी ब्र.कु. रामनाथ, प्रणामी मिशन के मंगल धाम के फणींद्र महाराज, रोमन कैथोलिक के सेंट फिलोमेना एचएस स्कूल, कलिम्पोंग की प्रिंसिपल रेव्ह सिस्टर क्रिसंथा राय,देओलो, कलिम्पोंग के बौद्ध मठ चोडेन लामा, कलिम्पोंग के अंजुमन-ए-इस्लामिया के वकील और सचिव मसूद सुल्तान, मानव उत्थान सेवा समिति की श्रीमती तारा भंडारी, श्री सत्य साईं सेवा समिति के सयोंजक कुमार गुरुंग।

बाहड़झोला-ओडिशा। नुआगांव के तहसीलदार कबीराज सेठी को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. माला बहन। साथ हैं ब्र.कु. लक्ष्मी तथा अन्य।

करोल बाग-पांडव भवन(दिल्ली)। अंतर्राष्ट्रीय नर्स दिवस पर सर गंगा राम अस्पताल में आयोजित 'प्रोफेशन ऑफ कंपेशन एंड केयर' विषय पर नर्सेज को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. विजय दीदी। ब्र.कु. विजय दीदी का फूलों का गुलदस्ता भेंट कर स्वागत करते हुए चीफ नर्सिंग ऑफिसर जोसेफिन सिरिल।

दिल्ली-पंजाबी बाग। मातृ दिवस के अवसर पर सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कोकिला बहन, श्रीमती वंदना जैन,संचालिका रिद्धि-सिद्धि क्लब, प्रोफेसर डॉ. पूर्णिमा गुप्ता तथा अन्य।

गुरुग्राम-ओआरसी(हरियाणा)। गुरुग्राम के भोराकलां स्थित ओमशान्ति रिट्रीट सेंटर पर शालीनता एवं विनम्रता के धनी 128 वर्षीय पदमश्री शिवानंद महाराज के देहावसान के पूर्व ओआरसी आगमन पर उनसे स्नेह मुलाकात के पश्चात् समूह चित्र में राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. येशु बहन,ओआरसी, ब्र.कु. मंजू बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

FOR ONLINE TRANSFER

Pay Directly to: osmorerf@indianbk

BANK NAME:- INDIAN BANK
BRANCH:- Shantivan,Talhati
ACCOUNT :- OM SHANTI MEDIA OF RERF
ACCOUNT NO:- 7552337300,
IFSC - CODE:- IDIB000S319

Note:- AfterTransfer send detail on

E-Mail - omshantimedia.acct@bkivv.org
E-Mail - omshantimedia@bkivv.org

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

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

संपर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088

Email-omshantimedia@bkivv.org

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

Website: www.omshantimedia.org

गन्ने का रस पिएं और शरीर को हुष्ट-पुष्ट बनायें

चिलचिलाती गर्मी में ठंडक पाने के लिए अधिकतर लोग कोल्ड ड्रिंक्स या अन्य शुगरी ड्रिंक्स का अधिक सेवन करते हैं। इन चीज़ों के सेवन से आपकी सेहत पर गंभीर प्रभाव पड़ते हैं। अगर आप गर्मियों में शरीर को ठंडा रखने के साथ कई स्वास्थ्य समस्याओं से बचना चाहते हैं तो आपको गन्ने का रस पीना चाहिए।

गन्ने का रस एक नैचुरल ड्रिंक है जिसमें किसी तरह का कोलेस्ट्रॉल नहीं होता। हालांकि इसमें थोड़ा फैट, फाइबर और प्रोटीन की मात्रा होती है। गन्ने का रस कैल्शियम, कॉपर, मैग्नीशियम, मैंगनीज, जिंक, आयरन और पोटैशियम से भरपूर गन्ने का जूस ढेर सारी विटामिन का भी स्रोत है जैसे विटामिन ए,बी1,बी2,बी3 और विटामिन सी जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं। इससे हमें और क्या-क्या फायदे मिलते हैं, चलिए जानते हैं -

बॉडी को तुरंत मिलती है एनर्जी

गन्ने का रस स्वादिष्ट होता है और इसे पीने से आपके शरीर को तुरंत ऊर्जा मिलती है। गर्मियों में पसीना और चिलचिलाती धूप शरीर की सारी ताकत खत्म कर देती है और डिहाइड्रेट कर देती है। गन्ने के जूस में इलेक्ट्रोलाइट्स पोटैशियम मौजूद होता है। इसलिए गन्ने के जूस को पीने से शरीर हाइड्रेट होता है। गन्ने के जूस को स्पोर्ट्स ड्रिंक की तरह इस्तेमाल किया जा सकता है। एक्सरसाइज़ के बाद हो रही थकान को दूर करने के लिए गन्ने के जूस को पिया जा सकता है। ये बॉडी में ब्लड शुगर लेवल को बढ़ाता है। जिससे मसल्स में एनर्जी रिस्टोर होती है।

लिवर की कार्यप्रणाली को बनाता मजबूत

एनसीबीआई पर प्रकाशित एक अध्ययन के अनुसार गन्ने का रस विटामिन, मिनरल्स और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है और यह लिवर के कामकाज को बेहतर बनाने में सहायक है। अध्ययनों से पता चलता है कि गन्ने का रस नेचर में एल्कलाइन होता है, जो शरीर में इलेक्ट्रोलाइट संतुलन बनाए रखने में मदद करता है। यही वजह है कि पीलिया होने पर गन्ने का रस पीने की सलाह दी जाती है।

पाचन तंत्र को बनाता है मजबूत

अगर आपका पाचन तंत्र कमज़ोर है तो आपको गन्ने का रस पीना चाहिए। गन्ने के रस में मौजूद पोटैशियम पेट में पीएच लेवल को संतुलित करता है। गन्ने का रस पीने से व्यक्ति हाइड्रेटेड रहता है और नियमित मल त्याग में मदद मिलती है। यह पेट के संक्रमण को रोकने में भी मदद करता है।

किडनी हेल्थ के लिए पॉवरफुल ड्रिंक

गन्ने के रस में बिल्कुल भी कोलेस्ट्रॉल नहीं होता है साथ ही इसमें सोडियम भी बहुत कम होता है। इसके अलावा इसमें सैचुरेटेड फैट भी नहीं होता है। गन्ने के जूस को और भी पौष्टिक बनाने के लिए इसमें नींबू और अदरक का जूस और नारियल पानी मिला कर पीने से इसके अद्भुत फायदे मिलते हैं। ये यूरिन को पास करने में मदद करता है।

यही वजह है कि यह किडनी को स्वस्थ रखने में मदद करता है।

गन्ने के रस के नुकसान...

गन्ने का रस पीने से साइड इफेक्ट बहुत कम होते हैं लेकिन फिर भी यह कुछ स्वास्थ्य समस्याओं की वजह बन सकता है। गन्ने में पोलीकोसानॉल नामक तत्व होता है और इसके अधिक सेवन से अनिद्रा, पेट खराब, चक्कर आना, सिरदर्द और वजन कम हो सकता है। यह रक्त को पतला भी कर सकता है और रक्त में कोलेस्ट्रॉल लेवल को प्रभावित कर सकता है।

डायबिटिक लोगों के लिए ये कोई हेल्दी विकल्प नहीं है। ये शरीर में शुगर की मात्रा बढ़ाता है।

अधिक कैलोरी होने के कारण गन्ने के जूस के अधिक सेवन से वज़न बढ़ने का खतरा भी बना रहता है।

जिन लोगों को गन्ने का जूस सूट नहीं करता है उन्हें इससे एलर्जी भी हो सकती है।

भरतपुर-राज.। राजस्थान राज्य न्यायिक अकादमी में प्रशिक्षु न्यायाधीश लितेन्द्र जीत कांत्या एवं सिद्धार्थ जीत कांत्या को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कविता दीदी। साथ हैं ब्र.कु. पावन, एडवोकेट जितेन्द्र,लौकिक पिता तथा अन्य।

रूड़की-उत्तराखंड। मातृ दिवस के अवसर पर आयोजित सम्मान समारोह कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. गीता, समाजसेवी श्रीमती नीलम चौधरी, आर.टी.ओ. अधिकारी श्रीमती एल्विन, पंजाबी मीडिया पत्रिका की सदस्य श्रीमती पूजा गुप्ता तथा अन्य।

तिनसुकिया-असम। मातृ दिवस के अवसर पर आयोजित सम्मान समारोह में माताओं को गमछा पहनाकर व बैज लगाकर सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. लीला, ब्र.कु. कल्याणी, ब्र.कु. सुमन तथा अन्य माताएं।

भिलवाड़ा-राज.। अंतर्राष्ट्रीय नर्स दिवस के अवसर पर सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में सभी नर्सेज को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. गीता बहन। मंचासीन हैं डॉ. भूपेन्द्र चौधरी,एम.एस., डॉ. करनाजी चौधरी, डॉ. विकास,एम.एस. ऑर्थो, हॉस्पिटल प्रबंधक धुखाराम चौधरी तथा अन्य नर्सिंग स्टॉफ।

तपस्या का प्रारूप क्या हो

हम सभी का जीवन, ईश्वरीय संतानों का जीवन, ब्राह्मण बनने के बाद का जीवन और उसका पैमाना, उसका मापदंड क्या हो सकता है? और क्या होना चाहिए? तो बहुत गहन दृष्टि से, गहन भाव से अगर उसको देखा जाये तो हम पायेंगे कि जो हमारा लक्ष्य ईश्वरीय जीवन मिलने के पहले नहीं था, जो ईश्वरीय जीवन मिलने के बाद हमको लक्ष्य मिला, उन दोनों के बीच में कितना गैप है, कितना बड़ा अंतर है। हम सभी यहाँ पर सबकुछ छोड़ना चाहते हैं, और कहा जाता है कि एक-एक चीज़ से लगाव हमारे दुःख का कारण है और उसको छोड़ने का, हटाने का तरीका परमात्मा ने हमको सिखाया कि निमित्तपन का भाव लाओ। निमित्तपन की स्थिति बनाओ। लेकिन निमित्तपन का भाव, निमित्तपन की स्थिति लाने के लिए हम सबका जो अटेन्शन है वो बहुत कम है। कारण उसका एक है कि जो प्राप्तियां हमको अपनी उस जीवन में नहीं हुईं, वो यहाँ होने लगीं। होने लगीं तो हम धीरे-धीरे इस ज्ञान को उसमें यूज़ करने लगे, कि नहीं, जीने के लिए ये भी तो चाहिए, ये भी तो चाहिए, ये भी तो ज़रूरी है। क्योंकि अगर हम ऐसे नहीं रहेंगे तो सेवा कैसे करेंगे? कार्य कैसे करेंगे? तो कहने का मतलब ये हुआ कि जो चीज़ हम करने आये थे उससे धीरे-धीरे हमारा मोह किसी ओर की तरफ मुड़ गया।

आप सोचो कि परमात्मा हमको कर्मातीत बनाना चाहते हैं। कर्म करके भूलना सिखाते हैं कि आप कर्म करके भूलोगे तो खुश रहोगे। इच्छाओं को कम करोगे तो समस्याएं ऐसे ही कम हो जायेंगी। बहुत सारी बातें ऐसी छोटी-छोटी बाबा हमको सिखाते हैं। लेकिन ये सारी बातें एक साइड में और उलझन बढ़ती जा रही है। और हम सबका जीवन भी ना डबल जीवन है, डबल जीवन का मतलब? क्योंकि एक ट्रेनिंग तो मिल ही गई है कि हमको खुश रहना है सबके सामने। मुस्कुराहट के साथ बोलना है, मिठास के साथ बोलना है, ये एक ट्रेनिंग है, उन्नति नहीं है। ये हमारा नेचर नहीं बना है। तभी तो हम बीच-बीच में काफी देर तक इस भाव को रख नहीं पाते। जब रख नहीं पाते तो दुबारा कहते हैं कि हमको पुरूषार्थ और करना है।

तो परमात्मा कहते हैं कि तपस्या इसी बात की तो है। ये कितना जड़ तक मैंने इन सारी चीज़ों को जीता है। तो हम सबको बैठ करके या खड़े होकर या चल-फिर कर या किसी भी तरह से मनन-चिंतन करके इन बातों से बाहर खुद को निकालना है कि हम सबके अन्दर निष्काम कर्मयोगी वाला भाव कब तक आयेगा? क्योंकि हम संगमयुग पर हर चीज़ परमात्मा से मांगते हैं कि हमारा ये अच्छा हो, ये अच्छा हो, ये अच्छा हो। और हमारे आत्मबल से वो अच्छा हो ही रहा है, हो जाता है। क्योंकि हम सब भी तो आत्माएं परमात्मा की संतान हैं, जो संकल्प करेंगे वो तो होना ही है। लेकिन जो संकल्प हमको करना चाहिए वो साइड में है। हमको ये करना है कि हम निष्काम कर्मयोगी बनें, कर्म करके भूलें, उन संकल्पों में तो एक बार भी ध्यान नहीं है। तो ये सिर्फ और सिर्फ खुद को तसल्ली देने के लिए लेकिन खुद पर काम करने के लिए ज़रूरी है कि हम थोड़ा जगें और थोड़ा बैठकर सोचें कि अभी तक वो सन्तुष्टि, वो खुशी क्यों नहीं है! क्योंकि जो चीज़ हमको करनी है, निष्काम कर्मयोगी वाली भावना लानी है, वो भूल गई है। छुपाना, ऊपर-नीचे करना, झूठ बोलना, इधर-उधर करना, सही किसी से नहीं रहना, डबल फेस, बहुत कुछ है जो दुनिया में भी है। वहाँ तो लोग अलर्ट हैं लेकिन यहाँ पर हम सबके आपस में अन्दर-अन्दर जो सोच है, संकल्प हैं वो मिलते नहीं हैं तो उसका रिज़न तो यही है, उसका कारण तो यही है कि अन्दर के वातावरण में बाहर के वातारण के साथ हार्मनी नहीं है। इसीलिए सबके साथ वो वाले सम्बन्ध नहीं हैं, सच्चे और साफ। हर कोई कमी महसूस कर रहा है।

तो इस बात की अगर तपस्या शुरू हो जाये कि हमको सच में निष्काम कर्मयोगी बनना है, सच में निमित्तपन के साथ जीना है, सच में कर्मातीत बनना है, सच में इन बातों से बाहर निकलना है तो वही रियल तपस्या होगी। और यही तपस्या यज्ञवत्सों ने की जो शुरू में आदि रतन बने परमात्म के बच्चे।

तो चलो इन भट्ठियों में इन सारी बातों से बाहर निकलने के लिए कुछ पुरूषार्थ की चीज़ों को अपने जीवन में अपनाते हैं...

दिनचर्या में अटेन्शन रखें –

1. वाणी में संयमता और मधुरता हो।
2. जो चाहते हैं उसे अपने जीवन से जोड़ें।
3. सच्चाई-सफाई और सादगी को लक्ष्य बनायें।
4. इस अमूल्य जीवन को मूल्यवान बनायें।

ब्रह्मपुर-ओडिशा। ब्रह्मपुर सबज़ोन तत्कालीन प्रभारी राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू दीदी की स्मृति में मधुबन से पूर्व निश्चित स्मारक प्रभु मंजूल मिलन धाम का भूमि पूजन करते हुए सबज़ोन प्रभारी राजयोगिनी ब्र.कु. माला दीदी, ब्र.कु. शिव व ब्र.कु. नरसिंह,माउंट आबू, कान्ट्रेक्टर चलपति राव तथा अन्य।

समालखा-हरियाणा। नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत जन-जन को जागरूक करने हेतु निकाली नशा मुक्ति रैली में उपस्थित ब्र.कु.सीमा, ब्र.कु. पूजा तथा अन्य भाई-बहनें।

कूचबिहार-पश्चिम बंगाल। अंतर्राष्ट्रीय नर्स दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में नर्सेज को सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. संपा बहन, पुर्निमा जी,जयेंट सुपरिटेंडेंट नर्सिंग,एम.जे.एन. हॉस्पिटल, चम्पा जी,सुपरिटेंडेंट ऑफ नर्सिंग,आलीपुरदुयार हॉस्पिटल, अनिनदिता जी व पीयाली जी,सुपरिटेंडेंट ऑफ नर्सिंग,एम.जे.एन. हॉस्पिटल तथा अन्य।

हिसार-हरियाणा। बालसमंद रोड स्थित ब्रह्माकुमारीज़ के पीस पैलेस परिसर में हिसार के चिकित्सकों के लिए आयोजित रिफ्रेशमेंट कार्यक्रम में उपक्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. रमेश दीदी, ब्र.कु. अनीता, ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु. महेश, ब्र.कु. प्रमोद, डॉ. रितु चोपड़ा,मेडिकल डायरेक्टर, जिंदल हॉस्पिटल, डॉ. प्रवीन मोंगा व डॉ. प्रियंका छाबड़ा,मेडिकल सुपरिटेंडेंट, डॉ. अर्चना खत्रेजा,एच.आर. हेड तथा अन्य प्रशासनिक अधिकारियों आदि की उपस्थिति रही।

खुशखबरी...

आ गई शिव संदेश और राजयोग कॉमेन्ट्री की नई कुंजी...

हम सभी जितने भी जिज्ञासु या आगंतुकों से मिलते हैं तो उस समय होता है कि कुछ इनको परमात्मा के बारे में बताया जाये,तो वैसे तो हम बताते ही हैं लेकिन उसके साथ-साथ कुछ लिखित सामग्री अगर दी जाये तो उसको पढ़कर उनके अंदर उसे जानने की जिज्ञासा और बढ़ जायेगी। इसी ध्येय को लेते हुए हमने 'परमपिता परमात्मा शिव का संदेश' और परमात्मा से सहज योग के लिए 'राजयोग मेडिटेशन कॉमेन्ट्री' की एक ज़ेबी किताब या पॉकेट बुक डिज़ाइन किया है जो बहुत ही कारगर है। जिसमें परमात्मा का पूरा संदेश और उनसे मिलन मनाने की सहज विधि के लिए अभ्यास करने की कॉमेन्ट्री भी है। आप इसे ओमशान्ति मीडिया,शांतिवन से प्राप्त कर सकते हैं।

ओमशान्ति मीडिया,ब्रह्माकुमारीज़,
आनंद भवन,शांतिवन,आबू रोड(राज.-307510)
मो.- 9414154344, 9414006096, 9414182088
ई.मेल - omshantimedia@bkivv.org

परमात्म ऊर्जा

जब जान लिया और पहचान लिया, मान लिया कि सभी सम्बन्ध एक साथ हैं, दूसरा ना कोई, तो उसमें चलने में क्या मुश्किल है? साथ क्यों छोड़ते हो? सीता का साथ क्यों छूटा? कारण - लकीर का उल्लंघन किया। यह चन्द्रवंशी सीता का काम है, लक्ष्मी का नहीं। तो मर्यादा के लकीर के बाहर बुद्धि ज़रा भी ना जाए। नहीं तो चन्द्रवंशी बनेंगे। बुद्धि रूपी पांव मर्यादा की लकीर से संकल्प व स्वप्न में भी बाहर निकलता है तो अपने को चन्द्रवंशी सीता समझना चाहिए, सूर्यवंशी लक्ष्मी नहीं। सूर्यवंशी अर्थात् शूरवीर। जो शूरवीर होता है वह कब कोई के वश नहीं होता है। तो सदा साथ रखने के लिए अपने को मर्यादा की लकीर के अन्दर रखो,लकीर के बाहर न निकलो। बाहर निकलते हो तो फकीर बन जाते हो। फिर मांगते रहते हो- यह मदद मिले, यह सैलवेशन मिले तो यह हो सकता है। मंगता हुआ ना! फकीर बनने का अर्थ ही है -हेल्थ, वेल्टा गंवा देते हो, इसलिए फकीर बन जाते हो। तो ना लकीर को पार करो ना फकीर बनो। लकीर के अन्दर रहने से मायाजीत बन सकते हो। लकीर को पार करने से माया से हार खा लेते हो। इसलिए सदा हेल्दी, वेल्दी, हैप्पी और होली बनो? चेक करो कि इन चारों में से आज किसी बात की कमी रही, आज हेल्थ ठीक है, वेल्थ है, हैप्पी है, होली है, न है तो क्यों? उस रोग को जानकर फौरन ही उसकी दवाई करो और तो सभी प्रकार की दवाई मिल चुकी हैं। सभी प्राप्तियां हैं। तो सभी प्राप्ति होते भी समय पर क्यों नहीं कर पाते हो? समय के बाद स्मृति में क्यों आते हो? यह कमज़ोरी है जो समय पर काम नहीं करते। समय के बाद भी करते हो तो समय तो बीत जाता है ना। समय पर सभी स्मृति रहे, उसके लिए अपनी बुद्धि इतनी विशाल व नॉलेजफुल नहीं बनी है। तो फिर कोई सहारा चाहता है, वह सहारा सदा साथ रखो तो कब हार नहीं होगी।

तो कब भी अपने को रोगी ना बनाना ज़रा भी किसी प्रकार का रोग प्रवेश हो गया तो एक व्याधि फिर अनेक व्याधियों को लाती है। एक को ही खत्म कर दिया तो अनेक आयेंगी ही नहीं। एक में अलबेले रहते हो, हल्की बात समझते हो, लेकिन वर्तमान समय के प्रमाण हल्दी व्याधि भी बड़ी व्याधि है। इसलिए हल्के को ही बड़ा समझ वहाँ ही खत्म कर दो तो आत्मा कब निर्बल नहीं होगी, हेल्दी रहेगी।

कथा सरिता

सबसे बड़ा कर्त्तव्य- परोपकार

बात उस समय की है जब हमारे देश में मुगलों का साम्राज्य था। राजस्थान के प्रसिद्ध शहर जयपुर में एक व्यक्ति रहता था। एक दिन जब वह व्यक्ति अपने काम में लगा हुआ था, तो उसके पास एक युवक आया और कहने लगा महोदय, ये लीजिए अपने बीस हज़ार रूपये आपने बुरे समय में मेरी सहायता की थी और अब मैं इन्हें लौटाने में सक्षम हूँ। अतः कृपया आप ये पैसे रख लीजिए। मैं आपका बहुत ही कृतज्ञ हूँ।

यह सुनकर वह व्यक्ति ध्यानपूर्वक युवक को देखते हुए बोले- माफ करना, लेकिन मैंने तो आपको पहचाना नहीं और न ही मुझे ये याद आ रहा है कि मैंने कभी कोई पैसे आपके दिये थे।

यह सुनकर युवक आश्चर्यचकित होते हुए बोला- आप याद कीजिए एक बार आप चिकित्सालय में गए थे, मैं बहुत बीमार था। मेरे पास पैसे नहीं थे। डॉक्टर ने तुरन्त बीस हज़ार रूपये जमा करने के लिए कहा था। मैं बहुत हताश, परेशान था, क्योंकि अगर समय रहते पैसे जमा नहीं होते तो मेरा जीवित रहना सम्भव नहीं था। उस समय आपने ही पैसे जमा करके मेरे प्राणों की रक्षा की थी। आप कहते हैं कि मुझे तो याद ही नहीं है।

यह सुनकर व्यक्ति अपने बीते दिनों के बारे में सोचने लगा। और थोड़ी ही देर में उसे याद भी आ गया कि ऐसी घटना हुई थी और मैंने रूपये दिए थे। लेकिन कुछ देर सोचने के बाद वह बोला- मित्र, हाँ मुझे याद आ गया कि मैंने रूपये दिए थे। परन्तु यह तो मनुष्य का स्वाभाविक धर्म, कर्त्तव्य है कि वह मुसीबत में पड़े हुए प्राणी की सहायता करे। अतः अब आप इन पैसों को अपने पास ही रखें। हाँ, इतना ज़रूर करें कि अगर आपको भी कोई ज़रूरतमंद व्यक्ति मिले तो ये रूपए आप उसको दे दें और अगर आपके पास भी ऐसी स्थिति उत्पन्न हो जाए तो आप भी उस व्यक्ति को यही कहें कि वह भी आगे इसी प्रकार किसी ज़रूरतमंद की सहायता करे। बस यही हमारा कर्त्तव्य है, धर्म है।

यह सुनकर वह युवक उनसे अत्यन्त प्रभावित हुआ और हकीकत में ही एक दिन उसे एक ज़रूरतमंद व्यक्ति मिला और उसने उन रूपयों में बीस हज़ार रूपये और मिलाकर उस व्यक्ति की मदद की और उसे भी वही सलाह दी जो उस व्यक्ति ने उसे दी थी। धीरे-धीरे ऐसे लोगों की बहुत बड़ी संख्या हो गई और बहुत सारे पैसे भी इकट्ठे हो गए फिर उन सबने एक चिकित्सालय का निर्माण किया। वहाँ पर आज भी निःशुल्क चिकित्सा प्रदान की जाती है।

सीखः इस कहानी से हमें ये शिक्षा मिलती है कि हम सबको निःस्वार्थ भाव से एक-दूसरे की मदद करनी चाहिए। यही सबसे बड़ा धर्म है।

कोटा-कुन्हाडी(राज.)। मातृ दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. उर्मिला दीदी, ब्र.कु. गरिमा, एडिशनल कमिश्नर सुनीता डागा, लॉ कॉलेज की प्रिंसिपल एवं लायंस क्लब की अध्यक्षा डॉ. क्षिप्रा गुप्ता तथा अन्य।

बहल-हरियाणा। दो दिवसीय निःशुल्क नशा मुक्ति मेडिसिन कैंप में थानाध्यक्ष जय भगवान शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शकुंतला बहन। साथ हैं ब्र.कु पूनम, सरपंच साधुराम पनिहार, डॉ. ब्र.कु. रामकुमार तथा अन्य।

मोकामा-बिहार। मातृ दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में नगर परिषद की उपसभापति श्रीमती नीतू देवी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. निशा। साथ हैं ब्र.कु. रोशनी।

राजगीर-बिहार। पृथ्वी दिवस के अवसर पर आर.डी.एच. प्लस टू राजगीर स्कूल और उत्क्रमित मध्य विद्यालय गांधी आश्रम में बच्चों को आध्यात्मिक एवं नैतिक शिक्षा पर प्रकाश देने के पश्चात् प्रधानाध्यापिका इंदु सिंह को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. ज्योति।

कदमा-जमशेदपुर(झारखंड)। सेवाकेन्द्र पर बच्चों के लिए तीन दिवसीय 'लिटिल एंजेल' समर कैंप का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए ब्र.कु. संजू, डॉ. प्रत्युश तथा अन्य।

फतेहपुर-पूर्वी तांबेश्वर(उ.प्र.)। जिलाधिकारी रविंद्र सिंह को ज्ञानामृत व ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रियंका।

पिण्डवाड़ा-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के 'मेडिकल विंग' द्वारा जागरूकता सत्र के तहत स्थानीय जनजाति के लोगों को नशा मुक्त बनाने के लिए जागरूक किया गया। जिसमें 335 प्रतिभागियों ने भाग लिया।

अज्ञान अंधेरा छँटता है सत्य के संग से

ब्र.कु.रामसिंह, रेवाड़ी(हरियाणा)

प्राचीन काल की बात है, एक अशिक्षित ब्राह्मण क्रूर डाकू बन गया। उसने अपने परिवार के पोषण के लिए यात्रियों की हत्या और लूट का मार्ग अपनाया। एक बार एक संत का डाकू से सामना हो गया। डाकू ने उन्हें लूटने का प्रयास किया। इस पर संत ने कहा कि तुम अपने जिन सदस्यों के पोषण के लिए यह पाप कर्म करते हो, क्या तुम्हारे पाप में वे परिजन भी भागीदार होना चाहेंगे?

डाकू आश्चर्यचकित था। उससे पहली बार किसी ने ऐसा सवाल किया था। उसने सहमति तो जता दी लेकिन पुष्टि करने के लिए थोड़ा समय मांगा। संत को एक पेड़ से बांधकर डाकू घर पहुंचा और अपने पिता से वही सवाल पूछा, जो संत ने पूछा था। पिता ने उत्तर दिया, हमने तुम्हें छोटे से बड़ा किया, अब हमारा पोषण करना तुम्हारा कर्त्तव्य है। तुम कैसे धन लाते हो, हमें इससे कोई सरोकार नहीं है। तुम्हारे पाप में हमारे भागीदार होने का प्रश्न ही नहीं उठता।

पिता के वचन सुनकर डाकू के पैरों तले ज़मीन खिसक गई। डाकू ने फिर एक-एक कर माता, पत्नी और पुत्र से भी यही प्रश्न किया। सभी ने स्पष्ट मना कर दिया। तब डाकू दौड़ता हुआ संत के पास पहुंचा और उन्हें बंधनमुक्त कर माफी मांगी। संत की प्रेरणा से डाकू ने अपना पाप कर्म छोड़ दिया और भगवान का जाप करने लगा।

संतजन कहते हैं

जीवन में सतसंग के अवसर आते रहते हैं। हम यदि उनकी तरफपीठ कर खड़े हैं तो सतसंग का लाभ नहीं मिल पाता। यदि सतसंग में उतरे तो जीवनभर का पाप भी कुछ पलों में तिरोहित होकर, जीवन की दिशा बदल देता है। जीवन में यदि कुछ पल भी सतसंग के मिलते हैं तो ज़िंदगी संवर जाती है। ये कुछ पल पूरे जीवन के पापों को भी दूर कर देते हैं। इसलिए सतसंग करें या ना करें परंतु कुसंग कभी न करें।

वर्तमान का समय व्यावहारिक दौर है अर्थात् हमें जीवन में अनेक लोगों से मिलना-जुलना पड़ता है, तब हम यह भी जान जाते हैं कि कौन लोग अच्छे नहीं है, परंतु फिर भी इसी व्यवहार की वजह से, उनसे संबंध भी रखने पड़ते हैं। समझदारी इसमें है कि उनसे व्यवहार तो रखें परंतु कुसंग अधिक लंबे समय तक पकड़ कर न रखें। जिस प्रकार हम वाहन चलाते वक्त सावधानी रखते हैं कि हम किसी से ना टकरायें या दूसरा कोई हमसे न टकरा जाए। इसी प्रकार कुसंग के बारे में हमें इससे भी अधिक सावधानी रखने की ज़रूरत है।

> **जिस प्रकार हम वाहन चलाते वक्त सावधानी रखते हैं कि हम किसी से ना टकरायें या दूसरा कोई हमसे न टकरा जाए। इसी प्रकार कुसंग के बारे में हमें इससे भी अधिक सावधानी रखने की ज़रूरत है। क्योंकि कुसंग हमारे अमूल्य जीवन को व्यर्थ की तरफ ले जाता है। जबकि सत्य का आधार रखते हुए शुभचिंतन से हमारा जीवन श्रेष्ठ बनता है।**

कुसंग पहले अंदर प्रवेश करता है

कुसंग का अर्थ यह नहीं कि केवल आचरणहीन के साथ नहीं रहना, अपितु नकारात्मक विचार वालों से भी दूरी बनाकर रखना चाहिए। ऐसे व्यक्तियों से भी दूर रहें जो अपनी ज़िंदगी में आलस्य और अलबेलेपन की ज़िंदगी बिता रहे हों, जैसे लोहा पानी पर नहीं तैर सकता, वैसे ही मूर्ख की संगत से कोई लाभ नहीं मिल सकता। संग सदा ऐसे लोगों का करें जो जीवन में सदा उमंग-उत्साह और दूसरों को ऊंचा उठाने का कार्य करते हों अर्थात् अपने जीवन में उत्साहित हो और उनकी हर बात में हिम्मत झलकती हो। अतः आप लोगों से तभी जुड़ पाएंगे, जब आप अपने मन को कुसंग से बचा कर रखेंगे क्योंकि कुसंग से बाहरी लोगों की ज़रूरत नहीं, यह तो अंदर ही घोर कुसंग का संसार समेट कर रखता है। इसलिए पहले स्वयं को भीतर से बचाएं फिर बाहर की तैयारी करें।

सतसंग होता है ज्ञान मार्ग में

आज अनेक लोग यह नहीं जानते कि सत् का संग किसको कहा जाता है। सतसंग का नाम तो अविनाशी चला आता है, जैसे भक्ति मार्ग में कहते हैं- हम फलाने-फलाने सतसंग में जाते हैं। सतसंग कोई निमंत्रण नहीं है कि जब बुलाएंगे तभी हम जायेंगे। सतसंग तो मन की प्यास है, जायेगा वही जिसको प्यास लगी होगी अर्थात् सत्य की जानकारी रखने वालों का संग, जीवन को ऊंचाइयों की ओर ले जाने वालों का संग। सतसंग खुद को बदलने की सबसे ऊंची प्रक्रिया का नाम है। वास्तव में भक्ति मार्ग में कोई सतसंग में जाते ही नहीं क्योंकि सतसंग होता ही है- ज्ञान मार्ग में, संगमयुग पर आत्माएं सत्य पिता परमात्मा शिव के संग बैठती हैं और कोई जगह आत्माएं परमपिता परमात्मा के संग नहीं बैठती क्योंकि आत्माओं के पिता को पहचानते ही नहीं।

अज्ञान अंधेरा छँटता है, सतसंग से

आज जबकि संसार में अनेक परेशानियां बढ़ती जा रही हैं तो लोग यह समझने लगे हैं कि आत्मा और शरीर को स्वस्थ रखने के लिए अर्थात् समस्याओं का समाधान धैर्य और अध्यात्म के पास ही सबसे सही है, जिसे कह सकते हैं- सतसंग अर्थात् सत् का संग करना ही समाधान है। सत्य अर्थात् परमात्मा का संग करके अनेक जन्मों के पापों से छुटकारा पाया जा सकता है और आगे पाप करने से भी छूटा जा सकता है। कहा जाता है कि मनुष्य जीवन में सतसंग भी बड़े भाग्य से मिलता है। जब सतसंग मिलता है तो अज्ञानता का अंधेरा छँटता जाता है और अनेक समस्याओं का निदान निकलता है। यही सतसंग अर्थात् परमात्मा के संग से सुख, शांति, आनंद तक पहुंचाने का रास्ता भी है।

अच्छी संगति बुद्धि को प्रखर बनाती है

अच्छी संगति और अच्छे विचार व्यक्ति में हिम्मत और सकारात्मक भाव लाती है। समाज के निर्णय में, मनुष्य के निर्माण में अच्छी संगति का योगदान होता है। अच्छी संगति बुद्धि को प्रखर बनाती है और वाणी में मिठास लाती है। अच्छी संगति व्यक्ति को निर्भय बनाती है और प्रेरणा देती है।

नई दिल्ली। आईसीएआई भवन,नई दिल्ली में वित्त बंधुत्व सेवा-आईसीएआई अध्यक्ष एवं कंसल्टेंट के साथ हुई बैठक के पश्चात् समूह चित्र में आईसीएआई अध्यक्ष सीए चरणजोत सिंह नंदा, आईसीएआई के एसोसिएट सीए जय कुमार बत्रा, सीए नवीन, ब्र.कु. सीए ललित, ब्र.कु. ईशु, ब्र.कु. अशोक तथा अन्य।

भुवनेश्वर-ओडिशा। विश्व उच्च रक्तचाप दिवस पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए ब्र.कु. दुर्गेश नंदिनी बहन, स्वास्थ्य और चिकित्सा सेवाओं के पूर्व निदेशक ब्र.कु. डॉ. निरंजन, एम्स के सामुदायिक सेवा विभाग के डॉ. वैराबी तथा अन्य।

कानपुर देहात-शिवली(उ.प्र.)। श्रीमती फूलकुमारी इंटर कॉलेज में आयोजित राजयोग शिविर के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बिमलेश, ब्र.कु. रामबाबू, प्रधानाचार्या श्रीमती गिरीश कुमारी तथा अन्य।

गोंडा-रगड़गंज(उ.प्र.)। नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत रैली को हरी झंडी व शिवध्वज दिखाकर शुभारम्भ करते हुए ब्र.कु. भाई-बहनें व पुलिस अधिकारी।

कतहरी-नेपाल। नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत भिन्न-भिन्न स्थानों पर आयोजित ध्यान और जागरूकता कार्यक्रम के दौरान उपस्थित रहे ब्र.कु. भाई-बहनें तथा अन्य।

मुजफ्फरपुर-बिहार। 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य का आधार-राजयोग मेडिटेशन' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए गीता विदुषी, डॉ. पुष्पा पांडे, डॉ. रंगिला सिन्हा, डॉ. बी.बी. ठाकुर, डॉ. एच.एन. भारद्वाज, डॉ. नवीन कुमार, डिस्ट्रिक्ट जज दशरथ मिश्र तथा अन्य।

पानीपत-हरियाणा। ओल्ड हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी द्वारा नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत केमा पब्लिक स्कूल,भरत नगर में आयोजित ध्यान एवं जागरूकता सत्र में ब्र.कु. भाई-बहनें।

धनबाद-झारखंड। नशा मुक्त भारत अभियान के अन्तर्गत झारखंड के 'इंपीरियल स्कूल ऑफ लर्निंग' में नशा मुक्ति जागरूकता कार्यक्रम के दौरान प्रतिज्ञा लेते हुए विद्यार्थीगण तथा अन्य।

मोहाली-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय नर्स दिवस के अवसर पर मैक्स सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल,मोहाली द्वारा आयोजित 'स्ट्रेस मैनेजमेंट एंड कम्पैशन एट वर्कप्लेस' सत्र पर सभी नर्सेज को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. अदिति। मौके पर उपस्थित रहे ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. डॉ. लिजा तथा अन्य।

योग प्रयोग का विषय है...

– ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

जब हमारा किसी से जुड़ाव होता है तो हमारी उससे एक पहचान होती है। पहचान के बाद धीरे-धीरे हम उसके अन्दर तक की बातों में जाते हैं, सोचते हैं, उनसे व्यवहार में आते हैं। तो धीरे-धीरे रिश्ता प्रगाढ़ होता है, मजबूत होता है। वैसे ही यहाँ जब स्वयं की पहचान, परमात्मा की पहचान और उसके गुढ़ रहस्यों की पहचान होती है तो हमारी धीरे-धीरे उसके साथ गहनता बढ़ती है।

तो जुड़ाव एक है हमारा जो कुछ लेन-देन वाला है। एक जुड़ाव है कि सिर्फ मुझे इनसे बात करनी है और कोई उम्मीद नहीं रखनी है। और तीसरा जुड़ाव ये है कि बस ये हमारे साथ रहें, बाकी हमको कुछ और चाहिए ही नहीं इस जीवन में। तो परमात्मा हमेशा हम सबको प्रयोग करना सिखाते हैं कि जैसे एक साइंटिस्ट अपनी प्रयोगशाला में बैठ करके अपने ही कुछ कॉम्पोनेंट्स लेकर, अपनी ही कुछ बातें लेकर उस पर प्रयोग करता है। और उसमें से नई-नई बातें सामने आती हैं। उदाहरण के रूप में, मेरा किसी के साथ रिश्ता क्यों खराब है? एक छोटा-सा कॉम्पोनेंट हमारे पास आ गया, तो इसका उत्तर लेने के लिए हमें ये सोचना है कि ज़रूर हमने चाहे खुद से सोचा है, चाहे खुद से बोला है, और गलत सोचा है। तभी ये बात वहाँ पहुंच गई क्योंकि सारा संकल्पों का खेल है, ये परमात्मा हमको सिखाते हैं। तो जब मैं इसपर बैठकर थोड़ा सोचूंगा कि मैंने कब बोला है, या कब सोचा है तो उसका उत्तर आपको मिलेगा कि ज़रूर मैंने ही सोचा है ऐसा, इसलिए रिश्ता ऐसा है।

ऐसे ही सारी चीज़ों पर कि मेरी हेल्थ क्यों खराब है, मेरा मन क्यों उदास रहता है, या और-और बातें जो हमको किसी भी तरह से परेशानी में डालती हैं उसका मुख्य कारण क्या है? मुख्य आधार क्या है? तो जब हम ऐसे खुद के साथ बैठ करके थोड़ी बातचीत करते हैं, उसके साथ जुड़ते हैं, प्रयोग करते हैं तो हमें हमारे हर प्रश्न का उत्तर हमको मिलता जाता है। इसी को यहाँ पर कहा जाता है- योगी सो प्रयोगी।

तो हम सभी किसी से पूछने जायें कि मेरे घर में ये चीज़ कैसे ठीक होगी? एक कहावत है जो हम सुनते आये हैं कि अगर तैरना है तो पानी में उतरना पड़ेगा। तो ऐसे ही परमात्मा कहते हैं कि जब हम बातों की गहराई में जाते हैं, ज्ञान की गहराई में जाते हैं तो सारी चीज़ें बड़ी शांत नज़र आती हैं। जैसे आप कभी समुद्र का ऊपर वाला हिस्सा देखेंगे तो लगेगा कि कितना विशाल है, लेकिन अन्दर जाते हैं तो एकदम शांत रहता है। वहाँ सारी चीज़ें नज़र आती हैं। ऐसे ही हम जब ज्ञान की गहराई में जाते हैं ना तो सारी चीज़ों की अन्दर कहाँ से शांति आती है, उससे कैसे हमारा मन शांत होता जाता है वो हमको पता चलता है। इसलिए सबसे ज़्यादा हम सबको ये काम करना है, प्रयोग करना है। खुद के संकल्पों पर, खुद की बातों पर, खुद के सम्बन्धों पर, है ना। एक-एक चीज़ पर प्रयोग करो। फिर आप देखो आपको जो उत्तर मिलेगा वो बहुत सेटिस्फेक्ट्री होगा, वो बहुत सन्तुष्टि देने वाला होगा। उससे जीवन में बदलाव भी बहुत अच्छा आयेगा और हमारा सारा कुछ बहुत सुन्दर हो जायेगा।

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

प्रश्न : मैं सुनीता हूँ, अमृतसर से। मैं 28 वर्ष की हूँ और मैं ट्यूशन पढ़ाती हूँ। पिछले कुछ समय से मेरे साथ कुछ ऐसा हो रहा है कि सारे दिन, सुबह से रात तक मन के सामने एक फिल्म सा चलता रहता है, और ये फिल्म बहुत निगेटिव होता है। उसमें बहुत ज़्यादा अश्लील चीज़ें जैसे दिखाई देती हैं। जिससे मेरा मन बहुत बेचैन हो जाता है, अशांत हो जाता है। कुछ वर्ष पहले ऐसा बिल्कुल भी नहीं था। अब ये होने लगा है। इसके लिए मुझे क्या करना चाहिए?

उत्तर : मैं अपने सभी साथियों को, भाई-बहनों, सभी दर्शकों को ये बात कहता रहता हूँ और सावधान करना चाहता हूँ कि हम कलियुग के उस पीरियड में पहुंच चुके हैं, सब जानते हैं कि ये कलियुग चल रहा है और हम सब जानते हैं कि ये एंड ऑफ कलियुग है। ये कलियुग बदलने वाला है। अब हम चलते-चलते वहाँ पहुंच गये हैं बहुत केयरफुली जानने की बात है। जहाँ हमारे अन्दर के संस्कार प्रगट होने लगे हैं, किसी ने भी जो भी बैड कर्म किए हैं, गन्दी चीज़ें की हैं, देखी हैं, सुनी हैं, जो हमारे अन्तरमन में समाई थी वो अब जगने लगी हैं। बहुतों को ये बैड फीलिंग हो रही है कि वो चाहते नहीं हैं लेकिन ऐसी चीज़ें सामने आ रही हैं। अब ये इनको पढ़ाना भी है ऐसी चीज़ें सामने आती रहेंगी तो इनकी एकाग्रता नष्ट हो जायेगी। इनका फ्यूचर भी खराब हो जायेगा। कोई स्टूडेंट इनके पास आयेगा नहीं। फिर जब मनुष्य सोता है, सोने जाता है फिर वो फिल्म ऐसे घूमने लगती है। इस फिल्म को नष्ट करने के लिए ही बहुत अच्छे राजयोग की अग्नि अपने अन्दर जलानी पड़ेगी। क्योंकि ये चीज़ें हमने भरी हैं किसी और ने नहीं। कुछ लोग भर रहे हैं अभी भी उनको बहुत पछताना पड़ता है जब उनकी दयनीय स्थिति हो जाती है ना मानसिक, बहुत पछताते हैं कि हमने अपने जीवन में ये क्या-क्या कर लिया! इसलिए मैं अपने युवक साथियों को कहूँगा कि अपने जीवन में इन सबसे बचें। अगर अपने भविष्य को सुन्दर देखना है, अगर कुछ करना है अपनी ज़िंदगी में तो इन सब गंदगी से अपना नाता तोड़ दें। इनको ये सब फीलिंग हो रही है तो इनको वही अभ्यास जो हम बता आये हैं, चर्चा कर रहे थे जब इनको ऐसी फीलिंग होने लगे तो तुरंत 21 बार याद करें मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। अच्छी तरह तीन मिनट लगायें। मेरे से शक्तियों की किरणें फैल रही हैं। पॉवरफुल औरा बनता जा रहा है मेरे चारों ओर। इसमें जैसे ये लीन हो जायें, तल्लीन हो जायें तो बहुत जल्दी वो चीज़ समाप्त होने लगेंगी। सवेरे-शाम पाँच-पाँच स्वरूपों का पाँच-पाँच बार ये अभ्यास करें, और स्वमान का भी अभ्यास बढ़ायें। बच्चों को पढ़ाते हुए आत्मिक दृष्टि से देखें। क्या होता है जो बच्चे होते हैं उनसे भी बहुत सारी निगेटिविटी मनुष्य को आती रहती है। लोग सोचते हैं कि बच्चे तो पवित्र हैं, वो तो बहुत भोले हैं लेकिन आजकल ये स्थिति बदली हुई है। तो उनसे आने वाली निगेटिव एनर्जी, इनकी निगेटिव एनर्जी को स्टिम्युलेट(उत्तेजित) कर देती है। इसलिए ये जैसे ही बच्चों को पढ़ायें तो पहले बच्चों को आत्मा देखें और अच्छे स्वमान का अभ्यास करें और उसमें स्थित हो जायें। ताकि इनके चारों ओर एक पॉवरफुल औरा बन जाये। जो उस बैड एनर्जी को रिफ्लेक्ट करता रहे। ये इनको ज़रूर करना चाहिए और विश्वास करना चाहिए कि जल्दी समाप्त हो जायेगी। थोड़ा मेडिटेशन पर ध्यान दें, अपने लिए थोड़ा समय दें, अच्छे साहित्य का अध्ययन भी करें।

प्रश्न : सेवाकेन्द्र पर ही जाकर ये तपस्या करनी है या फिर घर में रहते हुए भी हम ये तपस्या या योग का अभ्यास कर सकते हैं?

उत्तर : सेवाकेन्द्र इसीलिए बनाए गए हैं क्योंकि सेवाकेन्द्र का माहौल अलग होता है और घर का माहौल अलग होता है। हर व्यक्ति जब वहाँ जाने की सोचेगा तो वो जल्दी उठेगा, नहायेगा, जल्दी तैयार होगा, अपने काम-काज पूरे करेगा, चुस्त होगा और वहाँ जायेगा तो वहाँ के वातावरण में संगठित रूप से यानी और लोग भी योग साधना कर रहे हैं उनके बीच में, वायुमंडल में मनुष्य योगाभ्यास करेगा तो उसको काफी मदद मिलेगी। दूसरा वहाँ जाना इसलिए आवश्यक है क्योंकि वहाँ ईश्वरीय महावाक्य सुनाये जाते हैं। रोज़ मनुष्य को जब सुन्दर बातें सुनने को मिलेंगी तो उनके विचार बदलेंगे, उनका चिंतन बदलेगा, एकाग्रता के बारे में उसे कई बातें मिलेंगी। मन कहाँ भटक रहा है, उसे कैसे रोका जाए, अंतर्मुखी कैसे बना जाए ये सब सीख वहाँ रोज़ मिलती है। ये ज्ञान मार्ग ऐसा है जिसमें हमें रोज़ कुछ न कुछ सीखना पड़ता है। इसलिए जो लोग रोज़ वहाँ जाते हैं उनके लिए राजयोग का मार्ग सरल हो जाता है। फिर वो घर में रहते हुए भी सारा दिन उसका अच्छा अभ्यास कर सकते हैं। अपने कर्त्तव्यों का सहज निर्वाह कर सकते हैं। जो उनकी ज़िम्मेदारी है उनको फुल-फिल कर सकते हैं सहज भाव से। केवल एक ही घंटा तो देना है। सुबह उठकर अपना कामकाज सेट करके वो वहाँ जायेंगे तो सवेरे का इफेक्ट उनके पूरे दिन पर पड़ेगा, अर्थात् पूरे जीवन पर पड़ेगा। इसलिए वहाँ रोज़ जाना बहुत-बहुत आवश्यक है। अगर मनुष्य एक नियम बना ले जैसे लोग मंदिरों में जाने का नियम बना लेते हैं कि 6 बजे मुझे वहाँ जाना है। ये जो संकल्प है ये मनुष्य को चुस्त रखेगा। और मैं ये कहता हूँ एक घंटा वहाँ देने से आपकी दिनचर्या के 2 घंटे बचेंगे। ये बहुत सूक्ष्म रहस्य है। आपकी जो इनर पॉवर बढ़ेगी, आपका जो मन खुश होकर आयेगा, जो कुछ पुण्य कर्म करना सीख कर वहाँ से आयेंगे, आपके विचारों में जो चेंजेस हो जायेगी उससे आपका पारिवारिक जीवन सुखी होगा। वहाँ जाकर मनुष्यों को रियलाइज़ होता है, मेरी क्या गलती है, सम्बन्धों में यदि टकराव हो रहा है तो इसमें क्या योगदान करूँ जो इसमें टकराव न हो। तो इससे बहुत फायदे हैं। जो रोज़ ऐसी तपस्या कर रहे हैं उन्हें रोज़ ब्रह्ममुहूर्त में एक घंटे बहुत अच्छी साधना करनी चाहिए। एक घंटा सवेरे, ऐसे ही एक घंटा शाम को। क्योंकि शाम का समय भी बहुत सुन्दर होता है, जब मनुष्य का मन शांत होता है। तो दो घंटे बैठना, बाकी दो घंटे कर्म में करते रहना चाहिए। कभी अशरीरी होने का अभ्यास, कभी मैं एक महान आत्मा हूँ ये अभ्यास, पांच स्वरूप का अभ्यास, हमारे बहुत सारे अभ्यास हैं, जो हम सुनाते ही रहते हैं। तो चार घंटे हँसते-बहलते होगा। रात को सोते समय 15-20 मिनट फिर निकालें। जिसमें सारा दिन जो कुछ हुआ उसको भुला देना है और मन पर एक सुन्दर छाप छोड़कर परमात्म मिलन की, स्वमान की, फिर सोना है।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

कुछ विशेष क्या करें...!!!

वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

यदि आपके मन में लास्ट सो फास्ट जाने की तीव्र उत्कंठा है तो पूछ लें अपने से कि क्या सचमुच हम भगवान के पास आकर कुछ विशेष करना चाहते हैं? रिटर्न जर्नी का समय है हम खाली हाथ जाना नहीं चाहते, हम तो भरपूर होकर भगवान से सर्व खज़ाने लेकर, और संसार को देते हुए जाना चाहते हैं। पुण्यों की पूंजी इतनी भरकर जाना चाहते हैं कि जन्म-जन्म हमारे काम आये। अपने भाग्य को इतना महान बनाना चाहते हैं कि भाग्य की कमी 84 जन्मों में कभी भी न पड़े। अपने संस्कारों को इतना डिवाइन बनाना चाहते हैं कि जन्म-जन्म हमारे पास रॉयल संस्कार रहें। अपनी बुद्धि को इतना श्रेष्ठ, पवित्र और दिव्य बनाना चाहते हैं कि जन्म-जन्म हमारे पास श्रेष्ठ बुद्धि का वरदान रहे।

पूछ लो कि सचमुच क्या हम ऐसा चाहते हैं? या अपने में ही व्यस्त हो गये हैं? धन कमाना है, बच्चों की पालना करनी है, उनको पढ़ाना है तो सभी को एक विशेष चीज़ पर और ध्यान देना है, हम बहुत सारी चीज़ें पहले कह आये हैं अब पढ़ाई पर आपका ध्यान खिंचाना चाह रहे हैं। भगवान स्वयं पढ़ाने आ गया है, उसकी पढ़ाई क्या कर रही है इसको भिन्न-भिन्न नाम दिए जा सकते हैं। ये ईश्वरीय ज्ञान हमारे चित्त के अंधकार को दूर करने वाला है। ये ईश्वरीय ज्ञान हमें राह दिखाता है, मंज़िल दिखाता है। ये ईश्वरीय ज्ञान जीवन जीना सिखाने वाला है। इस ईश्वरीय ज्ञान द्वारा हम अपने विघ्न और बाधाओं को सहज ही पार कर सकते हैं। ईश्वरीय ज्ञान से ही हम भगवान के समीप जा सकते हैं। मुक्ति-जीवनमुक्ति का वरदान ले सकते हैं। अपनी बुद्धि को डिवाइन बना सकते हैं। सारा खेल ज्ञान का ही तो होता है दुनिया में।

अब बिज़नेसमैन है, उसके पास अपने बिज़नेस का कितना ज्ञान है। उस पर आपकी सफलता निर्भर करेगी। आप स्टूडेंट हैं आपको अपने सिलेबस का कितना ज्ञान है ये आपके अंक इस पर डिपेंड करेगा। हर फील्ड में पढ़ाई मोस्ट इम्पॉर्टेंट। तो भगवान पढ़ाने आता है सवेरे-सवेरे, उसकी पढ़ाई पढ़ने आयें, वो परमधाम से आता है हम अपने घर से नहीं आ सकते सेवाकेन्द्र पर? अगर हम ठंडे ही रहेंगे कि हम घर पर ही सुन लेंगे, पढ़ लेंगे, टीवी पर देख लेंगे तो आप सुस्ती के शिकार रहेंगे, आप आलस के शिकार रहेंगे। और आलस भी एक बहुत बड़ा मनोविकार होता है। जो मनुष्य को पूरा ठंडा कर देता है, जो उसको कुछ करने नहीं देता है।

भगवान पढ़ाने आता है सवेरे-सवेरे, उसकी पढ़ाई पढ़ने आयें, वो परमधाम से आता है क्या हम अपने घर से नहीं आ सकते सेवाकेन्द्र पर? अगर हम ठंडे ही रहेंगे कि हम घर पर ही सुन लेंगे, पढ़ लेंगे, टीवी पर देख लेंगे तो आप सुस्ती के शिकार रहेंगे, आप आलस के शिकार रहेंगे। और आलस भी एक बहुत बड़ा मनोविकार होता है। जो मनुष्य को पूरा ठंडा कर देता है, जो उसको कुछ करने नहीं देता है। तो रोज़ मुरली की क्लास में मुरली का आनंद लेने आ जाओ।

तो रोज़ मुरली की क्लास में मुरली का आनंद लेने आ जाओ। और मुरली सुनाने वालों का भी काम है वे मुरली में रस भरें। वे इस ढंग से सुनायें कि मानो भगवान अपने बच्चों से बात कर रहा है। वो कुछ अच्छी बातें सिखा रहा है। रस भर दें, क्लास में सुन्दर वायब्रेशन्स हो जायें। सबको मुरली सुनने का मन करे, सब मुरली सुनकर उमंग-उत्साह में आ जायें। उनके विचार बदल जायें प्रतिदिन। सुनाने वाले तो निश्चित रूप से सब अलग-अलग होंगे। पर हमारा लक्ष्य होना चाहिए कि ज्ञान के द्वारा सबसे पहले हमें अपने विचारों को महान बनाना है। ऐसा न हो कि इच्छा तो हो फास्ट जाने की और विचार हों वही पुराने घिसे-पीटे। पास्ट से जो कुछ विचार लेकर आ रहे हैं वो ही कंटिन्यू हैं। उनमें परिवर्तन कुछ भी नहीं आया। क्योंकि विचार परिवर्तन ही तो जीवन परिवर्तन है। विचार बदल दो आपका जीवन बदल जायेगा। विचार बदल दो आपका संसार बदल जायेगा। -क्रमशः

बिराटनगर-नेपाल। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा लाइन्स चौंक मैदान में नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में सभा को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. गीता बहन। मौके पर उपस्थित रहे कोसी प्रदेश के सांसद भीम पराजु, उद्योगपति डॉ. मदन कोइराला, सीडीओ, एसएसपी तथा अन्य अतिथिगण।

सेंट पीटर्सबर्ग-रशिया। रुस के सेंट पीटर्स बर्ग स्थित सिटीटेले होटल में आयोजित ग्लोबल इकोनॉमिक फोरम समिट में डॉ. ब्र.कु. सुवर्णा,नागठाणे को ग्लोबल लीडर्स अवॉर्ड्स से सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में सेंट पीटर्सबर्ग की निर्देशिका राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी। साथ हैं ग्लोबल इकोनॉमिक फोरम के अध्यक्ष हरिओम मारम एवं मिस रशिया वालेरिया अमीर।

इरकुत्स्क-रशिया। ब्रह्माकुमारीज़ इरकुत्स्क सेवाकेन्द्र कई वर्षों से क्रिएटिव एसोसिएशन ऑफ आर्टिस्ट्स 'बाबर' के साथ सहयोग कर रहा है, आज भी इसकी गतिविधियां जारी हैं। सेवाकेन्द्र पर आयोजित वर्षगांठ उत्सव पर ब्र.कु. लुडमिला, नतालिया बाइचकोवा,इरकुत्स्क राष्ट्रीय अनुसंधान तकनीकी विश्वविद्यालय के डिज़ाइन विभाग की एसोसिएट प्रोफेसर आदि की उपस्थिति रही।

उदयपुर-मोती मगरी(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'स्व सशक्तिकरण द्वारा मूल्यनिष्ठ जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रीटा, ब्र.कु. रश्मि, हाईटेक एग्रीकल्चर इंस्टीट्यूट के डायरेक्टर हरे राम, अपार्टमेंट के अध्यक्ष विशाल जैन तथा अन्य।

राजगीर-बिहार। विद्यार्थियों के लिए आयोजित 'तनाव मुक्त जीवन के लिए राजयोग मेडिटेशन' कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. नितिश,माउंट आबू तथा अन्य।

अव्यक्त मुरली 25-10-2002 (पहेली-20)2024 -25

1		2		■	3		4	■	5
	■		■	■		■		■	
	■		■	■		■	6	7	■
	■	■	8	9	■	10	■		■
11	12		■		■		■		■
■		■	13	■	14		15	■	16
17	■	18				■		■	
19		■		■	■	20		■	
	■	■	21			■	■	22	■
	■	23		■	■	24			

ऊपर से नीचे

1. डबल फारेनर्स को तो डबल नशा है ना? सब बात का डबल नशा। प्युरिटी का भी डबल नशा, ... देवी-देवता बनने का भी डबल नशा। (5)
2. आपको ..... रहने की छुट्टी क्यों दी है, जानते हो? क्योंकि ..... रूप में रहते इन महामण्डलेश्वरों को आपको पांव में झुकाना है।(3)
3. कोई कैसा भी हो लेकिन पवित्र वृत्ति अर्थात् सदा हर एक को आत्मिक रूप में देखना वा ..... रूप में देखना।(3)
4. असुल में आप सब डबल विदेशी भारतवासी थे, यह तो सेवा के कारण गये हो। अगर भारतवासी नहीं होते तो भारत की ..... से भी प्यार नहीं होता, इससे सिद्ध है कि आप भारत वाले ही हो।(3)
5. चित्र तो बहुतों के हैं लेकिन ऐसे ..... पूर्वक पूजा और किसी आत्माओं की है? चाहे धर्म पितायें हैं, चाहे नेतायें हैं, चाहे अभिनेतायें हैं, चित्र तो सबके बनते लेकिन चित्रों की रॉयल्टी और पूजा की रॉयल्टी किसी की देखी हैं? (2)
7. चाहे बिमारी आती है, चाहे सेवा आती है, दोनों को अपनी शक्ति से पार करके ..... बन जाते हैं।(3)
9. मघुबन निवासी भी अच्छा पुण्य कमाया जो औरों को चांस दिया, तो चांस देना भी आपके पुण्य के खाते में ..... हो गया।(2)
10. आप (दादी जानकी) साथियों को थकाती बहुत हो। लेकिन इस थकावट में भी मौज़ समाई हुई होती है। लेकिन जब भाषण करके दुआयें ले आते हैं ना तो ..... बदल जाता है। (3)
12. आपकी सहनशीलता से गाली देने वाले भी आपको ..... लगायेंगे। सहनशीलता में इतनी शक्ति है, लेकिन थोड़ा समय सहन करना पड़ता है।(2)
13. जब आप आत्मायें ..... में भी रहती हो तो आत्मा रूप में भी आपकी रूहानी रॉयल्टी विशेष है। सर्व आत्मायें भी लाइट रूप में हैं लेकिन आपकी चमक सर्व आत्माओं में श्रेष्ठ है।(5)
14. कोई कैसा भी हो सदा हर एक को आत्मिक रूप में देखना वा फरिश्ता रूप में देखना। तो वृत्ति, दृष्टि और तीसरा कृति अर्थात् कर्म में भी सदा हर ..... को सुख देना और सुख लेना।(2)
15. भारत ..... है, तो भारतवासी भी ..... हैं। भारत से बाप का प्यार है तब तो भारत में आया ना। (3)
16. ब्राह्मण जीवन की पर्सनाल्टी प्युरिटी है और प्युरिटी ही ..... रॉयल्टी है।(3)
17. पहले बापदादा आप सबका साथी है और ..... साथ निभाने वाले हैं। बाबा कहा और बाबा हाजिर है। (4)
22. डबल विदेशी बच्चों को दोनों काम करने का अभ्यास तो है ही। ..... भी करते हैं सेन्टर भी सम्भालते हैं, इसलिए बापदादा डबल मुबारक भी देते हैं। (2)

बायें से दायें

1. विश्व सेवा के कारण अलग-अलग स्थान में पहुँचे हो। भाषायें देखो कितनी हैं। तो भारत से भाषायें सीखने जायें या सेवा करने जायें, इसलिए आपको सेवा के लिए वहाँ का जन्म मिला है। आदि ..... में भी भारत में थे, बीच में भी भारत के ही थे, अभी थोड़े समय के लिए सेवा के लिए गये हुए हो।(4)
3. परमधाम में सर्व आत्मायें भी लाइट रूप में है लेकिन आपकी चमक सर्व आत्माओं में श्रेष्ठ है। याद आ रहा है परमधाम? अनादि काल से आपकी झलक ..... न्यारी है।(3)
6. सूर्य, सूरज (2)
8. बापदादा हर एक बच्चे की पवित्रता की रॉयल्टी देख रहे हैं। ब्राह्मण जीवन की रॉयल्टी है ही प्युरिटी। तो हर एक बच्चे के सिर पर रूहानी रॉयल्टी की निशानी प्युरिटी का लाइट का ..... देख रहे हैं। (2)
11. बच्चों की ..... अच्छी है तब यहाँ पहुंचते हैं। और यही बाप से प्यार बच्चों को आगे बढ़ाता रहेगा।(3)
14. बापदादा साइंस के साधन देने वालों को भी मुबारक देते हैं। नीचे भी ..... से सुन रहे हैं।(3)
18. दुनिया वाले कहते हैं ..... सर्वव्यापी है और आप कहते हो नहीं है। लेकिन बापदादा कहते हैं कि अभी समय प्रमाण हर टीचर में बाप प्रतक्ष दिखाई दे तो सर्वव्यापी दिखाई देगा ना!(4)
19. डबल विदेशी आत्मायें जो सेवा के निमित्त बन गये हैं, वह ..... के कोने-कोने में बाप का सन्देश पहुंचाने के निमित्त बने हुए हैं।(2)
20. अभी टीचर्स मिलकरके यह ..... बनाओ कि अपने चलन और चेहरे से बाप को प्रत्यक्ष कैसे करें?(2)
21. रिस्पेक्ट नहीं करता, इन्सल्ट करता, गाली देता, आपको डिस्टर्ब करता, तो यह क्या है अच्छी चीजें हैं। फिर आप लेते क्यों हो? थोड़ा-थोड़ा तो ले लेते हो, पीछे सोचते हो नहीं लेना था। तो अभी लेना नहीं। लेना अर्थात् मन में ..... करना, फील करना।(3)
23. सेवा के निमित्त तो हो ही और सभी अपने-अपने स्थान पर सेवा तो अच्छी कर ही रहे हो। बाकी अभी जो ..... दिया है, उसका प्लैन बनाओ।(2)
24. बच्चे जो सभी हैं वह सब होस्ट हैं, गेस्ट नहीं हैं। निशानी में कहते हैं, गेस्ट लेकिन हो होस्ट। .....अच्छा लगता हैं ना?(4)

19/24- पहेली का उत्तर
(अव्यक्त मुरली 08-10-2002)

ऊपर से नीचेः 1.आदि, 2.कमाई, 3.समय, 4.गीत, 5.सागर, 7.वरदानी, 8.सेवाधारी, 9.प्रेम, 10.मन, 12.दानी, 14.पालना, 15.नेचर, 16.एकानामी, 17.स्वमान, 19.दवा, 20. नशा।

बायें से दायेंः 1.आत्मिक, 3.सहयोगी, 6.यज्ञ, 10.मदर, 11.मधुबन, 12.दाता, 13.आधार, 14.पानी, 15.नेचुरल, 18.फादर, 21.देना, 22.नदी, 23.अशान्ति।

ब्रह्माकुमारीज़ः शान्ति सरोवर रिट्रीट सेंटर में नगर पालिका निगम, नवनिर्वाचित महापौर, सभापति एवं पार्षदों का सम्मान

राजनीति में सेवाभाव को जोड़ने से होंगे सफलः विधायक सोनी

रायपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ के शान्ति सरोवर रिट्रीट सेंटर में नगर पालिका निगम, रायपुर के नवनिर्वाचित महापौर, सभापति एवं पार्षदों का सम्मान किया गया। कार्यक्रम का आयोजन ब्रह्माकुमारीज़ के राजनीतिक सेवा प्रभाग द्वारा संयुक्त रूप से किया गया। **विषय था- राजधानी को स्वच्छ और सुन्दर बनाने में मेरी प्राथमिकताएं।**

विधायक सुनील सोनी, रायपुर दक्षिण ने सभी पार्षदों से कहा जब तक मन में सेवा भाव जागृत नहीं होगा तब तक सफल राजनेता नहीं कहलाएंगे। कोविड ने हमको यह सिखाया है कि हमारे साथ हमारे कर्म के सिवाए कुछ भी जाने वाला नहीं है। उन्होंने कहा कि यहाँ की बहनें संयमित जीवन जीती हैं इसलिए इनकी वाणी का दिल पर प्रभाव पड़ता है। महापौर श्रीमती मीनल चौबे ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान वसुधैव कुटुम्बकम की भावना को चरितार्थ करती है। यही भावना इस देश की सुन्दरता है। उन्होंने निवेदन किया कि शहर को स्वच्छ और सुन्दर बनाने के कार्य में ब्रह्माकुमारीज़ बहनों का मार्गदर्शन हमें मिले यही अपेक्षा है।

ब्रह्माकुमारीज़ का स्वागत सबसे अलगः सभापति

सभापति सूर्यकान्त राठौर ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान का नाम लेते ही मन में सेवाभाव पैदा हो जाता है। यह संगठन आमजन को भारतीय संस्कृति से जोड़कर सेवा करना सिखाता है। यहाँ राजयोग मेडिटेशन से एकाग्रता बढ़ती है जिससे हमारी कार्य क्षमता भी बढ़ती है।

भटकते मन को मिली शान्तिः मिश्रा

विधायक पुरन्दर मिश्रा,रायपुर उत्तर ने कहा कि हम लोग शान्ति की खोज में यहाँ-वहाँ भटक रहे हैं किन्तु शान्ति हमारे ही अन्दर है। वर्तमान कलियुग में मायाजाल से हटकर ऐसी शान्त जगह आने का अवसर मिला तो अच्छा लगा। कार्यक्रम की शुरूआत बच्चों के द्वारा प्रस्तुत स्वागत नृत्य से की गई। स्थानीय गायिका कु. शारदा नाग ने मधुर स्वर में प्रेरणादायक गीत गाकर सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। कार्यक्रम संचालन ब्र.कु. अदिति ने किया।

सेवा द्वारा दुआएं पाने का सुनहरा अवसरः सविता दीदी

रायपुर संचालिका ब्र.कु. सविता दीदी ने अपने आशीर्वचन में कहा कि आप सुबह से अपने वार्ड की समस्याओं को लेकर व्यस्त हो जाते हैं लेकिन सुबह की शुरुआत यदि राजयोग मडिटेशन से करें तो बिना तनाव में आए सेवा कर सकेंगे। आपको जनता की दुआएं प्राप्त करने का सुनहरा अवसर ईश्वर ने दिया है। दुआएं प्राप्त करने के लिए जीवन का मंत्र है कि समय के पाबन्द रहें। राजयोग मेडिटेशन को जीवन में अपनाएं। राजयोग से हमारा जीवन संयमित और अनुशासित होता है। उन्होंने कॉमेन्ट्री द्वारा सभी को राजयोग का व्यवहारिक अभ्यास भी कराया।

मथुरा में भारत सरकार और ब्रह्माकुमारीज़ के संयुक्त तत्वावधान में नशामुक्त भारत अभियान का शुभारम्भ

मथुरा-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के रिफाइनरी नगर सेवाकेन्द्र द्वारा भारत सरकार और ब्रह्माकुमारीज़ के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित नशामुक्त भारत अभियान का शुभारम्भ कार्यक्रम में मथुरा जिला मुख्यालय में सहायक मैजिस्ट्रेट अमरेश

कुमार मौर्य, जिला समाज कल्याण अधिकारी नागेंद्र पाल एवं अन्य सहायक अधिकारी रैली में शामिल हुए। अभियान में मुख्य रूप से स्क्रीन बैनर मॉडल और चलचित्र के द्वारा नशे की लत की जानकारी प्रदान की जाएगी। माउंट आबू राजस्थान के द्वारा अलग-अलग शहरों में कई रैलियां निकाली जा रही हैं। डॉ. सचिन परब,माउंट आबू ने नशामुक्त भारत अभियान की जानकारी देते हुए कहा कि नशामुक्ति के लिए पूरे वर्ष मथुरा जिले के सभी गांव और शिक्षण संस्थाओं में नशामुक्ति के कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। इसी क्रम में इंडियन मेडिकल एसोसिएशन की मथुरा ब्रांच और ब्रह्माकुमारीज़ संस्था के संयुक्त तत्वावधान में आईएमए के सभागार में आर्ट ऑफ रिलैक्सेशन विषय पर आयोजित सेमिनार में डॉ. सचिन परब ने तनाव प्रबंधन के विविध पहलुओं पर प्रकाश डाला। जिसमें सैकड़ों चिकित्सकों ने तनाव मुक्त रहकर चिकित्सा जारी रखने के तरीके समझे, तनाव मुक्त रहने के गुर भी सीखे। डॉ. सचिन परब अंतर्राष्ट्रीय प्रोग्राम विहाशा के राष्ट्रीय समन्वयक और नशामुक्त भारत अभियान के राष्ट्रीय संयोजक हैं। उन्होंने सरल शब्दों में डॉक्टरों से पूछा कि क्या आप टेन्शन लेते हैं या आती है। सभी डॉक्टर विचारमग्न हो गये। उन्होंने फिर अगला प्रश्न पूछा कि यदि मैं अपना पेन आपको दूं और आप ना लें तो पेन किसके पास रहेगा? रिफायनरी सेवाकेन्द्र की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कृष्णा दीदी ने बताया कि तनावमुक्त रहने के लिए राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास बहुत कारगर है। मंच का कुशल संचालन डॉक्टर अनु गोयल ने किया और धन्यवाद ज्ञापन डॉक्टर करुणा ने किया। कार्यक्रम में डॉ. वर्मन, डॉ. डी. पी. गोयल, डॉ. एस.बी. अग्रवाल, डॉ. मधु, डॉ. रूपा गोपाल, डॉ. चारू, डॉ. रश्मि, डॉ. मुकेश जैन आदि भी उपस्थित रहे।

आत्मबल जीवन की चुनौतियों से लड़ने की शक्ति देताः कर्नल सती

ग्वालियर-म.प्र.। स्व-सशक्तिकरण का अर्थ है- स्वयं को समझना, अपनी कमज़ोरियों पर विजय प्राप्त करना। इसके लिए अपने विचारों पर नियंत्रण प्राप्त करना आवश्यक है। जब मन शांत होता है तो निर्णय शक्ति, एकाग्रता और आत्मविश्वास बढ़ जाता है। यही आत्मबल हमें जीवन की चुनौतियों से लड़ने की शक्ति देता है जोकि जीवन के हर क्षेत्र में सफलता का मूल है। उक्त बात कर्नल सती ने तिघरा के पुलिस ट्रेनिंग स्कूल में कही। इसके साथ ग्रुप सेंटर सीआरपीएफ में भी सभी को संबोधित करते हुए कहा कि सुरक्षा बलों के साथियों को शारीरिक पराक्रम के साथ मानसिक दृढ़ता और भावनात्मक संतुलन कि भी ज़रूरत है। लगातार तनाव, अनिश्चितता, विपरीत परिस्थितियाँ और मानसिक दबाव हमारी आंतरिक शक्ति की परीक्षा लेते हैं। ऐसे में हमें मनोबल की आवश्यकता होती है। राजयोग मेडिटेशन का निरंतर अभ्यास करें तो हम परमात्म शक्तियों से आत्मा को सशक्त कर सकते हैं। जब हम स्वयं को अंदर से सशक्त महसूस करते हैं, तभी हम देश और समाज की रक्षा पूरी निष्ठा के साथ कर सकते हैं। ब्र.कु. आदर्श बहन ने मेडिटेशन के माध्यम से शान्ति की अनुभूति कराई। कार्यक्रम में ब्र.कु. प्रहलाद, कमांडेंट पीसी गुप्ता, डिप्टी कमांडेंट दिलावर सिंह सहित पुलिस जवान उपस्थित रहे।

सकारात्मक विचारों की शक्ति हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाताः कार्डियोलॉजिस्ट डॉ. गुप्ता

वडोदरा-अटलादरा(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज़ अटलादरा में 'विचारों की नवीनता से नये जीवन की रचना' विषय पर एक प्रेरक सेमिनार में दिल्ली के जीबी पंत हॉस्पिटल से सुप्रसिद्ध कार्डियोलॉजिस्ट और डायरेक्टर प्रोफेसर ऑफ कार्डियोलॉजी डॉ. मोहित गुप्ता ने दृढ़ संकल्प एवं सकारात्मक विचार के द्वारा मन, मस्तिष्क और शरीर को कैसे सशक्त कर सकते हैं इसके बारे में मार्गदर्शन करते हुए नए अनुभवों की एक अनोखी यात्रा कराई और अपने जीवन के व्यक्तिगत अनुभव भी साझा किए। चिकित्सा जगत में शक्तिशाली संकल्पों से उत्पन्न सकारात्मक ऊर्जा के द्वारा ऐसे प्रमाणिक रिसर्च और व्यक्तियों के जीवंत उदाहरण देते हुए उन्होंने बताया कि कितने ही असाध्य रोग इन संकल्पों की शक्ति से ठीक हो चुके हैं। विचारों की शक्ति का हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता और रोग निवारण में कितना अद्भुत प्रभाव पड़ता है यह स्वयं की मस्तिष्क में हुई सर्जरी से जुड़े अनुभव उन्होंने सभी को बताए। सभी को इस बात के लिए प्रेरित किया कि योग और आध्यात्मिक विचारों की शक्ति से हम अपने जीवन में एक क्रांतिकारी परिवर्तन ला सकते हैं। शारीरिक बीमारियां हो या मानसिक या फिर संबंधों की पारस्परिक नकारात्मकता हो इन सभी को योग और शक्तिशाली संकल्पों के द्वारा हम ठीक कर सकते हैं। अंत में कॉमेन्ट्री द्वारा डॉ. गुप्ता ने सभी को योग का सुखद अनुभव कराया। साथ ही प्रश्नों के उत्तर तर्क व अनुभव सहित साझा किए। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अरुणा ने कहा कि सच्ची मन की शान्ति की अनुभूति करने के लिए राजयोग का अभ्यास सीखना होगा। ब्र.कु. पूनम ने कार्यक्रम का संचालन किया। कार्यक्रम में सांसद डॉ. हेमांग जोशी,वडोदरा, डिप्टी मेयर चिराग बारोट, डायरेक्टर केमकॉन स्पेशियलिटी केमिकल्स लिमिटेड के कमल अग्रवाल और श्रीमती पिंकी अग्रवाल, कॉन्मेट इंडिया लिमिटेड एमडी श्रीमती रीना रस्तोगी, साइन फार्मास्युटिकल के प्रदीप अग्रवाल, जगदीश फूड्स प्राइवेट लिमिटेड के ऑनर नितिन ठक्कर, वाछानी सौराष्ट्र कड़वा पटेल सेवा समाज के प्रेसिडेंट मणि भाई और साथ ही शहर के 500 से अधिक लोग उपस्थित रहे।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/24-26, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2024-26, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 12th June, 2025
स्वामी - आर.ई.आर.एफ, प्रकाशक, सम्पादक एवं मुद्रक- गंगाधर नरसिंघानी द्वारा कैपिटल ऑफसेट, L 801-I, Sector-28, GIDC Gandhinagar(Guj.) से मुद्रित एवं ओमशान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शान्तिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन,- 307510
See Latest News
www.omshantimedia.org