ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -23 अंक - 01 अप्रैल -I-2021 (पाक्षिक) माउण्ट आबू Rs. 8.50

[मुख्यालय माउण्ट आबू में शिव ध्वज लहराकर मनायी महाशिवरात्रि]

'शिव अवतरण' की यादगार... शिवरात्रि त्योहार

माउण्ट आबू-पाण्डव भवन। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती, ध्वजारोहण के अवसर पर अति. मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी ने कहा कि परमात्मा का ध्वज न सिर्फ भारत वर्ष में लहराता है, किंतु विश्व के कोने-कोने में भी लहराकर परमात्म-अवतरण का संदेश जन-जन तक पहुंचा रहा है। परमात्मा फिर से अवतरित होकर विश्व को सुख-शांति का वर्सा दे रहे हैं। दादी ने कहा कि हमें परमात्मा की शिक्षाओं को धारण कर श्रेष्ठ बनना है। बुराइयों को अपने जीवन से समूल समाप्त करना है। इस अवसर पर संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ईशू दादी ने कहा कि परमात्मा आया है, ये संदेश भी दो और खुश रहकर सभी को खुशियां बांटो। मल्टीमीडिया चीफ राजयोगी ब्र.कु. करुणा ने कहा कि सत्यम् शिवम् सुंदरम् का आगमन हो गया है। अब थोड़े ही समय में विश्व में शांति स्थापित होगी। ये कार्य सिर्फ परमात्मा ही कर सकते हैं। हमारा सौभाग्य है कि हम सभी ब्रह्मावत्सों ने उन्हें पहचान लिया और इसी भगीरथ कार्य को करने में जुट गये। श्री श्री शिवशंकर शिवयोगी महास्वामी जी ने भी इस अवसर पर अपनी शुभकामनायें दीं। मौके पर शिक्षा प्रभाग अध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय सहित संस्थान के सर्व वरिष्ठ भाई-बहनें एवं हज़ारों की संख्या में आगंतुक मौजूद रहे। पाण्डव भवन के प्रांगण में ध्वजारोहण करने के पश्चात् माउण्ट आबू स्थित आध्यात्मिक संग्रहालय में भी सभी वरिष्ठ भाई-बहनों ने शिवध्वज लहराकर शिवरात्रि महोत्सव मनाया।

आखिर मेरे सवाल का जवाब मिल गया

मैं बचपन से आज 28 वर्ष की उम्र तक एक सवाल 'मैं कौन, मेरा कौन' का जवाब पाने 46 से भी अधिक देशों में घूमा, अनेक गुरुओं, भिक्षुकों और धर्मात्माओं से मिला, पर मेरे इस सवाल का सही जवाब मुझे ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़ने के बाद ही मिला। यहाँ आकर मुझे यकीन हो रहा है कि मैं पुनः पाँच हज़ार वर्ष(कल्प) के पश्चात् अपने सच्चे पिता परमात्मा शिव बाबा के पास अपने घर और अपने परिवार में आ गया हूँ। अब मैं गर्व से यह कह सकता हूँ कि मैं उस विराट रचनाकार परमात्मा की सर्वश्रेष्ठ रचना हूँ और राजयोग का अभ्यास करते हुए मैं एक सच्चा ब्रह्माकुमार बनकर दिखाऊंगा।

शान्ति शिखर भवन में 'महाशिवरात्रि महोत्सव'

जगत के कल्याण हेतु जीना : शिव आराधना

रायपुर-छ.ग.। शिव का स्वरूप कल्याणकारी है। शिव की आराधना करने का मतलब सिर्फ अक्, धतूरा मात्र चढ़ाना नहीं, वरन जगत के कल्याण के लिए जीना है। उक्त विचार कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता एवं जन संचार विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. बलदेव शर्मा ने ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा नवा रायपुर के शान्ति शिखर भवन में आयोजित 'महाशिवरात्रि महोत्सव' में 'परमात्मा शिव का दिव्य अवतरण कब, क्यों और कैसे?' विषय पर व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि सुख, आनंद सब आत्मा में समाया हुआ है। उसको पहचानने की ज़रूरत है। ज्ञान को जब तक आचरण में नहीं लायेंगे तब तक वह व्यर्थ है। गृह सचिव अरुण देव गौतम ने कहा कि हम अपने स्वरूप को भूल गए हैं। अपने को पंचभूत देह मान बैठे हैं। अपने सही स्वरूप की पहचान दिलाने का कार्य ब्रह्माकुमारी बहनें कर रही हैं। इसी से सारे दुःखों और कष्टों का अंत होगा। भारतीय प्रबंधन संस्थान, आई.आई.एम. ने कहा कि अपने अंदर की ज्योति को प्रकाशित करना ही सच्ची शिवरात्रि है। आवश्यकता है कि हम अपने आप को जानें। ब्रह्माकुमारी संस्थान की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. कमला दीदी ने कहा कि हमारा देश त्योहारों का देश है, लेकिन जब तक उन त्योहारों का यथार्थ अर्थ न समझें, उसका पूरा लाभ नहीं उठा सकते। राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. नीलम बहन ने कहा कि यही समय है जबकि परमात्मा इस धरा पर आकर आध्यात्मिक ज्ञान और राजयोग की शिक्षा देकर नई दुनिया की पुनर्स्थापना का कार्य करते हैं।

शिव तत्व की उपासना से होगी सामाजिक सद्भावना - प्रो. शर्मा

एकता लाना ही महाशिवरात्रि का संदेश

सभी ने शिव ध्वज फहराकर अपनी बुराइयों को शिव पर अर्पण करने का लिया संकल्प

द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन झाँकी का भी आयोजन

इंदौर-म.प्र.। महाशिवरात्रि पर्व हमें जीवन में आपसी सद्भाव और प्यार से रहने का संदेश देता है। हम सब जानते हैं कि शिव की बारात में कैसे भिन्न मत- मतांतर, विपरीत स्वभाव-संस्कार वाले होते भी सब बड़ी एकता के साथ चलते हैं। तो आज यही दृढ़ संकल्प लें कि हम आपसी वैर-विरोध, नफरत, घृणा को छोड़कर सभी के साथ सद्भावना और प्रेम पूर्ण व्यवहार करेंगे। उक्त विचार इंदौर के लोकसभा सांसद शंकर लालवानी ने ओमप्रकाश भाईजी सभागृह में महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित 'परमात्म अवतरण द्वारा दैवी संस्कृति की स्थापना' कार्यक्रम में व्यक्त किये। इंदौर ज़ोन की मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी ने कहा कि दैवी सृष्टि बनाने के लिए दैवी संस्कृति चाहिये। संस्कृति में संस्कारों को परिष्कृत किया जाता है और संस्कार परिवर्तन का कार्य स्वयं ज्ञान सागर निराकार परमात्मा शिव आकर कर रहे हैं। क्षेत्र क्रमांक 5 के विधायक महेन्द्र हार्डिया ने कहा कि भारतीय संस्कृति महान है जिसको सभी ने स्वीकार किया है। क्योंकि भारतीय संस्कृति कोई न कोई वैज्ञानिक तथ्य लिये हुए है और सभ्य संस्कृति ही मन को सुकून देती है। कालानी नगर क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. जयंती दीदी ने कहा कि परमात्म-ज्ञान की धारणा द्वारा पुनः इस सृष्टि पर दैवी संस्कृति आ जाती है। शक्तिनिकेतन छात्रावास की संचालिका ब्र.कु. करुणा दीदी ने अपने विचार रखे तथा सुभाष नगर क्षेत्रीय प्रभारी ब्र.कु. ममता दीदी ने सभी से निःस्वार्थ भाव अपनाने की प्रतिज्ञा करवाई। कार्यक्रम संचालन प्रेम नगर की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. शशि दीदी ने किया। मौके पर पूर्व महापौर डॉ. उमा शशि शर्मा आदि शहर के गणमान्य उपस्थित रहे।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:29 AM Page 2

विकारों से बचना है तो नियमित करें यह अभ्यास

मनुष्य दुःख से छूटने का जितना प्रयास करता, उतना ही वो और ही उस भंवर में उलझता चला जाता।

ब्र.कु. गंगाधर

उसे न तो दुःख से छूटने का सही मार्ग का पता और न ही कैसे छूटा जाये उसका पता। वो समझता है कि भगवान का गुणगान करने से या पूजा आदि करने से उसके दुःख-दर्द मिट जायेंगे। परंतु यह तो ऐसा है कि मैंने लाल कपड़े पहन कर कोई पाप कर्म किया और सफेद कपड़े पहने तो वो चुक्तू हो गया। ये तर्कसंगत बात नहीं है। जो दुःख आया है, वो दुःख उसी रूप और उसी अनुपात में ही पूरा होता है। जैसे हमने किसी से हज़ार रुपये नकद के रूप में उधार लिये तो हज़ार रुपये नकद लौटाने पर ही तो हमारा हिसाब बराबर होगा ना! ठीक वैसे ही दुःख आता ही है कोई न कोई विकारों के वश किये हुए कर्म के कारण। आसक्ति व स्वार्थवश किया हुआ कर्म ही हमें दुःख देता है। ऐसे में हम क्या करें जो हम उससे मुक्त हो पायें? ऐसा नहीं हो सकता कि हमारे सामने परिस्थितियां व दुःख आवे ही ना, तो हम सुख-शांति से रहें। पर ये तो जीवन-यात्रा है, तो यात्रा में तो साइड-सीन आयेगी ही। ऊँचाई-निचाई तो होगी ना! इसमें परिस्थितियां, मुश्किलातें तो आयेंगी ही, पर हम उसमें से कैसे बिना असहज हुए पार हो सकें ये कला हमें खुद में लानी होगी।

माली समझदार हो, तो कांटों से नफरत नहीं, बागड़ का काम ले लेता है। ऐसे ही हमें कुछ बातों का सही इस्तेमाल कर लेना चाहिए और कुछ को तो शुरुआत में ही रोक देना चाहिए। ज़िन्दगी में कुछ चीज़ें यदि शुरुआत में न रोकी जाए तो फिर उन्हें बीच में रोकना मुश्किल होता है। जैसे तीर यदि एक बार कमान से निकल जाए तो छूटा हुआ तीर फिर नहीं रुकता। ऐसे ही शब्द और वासना, ये दो बातें ऐसी हैं जिनके साथ पूरा होश और पूरी समझ रखनी होगी। शब्द का तीर जीभ की कमान से निकलता है, वासना का तीर विचार की कमान से गुज़रता है। शब्द का तीर यदि एक बार निकल गया, फिर आप कुछ नहीं कर पायेंगे। ऐसे ही यदि एक बार वासना का तीर छूटा, तो नुकसान पहुंचायेगा ही। इसलिए सबसे पहले जीभ के स्तर पर काम करिए, बोलने से पहले थोड़ा सोचिए। यह संभव हो सकेगा एक प्रयोग से।

अपनी जीभ को भीतर ही भीतर ऊपर मोड़िए और तालु पर टिकाकर दो-तीन मिनट रोकिए। इस अभ्यास से जीभ पर नियंत्रण होने लगेगा। ऐसे ही यदि वासना का तीर कंट्रोल करना हो तो विचार के स्तर पर काम करिए। जैसे ही मन में कोई बुरा विचार आए, उसे वहीं खत्म कर, तुरंत सांस रोक लें। मन को बुरे विचार का भोजन मिलना बंद होगा और वह बुरा ख्याल बाहर ही रह जायेगा। आप गलत विचारों से बच जायेंगे। आप इसे अभी ही करके देखें। आपके विचार की धारा बंद हो गई ना? इसी तरह आप कभी भी जोश में होश को नहीं खोयेंगे और विकारों के फोर्स से बच जायेंगे। और जहाँ एक बार उसका फोर्स कम हो गया, तो आपको सम्भलने का अवसर मिल जायेगा। और उससे होने वाले विकर्म से भी बच जायेंगे। जहाँ विकर्म नहीं होगा, वहाँ दुःख भी नहीं होगा। तो आपको लगातार अपने ऊपर अटेंशन रखना होगा। आप अगर ऐसा तीन दिन के लिए कर पाये, फिर सप्ताह के लिए कर लिया, फिर आपने पंद्रह दिन तक कर लिया, ऐसे ही आपने क्रम में एक महीने से तीन महीने तक कर लिया तो आपकी बुरी आदतें और पुराने संस्कार पूर्ण रूप से कमज़ोर होकर जड़ से ही खत्म हो जायेंगे और आप इस तरह विकारों से बच जायेंगे अर्थात् दुःख से भी बचे रहेंगे। अब इसकी जगह जो खाली हुआ स्थान है, उस स्थान को सद्विचारों और श्रेष्ठ विचारों के चिंतन से भरें, तो फिर जैसा बोओगे वैसा ही बाहर आयेगा, इस सिद्धान्त के अनुरूप आपने जो शुभ भरा है वो सुख के रूप में बाहर आयेगा।

टर्न होकर दिखाने में ही है बाबा के प्यार और पालना का रिटर्न

बाबा कहते आधा स्लोगन याद नहीं करो कि मैं किसी को दुःख नहीं देता हूँ, मैं तो सभी से बहुत अच्छा चलता हूँ, लेकिन दूसरे मेरे को डिस्टर्ब करते हैं, तंग करते हैं। वास्तव में अगर उसने दुःख दिया भी तो जिम्मेवार मैं हूँ कि दुःख लूं या नहीं लूं।

दादी हृदयमोहिनी,मुख्य प्रशासिका

बाबा के प्यार का अभी हम सबको मिलकर रिटर्न देना है। जिससे प्यार होता है उसका जो भी संकल्प, बोल, कर्म होता है वो प्यारा भी लगता है और उस जैसा बनने का लक्ष्य भी रहता है। हम सबका तो बाबा से 100 प्रतिशत से ज़्यादा प्यार है ना! बाबा कहता है मुझे और कुछ रिटर्न नहीं चाहिए। सिर्फ आप टर्न हो जाओ, यही रिटर्न चाहिए। अभी मुझे परिवर्तन करना ही है। दूसरे को थोड़ा-थोड़ा देखेंगे? क्योंकि दूसरे को देखने से अलबेलापन भी आ जाता है। कभी सोचते हैं कि महारथी भी ऐसे हैं, कोई सम्पन्न नहीं हुआ है, कमी है तो मेरे में भी थोड़ी कमी रह गयी, तो यह है अलबेलापन। वो पुरुषार्थ कर रहे हैं अपनी कमी छोड़ने का और हम उसकी कमी को देखकर, अपने अन्दर रखकर फॉलो करके अलबेले बनें तो नुकसान किसको? आजकल तो बाबा हमको स्लोगन भी याद करा रहा है - न दुःख दो न दुःख लो। अगर कोई भाई या बहन, निमित्त टीचर भी कुछ कह देती है तो बाबा प्रश्न पूछता है, चलो उसने आपको दुःख दिया, तो लेने वाला कौन है? देने वाला अलग होता है, लेने वाला अलग होता है। उसने दिया, उसका कर्म बापदादा जाने। लेकिन हम लेते क्यों हैं! आपको कोई खराब चीज़ देते हैं तो उसे फेक देंगे ना!

बाबा कहते आधा स्लोगन याद नहीं करो कि मैं किसी को दुःख नहीं देता हूँ, मैं तो सभी से बहुत अच्छा चलता हूँ, लेकिन दूसरे मेरे को डिस्टर्ब करते हैं, तंग करते हैं। वास्तव में अगर उसने दुःख दिया भी तो जिम्मेवार मैं हूँ कि दुःख लूं या नहीं लूं। मन में कभी भी अगर कोई दुःख देता है तो लेना नहीं है यानी दिन में फील नहीं करना है। अगर फील किया, तो मन में फीलिंग आ गयी तो जब भी वो सामने आयेगा तो उसके प्रति कभी भी शुभ भावना, शुभ कामना होगी ही नहीं। कोई न कोई ग्लानि ही आयेगी या ईर्ष्या आयेगी या घृणा आयेगी।

अगर किसी ने कुछ कह दिया तो भविष्य के लिए उससे शिक्षा लेकर अपने को ठीक रखूं। बाबा तो कहते ही हैं कि निन्दा हमारी जो करे मित्र हमारा सोय। आप सबने यज्ञ की कहानी सुनी होगी कि कलकत्ते में एक दैनिक विश्वमित्र अखबार निकलती है, उसमें बाबा की जीवन कहानी में लिख दिया कि दादा साईकल रिपेयर का काम करता था। जब निर्मलशांता दादी ने पढ़ा तो उसको जोश आ गया कि मैं इस पर केस करूँगी। तो उसने बाबा को पत्र लिखा कि ऐसे अखबार में निकला है। तो बाबा ने यही कहा कि बाबा सब बच्चों का बाप है, अभी बाप कैसे छुट्टी देगा कि मेरे बच्चे पर केस करो। मैं तो सबका पिता हूँ तो कैसे मैं छुट्टी दूंगा। आप यही सोचो कि निन्दा हमारी जो करे मित्र हमारा सोय। यही मित्र बनके आपकी प्रजा में आयेगा। तो फालो फादर करना है।

पावरफुल तपस्या द्वारा सूक्ष्म संकल्प व पुराने संस्कारों का परिवर्तन

दादी प्रकाशमणि,पूर्व मुख्य प्रशासिका

हमारी शुभ भावना है कि हम बाबा को भी यह रिज़ल्ट दें कि बाबा अब हम सब बातों से उपराम हैं और समानता के समीप पहुंच चुके हैं। इसके लिए जो भी सूक्ष्म व्यर्थ संकल्प इधर-उधर के आते, चिंतन चलता वह सब स्टॉप हो जाएं।

वर्तमान समय मीठे बाबा ने हम सब बच्चों को यही इशारा किया है कि तुम हर एक को अब बाप समान बनना है, इसके लिए जब तक हम ऐसी पावरफुल तपस्या नहीं करेंगे तब तक बाप समान अव्यक्त फरिश्ता कैसे बनेंगे। समय के अनुसार हम हर एक को अव्यक्त फरिश्ता बनना है तो अन्दर जो भी पुराने सूक्ष्म संस्कार हैं, वृत्तियां हैं, वह सब बदलकर बाप समान बनने चाहिए तब ही हम अपनी कर्मातीत स्थिति का अनुभव कर सकेंगे। सचमुच हमारे संस्कार बाप समान समीप होते जाते? बेहद की सेवाओं में तो दिन-रात रहते परन्तु अपनी सूक्ष्म स्थिति तपस्या मूर्त हो। इसके लिए हम सेवायें करते उपराम कहाँ तक रहते हैं? त्याग तो किया है परन्तु उपराम कहाँ तक बने हैं, यह चेक करना है। उसमें भी हम सबसे पहले देह अभिमान से परे अशरीरी स्थिति का अनुभव करते हैं? अशरीरी रहने की प्रैक्टिस कहाँ तक है? इस प्रैक्टिस के लिए ज़रूर हमें विशेष एकान्त में रहने की, अन्तर्मुखी बनने की ज़रूरत है तभी हम अपने सूक्ष्म संकल्पों को सेकण्ड में समेट सकते हैं। चलते-फिरते कर्म करते जब हम यही अभ्यास करें, संकल्पों को ब्रेक दें तब लाइट हाउस, माइट हाउस बन सकते हैं। जब ऐसी स्थिति हो तब कहेंगे साक्षात्कारमूर्त।

जैसे साकार में बाबा को देखा - बाबा प्रैक्टिकल में कर्मयोगी, साक्षात्कारमूर्त फरिश्ता दिखाई देते थे। हमें भी फालो फादर करना है। इसके लिए बीच-बीच में सब संकल्पों को थोड़ा समय भी समेटकर अभ्यास करें तो इसका बहुत बल मिल जाता है। बैटरी चार्ज हो जाती है। आत्मा बाबा के लव में लीन हो जाती है। यह लवलीन होना, अशरीरी बनना ही आत्मा की बैटरी चार्ज करने का साधन है, इसी से विल पावर आती है और परिवर्तन भी सहज होता है।

तो चेक करें कि मेरी स्थिति कहाँ तक ऐसी बनी है। कहाँ तक हम विजयी बनें हैं। विजयी तब कहेंगे जब हमारा आपस में अव्यक्त मिलन हो, जिसको कहते हैं बहुत-बहुत स्वीट, बहुत-बहुत लवली। सेवाओं में तो दिन-रात रहते, वह ठीक है, बाबा की सेवा है। परन्तु बाप समान स्थिति सिर्फ सेवा से ही नहीं बनेगी, उसके लिए योगबल भी बहुत ज़रूरी है।

लाइट हाउस, पावर हाउस भी बनना है। वह बनेंगे एकान्त से, जिसको बाबा कहते बच्चे एक के अन्त में चले जाओ। ऐसे तो सदा योग का ध्यान रखते लेकिन एक साथ कुछ टाइम लगाके मन का मौन और मुख का मौन रख तपस्या करो तो इसमें बहुत मजा है। इसी तपस्या से स्वयं को विजयी रत्न, मायाजीत रत्न, संस्कार जीत रत्न अनुभव करेंगे।

हमारी शुभ भावना है कि हम बाबा को भी यह रिज़ल्ट दें कि बाबा अब हम सब बातों से उपराम हैं और समानता के समीप पहुंच चुके हैं। इसके लिए जो भी सूक्ष्म व्यर्थ संकल्प इधर-उधर के आते, चिंतन चलता वह सब स्टॉप हो जाएं। ऐसे स्वीट साइलेंस में रहने का अभ्यास करो तो सूक्ष्म संकल्पों में, व्यवहार में, बोल-चाल और भाषा में परिवर्तन आयेगा, बहुत-बहुत स्वीट बन जायेंगे।

कोई तन-मन की बीमारी न हो उसके लिए बनें शुभचिंतक

दादी जानकी,पूर्व मुख्य प्रशासिका

आज के जमाने में कोई मिसाल चाहिए। बाबा ने ऐसे मिसाल बनाये जो सेवाओं में इतनी वृद्धि हुई है। जीवन यात्रा है। मधुबन तीर्थ स्थान है। यहाँ आते हैं दर्शनीयमूर्त बनने के लिए। बाबा का एक-एक महावाक्य हीरे तुल्य बनाने वाला है।

कितने बच्चे दौड़-दौड़कर बाबा के पास आ जाते हैं। भले तकलीफ भी होती होगी पर बाबा के पास जा रहे हैं, बाबा ऐसा है जो सिकीलधे बच्चे, मीठे बच्चे कहकर हमारे दिल को पिघला देता है। उसके सिवाय कोई नज़र नहीं आता। एक बाबा दूसरा न कोई। आज बाबा ने ब्राह्मणों की बहुत महिमा की है। देवतायें कोई ज्ञान नहीं सुनायेंगे। नशा है हम ब्राह्मण मुख वंशावली हैं, अडॉप्टेड बाबा के बच्चे हैं। बाबा अपना बना कर, राजयोग सिखाकर राजाओं का राजा बना रहा है।

राजाओं के घर में जो मन्दिर होते हैं वह बड़े फर्स्टक्लास होते हैं। वह भी समझते हैं परमात्मा के द्वारा हमको राजाई मिली है। हम जानते हैं एक जन्म में दान-पुण्य करने से राजाई मिली है। राजाई भले मिली, धन मिला पर तन ऐसा, लंगड़ा। हमारा सतयुग में तन कैसा होगा! मन कैसा होगा! बाबा ऐसा बना रहा है। आत्मायें सतो, रजो, तमो तीनों से ज़रूर पास करेंगी। अभी हम सतोगुणी बनकर सतोप्रधान बन रहे हैं। प्रकृति के 5 तत्वों को भी सतोप्रधान बना रहे हैं। शुरु में पुरुषार्थ करते थे मुझे सतोगुणी बनना है। अगर मेरी सतोगुणी बुद्धि है तो दृष्टि, वृत्ति, बोलचाल ऐसा है। रजोगुणी है तो मिक्सचर है। तमोगुणी है तो कैसा... बचाओ अपने आपको। एकदम सतोगुणी दृष्टि, वृत्ति कितनी सुखदाई है। सुखी बनाने से सेवा होगी। अगर मैं कोई बात में दुःख करेंगी, कोई और फीलिंग होगी तो दूसरों को क्या देंगी। सेवा क्या है? सेवा है बाबा ने जो मुझे दिया है वह सबको मिले, भावना है। कोई भी प्रकार की सेवा है, सेवाधारी भावना से सेवा करते हैं तो सबको सुख मिलता है। कई बाबा के बच्चे परिवार में रहते ट्रस्टी और विदेही रहकर अपने जीवन का यादगार बना देते हैं। कई ऐसे मिसाल हैं। आज के जमाने में कोई मिसाल चाहिए। बाबा ने ऐसे मिसाल बनाये जो सेवाओं में इतनी वृद्धि हुई है।

जीवन यात्रा है। मधुबन तीर्थ स्थान है। यहाँ आते हैं दर्शनीयमूर्त बनने के लिए। बाबा का एक-एक महावाक्य हीरे तुल्य बनाने वाला है। हमारे जीवन की वैल्यू क्या है! पहले कौड़ियों के पिछाड़ी कौड़ी जैसी जीवन थी। अभी हीरे जैसी जीवन बन गई। अभी हमें कुछ नहीं चाहिए। दाल रोटी खाना, प्रभु के गुण गाना। प्यारा बाबा, शिवबाबा ऐसा बनाने वाला दिलवाला बाबा दिल में बैठा है। बाबा के लिए इतना प्यार, इतनी खुशी...। और कोई पुरुषार्थ भले नहीं करो सिर्फ अपने चिंतन को शुद्ध और श्रेष्ठ बनाओ। हर एक के लिए शुभचिंतक रहो। शुभचिंतन में रहना ही हमारी दवाई है, कोई तन-मन की बीमारी नहीं लगेगी। कोई कमी नहीं रहेगी। सबके लिए शुभचिंतक रहेंगे तो दुआयें मिलेंगी। दुआयें मांगने से नहीं मिलती हैं। सच्चे दिल से अपना पुरुषार्थ करते हैं तो बाबा के प्यार के साथ दुआ है। हमें एक पेनी, एक संकल्प, समय व्यर्थ नहीं गंवाना है।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:29 AM Page 3

खुशखबरी...खुशखबरी...खुशखबरी...!!!

अब वेबसाइट पर उपलब्ध ओम शान्ति मीडिया

आपको सूचित करते हुए हमें अति प्रसन्नता हो रही है कि आध्यात्मिक सेवा समाचार की बढ़ती रुचि को देखते हुए और आप सब के हाथ में ओम शान्ति मीडिया पहुंचे और उसका आनंद ले सकें, उसके लिए ओम शान्ति मीडिया की वेबसाइट तैयार की गई है।

देखते ही देखते जो थोड़े ही समय में 70000 से भी अधिक लोगों द्वारा देखी जा रही है। इसकी लोकप्रियता और उसमें दर्शायी आध्यात्मिक सामग्री आपके जीवन-स्तर को बेहतर बनाने में मदद करती है। इस वेबसाइट में मन में उठने वाले प्रश्नों का समाधान मन की बातें, त्योहारों के आध्यात्मिक रहस्य लिये हुए लेख, तनाव-प्रबंधन, खुशनुमा जीवन बनाने के तरीके, अपने जीवन को उच्च व दिव्य बनाने हेतु तथा राजयोग के माध्यम से तन व मन को स्वस्थ बनाने की सामग्री तथा आपका स्वास्थ्य-आपकी डाइट से सम्बंधित कॉलम इसको और भी बेहतर और रुचिकर बनाता है। तो अब आप वेबसाइट **http://omshantimedia.org** पर विजिट कर ओम शान्ति मीडिया पढ़ सकते हैं। तथा खुशखबरी ये भी है कि आप अपने मोबाइल में **Omshanti Media APP** डाउनलोड करके भी ओम शान्ति मीडिया पढ़ सकते हैं और इससे लाभान्वित हो सकते हैं। अब यह आपकी सेवा में पूर्णतः उपलब्ध है।

शुभ-चिंतक के लिए...ज़रूरी...!!!

शुभ-विचार से सद्-आचार की प्रेरणा मिलती है। जितना जिसके पास शुभ-विचारों का खज़ाना होगा, उतना ही वे सद्-आचरण के लिए प्रेरित रहेगा। विचार ही मनुष्य की पहचान होती है। अब वो कैसा विचार है, ये बात रही। अब वो किस क्वालिटी का विचार लिए घूमता-फिरता है, उसी अनुरूप उसका व्यक्तित्व पनपता है। अब हम बात ये करते हैं कि विचारों को शुभ व सुदृढ़ कैसे बनायें जिससे हम हमारी जीवन-यात्रा को सुखद बना सकें। हर विचार में एक शक्ति होती है। पर उसका रंग कैसा हो, ये हमारे पर निर्भर है। तो हमें कौन-से विचार को प्रखर बनाना है और किस विचार को नहीं लेना है, ये हमारी च्वाइस होती है। किसी भी विचार में निखार लाना है तो उस विचार को बारंबार दोहराते हुए उस पर चिंतन करना होगा। शुभ-चिंतन ही बीज है शुभ-चिंतक बनने का। एक तरफ हम दूसरे की भलाई का, शुभ सोचने का प्रयास करते हैं, हमारे से किसी को दुःख न पहुंचे, पर समय आने पर न चाहते भी वो हो जाता है। ऐसे में अगर हम इस वस्तु, स्थिति को बदलना चाहते हैं तो शुभ-चिंतन के हथियार की धार तेज़ करनी होगी। अर्थात् शुभ-चिंतन की आदत बनानी ही होगी।

शुभ-चिंतन के लिए हमें कहीं न कहीं अपने आप को नियम में बांधना होगा। क्योंकि किसी भी लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए सिस्टम, डायरेक्शन और टाइम(समयबद्धता), ये तीन चीज़ें होनी ज़रूरी होती हैं।

जो लोग अपने लिए नियम नहीं बनाते, उन्हें फिर दूसरों के बनाये हुए नियमों पर चलना पड़ता है। मंज़िल तक पहुंचने के लिए रास्ता मिल जाना ही पर्याप्त नहीं है, अपितु एक अनुशासन, समर्पण, प्रतिबद्धता और एक बहुत बड़े जुनून की भी आवश्यकता होती है।

जीवन के छोटे-छोटे नियम आपको बड़ी-बड़ी परेशानियों से बचा लेते हैं। कई बार छोटे-छोटे नियमों का पालन न करना ही बड़ी परेशानियों का कारण बन जाया करता है। अतः कोई दूसरा आकर आप पर राज करे, इससे तो अच्छा है आप स्वयं ही अपने पर राज करें। अपने जीवन के लिए कुछ नियम ज़रूर बनायें और उनका पालन भी करें। नियम से ही सफलता के शिखर का मार्ग प्रशस्त होता है।

तो शुभ-चिंतन के हथियार के माध्यम से ही शिखर की यात्रा तय की जा सकती है। इसके लिए आप रोज़ आध्यात्मिक-पाठन, सत्संग व मेडिटेशन को अपने जीवन का हिस्सा बनायें।

शुभ-चिंतन का सीधा-सा कनेक्शन है शिव से। शिव यानी कल्याणकारी। जीव और शिव के मध्य शुभ-रूपी सेतु जितना सुदृढ़ होगा, उतना ही हरेक के लिए मंगलमय हम बन सकेंगे और मंगलमय कामना कर सकेंगे।

आज संसार के वायुमण्डल में ये आवाज़ आती है कि कोई हमारी मदद करे, कोई हमारी राह को आसान करे, सब ऐसी आश लिये हुए दिखाई पड़ते हैं। ऐसे में हमें दूसरों की सहायता करनी है तो सबसे पहले शुभ-चिंतन के सांचे में ढलना होगा और उसे मज़बूत बनाना होगा। और शुभ-चिंतन की ढाल से ही दूसरे का शुभ-चिंतक बन सकेंगे। तो हमें शुभ-चिंतन के हथियार को इतना व्यवस्थित रूप से तेज-तर्रार बनाना है, जिससे समय आने पर उसका हम पूर्ण रूप से उपयोग कर सकें। कहते हैं, शुभ-चिंतन करने वाला ही शुभ-चिंतक बन सकेगा। तो बीज है शुभ-चिंतन। ऐसे करना चाहेंगे ना! दुःखियों के दर्द मिटाने के लिए खुद को तैयार करेंगे ना! क्यों नहीं, वे भी तो हमारे ही भाई-बहनें हैं ना! उनका हम सहारा नहीं बनेंगे, तो और कौन बनेगा!

- ब्र.कु. प्रीति,बाजीपुरा

सुन्नी-शिमला-हि.प्र.। राज्यपाल बंडारू दत्तात्रेय को राजयोगिनी दादी जानकी के प्रथम पुण्य स्मृति दिवस पर मुख्यालय में आने का निमंत्रण देने के पश्चात् ब्रह्माकुमारीज़ की गतिविधियों से अवगत कराते हुए ब्र.कु. प्रकाश,मा.आबू, ब्र.कु. सुषमा,सोलन, ब्र.कु. रेवादास, ब्र.कु. राकेश,माउण्ट आबू तथा अन्य।

पी.यू.आर.सी.-ब्रह्मपुर(ओडिशा)। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती पर आयोजित कॉन्फ्रेन्स में मंचासीन हैं सुकान्त चन्द्र पृष्टी,रिटायर्ड सुपरीटेंडेंट इंजीनियर, रामेश्वर राव,जी.एम.,ओ.टी.पी.सी.एल.,बी.बी.एस.आर., अशोक कुमार राय,सीनियर मैनेजर,टाटा स्टील,ब्रह्मपुर, राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू दीदी, ब्र.कु. माला बहन, डॉ. प्रकाश चन्द्र पात्र,फिज़ीशियन एंड डायबिटोलॉजिस्ट तथा अन्य।

फर्रुखाबाद-सराय अगहत(उ.प्र.)। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में स्वामी भानुप्रताप शुक्ला त्यागी जी महाराज,बाबा नीमकरोरी धाम, ब्र.कु. मंजू बहन तथा अन्य।

ग्वालियर-म.प्र.। महिला दिवस पर आयोजित 'संस्कृति की संरक्षक महिला' कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए माधवी सिंह,संचालिका,नशा मुक्ति केन्द्र, पद्मा शर्मा,अध्यक्षा,महिला मोर्चा मंडल, बबिता डाबर,समाजसेवी, ऋचा शिवहरे, नीलम जगदीश गुप्ता,संस्थापिका संस्कार मंजरी, कल्पना मेहता,पूर्व अध्यक्षा,इनर व्हील क्लब, ब्र.कु. आदर्श दीदी,स्थानीय संचालिका, डॉ. साधना शंकर तथा आशा सिंह,समाजसेविका।

झालावाड़-राज.। महिला दिवस के अवसर पर श्रीमन् नारायण वृद्धाश्रम में राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. मीना बहन को सम्मानित किया गया।

रतलाम-नज़रबाग कॉलोनी(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए यातायात सूबेदार मोनिका सिंह चौहान, लायंस क्लब अध्यक्षा सीमा भारद्वाज, कोषाध्यक्ष कांता छंगाणी, सचिव कौशल्या त्रिवेदी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा तथा ब्र.कु. जयंती,झाबुआ क्षेत्रीय संचालिका।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:29 AM Page 4

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

पॉज़िटिव सोच ही है सही सोच

पॉज़िटिव थिंकिंग एक ऐसा शब्द जो हमने कई बार सुना है, बोला है औरों को राय भी दी है। जब भी कोई उदास होता है, परेशान होता है तो हम प्यार से कंधे पर हाथ रखकर एक ही बात कहते हैं पॉज़िटिव सोचो। जब अपने जीवन में कोई बात आती है तो निगेटिव सोचना या कहें गलत सोचना लेकिन जिसको हमने कहा कि ये तो मेरी स्वाभाविक नैचुरल थिंकिंग है निगेटिव थिंकिंग जैसे कि डरना, चिंता होना, किसी पर ब्लेम करना, किसी की निंदा करना, किसी से ईर्ष्या होना, किसी से तुलना करना, किसी के साथ कम्पटीशन करना, हर्ट हो जाना किसी की बात को लेकर, किसी से तो नफरत ही करना बहुत बड़ा स्पेक्ट्रम है। कैसे पता चलेगा कि ये जो मेरी सोच है पॉज़िटिव है, राइट है या निगेटिव की कैटेगिरी में आती है? कोई भी ऐसी थॉट जो मेरे मन की स्थिति को डिस्टर्ब करती है। एक कम्फर्टेबल फीलिंग नहीं आती है। और जो वायब्रेशन दूसरों को जाते हैं और फिर उनके अन्दर भी एक डिस्टर्बेंस क्रियेट करते हैं, ये निगेटिव है। और हमको पता है कि निगेटिव थिंकिंग क्या है। लेकिन न चाहते हुए भी हम कहते हैं कि वो थॉट आ गया।

क्यों ऐसा होता है कि कोई बात आती है और निगेटिव ऑप्शन हमारे अन्दर जल्दी आता है। हम जो सोच रहे हैं वो क्रियेशन है। लेकिन इस थॉट की एनर्जी का सोर्स क्या है? क्यों ऐसा है कि किसी के अन्दर ज़्यादा निगेटिव आ रहा है और किसी के अन्दर कम। तो किसी के अन्दर तो पॉज़िटिव बातें हैं, किसी के अन्दर बहुत अच्छी थॉट आती हैं। सबसे इम्पोर्टेन्ट सोर्स ऑफ थॉटस है इन्फॉर्मेशन। जैसे हम जब खाना खाते हैं। वो है रॉ मटेरियल जो अन्दर जाता है। और जैसा हमने खाना खाया वो हमारे शरीर की एनर्जी बनती है। उससे हमारे शरीर का इम्युनिटी सिस्टम बनता है। इसलिए हेल्थ का जब भी कोई इश्यू आयेगा सबसे पहले हमें कहा जायेगा कि अपनी डाइट को चेक करें और चेंज करें। अब इन्फॉर्मेशन मतलब क्या? जो हम सुनते हैं, पढ़ते हैं, देखते हैं। तीनों चीज़ें जो अन्दर जा रही हैं। ये यहाँ(आत्मा में) स्टोर हो रही है। अब सब्कॉन्सेस में स्टोर इन्फॉर्मेशन हमारे थॉट्स का हिस्सा बनती है। अगर हम कई दिनों से ये पढ़ रहे हैं या हम सुन रहे हैं किसी का एक्सीडेंट हुआ, कोई बच्चा मोटरसाइकिल पर जा रहा था ट्रक के साथ टक्कर हुई उसकी वहीं मृत्यु हो गई। एक बार सुना, दो बार सुना, दस बार सुना, कई महीनों से हम सुनते आये हैं फिर वो अन्दर बैठ गया।

शाम तक अगर आपका बच्चा घर टाइम पर नहीं पहुंचता और उसका फोन भी रेंज से बाहर है तो न चाहते हुए भी हम गलत सोचना शुरु कर देते हैं। कुछ हुआ तो नहीं उसको। क्यों हमने ऐसा सोचा? क्यों हम गलत सोचते हैं? हम क्यों नहीं ये सोच पाते कि कुछ अच्छा हुआ है इसलिए वो लेट हुआ है, उसे रास्ते में कोई दोस्त मिल गया होगा, वो कुछ काम कर रहा है इसलिए वो लेट हुआ है। ये निगेटिव सोचा क्यों माइंड ने? क्योंकि वो खाना हम खाकर मन में रख चुके हैं। माइंड फिर वो ही थॉट क्रियेट करेगा ना!

सिर्फ एक हफ्ते के लिए इसको एक एक्सपेरिमेंट की तरह लेते हैं। सुबह-सुबह दुनिया में क्या हो रहा है। ये सुबह-सुबह सुनने की ज़रूरत नहीं है हमें। वो भी विज़ुअल के साथ। पूरे विश्व में कहाँ-कहाँ क्या हुआ। मीडिया का रोल है वो बताना, जो हो रहा है। वो नहीं बतायेगा कि आपके एरिया में पूरे लोग सब ठीक से सोये। न्यूज़ पेपर में तो यही आयेगा कि कल रात को इस एरिया में एक घर में चोरी हुई। जब हमने उसे एक बार पढ़ा, दो बार पढ़ा तो तीसरी बार कहने लगे कि अभी चोरियां बहुत होने लगी हैं। और चौथी बार कहा कि घर ध्यान से लॉक करो, कहीं चोरी न हो जाये। मीडिया हमें ये सब दिखायेगा, कानों में भी आयेगा और सोशल मीडिया में भी आयेगा लेकिन लेना क्या है, अपने अन्दर भरना क्या है ये च्वाइस हमारी है।

दुनिया में क्या हो रहा है ये सुबह-सुबह जानना हमारे लिए ज़रूरी नहीं है। सुबह-सुबह हमारे लिए ज़रूरी है प्योर, पावरफुल इन्फॉर्मेशन, विज़डम, स्पीरिचुअल नॉलेज, परमात्मा का ज्ञान सुबह-सुबह वो भरेंगे। ये है सही डाइट हमारी आत्मा के लिए। तब अपने आप सोच बदल जायेगी। अच्छे थॉट्स अपने आप आने लगेंगे। जैसे निगेटिव थॉट अपने आप आते हैं वैसे ही प्योर थॉट्स भी अपने आप आने लगेंगे। लेकिन उसके लिए चाहिए प्योर इमोश्नल डाइट। सिर्फ एक हफ्ते के लिए हम वो ही सुनेंगे, देखेंगे, पढ़ेंगे, जैसा हम बनना चाहते हैं। क्योंकि अन्दर जो जायेगा वो ही हम बनेंगे और वो ही हमारे शब्दों में निकलेगा। इसीलिए अपने मन को साफ करते हैं और उसके बाद अच्छी चीज़ें ही अन्दर डालेंगे। पॉज़िटिव सोचना नहीं पड़ेगा, पॉज़िटिव सोच ही सही सोच है।

इंदौर-कालानी नगर(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए इंदौर शहर की पूर्व महापौर उमा शशि शर्मा, महिला कांग्रेस की प्रदेश उपाध्यक्षा लक्ष्मी गुप्ता, राष्ट्रवादी युवा वाहिनी जिला अध्यक्षा सलोनी कुशवाह, नगर सुरक्षा समिति एरोड्रम थाना की महिला संयोजिका मोना जायसवाल, एलीट पब्लिक स्कूल की प्रधानाध्यापिका गायत्री पूर्वे, ज्ञान सरोवर अकादमी की प्रधानाध्यापिका वर्षा सोलंकी, नगर निगम इंजीनियर आशुतोष शर्मा, आशीष गुप्ता, ब्र.कु. जयंती दीदी तथा ब्र.कु. सुजाता दीदी।

आगरा-आर्ट गैलरी म्यूज़ियम। महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मंच पर उपस्थित हैं म्यूज़ियम संचालिका ब्र.कु. मधु दीदी, ब्र.कु. माला दीदी तथा अन्य।

गया-बिहार। महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शीला बहन तथा अतिथिगण।

भीनमाल-राज.। महाशिवरात्रि महोत्सव में कैंडल लाइटिंग करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. वीणा दीदी,कर्नाटक, दंडी स्वामी आश्रम के शंकराचार्च स्वामी तीर्थानंदजी महाराज खांडा देवल, राजयोगिनी ब्र.कु. रंजू बहन,जालोर, नगराज जी पुरोहित, रमेश पुरोहित, सगाराम माली, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता तथा अन्य।

नरसिंहपुर-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित 'परमात्म शक्ति द्वारा विश्व परिवर्तन के कार्य में महिलाओं का योगदान' विषयक कार्यक्रम में मंचासीन हैं पूर्व नगर पालिका अध्यक्षा संध्या कोठारी, जिला कांग्रेस महिला अध्यक्षा विमला ठाकुर, राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ महिला समिति सदस्य प्रवीणा गोस्वामी, झुग्गी झोपड़ी प्रकोष्ठ कांग्रेस अध्यक्षा आशा शाह, पतंजलि योग समिति सदस्य इन्दु सिंह, भारत विकास परिषद् महिला प्रमुख भारती कौरव, इति चांदोरकर, भगत सिंह वार्ड यादव कॉलोनी पार्षद सिया तिवारी, डॉ. साधना पटेल, डॉ. राजश्री पटेल तथा राजयोगिनी ब्र.कु. प्रीति दीदी।

भुर्ताना-तोशाम(हरियाणा)। प्राचार्य कृष्ण सिंह तंवर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. चंद्रकला।

शुक्रिया के महत्व को व उसकी ताकत को इस कहानी से समझते हैं। एक पक्षी था, जो रेगिस्तान में रहता था। बहुत बीमार, कोई पंख नहीं, खाने-पीने के लिए कुछ नहीं, रहने के लिए कोई आश्रय नहीं था।
एक दिन एक कबूतर उधर से गुज़र रहा था। उस बीमार और दुःखी पक्षी ने कबूतर को रोका और पूछा- 'तुम कहाँ जा रहे हो?' उसने उत्तर दिया- 'मैं स्वर्ग जा रहा हूँ।' बीमार पक्षी ने कहा- 'कृपया मेरे लिए पता करें कि मेरी पीड़ा कब तक समाप्त हो जायेगी?' कबूतर ने कहा, 'निश्चित ही मैं पता करूंगा।' कबूतर ने इतना कहकर बीमार पक्षी से विदा ली। कबूतर स्वर्ग पहुंचा और प्रवेश द्वार पर देवदूत को बीमार पक्षी का संदेश दिया। देवदूत ने कहा- 'पक्षी के जीवन में अगले सात वर्ष तक इसी तरह कष्ट लिखा हुआ है। उसे ऐसे ही सात वर्ष तक कष्ट भोगना पड़ेगा, तब तक उसके जीवन में कोई खुशी नहीं होगी।' कबूतर ने कहा- 'जब बीमार पक्षी यह सुनेगा तो वह निराश हो जायेगा। क्या आप उसके लिए कोई उपाय बता सकते हैं?' देवदूत ने उत्तर दिया- 'उसको कहो कि इस वाक्य को हमेशा बोलता रहे- 'इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है।' वापसी पर जब कबूतर उस बीमार पक्षी से मिला तो कबूतर ने उस स्वर्गदूत का संदेश दिया।
सात-आठ दिन के बाद कबूतर जब फिर से उधर से गुज़र रहा था तब उसने देखा कि पक्षी बहुत खुश था। उसके शरीर पर पंख उग आये थे। उस रेगिस्तानी इलाके में एक छोटा-सा पौधा लगा हुआ था। वहाँ पानी का एक छोटा-सा तालाब भी बना हुआ था। चिड़िया खुश होकर नाच रही थी। कबूतर चकित था, देवदूत ने कहा था कि अगले

शुक्रिया से मिलता है सुकून

सात वर्ष तक पक्षी के लिए कोई खुशी नहीं होगी! इस सवाल को ध्यान में रखते हुए कबूतर स्वर्ग के द्वार पर देवदूत से मिलने पहुंच गया। कबूतर ने देवदूत से अपने मन में उठते हुए सवालों का समाधान पूछा तो देवदूत ने उत्तर दिया- 'हाँ...!! यह सच है कि पक्षी की ज़िन्दगी में सात साल तक कोई खुशी नहीं लिखी थी, लेकिन क्योंकि हर स्थिति में 'इन सब के लिए भगवान तेरा शुक्र है' बोल रहा था, और भगवान का शुक्र कर रहा था, इस कारण इसका जीवन बदल गया।
जब पक्षी गर्म रेत पर गिर गया तो उसने कहा- 'इन सबके लिए भगवान तेरा शुक्र है।' जब उसे प्यास लगी और आस-पास पानी नहीं था, तो उसने कहा- 'इन सबके लिए भगवान तेरा शुक्र है।'
जो भी स्थिति हो, पक्षी दोहराता रहा- 'इन सबके लिए भगवान तेरा शुक्र है।' और इसलिए सात साल, सात दिनों में समाप्त हो गये।
ये कहानी पढ़ने के बाद क्या और कुछ कहना बाकी रह जाता है! नहीं ना! इसे अपने जीवन के साथ भी जोड़ कर और प्रयोग करके देखें, तो क्या होगा? वही ना जो दुःखी पक्षी के साथ हुआ। इसीलिए परमात्मा हमें बारंबार स्मृति दिलाते हैं, जो वस्तुस्थित है, उसे उसी रूप में स्वीकार कर और आप जो हैं, उसी स्वरूप में रहकर सबका शुक्रिया अदा करें तो कैसी भी और कितनी भी विकराल बाधाएं व समस्याएं आपके जीवन से सुकून छीन नहीं सकतीं। तो दिल से हर चीज़ को उसी स्वरूप में स्वीकार करना और उसे सोच का हिस्सा बनाना और उसी भाव से उसका प्रत्युत्तर करना बड़े से बड़े पहाड़ को भी राई की तरह छोटा और रूई की तरह सहज और हल्का कर देगा।

ओम शान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें....

कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया
संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org
सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक 200 रूपये, तीन वर्ष 600 रूपये, आजीवन 4500 रूपये। विदेश - 2500 रूपये (वार्षिक)
कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शांतिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:29 AM Page 5

आसुरीयता का अन्त ज़रूरी

- ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

मूल्यनिष्ठ समाज तो तभी स्थापन हो सकेगा जब कुछ आत्मायें मूल्यों की धारणा का भरसक पुरुषार्थ करके अपने जीवन में मूल्यों को परिपक्व कर देंगे और उसी काल में, अन्य लोग जो मूल्यों की बात पर खिल्ली उड़ाते होंगे या जो पुनर्जन्म की बात मानते ही नहीं होंगे, वे जीवनकाल में दो-चार बार मूल्यों की धारणा का अवसर प्राप्त होने के बाद वे सब सामूहिक रूप से इस धरा-धाम से चले जायेंगे। अवश्य ही कुछ ऐसे विश्वव्यापी वृत्तान्त होंगे जिनके परिणामस्वरूप संसार में आसुरीयता मिट जायेगी और फिर दिव्य चरित्र के लोगों का समाज सजीव और सक्रिय होगा। जैसा बीज होता है, वैसा ही फल होता है। आसुरीयता चीज़ ही ऐसी है कि आखिर उसका फल दुर्घटना, दुःख अथवा विनाश होता है। यदि बार-बार समझाने और कहने के बावजूद भी कोई बुराई को नहीं छोड़ता और अपने दूषित कर्मों से दूसरों को दुःख देना बन्द नहीं करता तो आखिर उसकी बुराई उसे ले डूबती है। अतः यदि इस बात को कहा जाये कि मूल्यनिष्ठ समाज के प्रगट होने से पहले संसार में कुछ संकट की घड़ियाँ आयेंगी और उनके परिणामस्वरूप, पृथ्वी माता के मस्तक से आसुरीयता नाम का काला टीका धुल जायेगा तो किसी को इसे बुरा नहीं मानना चाहिए क्योंकि यह तो संसार का अटल नियम है कि प्रभात होने से पहले रात्रि का अंधकार तो मिटता ही है। इसमें हमारे या अन्य किसी के चाहने या न चाहने की बात नहीं है बल्कि यह तो नियम ही है कि नैतिक मूल्यों के अभाव से, दुर्बुद्धि अथवा विपरीत बुद्धि वाले लोग अपने हाथों स्वयं विनाश को लाते ही हैं। अभिमान, क्रोध, घृणा, द्वेष, हिंसा से पागल हुए लोग यह भी नहीं समझते कि यदि आणविक अस्त्र बनाकर और प्रकृति की हरियाली को नष्ट करके, कामान्ध होकर निम्न कोटि के पशुओं की तरह बहु सन्तान उत्पन्न करके, बड़े-बड़े कारखानों और व्यापारों द्वारा भोगवाद को बढ़ावा देने वाले कार्यों में प्रवृत्त होकर, निर्धनों का शोषण करके, उनके बच्चों को बिलबिलाने पर मजबूर करना, गोया सबको मुख से आह निकाल कर, विनाश की ज्वाला प्रगट करना ही है।

साथ ही साथ अन्य लोग सात्विकता, सरलता, नम्रता, स्नेह, सन्तुष्टता इत्यादि दिव्यगुणों को धारण करके, दिव्यगुणों के समाज की नींव डालेंगे और पुनर्जन्म लेकर देवी-देवताओं के उस मूल्यनिष्ठ समाज के सदस्य बनेंगे जिसे कि 'सतयुगी समाज' कहा जाता है। वे योगाभ्यास करते हुए अपने मन, बुद्धि और संस्कारों को मूल्यनिष्ठ बनायेंगे अथवा उनका सशक्तिकरण करेंगे जिसके फलस्वरूप ही वे सतयुग में प्रवेश करेंगे। स्पष्ट है कि मूल्यनिष्ठ समाज की स्थापना पुनर्जन्मवाद पर आधारित है। यदि पुनर्जन्म होता ही है न हो या पुनः अस्तित्व रहता ही न हो तब तो सब मिथ्या हो जाता है। दूसरे, उस समाज की स्थापना से पहले, आसुरीयता का विनाश भी ज़रूरी है। मूल्यों की धारणा मूल्यनिष्ठ समाज के प्रगट होने से पहले होगी।

कुछ लोगों से जब हम पूछते हैं कि मूल्यनिष्ठ समाज कैसा समाज होगा तो वे कहते हैं कि उस समाज में सहनशीलता होगी और लोगों में साहस, करुणा, दयाभाव, दानशीलता, सहानुभूति इत्यादि मूल्य होंगे। परन्तु वे अपने इस कथनोपतन के निष्कर्ष को समझते नहीं हैं। उदाहरण के तौर पर सोचने की बात है कि यदि किसी में साहस होगा तब उसका भाव तो यह निकलता है कि मूल्यनिष्ठ समाज में कोई भयप्रद परिस्थितियाँ होंगी अथवा धन, जीवन, नाम, परिवार, सम्पत्ति इत्यादि की कोई खतरे की हालत होगी जिससे कि वो घबरायेगा नहीं वरना 'साहस' शब्द का कुछ अर्थ ही नहीं निकलता। अगर कोई घबराहट की परिस्थिति है तब तो इसका यह अर्थ निकलता है कि उस मूल्यनिष्ठ समाज में भी कई ऐसे लोग होंगे अथवा कई ऐसी प्राकृतिक परिस्थितियाँ आती होंगी जो जन साधारण के लिए भयावह होंगी और कुछ व्यक्ति साहस करते होंगे।

इसी प्रकार, करुणा, दया, कृपाशीलता नाम वाले दिव्यगुणों का भाव यह निकलता है कि मूल्यनिष्ठ समाज में ऐसे भी लोग होंगे, जिसे देखकर मन द्रवित हो उठेगा। ऐसी स्थिति क्यों होगी? इसी प्रकार, यदि यह कहा जाये कि मूल्यनिष्ठ समाज में 'सहनशीलता' होगी तब इसका भाव तो यह निकलता है कि उस समाज में कुछ ऐसे लोग भी होंगे जो अपमान, क्रोध, घृणा इत्यादि का व्यवहार करते होंगे और अन्य लोग उसे सहन करते होंगे। यदि उस समाज में न कोई अपमान करता, न क्रोध, न घृणा, न द्वेष तो फिर सहनशीलता का प्रश्न कहाँ उठता है? इन बातों से स्पष्ट है कि इन सब मूल्यों अथवा गुणों की धारणा का अभ्यास पहले ही हो चुका होगा और उनकी हमारे जीवन में परिपक्वता हो चुकी होगी जिसके फलस्वरूप मूल्यनिष्ठ समाज की स्थापना होगी जिसमें ऐसे लोग ही नहीं होंगे जो अपनी नैतिक भ्रष्टता के कारण समाज के वातावरण को दूषित करें और दूसरों को उत्पीड़ित करें और इसी अन्तरकाल में आसुरीयता, विश्व विध्वंसकारी साधनों से स्वयं को मलियामेट कर चुकी होगी।

सुन्नी शिमला-हि.प्र.। महाशिवरात्रि एवं महिला दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित आध्यात्मिक सम्मेलन में मुख्य अतिथि कृषि राज्यमंत्री वीरेन्द्र कंवर को ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से मोमेन्टो भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. अनीता बहन,चण्डीगढ़, स्थानीय उप सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शकुंतला बहन तथा राजयोगी ब्र.कु. प्रकाश,शांतिवन।

बड़ौदा-मंगलवाड़ी। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित रहे निकिता बहन,महिला परिषद् प्रमुख श्री, राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी, ब्र.कु. योगिता, गायत्री बहन,गुजराती स्टेट आदिवासी फॉरेस्ट विभाग, रिया बहन,सर्वोपैथी नेचुरोपैथी ऑनर, जागृति बहन काका,कॉर्पोरेटर तथा धर्मेश पाटनी,कॉर्पोरेटर एंड ट्रस्टी,रणमुक्तेश्वर टेम्पल।

कविता

वैराग्य का परिणाम

इस जग का कोई सुख मेरे मन को
ना भाए
मुझको तो बस मेरा मूल वतन ही याद आए

खत्म हुआ भोजन और वस्त्रों का आकर्षण
बुद्धि से हुआ बाबा के प्रति पूरा ही समर्पण

इस जग का सुख तो क्षण भर में मिट जाएगा
महाविनाश का पल सब में वैराग्य जगाएगा

क्षणिक सुख के पीछे पल-पल होता बर्बाद
प्रभु याद में रहकर अपना समय करें आबाद

महान वही जो अब ही वैराग्य धारण कर ले
मिटने वाली दुनिया से पहले खुद ही मर लें

सतयुगी संस्कारों की स्मृतिया् मन में जगाएं
कलियुगी संस्कार मन से पूरे विस्मृत हो जाएं

हमें देखकर हर आत्मा भूले अपना देहभान
हो जाए वो पूरी ही पाँच विकारों से अनजान

पुरानी दुनिया से वैराग्य नई दुनिया को लाएगा
अपना दैवी साम्राज्य फिर से धरा पर आएगा।

हांसी-हरियाणा। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान मंच पर उपस्थित हैं एस.डी.एम. डॉ. जितेन्द्र सिंह, डॉ. रेनू खुराना,रिटा. एसोसिएट प्रोफेसर एवं मंच संचालक, निर्मला सैनी,चेयरपर्सन,एम.सी.,हांसी, ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी,सर्किल इंचार्ज, विधायक विनोद भयाना,हल्का हांसी, समाजसेवी विनोद सैनी तथा अन्य गणमान्य लोग।

भादरा-राज.। सहवा उपसेवाकेन्द्र पर आयोजित महाशिवरात्रि महोत्सव में डॉ. श्रवण जी को ईश्वरीय पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. चन्द्रकांता।

शमसाबाद-आगरा(उ.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, ब्र.कु. प्रवेश बहन तथा अन्य महिलायें।

बिलासपुर-टिकरापारा(छ.ग.)। 11 दिवसीय महाशिवरात्रि महोत्सव के दौरान आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं रेलवे क्षेत्र के डी.आई.जी. भवानी शंकरनाथ, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मंजू दीदी, ब्र.कु. भानू भाई,मा.आबू, रेलवे क्षेत्र की संगीता द्विवेदी, गुजराती समाज के नटवर सोनछात्रा, रेडियो जॉकी ब्र.कु. नुपुर तथा अन्य।

आगरा-आर्ट गैलरी म्यूज़ियम। डॉ. हर्ष वर्धन,माननीय केन्द्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मधु दीदी तथा ब्र.कु. माला दीदी।

मथुरा-उ.प्र.। महाशिवरात्रि के अवसर पर रिफाइनरी नगर, लक्ष्मीनगर तथा बलदेव क्षेत्र में 21 दिवसीय महोत्सव के दौरान आयोजित कार्यक्रम में शरीक हुए विधायक पूरन प्रकाश, भाजपा जिलाध्यक्षा मधु शर्मा, थाना प्रभारी नरेन्द्र यादव, स्काउट एंड गाइड प्रभाग के कमिश्नर डॉ. कमल कौशिक तथा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा दीदी।

जयपुर-राजापार्क। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में कैंडल लाइटिंग करते हुए खुशबू कपूर,अंतर्राष्ट्रीय डी.जे. एंकर, ब्र.कु. सलोनी, ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु. आशा, राजयोगिनी ब्र.कु. पूनम दीदी,उपक्षेत्रीय संचालिका, ब्र.कु. पूजा, राघव रावत,प्रोड्यूसर, स्वाति परनामी,पार्षद व श्रीमति उषा सांगिया।

नाकोड़ा-बलोतरा(राज.)। राजयोगी ब्र.कु. राजू भाई,मा.आबू को महावीर स्वामी की प्रतिमा भेंट कर सम्मानित करते हुए नाकोड़ा जैन मंदिर के ट्रस्टी रतन लाल जैन तथा मंदिर के चीफ मैनेजर जितेश मेहता। साथ हैं ब्र.कु. शशिकांत,मा.आबू तथा ब्र.कु. उमा।

कादमा-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ एवं डॉ. पवन धीर अस्पताल,भिवानी के सहयोग से ब्रह्माकुमारीज़ रामबास शाखा परिसर में आयोजित नि:शुल्क नेत्र जाँच शिविर में डॉ. अभय व उनके सहयोगी पवन, सुखबीर, मीनाक्षी आदि को मोमेन्टो भेंट कर सम्मानित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. वसुधा बहन।

मोकामा-बिहार। शिव जयंती के अवसर पर ध्वजारोहण से पूर्व ईश्वरीय स्मृति में प्रखण्ड प्रमुख बैरिस्टर सिंह, गायत्री परिवार के लाल बाबू जी, ब्र.कु. निशा, ब्र.कु. गुड़िया तथा अन्य।

जानें किन-किन बीमारियों में कर सकते गोंद कतीरा का सेवन

स्वास्थ्य

आयुर्वेद में कई ऐसी जड़ी-बूटियां हैं जो मनुष्य के पूरे स्वास्थ्य को पल भर में अच्छा कर सकती है। आज हम गोंद कतीरा के बारे में बात करेंगे, जो पेड़ से निकलने वाला एक पीले रंग का गोंद है। यह छूने में चिपचिपा, बदबूदार और बेस्वाद होता है। इसकी तासीर ठंडी होती है इसलिए इसका सेवन गर्मियों में करना बेहद लाभकारी माना जाता है। गोंद कतीरे का प्रयोग अनेक बीमारियों को ठीक करने के लिए किया जाता है आइए जानते हैं :-

दूर करे कमज़ोरी

गोंद कतीरा में ढेर सारा प्रोटीन और फॉलिक एसिड पाया जाता है। इसके सेवन से शरीर को तुरंत ताकत मिलती है। इसे खाने से खून गाढ़ा होता है। 20 ग्राम गोंद कतीरा को एक गिलास पानी या फिर दूध में भिगो कर रखें और फिर सुबह मिश्री मिलाकर शर्बत बनाकर पिएं।

मासिक धर्म करे नियमित

यदि किसी महिला के मासिक धर्म अनियमित हैं तो गोंद कतीरा और मिश्री को साथ में पीस कर 2 चम्मच दूध में मिला कर सेवन करें। इसके अलावा गोंद के लड्डू भी बना कर खाए जा सकते हैं। यही नहीं बच्चा होने के बाद भी गोंद के लड्डू खाने पर कमज़ोरी और माहवारी की गड़बड़ी भी ठीक हो जाती है।

वजन घटाए

गोंद कतीरा शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है और मेटाबॉलिज्म को बढ़ाता है। इसमें पाया जाने वाला फाइबर कंटेंट आपको अधिक समय तक भरा रखती है। इसके अतिरिक्त यह एक गट हेल्थ में भी सुधार करने के लिए जाना जाता है। इसका उपयोग करने के लिए एक चम्मच गोंद कतीरा रात भर एक गिलास पानी में भिगो दें। इसके बाद, एक गिलास दूध में शहद या गुड़ के साथ सेवन करें। वजन कम करने के लिए हर दिन इस टॉनिक को पिएं।

टॉन्सिल में राहत

यदि आप हर वक्त टॉन्सिल से परेशान रहते हैं तो 2 भाग गोंद कतीरा और 2 भाग नानखाह को बारीक पीस लें। फिर इसमें हरी धनिया की पत्ती का रस मिलाएं और रोजाना इसका गले पर लेप करें। इससे आपको जल्द ही आराम मिलेगा।

यही नहीं अगर आपके पास साधन न हो तो लगभग 10 से 20 ग्राम गोंद कतीरा पानी में भिगोकर फुला लें और फिर इसे मिश्री मिले शर्बत में मिलाकर सुबह शाम पिएं।

मुंह के छाले के लिए गोंद कतीरा

अल्सर के कारण होने वाली सूजन, लालिमा और दर्द को कम करने के लिए इस उपाय को आजमाएं, गोंद कतीरा का बारीक पिसा हुआ पेस्ट बनाएं और तुरंत राहत के लिए छालों पर लगाएं।

लू और हीट स्ट्रोक से बचाए

यदि आपके हाथ और पैरों में जलन होती है तो गोंद कतीरा के 2 चम्मच लेकर उसे 1 गिलास पानी में सोने से पहले भिगो दें। जब यह फूल जाए तब इसे चीनी में मिक्स करके खाएं। इसे शर्बत के तौर पर भी दिन में दो बार लिया जा सकता है। यह गर्मी में लगने वाली लू और हीट स्ट्रोक से बचाता है।

गोंद कतीरा के साइड इफेक्ट्स और एहतियात

- **इसका कोई साइड इफेक्ट नहीं है। इसको खाया भी जा सकता है और लगाया भी।**
- **गोंद कतीरा का सेवन करने से पहले अपने शरीर को पूरी तरह से हाइड्रेट रखें। इससे नसें और आंत ब्लॉक होने से बचेंगी।**
- **यह उन लोगों में सांस लेने की समस्या पैदा कर सकता है, जिन्हें किवलिया (सोपबर्क)की छाल से एलर्जी है, इसलिए इसका सेवन करने से पहले अपने चिकित्सक से परामर्श करें।**
- **गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाएं डॉक्टर की सलाह से इसका सेवन कर सकती हैं।**
- **सलाह दी जाती है कि आप किसी भी एलोपैथिक दवा का सेवन करने से कम से कम एक घंटे पहले इस जड़ी-बूटी का सेवन करें।**

धुरी-पंजाब। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती पर शिव ध्वजारोहण करते हुए व्यापार मण्डल के प्रधान विकास जैन, एम.सी. राकेश कुमार, पूर्व डी.पी.आर.ओ. मंजीत सिंह बख्शी, बीबी हरप्रीत कौर,मेम्बर कोर कमेटी सरोमनी अकाली दल, हंसराज बजाज, ब्र.कु. बृज बहन, ब्र.कु. मूर्ति, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. सोनिया तथा अन्य।

दिल्ली-पालम विहार। शिव जयंती महोत्सव पर शिव ध्वजारोहण पर उपस्थित रहे, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरोज, पूर्व विधायक धर्मदेव सोलंकी, दक्षिण दिल्ली नगर निगम स्थाई समिति अध्यक्ष भूपेंद्र गुप्ता, निगम पार्षद इन्द्रकौर तथा ब्र.कु. सारिका,हरि नगर,दिल्ली।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:30 AM Page 7

» बीती बातें क्यों नहीं भूल पाते...!!! «

- ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

कई बार ऐसा होता है कि हम पास्ट में इतना ज़्यादा जीने लग जाते हैं जिससे हमारी एनर्जी पूरी तरह से खत्म हो जाती है। ऐसे में पुरानी बातों को भूलने में मेडिटेशन मदद करता है। क्योंकि जो पुरानी बातें हमने पकड़ के रखी हैं वो इसीलिए पकड़ के रखी हैं क्योंकि हमारे पास कुछ नया नहीं है। जिस तरह दुनिया के अन्दर कोई व्यक्ति अगर सारा दिन काम करता हो, इतना व्यस्त रहता हो तो वो सुबह क्या नाश्ता किया था वो अगर उससे पूछा जाये कि आज तुमने नाश्ता क्या किया था? तो कहेंगे याद नहीं, भूल गया। क्योंकि इतना व्यस्त था। लेकिन जो व्यक्ति व्यस्त नहीं है उसको पूछो तो कहेगा कि आज मैंने ये खाया उसमें नमक भी कम था। माना उसका इतना चिंतन चला कि आज ये-ये चीज़ ऐसी थी, ये चीज़ ठीक नहीं थी। माना हर चीज़ में उसको कमी दिखेगी क्योंकि उसके पास टाइम है, फ्री है। ठीक इसी तरह पुरानी बातें हम इसीलिए पकड़ के रखते हैं क्योंकि हमारे पास नई बातें कुछ है नहीं, जिसके ऊपर हम क्लेम करें।

रोजमर्रा की ज़िंदगी से, उस रूटीन से बाहर जाने के लिए कुछ नवीनता हमारे जीवन में हो। इसीलिए तो लोग बाहर जाते हैं। दो दिन भी हॉलिडे(छुट्टी) मिली तो सोचेंगे कि किसी हिल स्टेशन पर ही चले जायें। मौसम का परिवर्तन या कोई अलग दृश्य का परिवर्तन, बातों का परिवर्तन इसीलिए वो चाहता है। ठीक इसी तरह जीवन में भी पुरानी बातों को हमने इतना पकड़ के रखा है क्योंकि हमारे पास नवीनता है ही नहीं। अगर हर रोज़ नवीन बातें हों तो पुरानी बातें क्यों पकड़ेंगे! एक बहुत सुन्दर उदाहरण याद आता है सर्कस में जब हम जाते हैं ना ट्रपेज़र्स(करतब दिखाने वाले) देखे होंगे हमने सर्कस में। जो एक रॉड को पकड़ते हैं और स्विंग(झूलना) करते हैं सामने से दूसरी रॉड आती है तो उसको पकड़ लेते हैं और पहली रॉड छोड़ देते हैं। वहाँ से फिर और दिशा में जाते हैं तीसरी रॉड आती है तो उस पर जम्प कर लेते हैं। और उसको छोड़ देते हैं। इस तरह से वो लोगों का मनोरंजन करते हैं। उन्हीं को देखकर सर्कस में जो जोकर होता है, वो भी ऊपर चढ़ता है, वो भी उस रॉड को पकड़ता है उसको होता है कि मैं भी करूँ। वो स्विंग करता है सामने से जब नई रॉड आती है लेकिन उसके पास ये आर्ट नहीं है चेंज करने की, तो वो क्या करता है इसको छोड़ देता है और उसको भी पकड़ नहीं पाता तो नीचे बिछाये जाल पर गिरता है तो बच जाता है। सब हँसते हैं उसके ऊपर, लेकिन फिर चढ़ता है। अब जब वो स्विंग करता है तो वो एक हाथ से उस रॉड को और दूसरे हाथ से सामने वाला रॉड पकड़ लेता है तो अब वो न ये छोड़ पाता है और न दूसरा रॉड छोड़ पाता है। सारे लोग हँसते हैं। तीसरी बार वो फिर चढ़ता है और उसको होता है कि अब तो मैं करूँगा। और अब तीसरी बार जब चढ़कर करने का प्रयत्न करता है तो डर लगता है कि ये छोड़ दूँगा और दूसरा पकड़ नहीं पाया तो क्या करूँगा? तो सोचता है कि इसी पर स्विंग करो। इसी पर स्विंग करता है तो भी लोग हँसते हैं। हम लोगों के जीवन में भी कुछ ऐसी ही बातें हैं। पुरानी बातें जिसमें हम उस स्विंग पर स्विंग कर रहे हैं। क्यों, क्योंकि हमें नया पकड़ने का डर है। ये आर्ट नहीं है हमारे पास। जैसे वो ट्रपेज़र्स के पास एक आर्ट है, आर्ट इतना ही है चेंजिंग ऑफ रॉड्स। तो जीवन भी कुछ ऐसा ही है कि पुरानी बातों के रॉड को पकड़कर उसको झूल रहे हैं। नई बातें, नये अवसर, नई विचारधारा अगर हमारे सामने आती भी है उसको पकड़ने का एक डर है कहीं न कहीं मनुष्य में। ये डर है कि मैं उस नई विचारधारा को नहीं अपना पाया तो क्या होगा! इसीलिए सोचता है कि इसी पर स्विंग करो। हमारी पुरानी बातों में कुछ कड़वी बातें होती हैं तो कुछ मीठी बातें होती हैं। लेकिन हमें कड़वी बातें ज़्यादा याद रहती हैं और मीठी कम रहती हैं।

जिस मनुष्य के जीवन में कड़वाहट ज़्यादा भर गई हो किसी बात को लेकर, तो वो बातें ज़्यादा ही पकड़ के रखते हैं कि नहीं इसका बदला लेंगे हम, ये करेंगे, दिखा देंगे, उसी पर झूल रहे होते हैं और सारा संसार हँस रहा है। पुरानी बातें पकड़ के चल रहा है। तब हमको लगता है कि हमको चेंज करना चाहिए। और इसीलिए हम फिर से कोशिश करते हैं लेकिन एक हाथ से पुरानी बातों को भी पकड़ के रखते हैं। नई विचारधारा को भी पकड़ना चाहते हैं न इसको छोड़ते हैं और न ही उसको पूरा पकड़ते हैं। इसीलिए दोनों के बीच में हम कई बार फ्रसट्रेशन(निराशा) में आते हैं।

जिस मनुष्य के जीवन में कड़वाहट ज़्यादा भर गई हो किसी बात को लेकर, तो वो बातें ज़्यादा ही पकड़ के रखते हैं कि नहीं इसका बदला लेंगे हम, ये करेंगे, दिखा देंगे, उसी पर झूल रहे होते हैं और सारा संसार हँस रहा है। पुरानी बातें पकड़ के चल रहा है। तब हमको लगता है कि हमको चेंज करना चाहिए।

एक नई सोच

जो लोग अपने लिए नियम नहीं बनाते उन्हें फिर दूसरों के बनाये हुए नियमों पर चलना पड़ता है। मंज़िल तक पहुंचने के लिए रास्ता मिल जाना ही पर्याप्त नहीं है अपितु एक अनुशासन, समर्पण, प्रतिबद्धता और एक बहुत बड़े जुनून की भी आवश्यकता होती है।

जीवन में छोटे-छोटे नियम आपको बड़ी-बड़ी परेशानियों से बचा लेते हैं। कई बार छोटे-छोटे नियमों का पालन ना करना भी बड़ी परेशानियों का कारण बन जाया करता है।

अत: कोई दूसरा आप पर आकर राज करे इससे तो अच्छा है, आप स्वयं ही अपने पर राज करें।

अपने जीवन के लिए कुछ नियम ज़रूर बनाएं और उनका पालन भी करें। नियम से ही सफलता के शिखर का मार्ग प्रशस्त होता है।

जादौन नगर-जयपुर(राज.)। महाशिवरात्रि के अवसर पर ब्र.कु. डॉ. नागियानी के निवास स्थान1/2 एस.एफ.एस. मानसरोवर पर आयोजित शिव ध्वजारोहण कार्यक्रम में उपस्थित हैं राजयोगिनी ब्र.कु. सन्नूसुइया दीदी, ब्र.कु. श्रीकृष्ण, ब्र.कु. मोहन, ब्र.कु. सुरेश, ब्र.कु. विपिन, ब्र.कु. अलका महिमाल तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

बिलासपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 11दिवसीय त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव के प्रथम दिन 'शांत स्वरूप भव' वरदान पर आयोजित ऑनलाइन टॉक शो में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. मंजू दीदी। साथ हैं आर.एस.एस. के कार्यवाहक सुशील सगदेव,नागपुर, राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. गायत्री, ब्र.कु. पूर्णिमा तथा अन्य।

दिल्ली-मोहम्मद नगर। त्रिमूर्ति शिव जयंती पर जन-जन को शिव संदेश देने हेतु रैली निकालते हुए ब्र.कु. कंचन दीदी तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।

नवी मुम्बई-वाशी। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती कार्यक्रम में उपस्थित रहे जिला परिषद् सदस्य चित्रा पाटिल, डॉ. कविता केरकर, डॉ. रतन राठोड़, मनीष सोनी,बिज़नेस हेड,ज़ी.टीवी चैनल, राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी तथा अन्य भाई-बहनें।

चन्द्रपुर-महा.। नेशनल इंटीग्रेटेड मेडिकल एसोसिएशन सेंट्रल काउंसिल, ब्रह्माकुमारीज़ चन्द्रपुर एवं मेडिकल विंग, नेशनल ब्लड ट्रान्सफ्युज़न काउंसिल, इंडियन रेड क्रॉस सोसायटी, नीफा तथा ग्लोबल हरियाणा चेम्बर ऑफ कॉमर्स के संयुक्त तत्वाधान में शहीद दिवस पर राष्ट्रीय स्तर पर 'इंटरनेशनल ब्लड एंड प्लाज़्मा डोनेशन अवेयरनेस कैम्पेन' का आयोजन हुआ। जिसमें 28 राज्य एवं 8 युनियन टेरीटरीज़ शामिल हुए।

चरखी दादरी-उ.प्र.। त्रिमूर्ति शिव जयंती पर कार्यक्रम में शिव ध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में जिला उपायुक्त राजेश जोगपाल, चेयरमैन संजय छपारिया, युवा कांग्रेस नेता अजीत फोगाट, सी.डी.पी.ओ. गीता सहारन, डॉ. आनन्द श्योराण, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रेमलता।

गुवाहाटी-रूपनगर(असम)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं सांसद क्वीन ओझा, प्रसिद्ध लेखिका मणिकुंतला भट्टाचार्या, किरण बोरो,सोशल एक्टिविस्ट, राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी,उपक्षेत्रीय संचालिका,ब्रह्माकुमारीज़, डॉ. कावेरी ककाती तथा अन्य।

कादमा-झोझूकलां(हरियाणा)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा किशन लाल मंदिर में महाशिवरात्रि एवं महिला सशक्तिकरण के साप्ताहिक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. उर्मिला दीदी,मा.आबू, सी.एच.सी. झोझू की मेडिकल ऑफिसर डॉ. एकता पंवार, स्थानीय संचालिका ब्र.कु. वसुधा बहन, भारत विकास परिषद् की प्रांतीय संयोजिका मंजू वत्स, महिला शिक्षण महाविद्यालय झोझूकलां की प्रोफेसर संगीता बहन तथा अन्य।

ओलपाड-सुरत(गुजरात)। 'राष्ट्रीय सुरक्षा दिवस' पर हिन्दुस्तान केमिकल्स कंपनी ओलपाड,सुरत में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं ए.के. सिंह,एक्ज़ीक्युटिव डायरेक्टर,हिन्दुस्तान केमिकल्स कंपनी, यू.जे.रावत,असिस्टेंट डायरेक्टर,इंडस्ट्रियल सेफ्टी एंड हेल्थ, आर.पी. शर्मा,असिस्टेंट वाइस प्रसीडेंट,हिन्दुस्तान कैमिकल्स कंपनी, ब्र.कु. रंजन दीदी,क्षेत्रीय मीडिया संयोजक,ब्रह्माकुमारीज़, ब्र.कु. धर्मिष्ठा दीदी तथा कर्मचारी।

सादाबाद-उ.प्र.। महाशिवरात्रि पर आयोजित द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन कार्यक्रम में शरीक हुए उपजिलाधिकारी राजेश कुमार, जनपद प्रभारी ब्र.कु. सीता बहन, रेलवे गार्ड दया शंकर यादव, ब्र.कु. मंजरी,आगरा, स्थानीय संचालिका ब्र.कु. भावना तथा अन्य गणमान्य लोगों सहित ब्र.कु. भाई-बहनें।

टोंक-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि पर खातोला गांव में आत्मनिर्भर मॉडल राजऋषि कृषि फार्म में आयोजित शिव ध्वजारोहण कार्यक्रम में उपस्थित रहे ब्रह्माकुमारीज़ कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के जिला संयोजक ब्र.कु. प्रहलाद, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अर्पणा बहन, ब्र.कु. ऋतु बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

गांधीधाम-गुज.। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती पर रामेश्वर महादेव मंदिर में शिव शंकर की झांकी का अवलोकन करने के पश्चात् विनोद सोलंकी,समाज रत्न-कच्छ गुर्जर क्षत्रिय समाज को सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. बाबू परमार तथा ब्र.कु. सरिता।

कथा सरिता

सहयोग देना ही लेना है

एक बहुत ही घना जंगल था। उस जंगल में एक आम और एक पीपल का भी पेड़ था। एक बार मधुमक्खी का झुण्ड उस जंगल में रहने आया, लेकिन उन मधुमक्खी के झुण्ड को रहने के लिए एक घना पेड़ चाहिए था। रानी मधुमक्खी की नज़र एक पीपल के पेड़ पर पड़ी तो रानी मधुमक्खी ने पीपल के पेड़ से कहा, हे पीपल भाई, क्या मैं आपके इस घने पेड़ की एक शाखा पर अपने परिवार का छत्ता बना लूँ?

पीपल को कोई परेशान करे यह पीपल को पसंद नहीं था। अहंकार के कारण पीपल ने रानी मधुमक्खी से गुस्से में कहा, हटो यहाँ से, जाकर कहीं और अपना छत्ता बना लो। मुझे परेशान मत करो।

पीपल की बात सुन कर पास ही खड़े आम के पेड़ ने कहा, पीपल भाई बना लेने दो छत्ता। ये तुम्हारी शाखाओं में सुरक्षित रहेंगी।
पीपल ने आम से कहा, तुम अपना काम करो, इतनी ही चिन्ता है तो तुम ही अपनी शाखा पर छत्ता बनाने के लिए क्यों नहीं कह देते?
इस बात से आम के पेड़ ने मधुमक्खी रानी से कहा, हे रानी मक्खी, अगर तुम कहो तो तुम मेरी शाखा पर अपना छत्ता बना लो।

इस पर रानी मधुमक्खी ने आम के पेड़ का आभार व्यक्त किया और अपना छत्ता आम के पेड़ पर बना लिया।

समय बीतता गया और कुछ दिनों बाद जंगल में कुछ लकड़हारे आए, उन लोगों को आम का पेड़ दिखाई दिया और वे आपस में बात करने लगे कि इस आम के पेड़ को काट कर लकड़ियां ले ली जाये।

वे लोग अपने औजार लेकर आम के पेड़ को काटने लगे तभी एक व्यक्ति ने ऊपर की ओर देखा तो उसने दूसरे से कहा, नहीं, इसे मत काटो। इस पेड़ पर तो मधुमक्खी का छत्ता है, कहीं ये उड़ गई तो हमारा बचना मुश्किल हो जायेगा।

उसी समय एक आदमी ने कहा क्यों न ये पीपल का पेड़ काट लिया जाए, इसमें हमें ज़्यादा लकड़ियां भी मिल जायेंगी और हमें कोई खतरा भी नहीं होगा।

वे लोग मिलकर पीपल के पेड़ को काटने लगे। पीपल का पेड़ दर्द के कारण ज़ोर-ज़ोर से चिल्लाने लगा, बचाओ-बचाओ-बचाओ...।

आम को पीपल के चिल्लाने की आवाज़ आई तो उसने देखा कि कुछ लोग मिल कर उसे काट रहे हैं।

आम के पेड़ ने मधुमक्खी से कहा, हमें पीपल के प्राण बचाने चाहिए। आम के पेड़ ने मधुमक्खी से पीपल के पेड़ के प्राण बचाने का आग्रह किया तो मधुमक्खी ने उन लोगों पर हमला कर दिया और वे लोग अपनी जान बचाकर जंगल से भाग गए।

पीपल के पेड़ ने मधुमक्खियों को धन्यवाद दिया और अपने आचरण के लिए क्षमा मांगी। तब मधुमक्खियों ने कहा, धन्यवाद हमें नहीं, आम के पेड़ को दो जिन्होंने आपकी जान बचाई है, क्योंकि हमें तो इन्होंने कहा था

कि अगर कोई बुरा करता है तो इसका मतलब यह नहीं है कि हम भी वैसा ही करें।

अब पीपल को अपने किए पर पछतावा हो रहा था और उसका अहंकार भी टूट चुका था। पीपल के पेड़ को उसके अहंकार की सजा भी मिल चुकी थी।
शिक्षा : हमें कभी अहंकार नहीं करना चाहिए। जितना हो सके, लोगों के काम आना चाहिए।

कामयाब वही जो हर मुश्किल का सामना करे

एक बच्चा अपने पिता से पूछता है पापा आखिर महान शब्द का मतलब क्या होता है, मैंने बहुत जगह पढ़ा है कि वो व्यक्ति महान था। उसने ये किया, उसने वो किया। आप मुझे समझाइये महान लोग कौन होते हैं और वे महान कैसे बनते हैं!
पिता ने कहा ठीक है – पिता ने बेटे को महान शब्द का अर्थ समझाने की एक तरकीब सोची, उन्होंने बेटे से कहा चलो 2 पौधे लेकर आते हैं। एक को घर के अंदर लगा देते हैं और दूसरे को घर के बाहर। पौधे लगाने के बाद पिता कहते हैं बेटा तुम्हें क्या लगता है इन दोनों पौधों में से कौन-सा पौधा बड़ा होगा और सुरक्षित रहेगा?
बेटे ने कहा – पिता जी ये भी कोई पूछने वाली बात है। जो पौधा हमारे घर के अंदर है वो सुरक्षित है, वो बड़ा होगा। लेकिन बाहर वाला पौधा बिल्कुल सुरक्षित नहीं है, उसे बहुत सारे मौसम झेलने होंगे, उसे कोई जानवर भी खा सकता है। पिता जी शान्त रहे और उन्होंने कहा बेटा इसका जवाब मैं वक्त आने पर दूंगा।

बेटा पढ़ाई करने 4 सालों के लिए बाहर चला जाता है और जब वापस आता है तो घर के अंदर के पौधे को देखकर कहता है पापा मैंने कहा था ना इस पौधे को कुछ नहीं होगा ये सुरक्षित रहेगा। पिता मुस्कुराए और उन्होंने कहा बेटा ज़रा बाहर जाकर उस दूसरे पौधे को देखकर आओ।

बेटा जब बाहर जाकर देखता है तो एक बहुत बड़ा पेड़ वहाँ पर होता है। बेटे को यकीन नहीं हो रहा होता कि आखिर वो इतना बड़ा कैसे बन गया जबकि घर के अंदर का पौधा तो इससे 100 गुणा छोटा है। पिता बेटे को समझाते हैं कि बेटा ये पौधा इतना बड़ा पेड़ इसलिए बन पाया क्योंकि इसने हर मौसम का सामना किया, हज़ारों मुश्किल का सामना किया।

लेकिन अंदर का पौधा सुरक्षित होने की वजह से न उसने कोई मौसम का सामना किया, न उसे ठीक तरह से धूप मिली इसीलिए वो बड़ा नहीं बन पाया।

बेटा याद रखना इस पेड़ की तरह दुनिया में वही व्यक्ति महान बन सकता है जिसने हज़ारों मुश्किलों का सामना किया हो और जो अन्दर के पेड़ की तरह जीवन भर सुरक्षित रहने की सोचेगा वो कभी महान नहीं बन पाएगा।
एक बात खुद से कह दीजिए - भले ही मेरे रास्ते में कितनी भी मुश्किलें क्यों न आयें, भले मैं टूट कर बिखर ही क्यों न जाऊं, लेकिन मैं अपनी मंज़िल को पा कर ही रहूँगा इसके लिए चाहे मुझे कोई भी कीमत क्यों न चुकानी पड़े।

फरीदाबाद-हरियाणा(से.-19)। त्रिमूर्ति शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् डॉ. एम.पी. सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हरीश दीदी, ब्र.कु. ज्योति। साथ हैं डॉ. सविता।

रतलाम-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'संस्कृति की संरक्षक महिला' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. मनोरमा, दंत चिकित्सक श्वेता सोनगरा, पुलिस सबइंस्पेक्टर दीपिका मरमट, ब्र.कु. पूजा, ब्र.कु. आरती, श्वेता सोनी तथा अन्य।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:30 AM Page 9

मानसरोवर-शातिंवन। नवनिर्मित मानसरोवर उद्घाटन के अवसर पर शिव ध्वज लहराते हुए राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, राजयोगिनी दादी इशू, राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी, राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर भाई, राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई, राजयोगी ब्र.कु. भुपाल भाई, ब्र.कु. मोहन सिंघल भाई, ब्र.कु. राज दीदी तथा संस्था के अन्य वरिष्ठ भाई-बहनें।

बदलें... पर अपनी संस्कृति न बदलें

समय के साथ हर चीज़ बदलती है। परिवर्तन प्रकृति का नियम है। पदार्थों में भी परिवर्तन होता रहता है। उसी तरह कोई भी चीज़ नई से पुरानी होती ही है। सिवाय 'परिवर्तन' के सब कुछ परिवर्तन होता है। बस 'परिवर्तन' शब्द ही अपरिवर्तनशील है। हम अपने ही बारे में बात करें तो हम पहले कितनी नम्रता और दिव्यता से भरपूर थे। जहाँ एक-दूसरे का आदर-सम्मान करते हुए स्नेहपूर्वक रहते थे। जिसे हम एक शब्द में कहें, तो स्वर्णिम भारत की ये एक झलक है। जहाँ आपसी आदर-सम्मान के साथ-साथ नम्रता, सभ्यता की भी प्रखरता थी। शुरू से हमारी ये संस्कृति रही है, छोटे-बड़ों को झुककर प्रणाम कर आदर-सम्मान व्यक्त करते थे। करते तो आज भी हैं, पर सिर्फ केवल शिष्टाचार के रूप में। झुककर प्रणाम करना और आदर करना, ये हृदय से होता है। लेकिन आज शिष्टाचार सिर्फ एक बाह्यता का रूप बनकर रह गया है। इसीलिए आज के समय में आये दिन छोटे-बड़े परिवार व समाज तथा देश-विदेश में आपस में झगड़ों की दीवारें खड़ी हो गई हैं। कलह-कलेश तो हरेक में ऐसे घर कर गया है जैसे कि एक डायबिटिक पेशेंट में शुगर। ये एक ऐसा कैंसर है जिसके लिए आज न तो कोई हॉस्पिटल है और न ही कोई स्कूल, जहाँ इसका निदान हो सके। परिणामस्वरूप कितने ही सारे परिवार टूटते जा रहे हैं, समाज विघटित होता जा रहा है। इसके तह में जायें तो हम पायेंगे कि सिर्फ सहृदय से प्रणाम करना हम कहीं भूल चुके हैं। इसी का एक संदर्भ महाभारत में आता है, जो यहाँ लिखना उचित होगा। महाभारत का युद्ध चल रहा था। एक दिन दुर्योधन के व्यंग्य से आहत होकर 'भीष्म पितामह' घोषणा कर देते हैं कि - 'मैं कल पांडवों का वध कर दूंगा।' उनकी घोषणा का पता चलते ही पांडवों के शिविर में बेचैनी बढ़ गई। भीष्म की क्षमताओं के बारे में सभी को पता था, इसलिए सभी किसी अनिष्ट की आशंकाओं से परेशान हो गये। तब श्रीकृष्ण ने द्रौपदी से कहा - 'अभी मेरे साथ चलो।' श्रीकृष्ण द्रौपदी को लेकर सीधे भीष्म

पितामह के शिविर में पहुंच गये। द्रौपदी ने अंदर जाकर पितामह भीष्म को प्रणाम किया तो उन्होंने - 'अखण्ड सौभाग्यवती भवः' का आशीर्वाद दे दिया। फिर उन्होंने द्रौपदी से पूछा कि 'वत्स- तुम इतनी रात में यहाँ अकेली कैसे आई हो! क्या तुम्हें श्रीकृष्ण यहाँ लेकर आये हैं?' तब द्रौपदी ने कहा - 'हाँ, और वे कब से बाहर खड़े हैं।' तब भीष्म भी कक्ष से बाहर आ गये और दोनों ने एक-दूसरे को प्रणाम किया।

भीष्म ने कहा- 'मेरे एक वचन को मेरे ही दूसरे वचन से काट देने का काम श्रीकृष्ण ही कर सकते हैं।'

शिविर से वापस लौटते समय श्रीकृष्ण ने द्रौपदी से कहा कि 'तुम्हारे एक बार जाकर पितामह को प्रणाम करने से तुम्हारे पतियों को जीयदान मिल गया है। अगर तुम प्रतिदिन भीष्म, धृतराष्ट्र, द्रोणाचार्य आदि को प्रणाम करती होती और दुर्योधन, दुशासन आदि की पत्नियाँ भी पाण्डवों को प्रणाम करती होतीं तो शायद इस युद्ध की नौबत ही न आती।'

वर्तमान समय हमारे घरों में जो इतनी समस्यायें हैं, झगड़े हैं, उनका भी मूल कारण यही है कि जाने-अनजाने अक्सर घर के बड़ों की उपेक्षा हो जाती है। यदि घर के बच्चे और बहुयें प्रतिदिन घर के बड़ों को प्रणाम कर उनका आशीर्वाद लें तो शायद किसी भी घर में कभी कोई कलेश न हो। बड़ों के दिये आशीर्वाद कवच की तरह काम करते हैं। उन्हें कोई 'अस्त्र-शस्त्र' नहीं भेद सकता। अतः यदि हम हमारी पूर्ववत संस्कृति को सुनिश्चित कर नियमबद्ध करें तो घर स्वर्ग बन जाये। क्योंकि आदर-सम्मान व प्रणाम प्रेम है, अनुशासन है, शीतलता है, आदर सिखाता है, सुविचार आते हैं, झुकना सिखाते हैं, क्रोध मिटाते हैं, आंसू धो देते हैं, अहंकार मिटाते हैं। ये हमारी संस्कृति है।

तो अब आपके मन में क्या ख्याल चल रहे हैं? ये पढ़ने के बाद क्या आप हिम्मत कर पा रहे हैं कि हम अपनी संस्कृति को पुनः जागृत कर विचार और कर्म के धरातल पर उतारेंगे? अगर हाँ, तो बस आरंभ कर दीजिये। तब आप बहुत सारी चीज़ों से बच जायेंगे। आपकी शक्ति, एनर्जी बच जायेगी और नई ऊर्जा के साथ आप अपनों से घुल-मिल जायेंगे और खुशी का औरा आपके व्यक्तित्व का हिस्सा बन जायेगा।

- ब्र.कु. निहा,मुम्बई

फरीदाबाद-हरियाणा(से.-21)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर कार्यक्रम में अपने विचार रखते हुए अनीता शर्मा,महिला मोर्चा की जिलाध्यक्षा। साथ मंचासीन हैं किम्मी सिंगला,सिविल जज, तान्या लूथरा,लायंस क्लब प्रसिडेंट, ब्र.कु. हरीश दीदी, ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु. प्रीति तथा ब्र.कु. रंजन बहन।

! यह जीवन है !

अगर हमसे अनायास एक गलती हो जाती है तो ज़रूर वह क्षम्य है मगर उसे छुपाने के लिए झूठ बोलकर दूसरी गलती करना यह ज़रूर दंडनीय है। भूल होना कोई समस्या नहीं, बिना भूल किये कुछ सीखने को नहीं मिलता। परंतु एक भूल को कई बार करना यह ज़रूर चिंता का विषय है। भूल को छिपाना यह और भी खतरनाक है।

झूठ उस कवर की तरह है जिसमें उस समय दोष ढक ज़रूर जाते हैं मगर नष्ट नहीं हो पाते।

समय आने पर वो छोटी भूल बड़ी गलतियों का कारण बन जाती हैं। गलती हो जाए तो उसे स्वीकारना सीखें। आपका स्वीकारना ही आपको दूसरों की नज़रों में क्षमा का अधिकारी बना देगा।

बलौंगी-मोहाली(पंजाब)। 85वीं त्रिमूत्रि शिव जयंती पर बलौंगी के रामलीला ग्राउंड में आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. प्रेमलता दीदी। मंचासीन हैं सरपंच बहादुर सिंह व दिनेश तथा ब्र.कु. अमन।

सुगौली-बिहार। त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव पर चीनी मील के जी.एम. साकेत संबल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीरा बहन। साथ हैं ब्र.कु. राम इकबाल।

लखना-उ.प्र.। 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में शिव ध्वजा रोहण करने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु. वन्दना, बहेड़ा पार्क के मालिक विजय प्रताप, रॉयल हैप्पी किड्स के प्रिंसिपल प्रकाश जी, ब्र.कु. जगत, ब्र.कु. मनोज तथा अन्य।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:30 AM Page 10

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

आज सुरक्षा के मायनों में कितने ऐसे मायने हैं जो अलग-अलग तरह से समाज को इंगित करते हैं। उदाहरण के लिए जैसे आज सभी चाहते हैं कि हमारे घर में सबकुछ बहुत अच्छा चले उसके लिए समय-समय पर, अलग-अलग अवसर पर कुछ न कुछ ऐसे दानपुण्य करते हैं ताकि उसका लाभ सुरक्षा के रूप में हमारे घर को मिले। ऐसी बातों से हम अपने आप को सुरक्षित रखें।

इसके अलावा ज्योतिष, वास्तु और बहुत से ऐसे विज्ञान का उपयोग भी हम करते हैं जो स्थूल रूप में अपने परिवार को स्थूलता के साथ सुरक्षित करते हैं। होना भी चाहिए स्वाभाविक-सी बात है, ज़रूरी है। लेकिन समय बदल रहा है, और इस बदलाव के दौर में आप एक बार नज़र उठाकर देखेंगे तो ऐसे बहुत सारे पहलू और पल नज़र आयेंगे जिसमें हर कोई कर्म तो कर रहा लेकिन डर भी रहा है। और डर इतना समय का, इतना लम्बा है कि उससे निकलने के कई हज़ार तरीके अपनाता है, लेकिन फिर भी किसी न किसी बात में उसे डर लगता ही है। तो ऐसे व्यक्ति का ये सबकुछ करना, समय प्रति समय अपने आपको उन दायरों में ले जाना जो ज़रूरी नहीं है,उसमें जाकर बात करना वो कहाँ तक कामयाब होता है।

फिर बात आती है कुछ लोग सक्षम भी हैं, कुछ लोग असक्षम भी हैं। कुछ लोग ये सारी चीज़ें कर सकते हैं लेकिन कुछ हैं जो कुछ बिल्कुल भी नहीं कर सकते तो फिर उनकी सुरक्षा कैसे? करने वाले असुरक्षित हैं क्योंकि उनके अन्दर ताकत नहीं है। और-और चीज़ें करके उनसे मन भर लेते हैं लेकिन जो दायरे से बिल्कुल ही कटे हुए हैं और जिनके अन्दर बिल्कुल भी दम नहीं है और वो कैसे करेंगे! तो उनके पास एक शक्ति है वो है सोच की शक्ति। क्योंकि सोच में हमारे दान है, सोच में ही पुण्य है, सोच में ही सबकुछ है जो समाज ने हमारे में डाली हुई हैं।

अगर सोच को मूल्यों से, मापदंडों से, सत्यता से, ईमानदारी से भर लिया जाये तो क्या आपको नहीं लगता कि हम सत्यता के आधार से सुरक्षित हो जायेंगे! तो सोच ही हमारा एक ऐसा पहलू है, सोच ही एक ऐसा मुद्दा है हमारे लिए जो हर पल आपको स्थाई रूप से या अस्थाई रूप से सुख देता है। जैसे एक बार हँसी की बात कर लो तो सुख मिल गया, एक बार खुशी की बात कर लो सुख मिल गया। तो सुख कौन दे रहा है? सोच। एक छोटी-सी सोच सुन्दर वातावरण बनाने के लिए कह रही है। एक छोटी-सी सोच एक सुन्दर बात समझने के लिए कह रही है। एक छोटी-सी सोच आपको उन बातों से निकालने में मदद करती है जिन बातों ने आपको उलझाये रखा है।

तो आप सोचिए, दान में बल है, वास्तु में बल है, ज्योतिष में बल है या फिर सोच में बल है? हमारी सोच सुरक्षित कब रहेगी और सही रूप से सोच हम कब पायेंगे? जब हम मूल्यों, नैतिकता और सत्यता के मापदंडों पर चलेंगे तो मूल्यों मापदंडों, सत्यता या गुणों के आधार से की गई सोच ही सुरक्षित है। क्योंकि और-और चीज़ों में कुछ न कुछ मिलावट है। और वो उन लोगों ने बनाया है जो इस समाज में हैं। लेकिन उनको ये सारी बातें पता ही नहीं है कि आध्यात्मिकता में बल है। और आध्यात्मिकता से हम अपने आपको ज़्यादा सुरक्षित महसूस कर सकते हैं, न कि और चीज़ें करने से। तो सबसे पहले अपनी सोच को इन बातों से सुरक्षित करना बहुत ज़रूरी है। क्योंकि जब हम आध्यात्मिक बन भी जाते हैं तो भी ये बीच-बीच में सारी बातें हमारी सोच को डिस्टर्ब करती हैं, परेशान करती हैं। और हम न चाहते हुए भी उन सारी चीज़ों को करने लग जाते हैं कि चलो नहीं-नहीं क्या फर्क पड़ता है। ज्ञानी हो गए तो भी क्या इन सब बातों को करना ज़रूरी है? बिल्कुल ज़रूरी नहीं है क्योंकि उसमें भी सोच थोड़ी देर तो चलेगी ना! अगर थोड़ी देर भी सोच चलती है तो आप अपने साथ न्याय नहीं कर रहे हैं और मिक्सड होना, ये संकल्प भी हो, वो संकल्प भी हो तो सोच हमेशा फ्लक्चुएट होगी। और आप वो नहीं कर पायेंगे जो करना चाहते हैं। तो एक फिक्स्ड आइडिया के साथ कि नहीं संकल्पों में सिर्फ आध्यात्मिकता को डालना है। आध्यात्मिकता के साथ सोचना है, आध्यात्मिकता के साथ बोलना है। नैतिकता, गुण और शक्ति के आधार से ही जीवन जीना है। आप देखो आप निरंतर सुरक्षित रहेंगे, प्रकृति भी आपको सहयोग देगी, लोग भी आपको सहयोग देंगे। और समाज का एक-एक तबक़ा आपकी सराहना करेगा। तो अगर सच में अपने आपको सुरक्षित करना है तो अपनी सोच को सुरक्षित करिए क्योंकि यही सबसे महत्वपूर्ण पहलू है हमारे जीवन का। सोच की सुरक्षा जब हो जाये तो समझो हमारा आगे का सम्पूर्ण जीवन निष्कलंक, सौभाग्यशाली और सुखमय बन जायेगा। फिर सभी आप की सोच से चलने लगेंगे।

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न : मेरा नाम पूर्वी है। मैं 21 साल की हूँ। मुझे झूठ बोलने की बहुत आदत हो गई है। कोई भी सिचुएशन हो, मैं सही भी हूँ तो भी मेरे मुख से झूठ ही निकलता है। मैं इससे छुटकारा पाना चाहती हूँ कृपया बतायें कि मैं इससे कैसे मुक्त हो सकती हूँ?

उत्तर : ये बहुत अच्छा है कि आप अपनी गलती को महसूस कर रही हैं। आप सत्य के मार्ग पर आना चाहती हैं ये बहुत अच्छी बात है। क्योंकि संसार में झूठ का बोल बाला है परन्तु विजय सत्य की है। झूठ से टेंशन बढ़ रही है, झूठ से पाप बढ़ रहा है। झूठ से अविश्वास बढ़ रहा है। तो इससे तो मनुष्य को मुक्त होना ही चाहिए। अभी आपको इससे बचने के लिए अपने मन में दृढ़ता लानी होगी कि नहीं मुझे अब सत्य के मार्ग पर चलना है। तो मैं आत्मा हूँ इस सत्य से शुरुआत करेंगे। मैं ये शरीर हूँ ये झूठ हो गया। मैं चेतन आत्मा हूँ, अजर अमर अविनाशी हूँ। आत्मा भी सत्य है। तो इस स्वरूप में स्थित होने से सत्य के संस्कार जागृत होते जायेंगे। और बहुत थोड़े समय में मैं तो कहूँगा कि तीन मास आप ये अभ्यास कर लें। स्वमान की प्रैक्टिस हमें महान बनाती है। मैं एक महान आत्मा हूँ, मैं एक पुण्य आत्मा हूँ, मैं धर्मात्मा हूँ, श्रेष्ठ हूँ, पवित्र आत्मा हूँ। इस तरह की फीलिंग में आप रहेंगी तो सत्य नैचुरल रूप से आपके साथ आ जायेगा। और वो आपकी शक्ति बन जायेगा। और दूसरा अगर झूठ बोलने के बाद हम अपनी गलती को रियलाइज़ कर लेते हैं और क्षमा मांग लेते हैं तो इससे भी आप जल्दी निकल जायेंगी।

प्रश्न : मेरा नाम कार्तिक है। मेरी समस्या ये है कि अच्छे से पढ़ने के बावजूद भी मैं 12वीं क्लास क्लीयर नहीं कर पा रहा हूँ। इस बार लास्ट चांस है, बस अकाउंट रह जाता है। माँ जी कहती हैं कि तेरी कुंडली में पढ़ाई नहीं है। क्या कुंडली सच होती है? कृपया बतायें मैं ऐसी स्थिति में क्या करूँ?

उत्तर : आप रोज़ सवेरे उठते ही बहुत विश्वास के साथ सात बार संकल्प करेंगे मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, सफलता मेरा जन्म सिद्ध अधिकार है। और जब एग्ज़ाम देने जा रहे हों तब भी 2-3 बार ये दोहरायें और जब पेपर लिखने लगें तो भी एक बार इस स्वमान की प्रैक्टिस ज़रूर करें। बिल्कुल भी नर्वस नहीं होना है आपको, डर बिल्कुल छोड़ दें। इस बार पता नहीं क्या होगा। अगर इस बार भी फेल हो गए तो गये। तो इसीलिए आपको ऐसा नहीं सोचना है। आप ऐसा सोचें कि इस बार मेरा एग्ज़ाम बिल्कुल क्लीयर होगा, शिवबाबा मेरे साथ है। और साथ में जब तक एग्ज़ाम आयें एक घंटा रोज़ मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, सफलता मेरा जन्म सिद्ध अधिकार है इस स्वमान के साथ मेडिटेशन अवश्य करें। इससे बाधा भी दूर हो जायेगी और सफलता भी मिलेगी। और शिवबाबा आपको ज़रूर सफलता प्रदान करेंगे। और रही बात कुंडली की तो आपको कुंडली को मानकर बैठ नहीं जाना है। सबकुछ बदलता है। क्योंकि कर्मों के आधार से सबकुछ होता है। अगर आप कर्मों को महान बना लें और अच्छा योगाभ्यास करें तो पास्ट के कार्मिक अकाउंट क्लीयर होने लगेंगे। आपके ये सब इफेक्ट खत्म हो जायेंगे। वो ग्रह रहेगा तो वहीं लेकिन जो भारी था वो धीमा हो जायेगा और कार्य में बाधा नहीं डालेगा।

प्रश्न : मेरा नाम डॉ. महेश है। परमात्मा मुरली में ये कहते हैं कि अंतिम समय में पांचों विकार के रूप होंगे बाकी विकार तो हम समझ सकते हैं लेकिन ये जो मोह है उसको कैसे समझा जाये? कहते हैं कि मोह अपने अति रूप में होगा। आज हम देख रहे हैं कि परिवार टूट रहे है, अटैचमेंट खत्म हो रहे हैं तो इस चीज़ को कैसे समझा जाये?

उत्तर : भगवान ने तो अपने महावाक्यों में ये कह दिया है कि ये अन्तिम पेपर नष्टोमोहा का ही होगा। ये मोह अति सूक्ष्म है। इसको पहचानना इतना सहज काम नहीं है। मुझे भी पचास साल पहले पता चला किसी ने बताया कि आपके अन्दर मोह है। मैंने कहा कि मेरे अन्दर मोह! मुझे दुनिया से लगाव नहीं, मुझे सम्बन्धियों से लगाव नहीं। मेरे अन्दर मोह कहाँ से आया! तो उसने कहा कि नहीं, मोह है। और ये बहुत साल के बाद मुझे रियलाइज़ेशन हुआ कि मोह कितनी सूक्ष्म चीज़ है। कोई व्यक्ति हमारे साथ दस साल से रह रहा है हमें उससे प्यार है। भले ही वो प्यार निगेटिव नहीं है, साथ खाते हैं, साथ घूमने जाते हैं, साथ चर्चायें करते हैं, साथ योगाभ्यास करते हैं। लेकिन एक थोड़ा-सा लगाव अवश्य रहता है। वो व्यक्ति जब हमसे दूर रहता है, 10-20 दिन हमारे साथ न हो तो हमें एक मिसिंग फील अवश्य होती है। अब मोह वस्तुओं में भी हो सकता है और साधनों में भी। अपनी योग्यताओं से भी लगाव हो सकता है। मनुष्यों से भी लगाव हो सकता है। इसको पहचानना भी सूक्ष्म स्थिति है। और इससे दूर होने के लिए देह से डिटैच यानी सॉल कॉन्सेस होने की लम्बे समय तक प्रैक्टिस करनी चाहिए।

तो अन्त में ये ऐसा पेपर आयेगा कि जिस व्यक्ति का जिस वस्तु या व्यक्ति में मोह है वो उसको पकड़ लेगा अंत में। वो मनुष्य को एक डिप्रेशन की स्थिति में ले जायेगा। ये मोह का एक स्वरूप होता है। इसमें एक अच्छे पुरुषार्थ की आवश्यकता है। ये जो घर टूटने की, परिवार टूटने की बात कही इसके पीछे मनुष्य का इगो काम कर रहा है। छोटी-छोटी बातों के कारण लोग अलग होने को तैयार हैं। लेकिन जो मोह है वो तो उनके अन्दर ही है। मतलब ये नहीं कह सकते कि अलग हो रहे हैं तो मोह खत्म हो गया।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:30 AM Page 11

जैविक, यौगिक, प्रमाणित, मूल्य वर्धित माल का बाज़ारपेठ

नांदेड़ से पंद्रह किलोमीटर दूरी पर मालेगांव के रहने वाले ब्र.कु. भगवान इंगोले(बाळू भाई) दस साल से हर तरह के फसलों की शाश्वत जैविक-यौगिक खेती कर रहे हैं। परिसर के किसानों को इकठ्ठा कर विष-मुक्त ऑर्गेनिक हल्दी पाउडर, गुड़, अनाज इत्यादि उपज करने वाले किसानों का 'कृषि विभाग आत्मा' के अंतर्गत 'ओम शांति ऑर्गेनिक फार्मर' के नाम से ग्रुप बनाकर पी.जी.एस. इंडिया प्रमाणीकरण कर भारत सहित विदेशों में भी बाज़ारपेठ बनाई है।

नांदेड़ शहर से पंद्रह किलोमीटर दूर मालेगांव ता.अर्धापुर है। वहाँ पर इन्होंने पिछले दस साल से शाश्वत जैविक-यौगिक खेती में पहचान बनाई है। मानव-स्वास्थ्य ठीक हो, मानसिक तनाव से मुक्ति मिले, मन को शांति मिले, पर्यावरण संरक्षण हो, इसी उद्देश्य को लेकर वो ये कार्य कर रहे हैं। हल्दी के साथ गन्ना, उड़द, चना, गेहूँ, मूंग आदि फसलों की भी उपज करते हैं।

यौगिक हल्दी का उत्पादन

वे यौगिक हल्दी का एक हेक्टर में 75 से 80 टन का उत्पादन ले रहे हैं। इसका पाउडर बनाकर पुणे में शासकीय प्रयोगशाला में करक्यूमिन जैसे अन्य घटक की टेस्टिंग की जाती है। जिसमें ये पता चल जाता है कि इसमें किसी भी तरह के रसायन का प्रयोग है या नहीं। रसायनमुक्त पाये जाने पर पी.जी.एस. इंडिया द्वारा सर्टिफिकेट दिया जाता है। फिर इसके पाँच सौ ग्राम और एक किलो के पैकेट्स तैयार करके ऑनलाइन भी इसकी बिक्री की जाती है। 250 से 300 रुपये किलो के हिसाब से इसकी बिक्री होती है। उनके पास एक हेक्टर गन्ना में सौ टन का उत्पादन आता है। जिससे वे ऑर्गेनिक गुड़ और गुड़ पाउडर बनाते हैं जो 90 से 100 रुपये किलो भाव तक बेचा जाता है।

हल्दी के औषधीय गुण...

- वूहान इंस्टीट्यूट ऑफ बायो इंजीनियरिंग के संशोधक डॉ. लिलान शी नी ने बताया है कि टी.जी.ई.वी. विषाणु रोकने की क्षमता करक्यूमिन में पाई गई है।
- एक गिलास हल्दी वाले पानी को अगर आप सुबह पीते हैं तो इससे आपका पाचन-तंत्र भी अच्छा होगा और खाना भी आसानी से पचेगा।
- हल्दी वाले पानी को सुबह पीने से विषाक्त पदार्थ शरीर से बाहर निकल जाते हैं। साथ ही यह पानी शरीर के मेटाबॉलिज़्म को भी बढ़ाता है।

अन्य विषाणुजन्य रोगों को शरीर में आने से रोकने में हल्दी का उपयोग हो सकता है जिसमें डेंगू, हैपेटाइटिस-बी, झिंका आदि विषाणुओं का समावेश है। हल्दी में ट्यूमर रोधक गुण भी है। हल्दी बैक्टीरिया के संक्रमण को रोकती है। इसके एंटीसेप्टिक गुणों के कारण इसमें घाव भरने के गुण होते हैं। हल्दी में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट घटक का उपयोग कैंसर कोशिकाओं को मारने के लिए किया जा सकता है।

- इसका नियमित सेवन डॉक्टर से सलाह लेने के पश्चात् ही करें।

फोन पर या ऑनलाइन ऑर्डर दे सकते हैं।

9421295984,7387291054, bkbalubhai@gmail.com

शाश्वत जैविक-यौगिक खेती करने की विधि

- पेड़-पौधे, फसलों, इन सभी में संवेदना होती है। सर जगदीश चन्द्र बोस और क्लीव बैकस्टर के अनुसार वनस्पतियां मनुष्य के विचार और भाव को समझती हैं। स्वयं को आत्मा समझकर परमात्मा के साथ मधुर सम्बंध स्थापित कर उनसे सर्व-शक्तियां, सकारात्मक तरंगें या वायब्रेशन लेकर फसलों और पेड़-पौधों, प्रकृति, पाँच तत्वों को देते हैं। जिससे फसलों की उपज और गुणवत्ता दोनों बढ़ती है।
- सुबह-शाम परमात्मा की याद में फसलों को मधुर संगीत सुनाकर मेडिटेशन किया जाता है।
- खेती में काम करने वाले सभी किसान भाई-बहनें अपने काम की शुरुआत परमात्म-याद के गीत पर योग करके करते हैं।
- किसानों को शाश्वत जैविक-यौगिक खेती की ट्रेनिंग दी जाती है। राजयोग मेडिटेशन से किसानों का मनोबल बढ़ता है। तनाव, चिंता से उन्हें मुक्ति मिलती है। खेती में आने वाली समस्याएं, प्राकृतिक प्रकोप या अन्य संकटों से सामना करने के लिए उन्हें शक्ति मिलती है और एक नई स्फूर्ति उनमें पैदा होती है।
- खेती में लगने वाले जैविक खाद, दवाएं बाहर से न खरीद खेती में ही तैयार किये जाते हैं। जैसे कि गौ-मूत्र, जीवामृत, नीम अर्क, दशपर्णी अर्क, गोकृपामृत, केंचुए की खाद, कम्पोस्ट खाद, गोबर की खाद आदि और इन्हें बनाने का प्रशिक्षण भी दिया जाता है।
- खेती में से निकलने वाला कचरा या फसल का शेष-अवशेष, घास, इन्हें जलाया नहीं जाता है। इनका भूमि पर आच्छादन कर ज़मीन में गाड़ दिया जाता है। जिससे ज़मीन की उर्वरक-शक्ति(सेंद्रिय कर्ब) बढ़ती है।

- बीज संस्कार विधि

निरोगी व शक्तिशाली पौधे की उपज के लिए बीजों को परमात्मा के सामने रखकर उन्हें परमात्मा से शक्तिशाली किरणें, शुद्ध वायब्रेशन्स लेकर देते हैं। बीजामृत, ट्राइकोडर्मा, पी.एस.बी., ऐजोटोबैक्टर इत्यादि जीवाणु कल्चर की बीज प्रक्रिया की जाती है।
- फसल-संरक्षण के लिए फसलों पर हर दस-पंद्रह दिन में अमावस्या के आस-पास जीवामृत, दशपर्णी अर्क, नीम अर्क, अग्नि अस्त्र, ब्रह्मास्त्र

इत्यादि का स्प्रे किया जाता है। ज़मीन को शक्तिशाली बनाने के लिए गोबर की खाद, केंचुए की खाद, जैव रस, अमृत पानी, सभी प्रकार की खलियों की पेंड, कम्पोस्ट खाद दी जाती है।
- खेती में देशी गाय की भूमिका अहम है। उसके गौ-मूत्र, गोबर से खाद, दवाइयां बनाई जाती हैं। इसके साथ ही धूप, अगरबत्ती, साबुन, गौ-अर्क इत्यादि चीज़ें भी बनाई जाती हैं। गाय के गोबर से बायोगैस बनाया जाता है, जिससे घर का पूरा खाना बन जाता है। जिससे हर माह हज़ार रुपये की बचत हो जाती है। गाय के दूध से बने अलग-अलग तरह के पदार्थ बनाकर भी बेचे जाते हैं।
- जिला परिषद् कृषि विभाग की ओर से कृषिनिष्ठ पुरस्कार से ब्र.कु. बाळू भाई को सम्मानित किया गया है।
- महाराष्ट्र शासन कृषि विभाग द्वारा दिये जाने वाले 'सेन्द्रिय कृषि भूषण पुरस्कार' के लिए नॉमिनेट(नामांकित) किया गया है।

ग्रुप व कम्पनी की स्थापना

- शाश्वत जैविक-यौगिक खेती का लाभ गांव के किसानों को हो, उनके माल को बाज़ार पेठ मिले, उन्हें तनाव से मुक्ति, सच्चे मन की शांति मिले, इस उद्देश्य से 01 जनवरी 2019 को महाराष्ट्र शासन,कृषि विभाग आत्मा और पारंपरिक कृषि विकास योजना के अंतर्गत 'मालेगांव ओम शांति ऑर्गेनिक फार्मर' के नाम से किसानों के ग्रुप की स्थापना की गई। इनमें 34 किसान हैं और पचास एकड़ ज़मीन पर अनाज, सब्ज़ी, हल्दी, गन्ना आदि का उत्पादन करते हैं।
- ग्रुप के माध्यम से हर महीने में हर किसान के खेत पर कृषिशाला होती है। जिसकी शुरुआत परमात्म-याद का गीत बजाकर मेडिटेशन द्वारा होती है। वहाँ पर किसानों की समस्या सुनकर कृषि अधिकारियों एवं विशेषज्ञों द्वारा उनका समाधान किया जाता है। नई तकनीक, नये तंत्र ज्ञान की लेन देन होती है।
- ब्र.कु. भगवान इंगोले के बड़े भाई किसान नेता प्रहलाद इंगोले, इनके सहयोग से इस कार्य को और बड़े पैमाने पर ले जाने के लिए 'शेतकरी मित्र फार्मर प्रोड्यूसर कं.लि.' की स्थापना की गई। जिसमें दस डायरेक्टर हैं और पाँच सौ किसान सदस्य हैं।
- किसानों को लाभ देने के लिए कृषि उपकरण बैंक की स्थापना हुई, जिसके द्वारा ट्रैक्टर सहित अन्य सभी औजार कम दाम में उपलब्ध कराये जाते हैं। किसानों का माल लेकर सीधे ग्राहकों को बेचा जाता है। जिससे किसानों को अच्छे दाम मिलते हैं। किसानों से कोई भी कमीशन नहीं लिया जाता।
- कंपनी के सदस्यों द्वारा एक सौ पचास टन सेन्द्रिय हल्दी का पिछले वर्ष बांग्लादेश में निर्यात किया गया जिससे किसानों को फायदा हुआ।
- ब्रह्माकुमारीज़ कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के मार्गदर्शन एवं सहयोग से वृक्षारोपण, व्यसनमुक्ति, मिट्टी-परीक्षण, जल-संवर्धन, यौगिक खेती प्रशिक्षण, कृषि प्रदर्शन, अनाज महोत्सव आदि विषयों पर कार्यक्रमों के द्वारा जनजागृति की जाती है।
- किसान ग्रुप के माध्यम से नांदेड़ शहर में 'विटोबा नैसर्गिक भाजीपाला' के नाम से दो स्थानों पर स्टॉल पर अनाज, दाल, सब्जियों आदि की बिक्री होती है। साथ ही इसकी ऑनलाइन डिलीवरी भी की जाती है। जिससे सुशिक्षित बेरोजगार युवाओं को रोजगार उपलब्ध हुआ। किसानों को जैविक माल के दोगुना दाम मिले। इसमें सभी किसान को एक साथ आने की ज़रूरत नहीं, दो-दो किसान बारी-बारी आकर सबका इकट्ठा माल बेच सकते हैं, जिससे सभी का टाइम बचता है। ग्रुप की हर रोज़ दस से पंद्रह हज़ार तक की बिक्री होती है।
- ग्रुप के उपाध्यक्ष संदीप डाकुलगे, सचिव बाला जी सावंत, ब्र.कु. भीमराव इंगोले आदि सदस्यों का सहयोग मिलता है।

ओम एग्रोवन निवास

ब्र.कु. भगवान इंगोले ने ब्रह्माकुमारीज़ के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग से प्रेरणा लेकर अपने खेत पर यौगिक खेती का मॉडल बनाया है। जहाँ पर मेडिटेशन रूम, प्रशिक्षणार्थियों के रहने-खाने, यौगिक खेती प्रशिक्षण हॉल, बायो गैस आदि सभी प्रकार की व्यवस्था की गई है। खेती पर दिन भर संगीत बजता है, जगह-जगह पर अच्छे सुविचार, स्लोगन्स आदि लिखे हुए हैं। हर खेत में परमात्म-ध्वज लहराता है। ऊर्जा-क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनने के लिए उन्होंने सौर कृषि पंप लगाया है जिससे ऊर्जा की बचत होती है। यहाँ आने वाले लोग बहुत प्रसन्न होते हैं और प्रेरणा लेकर जाते हैं।

एक कीट(इली) दिखाओ और इनाम पाओ

पिछले साल एक एकड़ में ब्र.कु. बाळू ने जैविक रीति से कपास की खेती की। फसल के संरक्षण के लिए बीच-बीच में और आजू-बाजू में गेंदा, मक्का, चौलाई, एरंडी जैसे फसल लगाते हैं जिससे मुख्य फसल का संरक्षण होता है। हर पंद्रह दिन में दशपर्णी अर्क, जीवामृत, गोकृपामृत, नीम अर्क आदि का स्प्रे किया। जिसके बाद आपने ये चुनौती दी कि फसल पे एक भी कीट दिखाओ और इनाम लेकर जाओ। कृषि अधिकारी, कुछ मीडिया पत्रकार और परिसर के किसान, उन्होंने बारीकी से जाँच की पर उन्हें एक भी कीट नहीं मिला। जिसके बाद कृषि अधिकारियों द्वारा आपको 'कृषि पुरस्कार' से सम्मानित किया गया। इससे यौगिक खेती के लिए आपका मनोबल और बढ़ गया।

OM-1- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 15/03/2021 11:30 AM Page 12

ज्ञानसरोवर परिसर में...

शिव ध्वजारोहण करके मनाया शिव जयंती महोत्सव

माउण्ट आबू-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञानसरोवर अकादमी परिसर में 85वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती हर्षोल्लास के साथ मनाई गई। इस अवसर पर ज्ञानसरोवर की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. निर्मला दीदी ने कहा कि परमात्मा शिव हर रोज़ हमें नई-नई शिक्षायें और सबक देकर हमारी उन्नति में हमारी मदद करते हैं। इसलिए हमें योग और सेवा में सदा व्यस्त रहना चाहिए। राजयोगिनी ईशू दादी,संयुक्त मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़ ने शिव जयंती की दिल से सभी को शुभकामनायें दीं और कहा कि सबको खुश रहना है और खुशियां बांटनी हैं। राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन,अति. सचिव,ब्रह्माकुमारीज़ ने शिव ध्वज की महिमा बताते हुए कहा कि ध्वज किसी एक पहचान, संस्कृति और धर्म को इंगित करता है। और जब इस धरती पर परमात्मा शिव का ध्वज लहराता है तो वो इस धरा पर उस स्वर्णिम काल के आगमन को सुनिश्चित करता है जहाँ एक धर्म, एक राज्य और एक भाषा होगी। राजयोगी ब्र.कु. करुणा, मल्टीमीडिया चीफ,ब्रह्माकुमारीज़ ने कहा कि शिव जयंती हमारे परमप्रिय परमात्मा के अवतरण का यादगार है। साथ ही साथ हमारा भी जन्म दिवस है। वो हमारे साथ रहकर विश्व परिवर्तन का कार्य कर रहे हैं। राजयोगिनी ब्र.कु. शीलू दीदी,वाइस चेयरपर्सन,एजुकेशन विंग, ब्रह्माकुमारीज़ ने कहा कि हम सभी एक ईश्वरीय परिवार हैं। एक परमात्मा से ही हमारा सम्बंध है और हमेशा रहेगा। इस अवसर पर राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय,कार्यकारी सचिव, ब्रह्माकुमारीज़, राजयोगी ब्र.कु. मोहन सिंघल,चेयरपर्सन, साइंटिस्ट एंड इंजीनियरिंग विंग तथा अन्य वरिष्ठ भाई-बहनों ने भी अपनी शुभकामनाएं दीं।

चरित्रवान, गुणवान बच्चे ही देश की सच्ची संपत्ति

मधेपुरा-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ के तत्वाधान में साहूगढ़ टोला राष्ट्र इस्पात निगम लिमिटेड के उप महाप्रबंधक नरेश कुमार एवं समाजसेवी रागिनी रानी यादव के निवास स्थान पर बसंत पंचमी के शुभ अवसर पर आयोजित शिव ध्वजारोहण कार्यक्रम में समाजसेवी श्रीमति रागिनी रानी यादव ने कहा कि बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए भौतिक शिक्षा के साथ-साथ नैतिक शिक्षाओं की भी आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि जो ज्ञान विद्यार्थियों को अंधकार से प्रकाश की ओर, असत्य से सत्य की ओर, बंधनों से मुक्ति की ओर ले जाये वही सच्चा ज्ञान व सच्ची शिक्षा है। ब्रह्माकुमारीज़ की स्थानीय संचालिका ब्र.कु. रंजू बहन ने कहा कि शिक्षा का मूल उद्देश्य चरित्रवान, गुणवान बनाना होना चाहिए। चरित्रवान, गुणवान बच्चे देश की सच्ची संपत्ति हैं। शिक्षा एक बीज है और जब तक जीवन रूपी वृक्ष पर नम्रता, ईमानदारी, सत्यता, सहनशीलता, शांति आदि गुण रूपी फल नहीं आते तब तक हमारी शिक्षा अधूरी है। मौके पर राजद के प्रधान महासचिव पप्पू यादव, जिला कांग्रेस के महासचिव शशि भूषण मंडल, प्राध्यापक आशीष कुमार, शिक्षिका श्वेता यादव, आशा देवी, सिंघेश्वर सेवाकेन्द्र की मुख्य संचालिका ब्र.कु. कौशल्या, ब्र.कु. किशोर, ब्र.कु. बीना सहित अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे।

'बूस्टिंग सेल्फ इम्युनिटी' प्रदर्शनी का आयोजन

प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के प्रति किया जागरुक

मथुरा-कृष्णा विहार(उ.प्र.)। इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन की इकाई मथुरा रिफाइनरी नगर में आयोजित 35वें फ्लावर शो में 500 से भी अधिक प्रजातियों के पुष्प प्रदर्शित किये गये। इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा कोरोना के प्रति लोगों को जागरुक करने के लिए 'बूस्टिंग सेल्फ इम्युनिटी' विषय पर प्रदर्शनी लगाई गई। प्रदर्शनी में बैनर व पोस्टर के माध्यम से लोगों को अपनी

इम्युनिटी पावर बढ़ाने के प्रति जागरुक किया गया। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा दीदी ने बताया कि ब्रह्माकुमारी संस्थान कोरोना काल में मानसिक शांति और आंतरिक शक्तियों को बढ़ाने के लिए ऑनलाइन वेबिनार के माध्यम से सभी को जागरुक करता रहा है। प्रदर्शनी का शुभारंभ मथुरा रिफाइनरी के कार्यकारी निदेशक आशीष कुमार माइत्ती ने फीता काटकर किया। इस अवसर पर वृंदा क्लब की अध्यक्षा श्रीमति माइत्ती, सी.जी.एम. टेक्निकल एम.एल. धारिया, ऑफिसर एसोसिएशन के सी.ई.सी. रविन्द्र यादव, कर्मचारी संघ के अध्यक्ष मुकेश शर्मा, मथुरा रिफाइनरी प्रबंधन के वरिष्ठ अधिकारी आदि उपस्थित रहे।

प्यार और विनम्रता से काम करने वाला ही सच्चा हीरो

रशिया-सेंट पीटर्सबर्ग। रशिया के प्रमुख त्योहारों में से एक 'द डे ऑफ प्रोटेक्टर्स ऑफ फादरलैंड' के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'हार्ट टू हार्ट कनवर्सेशन' में वादिम बज़किन,एक अद्वितीय हेलीकॉप्टर पायलट जो '7 बिलियन एक्ट्स ऑफ गुडनेस' परियोजना के एक आधिकारिक भागीदार भी बने। इस अवसर पर उन्होंने एक सच्चे नायक के बारे में अपना दृष्टिकोण साझा करते हुए कहा कि युद्ध संघर्ष के समय वीरतापूर्ण कार्य करना अधिक सहज है रोज़ प्यार से सबकी देखभाल करते रहने से। इसीलिए हमारी माँ सच्ची हीरोज़ हैं। एक हीरो वो नहीं जो ज़ोर से या चतुराई से बात करता है, बल्कि एक सच्चा हीरो प्यार और विनम्रता के आधार पर ही काम करता है। एंड्रे ज़लेंको, हेड,फेडरल सोशल सर्विस प्रोग्राम 'पीपल नीड यू' ने इस मौके पर अपनी इच्छा व्यक्त करते हुए कहा कि हर किसी को सच्चे प्यार का एहसास होना चाहिए और अभ्यास करना चाहिए, जो सम्मान और अहिंसा का असीमित दृष्टिकोण है।

कार्यक्रम के दौरान

- 21 दिवसीय राजयोग तपस्या कार्यक्रम में सैकड़ों ब्र.कु. भाइयों ने लिया भाग
- सभी राजयोगी भाइयों का हुआ सम्मान
- ज्ञानवर्धक सांस्कृतिक कार्यक्रम द्वारा मनोरंजन

शांत मन ही समस्याओं में सहायता करेगा

हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी(उ.प्र.)। पी.सी. बागला महाविद्यालय के प्रथम एवं द्वितीय संयुक्त एन.एस.एस. के तृतीय शिविर के अंतर्गत संयुक्त तत्वाधान में ब्रह्माकुमारीज़ एवं विद्यार्थियों ने रैली निकाली, जिसका समापन स्थानीय ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर हुआ। इस अवसर पर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शान्ता बहन ने कहा कि युवाओं को शिक्षा के साथ-साथ अपना जीवन सरल बनाने के लिए अध्यात्म को अपने जीवन में शामिल करना चाहिए। दिन में और देर रात तक मोबाइल का दुरुपयोग न केवल मनोमस्तिष्क को बल्कि शरीर को भी हानि पहुँचाता है। और संकटकाल में शांत मन ही हमें बचायेगा। इस अवसर पर शिविर के दर्जनों स्वयंसेवकों के साथ अतिथियों, विद्यार्थियों तथा बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनों ने विभिन्न स्थानों की साफ-सफाई की। मौके पर न.पा. अध्यक्ष पंडित आशीष शर्मा, एन.एस.एस. की प्रथम इकाई के समन्वयक डॉ. एम.पी. सिंह, द्वितीय एन.एस.एस. इकाई के समन्वयक डॉ. संतोष कुमार आदि उपस्थित रहे।

ब्रह्माकुमारीज़ मार्ग के शिलापट्ट का अनावरण

मानवता के अनोखी सेवाओं की मिसाल ब्रह्माकुमारीज़ - चेयरमैन

मऊ-उ.प्र.। वैश्विक स्तर पर मानवता के अनोखी सेवाओं की मिसाल है ब्रह्माकुमारी संस्था। मुझे ऐसी संस्था पर गर्व है जो जाति, धर्म, भाषा, सम्प्रदाय आदि अनेक भेदों से ऊपर उठकर मानवता को एकता के सूत्र में पिरोने का कार्य करती है। मुझे गर्व है कि हम ऐसी महान संस्था के नाम पर आज इस मार्ग का नामकरण कर रहे हैं। उक्त उद्गार मऊ न.पा. परिषद् के चेयरमैन मु.तैय्यब पालकी ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि मुझे इस संस्था के सानिध्य में आकर आंतरिक सुख, शांति एवं सुकून की अनुभूति होती है। वे मऊ गोरखपुर हाईवे से लगे हुए मार्ग पर ब्रह्माकुमारीज़ के शिलापट्ट का अनावरण कर रहे थे। स्थानीय संचालिका ब्र.कु. विमला दीदी ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ एक धार्मिक संस्था न होकर एक वैश्विक आध्यात्मिक परिवार है। जहाँ हम सभी प्रेम, दिव्यता, पवित्रता, सुख, शांति एवं आनंद की सुखद अनुभूति कर सकते हैं।

उन्होंने ब्रह्माकुमारीज़ के मार्ग के शिलापट्ट का अनावरण करने पर चेयरमैन एवं स्थानीय सभासद् विनय कुमार सिंह का हार्दिक आभार व्यक्त किया। मौके पर प्रतिष्ठित सर्जन डॉ. एस.सी. तिवारी सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/21-23, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2021-23, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 12th March, 2021
स्वामी - राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन, प्रकाशक एवं सम्पादक - गंगाधर नरसिंघानी, मुद्रक - डी.बी. कॉर्प.लि. द्वारा भास्कर प्रिन्टिंग प्रेस, डी.बी. कॉर्प.लि.,शिवदासपुरा, टोंक रोड,जयपुर से मुद्रित एवं ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओम शान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन, आबू रोड(राज.)- 307510
See Latest News - www.omshantimedia.org