OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 1

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -23 अंक - 10 अगस्त -II-2021 (पाक्षिक) माउण्ट आबू Rs. 8.50

जिनकी दिव्य मुस्कान अनेकों के कष्ट हर लेती

जिनकी मुस्कान अनेकों के कष्ट हर लेती, जिनकी दृष्टि पाने के लिए लोगों के कदम रुक जाते, जिनके सफल प्रशासन को देख सभी प्रशासनिक अधिकारी उनसे यह कला सीखना चाहते, जिनकी पवित्रता व सरलता पर स्वयं भगवान भी बलिहार जाते, जिन्होंने अनेकों को जीवन दान दिया, जिन्होंने प्यार देकर अनेकों को जीना सिखाया - ऐसी थीं हमारी महान दादी प्रकाशमणि।

यूं तो इस धरा पर अनेक महानात्माओं का अर्विभाव हुआ और होता रहेगा, जिन्होंने अनेकों को महान बनाया, लाखों लोगों को प्रभु मिलन कराया और परमात्मा के महान कार्य का सफलता व कुशलता पूर्वक संचालन किया। आज भी प्रतिदिन अनेकों के मानस पटल पर उनकी छवि उभर आती है। और 25 अगस्त को तो सारा ब्राह्मण परिवार उनके प्रेम व अपनेपन को स्मरण करके भावविभोर हो जाता है। उनकी याद में निर्मित प्रकाश स्तम्भ प्रतिदिन असंख्य ब्राह्मणों को योग की दिव्य अनुभूतियां कराता है।

आत्मिक प्रेम की प्रतिमूर्ति

कुशल प्रशासक के साथ वे समस्त ईश्वरीय परिवार की स्नेहमयी दादी भी थीं। आज उनकी अनुपस्थिति विशाल ईश्वरीय परिवार में एक रिक्तता का आभास कराती है। वे निर्मल, निष्काम व आत्मिक प्रेम की प्रतिमूर्ति थीं। प्यार बांटना उनका प्रमुख कर्त्तव्य था। जब लोगों से गलती भी हो जाती थी तो वे प्यार का प्रसाद देना नहीं भूलती थीं। उनकी शिक्षाओं में भी कल्याण का भाव व प्यार समाया होता था। वे चाहती थी कि भगवान का ये परिवार पवित्रता व प्रेम से भरपूर हो।

पवित्र वायब्रेशन से परिवर्तन

लगभग तीन दशक पूर्व पाण्डव भवन में महामण्डलेश्वरों का एक धर्म सम्मेलन रखा गया था जिसमें अनेक संत महात्माओं ने हिस्सा लिया। दादी जी ने सभी को अपने पावन प्रेम में बांध लिया था। विरोधी सहयोगी बन गये और ग्लानि करने वाले प्रशंसक बन गये। एक प्रसिद्ध महामण्डलेश्वर ने तो मंच से भरी सभा में कह दिया कि मैं तो पूरा जीवन बाबा को व दादी को गाली ही देता आया हूँ। आज मुझे पता लगा कि वे कितनी महान हैं। उन्होंने अपना अनुभव सुनाते हुए दिल को स्पर्श करने वाली बात कही कि आज सवेरे जब दादी जी हमें सारे आश्रम घुमा रही थीं तो मैंने दादी जी का हाथ स्पर्श किया और मैं नतमस्तक हो गया, दादी जी के पवित्र वायब्रेशन देखकर। ऐसी पवित्र आत्मा इस धरा पर ढूंढ़ना भी असंभव है। आज से मैं दादी का भाई हूँ और दादी का जब भी बुलावा होगा, मैं दौड़ा चला आऊंगा। जितनी ग्लानि आज तक मैंने की है अब उससे सौ गुना प्रशंसा के पुष्प चढ़ाऊंगा। उन्हें इस तरह समर्पित होता देख, सभी धर्म-धुरंधर नतमस्तक हो गये। ऐसी थीं ईश्वरीय परिवार की आत्मा दादी प्रकाशमणि।

बहुत वर्ष पहले की बात है, हमारा ये रूद्र यज्ञ बहुत छोटा था। प्रथम बार 45 पत्रकार हमारे एक छोटे से सम्मेलन में आये। हिस्ट्री हॉल में दादी जी ने शब्दों से उनका इतना भावपूर्ण सत्कार किया कि वे मंत्रमुग्ध हो गये, उनकी यात्रा की थकान उतर गई, उन्हें लगा कि दादी तो हमारी है और अगले ही दिन भारत के अनेक अखबारों में छपा - प्रेम की देवी... दादी प्रकाशमणि।

भगवान से मिलाए भाग्यवान बनाया

हमने अत्यधिक सुख उस समय प्रतिदिन पाया, जब वे सवेरे भगवान के महावाक्य(मुरली) सुनाती थीं। उन्हें ये वरदान था। वे मुरली में रस भर देती थीं, सभा में परम आनंद की लहर छा जाती थी। हमारा तो वो एक घंटा जैसे कि पावरफुल योग में बीतता था। मुरली के समय अनेक बार उनकी याद आती है। वे चलता-फिरता फरिश्ता थीं। प्रारंभ में वे यज्ञ के सभी विभागों में जाती थीं, सबको अपनापन देती थीं, सबसे पूछती थीं- कुछ चाहिए? उनके ये शब्द सुनकर सबकी चाहना ही लोप हो जाती थी। सभी आश्चर्यवत होकर उन्हें निहारने लगते थे।

जब वे बीस हज़ार की सभा में पूछती थीं - बोलो क्या खाओगे, आईसक्रीम खाओगे? सभी उनकी उदारता व अपनेपन के समक्ष सिर झुका देते थे। सचमुच वे ही योग्य पात्र थीं इस महान आत्माओं के विशाल परिवार की चीफ बनने के।

लोग तो भगवान को प्यार करते हैं। अनेक ब्रह्मा वत्स भगवान का प्यार पाने के इंतज़ार में रहते हैं, परंतु हमने देखा, भगवान स्वयं उन्हें न केवल प्यार करते हैं बल्कि उन्हें बहुत सम्मान देते हैं। निःसंदेह दादीजी भी श्रेष्ठ योगी थीं, परमात्म-प्यार में मगन रहने वाली थीं। परंतु बाबा से उनका मिलन देखकर 'अबू मिन आदम' की कहानी मानस पटल पर उभर आती थी। सुना होगा आपने - अबू के स्वप्न में एक फरिश्ता आया जिसके हाथ में एक लिस्ट थी। अबू ने पूछा- 'ये क्या है?' फरिश्ते ने उत्तर दिया- 'ये उन लोगों की लिस्ट है जो भगवान को बहुत प्यार करते हैं।' अबू ने पूछा- 'इसमें मेरा नाम कहाँ है?' 'सबसे अंत में'- यह कहकर फरिश्ता लोप हो गया। दूसरी रात एक लिस्ट के साथ फरिश्ता पुनः प्रकट हुआ और अबू ने पुनः पूछा- 'आज किनकी लिस्ट है?' फरिश्ते ने फरमाया कि 'ये लिस्ट उनकी है जिन्हें भगवान बहुत प्यार करता है, इसमें सबसे ऊपर आपका ही नाम है'- यह कहकर फरिश्ता अदृश्य हो गया। यह सुनकर अबू प्रभु-प्रेम में मग्न हो गया।

ये वृत्तांत अत्यधिक सत्य है दादी प्रकाशमणि के लिए। क्यों उन्हें भगवान इतना प्यार करता था जो अव्यक्त होते समय बाबा ने उनका हाथ पकड़कर उन्हें अपनी समस्त शक्तियां दे दी थीं! क्योंकि वे निर्मल थीं, वे अनासक्त थीं, वे त्यागी व परोपकारी थीं।

उनका चित्त सभी के लिए शुभ-भावनाओं से भरा था, वे निर्विकारी थीं। उन्होंने भगवान द्वारा रचित रूद्र यज्ञ को सफल बनाया था, उसमें आने वाले विघ्नों को समाप्त किया था। सचमुच वे यज्ञ-रक्षक थीं।

वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूर्य,माउण्ट आबू

OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 2

होगी पवित्रता... तो स्वतः होगी रक्षा

पवित्रता हमारे अंदर एक नया उमंग-उत्साह पैदा करती है। और उसमें जो रक्षा करने वाली बात है, तो रक्षाबंधन का पर्व तो चार चांद ही लगा देता है। रिश्तों में सबसे पावन रिश्ता भाई-बहन का माना जाता है, जहाँ रिश्तों में पवित्रता की खुशबू समाई हुई होती है। इसी भाव के रूप में ही हम पवित्रता से सुरक्षा महसूस करते हैं।

परंतु आज के परिदृश्य में हम देखें तो ऐसे पावन रिश्तों की खुशबू ही समाप्त होती नज़र आ रही है। चाहे किसी भी रिश्ते में देखें, भले ही वो रिश्ता पिता-पुत्र का हो, भाई-बहन का हो या और कोई, सब में खटास व दूरी-दरारें दिखाई पड़ती हैं। जहाँ रिश्तों में पवित्रता का इत्र नहीं वहाँ सुरक्षा कहाँ! पवित्रता ही सुरक्षा का कवच है। अगर हम भारत का इतिहास देखें तो पवित्रता की मान्यता हमेशा से रही है और इसी पर बहस भी होती रहती है। जहाँ रिश्तों में पवित्रता की सुगंध होती है वहाँ की

ब्र.कु. गंगाधर

जीवनशैली के तो क्या कहने! और आने वाला समय शायद इसी जीवनशैली की मांग कर रहा है। पूरा विश्व आज सिर्फ और सिर्फ ऐसे रिश्तों की तलाश कर रहा है जिसमें इस इत्र की सुगंध हो। जहाँ पर हर मनुष्य स्नेह और प्यार से एक-दूसरे से मिले, बात करे, एक-दूसरे का सम्मान करे लेकिन आज हम खुद भी असुरक्षित हैं और दूसरे भी हमसे असुरक्षित महसूस करते हैं। अब जहाँ पवित्रता की कमी है वहाँ सुख-शांति-समृद्धि-सुरक्षा की कल्पना करना भी बेमानी है।

अब अपने पावन, मधुर, सुखदाई और सुरक्षा की महसूसता कराने वाले सम्बंधों को पुनः कैसे प्राप्त किया जाये? ये कब प्राप्त होंगे? ये सवाल मन-मस्तिष्क में बिना उठे नहीं रहते। पर आपको हम खुशखबरी सुना रहे हैं कि परमात्मा ऐसी दुनिया, जहाँ हर क्षेत्र में पवित्रता का वास होगा, ऐसी सृष्टि की स्थापना के निमित्त इस धरा पर अवतरित हुए हैं और पवित्रता के द्वारा पावन दुनिया की स्थापना का बीड़ा उठाया हुआ है। इसका संकेत शास्त्रों में भी है। इस पवित्रता की खुशबू को प्राप्त करने के लिए हम सबको अपनी समझ बढ़ाने की आवश्यकता है। जब हम दो भाव में जीते हैं, जिसमें एक है शरीर का भाव, दूसरा आत्मा का भाव, तो जब शरीर के भाव में होते हैं तो हमको दुःख महसूस होता है। शरीर के भाव में जीना अर्थात् अपवित्रता के भाव में जीना। आत्मा के भाव में जीना अर्थात् पवित्रता की ओर बढ़ना। और ये हमारा निजी अनुभव भी है कि जब हम इस भाव में जीने लग जाते हैं तो हर किसी से हमारा सम्बंध स्वतः ही ठीक हो जाता है। इसलिए हर आत्मा को इस भाव से देखना, सुनना और महसूस करना... उस स्वर्णिम दुनिया की ओर अग्रसर होना है, जिसकी कल्पना पवित्रता के आधार से ही की जा सकती है। ये भी शास्त्रगत है कि जब ऋषि-मुनि पवित्र थे दुनिया में तो उनको कोई हिंसक जानवर तक भी नहीं छू पाते थे। तो आप सोचिए, आज भी यदि हम उस स्नेह को, उस भाव को लाते हैं तो निश्चित रूप से हमारी, प्रत्येक मनुष्य और सबकी विकारी दृष्टि से रक्षा होगी और हम खुद को सुरक्षित भी महसूस करेंगे। तो आज रक्षाबंधन के पर्व पर पवित्रता से खुद को रक्षित करना है और प्रतिज्ञा करनी है कि न हम विकृत भाव रखेंगे और न ही हम किसी को दुःख देंगे। कहते हैं, पवित्रता सुख-शांति की जननी है। तो परमात्मा द्वारा पवित्र सृष्टि की स्थापना के भगीरथ कार्य में इस रक्षाबंधन पर पवित्रता का सूत्र बांध कर अपना योगदान देंगे।

दादी प्रकाशमणि जी से रूह-रिहान करने के पश्चात् दृष्टि लेते हुए ब्र.कु. गंगाधर,सम्पादक,ओम शान्ति मीडिया,माउण्ट आबू।

जीवन भल चला जाये... पर खुशी न जाये

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

दादी कहती थीं कि बाबा ने कहा कि जीवन भल चला जाए पर खुशी न जाए। हमारी दादी जी सबके दिल की प्यारी और अति न्यारी, सर्व के दिलों में प्यार की, रहम की और सहयोग की छाप लगाने वाली सर्वस्नेही थीं।

जिस प्रकार गलती करने के बाद यदि हिम्मत करके बाबा के पास कोई भी आता तो बाबा उसको बड़े प्यार से बिठाते और टोली खिलाते थे। उसी तरह दादी जी के पास भी जब कोई आता था तो दादी जी बड़े प्यार से उससे बात करती थीं। दादी जी कभी किसी की गलती याद नहीं दिलाती थीं। गलती करने वाला स्वयं ही अपने आपको इतना एहसास दिलाता था कि वो भविष्य में उस भूल को कभी नहीं दोहराएगा।

यदि किसी छोटी बहन ने दादी जी को सुनाया कि आज मुझे बहुत रोना आया, फीलिंग आई, तो दादी कहती थीं कि कोई बात नहीं, आप छोटे हैं ना और वो बड़ी हैं, तो आज आप थोड़ी देर के लिए खुद को बाबा के साथ रखकर देखो कि आपको कैसा लगता है। दादी जी ऐसे प्यार से छोटी-छोटी बातें करके बहलाती थीं। लेकिन उस बड़ी बहन को कभी उलहना नहीं देती थी कि तुमने ऐसा क्यों कहा। उसे बहुत प्यार देकर उसके मन को ठीक कर देती थीं। दादी जी क्लास भी कराती थीं और सब कायदे कानून भी समझाती थीं। लेकिन व्यक्तिगत मिलन में सीधा ऐसे नहीं कहती थीं कि तुमने ऐसा किया।

दादी कहती थीं कि बाबा ने कहा कि जीवन भल चला जाए पर खुशी न जाए। हमारी दादी जी सबके दिल की प्यारी और अति न्यारी, सर्व के दिलों में प्यार की, रहम की और सहयोग की छाप लगाने वाली सर्वस्नेही थीं। दादी हम सभी ब्राह्मणों के दिलों में समाई हुई है। दादी देहातीत अवस्था को प्राप्त कर चुकी थीं, इसलिए उन्हें बीमार होते भी सदा शांत व हर्षित देखा। उन्हें दुःख रिचक मात्र भी छू नहीं पाया, ये कमाल हम सभी महसूस करते थे। दादी सभी को शिक्षा देती थीं कि पेशेन्ट होते हुए पेशेन्स की स्थिति में रहना क्या होता है। दुःख की लहर तो स्वप्न मात्र भी नहीं थी, क्योंकि ब्राह्मण जन्म से ही दादी ने पुरुषार्थ में कोई कमी नहीं की। दादी हमेशा कर्मातीत अवस्था की धुन लगाई हुई थीं। बाबा ने भी इसलिए कहा था कि ये मेरी एकदम सहयोगी, स्नेही और समान बच्ची है। वे सदा निर्विघ्न, स्वमानधारी, सम्मानधारी मूरत होने के कारण किसी भी विघ्न के वश नहीं हुईं। सदा विजयी रहीं। दादी जी के साथ बिताया हुआ हर एक क्षण मधुर स्मृतियों से भरा हुआ है।

वे कोई बात बोलती थीं और थोड़ी देर बाद हमने देखा कि वे साइलेंस में चली जाती थीं। जब दादी से कोई कहता कि दादी आपने ये काम करवाया तो दादी थोड़ी देर तक तो सुनती रहती थीं, उसके थोड़ी देर बाद अंगुली ऊपर इशारा करके कहती थीं कि ये काम बाबा ने कराया। करनकरावनहार बाबा है, मैं तो निमित्त हूँ। दादी जी सबकी विशेषताओं का वर्णन बहुत अच्छे तरीके से करती थीं।

जब कोई भी पार्टी आती थी बाबा से मिलन मनाने तो वे उस पार्टी के लिए स्पेशल इंतज़ाम कराती थीं, उनके लिए पूछती थीं कि आज भंडारे में क्या बना है, उनके हिसाब से अलग-अलग बाबा के भोग बनवाती थीं। हमे भी उनका बहुत रिगार्ड है, हम उनके अंग-संग रहे। हमें उनसे बहुत कुछ सीखने को मिला।

जहाँ पड़े कदम...वहाँ रचा स्थापना का एक नया इतिहास

राजयोगिनी दादी जानकी जी

दादी प्रकाशमणि को मैं बचपन से जानती हूँ। सन् 1936 में, सिंध हैदराबाद में जब ओम मण्डली की शुरुआत हुई तो एक स्नेहमयी, लगनशील, आज्ञाकारी कुमारी के रूप में उनका पदार्पण हुआ। आते ही उनके हृदय में ईश्वर तथा ईश्वरीय परिवार के प्रति भरपूर प्यार देखा। उनका मन-वचन-कर्म हमेशा विशेषता संपन्न रहा, कभी साधारण चाल चलन की तो झलक भी नहीं आई। प्यारे बाबा ने भी उनको आते ही टीचर का पदभार सम्भलवा दिया। छोटे बच्चों की तो वे दिव्य शिक्षिका थीं ही, कुँज भवन में बड़ों के बीच भी टीचर की भूमिका बहुत अच्छी निभाते देखा। जीवन के हर कर्म में चाहे स्थूल हो या सूक्ष्म, उनको सदा कुशल ही देखा। बाबा द्वारा बनाए गए नियमों के पालन में हमारे सामने सैम्पल बनकर रहीं।

जब हम कराची में थे तो प्यारे बाबा उनको ईश्वरीय सेवा के विभिन्न निर्देश देते थे जैसे कि कैम्ब्रिज यूनिवर्सिटी में ईश्वरीय संदेश भेजो आदि-आदि। दादी जी बड़ी तत्परता से इन सभी को असल में लाती थीं। वे बाबा के निर्देश, श्रीमत तथा इशारे को तुरंत पकड़ती थीं और पूरा करके दिखाने में हमारे लिए मार्गदर्शिका की भूमिका निभाती थीं।

जब आबू में आए तो स्थान, वातावरण, परिस्थितियाँ बदलने के कारण भिन्न-भिन्न बातें परीक्षा के रूप में सामने आईं पर दादी जी को हर परिस्थिति में अचल-अडोल देखा। कभी उनको व्यर्थ संकल्प व बोल में नहीं देखा। सेवा के क्षेत्र में भी, उनका जहाँ-जहाँ कदम पड़ा, वहाँ-वहाँ स्थापना का नया इतिहास रचा गया। दादी ने सभी को धैर्य, आशा और उमंग का पाठ पढ़ाया। यज्ञ-परिवार में दिल से दिल मिलाने में और दिलाराम भगवान से दिल का प्यार पाने में प्रेरणाएँ भरीं। बाबा के अव्यक्त होने पर मेरे मन में प्रश्न था कि अब मुरली कौन सुनायेगा? प्यारे बाबा ने कहा, दादी(प्रकाशमणि) मुरली सुनायेंगी और पुरानी मुरलियाँ दोहराई जायेंगी। सचमुच, दादी जी ने ऐसी मुरली सुनाई जो साकार बाबा की भासना हमें मिलती रही। सन् 1974 में दादी और दीदी, दोनों ने मुझे विदेश सेवा के लिए भेजा। प्यारे बाबा की श्रीमत और बड़ों की दुआओं से जर्मनी, अफ्रीका, कनाडा, करेबियन आदि स्थानों पर सेवा का बीज पड़ा। सन् 1977 में दादी हमारे पास आईं। दादी ने ही लंदन में ट्रैफिक कंट्रोल प्रारंभ करने का इशारा दिया।

जब दादी विदेश के दौरे पर आती थीं। मुझे ये भासना आती थी कि दादी नहीं, स्वयं बाबा ही आए हैं। यह मेरा महान भाग्य है कि ऐसी महान दादी ने सदा ही मुझ पर हक रखा। मैंने भी दादी की समीपता का बहुत सुख पाया है। दीदी मनमोहिनी जी ने सन् 1983 में जब देह त्याग किया तो सभी का विचार था कि शायद अब मुझे मधुबन में ही रखेंगे परन्तु मीठी दादी ने ही उमंग दिलाकर मुझे विश्व सेवा पर भेजा।

मधुबन मुख्यालय की ज़िम्मेवारियाँ निभाते हुए दादी स्वयं भी विश्व सेवा पर जाती रहीं और जहाँ-जहाँ उनके कदम पड़े, वहाँ-वहाँ ईश्वरीय सेवा के नये बीज अंकुरित हुए, सेवा वृद्धि को पाती गई। देखते ही देखते आज हमारे सामने ग्लोब पर बाबा का परचम लहराया।

सच्चाई-सफाई है... तो निर्मान हैं

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

जिस तरह बिजली की लाइन क्लीयर होती है तो रोशनी पहुंचती है। ऐसे जब अपनी बुद्धि की लाइन क्लीयर है, अपने सूक्ष्म संकल्प एक बाबा के ही साथ जुड़े हुए हैं, बुद्धि में सदा ज्ञान का मनन चिंतन है, सदा सेवा में, बाबा के गुण व शक्तियों को धारण करने में ही तत्पर हैं तो कनेक्शन ठीक होने से, सर्व शक्तियों की लाइट से स्वयं की चेकिंग यथार्थ होती रहती है। अगर कनेक्शन राइट नहीं है तो खुद की चेंकिंग भी नहीं कर सकते। यदि मेरी बुद्धि की लाइन क्लीयर है, कनेक्शन ठीक है तो बापदादा व दैवी परिवार से यह सर्टीफिकेट मिल जाता कि मैं सच्चे बाप से सदा सच्ची हूँ। मेरी दिल साफ है अर्थात् मन में जो भी संकल्प उठते हैं, वह भी सच्चे हैं। सच्चाई और सफाई इन दोनों शब्दों का भी अर्थ है। एक तो मैं सत्य बाप के सत्य ज्ञान के पथ पर हूँ, इसलिए मैं सत्य हूँ। एक है सत माना अविनाशी हूँ, एक है सत्य माना सच्ची हूँ। फिर है सफाई। जैसे घर में कोई किचड़पट्टी न हो तो कहते बहुत सफाई है।

दूसरा है मेरे दिल में कोई भी व्यर्थ किचड़ा नहीं है। माना न मेरे में इम्प्युरिटी का किचड़ा है, न झूठ-चोरी या ठगी का किचड़ा है। ऐसे स्वभाव, संस्कारों का भी मेरे में कोई गंद नहीं है। किसी प्रकार की झरमुई-झगमुई, परचिंतनों का भी मेरे में किचड़ा नहीं है। दूसरों के प्रति दोष दृष्टि रख देखना, दोष दृष्टि रख व्यवहार करना, खुद को निर्दोषी और दूसरों को दोषी बनाना - यह भी सफाई नहीं है। जिसमें खुद का देह अहंकार होगा, वह कभी भी दिल का साफ नहीं होगा। उसके अन्दर अभिमान का नशा होगा। और सच्चाई वाला सदा निर्मान होगा। जिसमें निर्मानता नहीं है, अंडरस्टूड है कि उसके अन्दर देह अभिमान है, देह अभिमान है माना वह साफ नहीं है, उसके अन्दर दूसरों के प्रति दोष दृष्टि रहती।

साफ दिल वाला अपनी गलतियों की करेक्शन करेगा, रियलाइज़ करेगा। कई बार कईयों को रॉन्ग-राइट की भी रियलाइज़ेशन नहीं होती। समझाओ तो भी समझेंगे नहीं। रियलाइज़ नहीं करेंगे कि मैं किस बात में रॉन्ग हूँ या किस बात में राइट हूँ। तो यह रियलाइज़ेशन की शक्ति भी दिल की सफाई से आती है। जो एक सेकण्ड में रियलाइज़ कर लेते हैं उसे करेक्शन करना भी सहज हो जाता है। दूसरे के कहने से पहले वह खुद को ही रियलाइज़ कर परिवर्तन कर लेते हैं।

सच्चाई वाला, साफ दिल वाला कभी किसके संगदोष में नहीं आता। संग का दोष लगता ही उसे है जिसका कनेक्शन टूटा हुआ है अथवा जो साफ दिल नहीं है। जहाँ साफ दिल नहीं वहाँ ज़रूर कोई खोट है, झूठ है। तो वह संगदोष में जल्दी आ जायेगा। जैसे सोना है वह साफ है, सच्चा है तो जल्दी आ जायेगा। जैसे सोना है वह साफ है, सच्चा है तो उसकी वैल्यू है और जब उसमें झूठ अर्थात् अलाएं पड़ जाती हैं तो उसकी वैल्यू चली जाती। उसको कहेंगे मिक्स सोना। तो यह संगदोष भी हमारी स्थिति को बहुत खराब करता है। एक-दूसरे की सच्ची लगन को तोड़ता है। बाबा से लगन तभी टूटती है जब लाइन क्लीयर नहीं है फिर संग का दोष लग जाता है और जहाँ संग का दोष लगा वहाँ निश्चय बुद्धि के बदले संशय ज़रूर पैदा होगा। संशय भी अनेक प्रकार का है। एक संशय है जो मैं मानती ही नहीं कि बाबा कौन है। एक सूक्ष्म संशय है जो श्रीमत का उल्लघंन करते। मर्यादा उल्लंघन करता ही वह है जिसके दिल में सच्चाई-सफाई नहीं है, जिसे बाबा के साथ का अनुभव नहीं है। बाबा साथ है तो कोई कैसी कठिन बात भी आये उसे वह सहज पार कर लेता है, जिसके लिए कहा जाता सच की नांव हिले पर डूबे नहीं।

OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 3

नई दिल्ली। जे.पी. नड्डा,राष्ट्रीय अध्यक्ष,भारतीय जनता पार्टी को ज्ञान चर्चा के पश्चात् ब्रह्माकुमारीज़ के ईश्वरीय सेवाओं की रिपोर्ट देते हुए ब्र.कु. प्रकाश चन्द,माउण्ट आबू। साथ हैं ब्र.कु. मृत्युंजय,कार्यकारी सचिव,ब्रह्माकुमारीज़,माउण्ट आबू, ब्र.कु. शिविका,संयोजिका,शिक्षा प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज़,माउण्ट आबू तथा ब्र.कु. शैलेष,बोकारो।

नई दिल्ली। आध्यात्मिक चर्चा एवं ब्रह्माकुमारीज़ के ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् हरदीप सिंह पुरी,यूनियन मिनिस्टर ऑफ पेट्रोलियम एंड नैचुरल गैस,हाउसिंग एंड अर्बन अफेयर्स,भारत सरकार को प्रसाद देते हुए ब्र.कु. प्रकाश चंद। साथ हैं ब्र.कु. शिविका,संयोजिका,शिक्षा प्रभाग तथा ब्र.कु. शैलेष,बोकारो।

नई दिल्ली। आध्यात्मिक चर्चा एवं ब्रह्माकुमारीज़ के ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् सांस्कृतिक एवं पर्यटन मंत्री किशन रेड्डी,भारत सरकार को गुलदस्ता देते हुए ब्र.कु. मृत्युंजय,कार्यकारी सचिव,ब्रह्माकुमारीज़ तथा ब्र.कु. प्रकाश चंद,माउण्ट आबू। साथ हैं ब्र.कु. शिविका,संयोजिका,शिक्षा प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज़,माउण्ट आबू।

मोर पंखी से सुशोभित जिनका सिर है, अधर पर जिनकी बांसुरी है, नटराज सा जो खड़ा होता है, जिनकी भाव-भंगिमाओं के अनेकों दीवाने हैं, जिनका नृत्य अनेकों के अंदर स्पंदन पैदा कर देता, उस मनमोहक श्री कृष्ण के जन्म की बाट सभी निहार रहे हैं। उनके जन्म के उत्सव को मनाने के सब लालायित हैं, पर शामिल कैसे हों, ये पहेली जल्द ही सुलझने वाली है, तो आप भी इसमें शामिल होकर श्री कृष्ण जन्म और उनके दर्शन के लिए तैयार हो जायें...

ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

चलें... श्रीकृष्ण का जन्म 'उत्सव' मनाने

हर वर्ष भारत में जन्माष्टमी के दिन श्रीकृष्ण का जन्मोत्सव बड़ी धूमधाम से मनाया जाता है। हर एक माता अपने बच्चे को नयनों का तारा और दिल का दुलारा समझती है परंतु फिर भी वह श्रीकृष्ण जी के बचपन के रूप को देखने की चेष्टा करती है। भक्त लोग श्रीकृष्ण को 'सुन्दर', 'मनमोहन', 'चित्तचोर' इत्यादि नामों से पुकारते हैं। वास्तव में श्रीकृष्ण का सौन्दर्य चित्त को चुरा ही लेता है। जन्माष्टमी के दिन जिस बच्चे को मोर-मुकुट पहना कर, मुरली हाथ में देते हैं, लोगों का मन उस समय उस बच्चे के नाम, रूप, देश व काल को भूल कर कुछ क्षणों के लिए श्रीकृष्ण की ओर आकर्षित हो जाता है। सुन्दरता तो आज भी बहुत लोगों में पाई जाती है परंतु श्रीकृष्ण सर्वांग-सुन्दर थे, सर्व गुण सम्पन्न, 16 कला सम्पूर्ण थे। ऐसे अनुपम सौन्दर्य तथा गुणों के कारण ही श्रीकृष्ण की पत्थर की मूर्ति भी चित्तचोर बन जाती है।

इस कलियुगी सृष्टि में एक भी ऐसा व्यक्ति नहीं होगा जिसकी वृत्ति, दृष्टि कलुषित न बनी हो, जिसके मन पर क्रोध का भूत सवार न हुआ हो अथवा जिसके चित्त पर मोह, अहंकार का धब्बा न लगा हो। परंतु श्रीकृष्ण जी ही ऐसे थे जिनकी दृष्टि, वृत्ति कलुषित नहीं हुई, जिनके मन पर कभी क्रोध का प्रहार नहीं हुआ, कभी लोभ का दाग नहीं लगा, वे नष्टोमोहा, निरहंकारी तथा मर्यादा पुरुषोत्तम थे। उनको सम्पूर्ण निर्विकारी कहने से सिद्ध है कि उनमें किसी प्रकार का रिंचक मात्र भी विकार न था। जिस तन की मूर्ति सजा कर मंदिर में रखी जाती है, उनका मन भी तो मंदिर के समान ही था। श्रीकृष्ण केवल तन से ही देवता न थे, उनके मन में भी देवत्व था। जिस श्रीकृष्ण के चित्र को देखते ही नयन शीतल हो जाते हैं, जिसकी मूर्ति

के चरणों पर जल डाल कर लोग चरणामृत पीते हैं और इससे ही अपने को धन्य मानते हैं, यदि वे वास्तविक साकार रूप में आ जाएँ तो कितना सुखमय, आनंदमय, सुहावना समय हो जाए।

श्रीकृष्ण पर मिथ्या कलंक

श्रीकृष्ण, जिनके लिए गायन है कि वे सोलह कला सम्पूर्ण, सम्पूर्ण निर्विकारी, परम अहिंसक, मर्यादा पुरुषोत्तम थे। जिनमें काम, क्रोध, लोभ, मोह तथा अहंकार अंश-मात्र भी नहीं थे। जिनकी भक्ति से अथवा नाम लेने से ही भक्त लोग विकारी वासनाओं पर विजय पाते हैं, उन पर लोगों ने अनेक मिथ्या कलंक लगाए हैं कि श्रीकृष्ण की 16108 रानियाँ थीं, वह हर रानी के कमरे में एक ही समय पर उपस्थित होते थे तथा कृष्ण जी से उनके दस-दस पुत्र थे अर्थात् श्रीकृष्ण जी के 1,61,080 पुत्र हुए। विचार करने की बात है कि क्या ऐसा इस साकार लोक में सम्भव है? श्रीकृष्ण तो सर्वोच्च देवात्मा थे जिनमें कोई भी विकार लेशमात्र भी न था, जिनकी भक्ति से मीरा ने काम वासना पर विजय पाई और सूरदास, जिन्हें सन्यासोपरान्त आँखों ने धोखा दिया, जिन्हें भी श्रीकृष्ण की भक्ति कर अपनी अपवित्र कामी दृष्टि को पवित्र बनाने का बल मिला। ऐसी पवित्र आत्मा, जिनके स्मरण से ही विकारी भावनाएं समाप्त हो जाती हैं, क्या उन पर ये मिथ्या कलंक लगाना उचित है?

इसके अतिरिक्त यह भी कहा जाता है कि श्रीकृष्ण ने द्वापर युग में महाभारत युद्ध करवाया जिससे आसुरी दुनिया का नाश हुआ और स्वर्ग की स्थापना हुई। परंतु द्वापर युग के बाद तो कलियुग अर्थात् कलह-क्लेश का युग ही आया। इसमें तो और ही पाप तथा भ्रष्टाचार बढ़ा, स्वर्ग की स्थापना कहाँ हुई? विचार कीजिए कि यदि अपवित्र दृष्टि, वृत्ति वाले लोग जैसे कंस, जरासंध, शिशुपाल आदि पावन श्रीकृष्ण को देख सकते हैं तो उनकी एक झलक के लिए भक्तों को नवधा भक्ति और सन्यासियों को घोर तपस्या करने की आवश्यकता क्यों पड़ी? यदि श्रीकृष्ण की दुनिया में भी इतने पापादि और दुष्ट व्यक्ति थे तो आज की दुनिया को ही नर्क क्यों कहा जाए? वास्तविकता तो यह है कि श्रीकृष्ण की दुनिया में कंस, जरासंध, शिशुपाल जैसे आसुरी वृत्ति वाले लोग थे ही नहीं और न ही उस समय कोई पाप अथवा भ्रष्टाचार का नामोनिशान था क्योंकि श्रीकृष्ण का जन्म तो द्वापर में नहीं बल्कि सतयुग के आरंभ में होता है।

क्या हम श्रीकृष्ण के दर्शन कर सकते हैं?

इस संसार में यदि कोई व्यक्ति बहुत सुंदर होता है तो लोग कहते हैं कि ब्रह्मा अथवा विश्वकर्मा ने इस पर अपनी सारी कारीगरी लगा दी है। कोई कहता है कि इसे तो भगवान ने अपने हाथों से स्वयं रचा है तथा कई ऐसा भी कहते हैं कि इसका सौन्दर्य तो न्यारा ही है, तो ऐसे ही न्यारे सतोगुणी तत्वों से प्रकृति ने श्रीकृष्ण जी की छवि को रचा था। जन्म से ही उन्हें पवित्रता तथा रत्न-जड़ित ताज प्राप्त थे। ऐसे सतोप्रधान पुरुष को निहारने के लिए उन जैसा ही श्रेष्ठ जीवन बनाने की आवश्यकता है। जैसे कहावत भी है- 'जहाँ काम है वहाँ राम नहीं, जहाँ दिन है वहाँ रात नहीं, जहाँ सुख है वहाँ दुःख नहीं, जहाँ भोग है वहाँ योग नहीं', अतः स्पष्ट है कि सम्पूर्ण अहिंसक, सम्पूर्ण निर्विकारी, योगेश्वर श्रीकृष्ण की दुनिया में कोई भी कामी, क्रोधी अथवा भ्रष्टाचारी व्यक्ति हो ही नहीं सकता।

वर्तमान समय कलियुग के अन्त में ब्रह्मचर्य का व्रत लेने वाले योगीजन, सम्पूर्ण पवित्रता को प्राप्त करने के पश्चात् अर्थात् तमोप्रधान से सतोप्रधान बनने के पश्चात् ही सतयुग के आदि में श्रीकृष्ण के सच्चे जन्म-दिन को अपने नेत्रों द्वारा देख भी सकते हैं और स्वर्ग अर्थात् सतयुग में गोप-गोपियाँ बन श्रीकृष्ण के साथ मंगल-मिलन भी मना सकते हैं।

OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 4

दादी का आगमन मात्र... सर्व में भर देता उमंग

जो भी उनके सानिध्य में आये, जो भी उनसे मिले, उनके दु:ख-दर्द मिट गये, कमी-कमज़ोरियां दूर हो गईं। उनके मन में खुशी और उमंग की लहरें लहराने लगीं। जैसे पारस के सम्पर्क में आने से लोहा भी सोना बन जाता, उसी तरह दादी के सम्बंध और सम्पर्क में जो भी आता, उसमें कुछ नया कर गुज़रने का जज़्बा पैदा हो जाता।

न सिर्फ कार्य सौंपा बल्कि योग्य भी बनाया

जब मैंने इस वरदान भूमि में प्रवेश किया, मात्र सोलह वर्ष की आयु थी। पर दादी जी ने भविष्य-दृष्टा की तरह मुझे उत्तरदायित्व भरे कार्य में व्यवस्थित कर दिया। आज उसका निर्वाह करते मुझे इतने वर्ष बीत गये, पता ही नहीं चलता। अब मैं महसूस करती हूँ कि वरदानी दादी जी मात्र कार्य ही नहीं सौंपती थीं, साथ ही साथ कार्यक्षमता और कार्य करने की कला भी अपनी ओजस्वी वाणी के माध्यम से सौंप देती थीं। इतना ही नहीं, निरंतर प्रातः से सायं की बहुत व्यस्त दिनचर्या में यह मेरा सौभाग्य था कि दिन भर में सैंकड़ों बार उनके सम्मुख जाना होता था। उनकी प्यार भरी दृष्टि पड़ती और मेरे अंदर उमंग-उत्साह लहरें मारने लगतीं। आज तक थकान कहते किसे हैं, मैंने नहीं जाना। क्योंकि ऐसा लगता था ये नज़रें दादी की नहीं, भगवान की हैं। वह ही मुझे नज़र से निहाल कर रहे हैं। ऐसी दादी माँ की व्यक्तिगत सेवा का सौभाग्य भी मुझे मिलता था तो अनेक अलौकिक अनुभूतियाँ उनके सानिध्य में होती थीं और लगता था कि उनकी दिव्य शक्ति स्पर्श मात्र से मुझमें प्रवेश कर रही है। दादी को अव्यक्त हुए चौदह वर्ष हो गए। दादी जी ने मुझे जो पालना और शिक्षायें दीं वो आज भी मुझे मदद कर रही हैं। मैंने दादी को एक फरिश्ते के रूप में देखा। दादी जितनी व्यस्त रहतीं उतनी ही हल्की रहतीं। न सिर्फ स्वयं लाइट थीं पर उनसे जो भी मिलते, जो भी उनके पास जाते उन्हें भी हल्का महसूस होता। दादी विश्व की दादी थी। जिम्मेवारियां सम्भालते हुए भी हरेक से प्रेम पूर्ण व सम्मान पूर्वक व्यवहार करते हुए भी न्यारी और प्यारी रहीं। हर कोई कहता दादी से मेरा अनन्य प्यार है। - **ब्र.कु. मुन्नी दीदी,संयुक्त प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज़।**

विशाल संगठन को एकता के सूत्र में पिरोकर रखा

दादी जी की सबसे बड़ी विशेषता थी उनमें मैं-पन का सम्पूर्ण अभाव। हमने कभी भी उन्हें 'मैं' शब्द का उपयोग करते नहीं देखा। दादी जी के मुख्य प्रशासिका बनने से पहले भी मुम्बई में मुझे दादी जी के साथ रहने का अवसर मिला। उन्हें अपना विचार प्रकट करना भी होता था तो वे कहती थीं कि दादी का यह विचार है, दादी ऐसा करना चाहती है। हम सभी सामान्य रूप से यह कहते हैं कि यह मेरा विचार है, मैं यह करना चाहती हूँ। परन्तु दादी जी ने कभी 'मैं' या 'मेरा' शब्द का उपयोग नहीं किया। खुद का पार्ट भी वे साक्षी होकर बजाती थीं। उनके कर्म में ही बाबा की याद समाई होने के कारण उनके हर कर्म महान व श्रेष्ठ थे। उनमें कर्तापन का भान बिल्कुल नहीं था। वे सदा स्वयं को निमित्त व बाबा को करनकरावनहार समझती थीं। इस धारणा के कारण वे हर कर्म करते सहज न्यारी रहती थीं। वे सदा सभी को साथ लेकर चलतीं, इसलिए सभी उनसे प्रसन्न व संतुष्ट रहते। वे हम सभी बहनों को अपनी सखी की तरह प्यार व सम्मान देतीं। दादी सदा निष्पक्ष रहती थीं। वे कभी किसी पक्ष के प्रभाव में आकर निर्णय नहीं लेती थीं। बाबा की याद में रहने के कारण उनकी निर्णय शक्ति बहुत प्रबल थी। उनके अथॉरिटी भरे बोल ऐसे होते थे जो हर आत्मा दिल से स्वीकार करती थी कि दादी जी ने कहा माना बाबा ने कहा और मुझे करना ही है। वे क्षमाशील थीं। दादी में लव एवं लॉ का सुंदर संतुलन था। दादी जी ने कभी स्वयं को प्रमुख न मानकर निमित्त समझ सेवा की ज़िम्मेवारी सम्भाली। दादी का मन बहुत ही निर्मल था, किसी का अवगुण उनके चित्त पर ठहरता नहीं था। दादी ने अपनी ज्ञान व योग की ऊंची धारणाओं से सभी यज्ञवासियों को एकता के सूत्र में पिरोकर रखा। - **ब्र.कु. संतोष दीदी,संयुक्त प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज़।**

सिम्पैथी से हरेक का कर देतीं उपचार

दादी जी को देखा मैंने एक अद्भुत शल्य चिकित्सक के रूप में। जहाँ एलोपैथी, होमियोपैथी या कोई अन्य पैथी उपयोगी सिद्ध नहीं होती, वहाँ पर 'सिम्पैथी' से मानव मन में गहराई से गड़े हुए विकृत शूलों को स्नेह से खींच कर निकाल देतीं और सामने वाला अलौकिक अनुभूति में डूबकर रह जाता। आश्चर्य करता कि वर्षों पुराना अवगुण आज दादी माँ की मीठी वाणी से सदा के लिए दूर हो गया। - **राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. निर्मला,संयुक्त प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज़।**

अद्वितीय था उनका प्रेमपूर्ण प्रशासन

हमारी दादी माँ एक कुशल प्रशासिका थीं। जहाँ उनमें सभी शक्तियाँ केन्द्रीभूत होकर उनके स्वरूप को तेजस्वी बनाती थीं, वहीं वह दिव्य स्नेह की वर्षा करते सम्पूर्ण संगठन को एक सूत्र में बांधतीं और सर्व को यथोचित सम्मान देकर, उनके सुझावों को भी महत्व देकर उन्हें यह गौरव देतीं कि इस कार्य में उनका भी महत्वपूर्ण सहयोग हो।
- **दादी रतनमोहिनी,मुख्य प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज़।**

हर व्यक्ति के लिए अहम स्थान दादी के हृदय में

दादी जी के हृदय में अपने हर सहयोगी भाई-बहन का महत्व था। वह हर एक के प्रति बहुत सहृदय थीं। उनका स्नेह भरा हृदय कब छलकने लगे और आप भीगने लगें, कुछ कहा नहीं जा सकता था। एक बार अचानक मुझे बाजू में दर्द का अनुभव हुआ। मैं छह बजे दादी जी से गुड मॉर्निंग करने गयी। दादी जी ने दृष्टि दी। ऐसा लगा कि ऊर्जा का प्रवाह हो रहा है और मेरे बाजू का दर्द खिंचता चला गया। मैं स्वयं को स्वस्थ अनुभव करने लगी। और इतना ही नहीं, दादी जी ने अपना स्वेटर उतार कर मुझे पहना दिया तो ऐसा लगा कि दादी का हृदय कितना विशाल है। मेरे नेत्र खुशी से भर आये। आज भी याद करके लगता है- इतना प्यार करेगा कौन! - **ब्र.कु. शशि प्रभा,संयुक्त प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज़।**

मुझ पर विश्वास रख बढ़ाया आगे

दादीजी के असीम प्यार ने मुझे मधुबन की वरदानी भूमि से इतना जोड़ दिया जो मेरा यहाँ बार-बार आना होता रहा। जब भी स्कूलों में छूट्टियां होती थी तो मैं सेवा के लिए मधुबन आ जाती थी। दादी जी हमेशा मुझे कहती थी कि दादी जी की नज़र तुम पर है और उस नज़र ने मुझे हमेशा उनके करीब रखा। जब "ओम शांति भवन" में हम दोनों बहनें अव्यक्त बापदादा से मिल रहे थे तो दादी जी और सभी वरिष्ठ भाई-बहने चाहते थे कि हम कॉलेज की पढ़ाई न पढ़कर ईश्वरीय सेवओं में अपना योगदान दे जबकि हमारी इच्छा थी कि हम आगे पढ़ाई पढ़े। ऐसे में अव्यक्त बापदादा ने कहा कि पढ़ाई की ज़्यादा जरूरत नहीं है आप सेवा में जाओ। लेकिन हम दोनों बहनों ने कहा कि बाबा पढ़ाई पढ़ने की बहुत दिल है। तब दादी ने कहा कि बाबा इन दोनों को पढ़ाई की छुट्टी दे दो। दादी जी का विश्वास है कि ये पढ़ाई पूरी कर तुरंत सेवाओं में लग जायेंगी। तब अव्यक्त बापदादा ने भी कहा अच्छा ठीक है। ये थी दादीजी की दृढ़ता और विश्वास की शक्ति जिसने भगवान को भी मनाया और हमारे जीवन को भी महानता से भर दिया। फिर पढ़ाई पूरी करने के पश्चात् मैंने प्रैक्टिकल मे करके दिखाया और मुझे कहा कि आपको दादीजी गामदेवी सेवाकेंद्र पर भेजना चाहती हैं। तब से लेकर आज तक मैं गामदेवी सेवाकेंद्र पर अपनी अथक सेवायें दे रही हूँ। जबकि मैं सौराष्ट्र(जूनागढ़) की थी, मेरे लिए ये स्थान बिल्कुल नया था लेकिन दादी जी के अमर बोल मेरे लिए वरदान बने रहे। दादीजी की खुद की सेवा की कर्मभूमि है। मेरे जीवन में कोई भी बात आती थी तो दादी जी बड़े प्यार से कहती थी दादीजी तुम्हारे साथ है और उनके ये बोल सुनकर मैं शक्तिशाली बन जाती थी। ऐसी महान विभूति आज भी सूक्ष्म में हमारे साथ हैं और रहेंगी।
- **राजयोगिनी ब्र.कु. निहा बहन,मुम्बई।**

OM-10- PAGE-5-6-7-8_Layout 1 27-Jul-21 1:51 PM Page 1

मानवता की सेवाओं के मुख्य पड़ाव

विश्व कल्याणकारी परमात्मा के विश्व परिवर्तन की आशाओं को पूरा करने और वसुधैव कुटुम्बकम की कल्पना को साकार करने हेतु दादी ने न सिर्फ नये-नये राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय सेवाओं के प्लैन बनाये,अपितु उन्हें पूरा भी किया और सबको साथ लेकर, इस कार्य में उन्हें भी सहयोगी बनाकर उनका भी भाग्य बनाया। हम एक के हैं, एक विश्व परिवार है, इसी विचार को विश्व के सामने रख विश्व बंधुत्व की भावना को चरितार्थ किया। जिसकी यादगार में पच्चीस अगस्त को विश्व बंधुत्व दिवस मनाया जाता है।

दादी प्रकाशमणि जी से दृष्टि लेते हुए भारत के प्रधानमंत्री माननीय श्री नरेन्द्र मोदी जी।

पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम का अभिवादन करते हुए दादी प्रकाशमणि जी।

दादी प्रकाशमणि जी के साथ कांग्रेस अध्यक्ष श्रीमति सोनिया गांधी।

प्रसिद्ध समाज सेविका मदर टेरेसा के साथ ज्ञान चर्चा करते हुए दादी प्रकाशमणि जी।

आध्यात्मिक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए भारत के पूर्व राष्ट्रपति बी.डी. जत्ती तथा दादी प्रकाशमणि।

यू.एन. सेक्रेट्री जनरल के द्वारा दादी प्रकाशमणि जी को 'इंटरनेशनल पीस मैसेंजर अवॉर्ड' से सम्मानित किया गया।

1922 : दादी प्रकाशमणि का जन्म हैदराबाद सिंध(पाकिस्तान) में हुआ। पिताजी हैदराबाद के सुप्रसिद्ध व्यापारी एवं ज्योतिषी थे।

1937: ब्रह्माकुमारी संस्था की स्थापना का समय। इस समय दादी जी ने अपना सम्पूर्ण जीवन ईश्वरीय सेवार्थ समर्पित किया।

1937-50: त्याग-तपस्या व आध्यात्मिक ज्ञान द्वारा जीवन को मूल्यनिष्ठ बनाया। स्वयं सर्वशक्तिवान परमात्मा के सानिध्य में राजयोग की गहन साधना कर आत्मिक बल अर्जित किया। साथ ही संस्था के बोर्डिंग स्कूल में बच्चों को पढ़ाने की सेवा की।

1950: संस्था का स्थानान्तरण कराची से आबू पर्वत (राजस्थान) में हुआ।

1954: ब्रह्माकुमारी संस्था का प्रतिनिधि मंडल दादी जी के नेतृत्व में 'द्वितीय विश्व धर्मसभा' में भाग लेने जापान गया। छः मास के इस प्रवास के दौरान हांगकांग, सिंगापुर, इंडोनेशिया इत्यादि देशों में जाकर वहाँ के लोगों को आध्यात्मिक ज्ञान व राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण दिया।

1956: भारत के विभिन्न राज्यों में आध्यात्मिक ज्ञान का प्रचार किया तथा दिल्ली, पटना, कोलकाता और मुम्बई में नये सेवाकेन्द्र खोले।

1956-61: मुम्बई के ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों की निदेशिका बनीं। लगभग 100 से भी अधिक कॉन्फ्रेन्सेज़, आध्यात्मिक प्रदर्शनियाँ व मेले आयोजित किये गये।

1964: महाराष्ट्र ज़ोन की निदेशिका बन ईश्वरीय सेवाओं में वृद्धि की।

1965-68: महाराष्ट्र, गुजरात एवं कर्नाटक ज़ोन की निदेशिका के रूप में सेवाएं दीं।

1969: संस्था की मुख्य प्रशासिका नियुक्त हुईं। दीदी मनमोहिनी के साथ मिलकर मुख्य प्रशासिका के रूप में संस्था का नेतृत्व किया।

1969-84: भारत के विभिन्न राज्यों में 50 से अधिक कॉन्फ्रेसेज़ का आयोजन दादी जी की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ।

1972: संस्था की सेवाओं का विदेशों में विस्तार हुआ। दादी जी छः सदस्यों के प्रतिनिधि मंडल के साथ विदेश सेवा पर गईं और विभिन्न देशों में सेवाकेन्द्रों की स्थापना की।

1973: दिल्ली के रामलीला मैदान में भव्य विश्व नवनिर्माण आध्यात्मिक मेले का आयोजन किया गया जिसमें बड़ी संख्या में लोगों ने मेले का अवलोकन किया और इससे लाभ उठाया।

1976: 'डिवीनाइज़ द मैन' कॉन्फ्रेन्स का आयोजन मुम्बई में किया गया।

1977: विश्व के पांचों महाद्वीपों में 'पवित्रता के द्वारा विश्व शांति की आशा' कार्यक्रम द्वारा विश्व के राजनीतिज्ञों, धर्म नेताओं तथा अनेक संस्था के प्रमुखों को परमात्म संदेश प्रदान किया गया।

1978: 'वर्ल्ड कॉन्फ्रेन्स ऑन फ्यूचर मेनकाइंड' का आयोजन दिल्ली में हुआ जिसका उद्घाटन भारत के उपराष्ट्रपति बी.डी. जत्ती ने किया।

1980: 'वर्ल्ड कॉन्फ्रेन्स ऑन ह्यूमन सरवाइवल' का आयोजन बैंगलोर विधानसभा के बैंक्वेट हॉल में किया गया।

1981: ब्रह्माकुमारी संस्थान को संयुक्त राष्ट्र संघ में गैर सरकारी संगठन(एन.जी.ओ.) के रूप में शामिल किया गया। इसी वर्ष 'द ओरिजन ऑफ पीस' कॉन्फ्रेन्स का आयोजन नैरोबी में किया गया।

1982 : संस्था की भगिनी संस्था के रूप में 'राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउण्डेशन' की स्थापना की गई।

1983 : प्रथम 'यूनिवर्सल पीस कॉन्फ्रेन्स' का आयोजन आबू पर्वत में किया गया जिसका उद्घाटन धर्मगुरू दलाई लामा ने किया।

1984 : अमेरिका, ब्रिटेन और यूरोप सहित 13 देशों में दादी जी ने दौरा किया और अनेक अंतर्राष्ट्रीय व राष्ट्रीय कॉन्फ्रेन्सेज़ को सम्बोधित किया। संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा पीस मेडल से संस्था को सम्मानित किया गया। द्वितीय 'यूनिवर्सल पीस कॉन्फ्रेन्स' का उद्घाटन गुजरात के तत्कालीन राज्यपाल आर.के. त्रिवेदी ने किया।

1985 : तृतीय 'यूनिवर्सल पीस कॉन्फ्रेन्स' का आयोजन किया गया जिसका उद्घाटन राजस्थान के राज्यपाल ओ.पी. मेहरा ने किया। संयुक्त राष्ट्र द्वारा इस वर्ष को 'ईयर ऑफ यूथ' घोषित करने पर संस्था द्वारा 'भारत यूनिटी यूथ फेस्टिवल तथा युवा पदयात्रा' का आयोजन किया गया जिसका उद्घाटन भारत के राष्ट्रपति महामहिम ज्ञानी जैल सिंह द्वारा किया गया।

1986 : संस्था का गोल्डन जुबली वर्ष मनाया गया। चौथे 'यूनिवर्सल पीस कॉन्फ्रेन्स' का आयोजन किया गया। 88 देशों में 'मिलियन मिनट्स ऑफ पीस' कार्यक्रम की लॉन्चिंग की गई।

1987 : संस्था को संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा 'पीस मैसेंजर अवॉर्ड' प्रदान किया गया। संयुक्त राष्ट्र के सेक्रेट्री जनरल ने दादी जी को अवॉर्ड भेंट किया। प्रथम 'इंटरनेशनल होलिस्टिक हेल्थ कॉन्फ्रेन्स' का आयोजन आबू पर्वत में किया गया।

1988 : ग्लोबल कोऑपरेशन फॉर ए बेटर वर्ल्ड' नामक 2 साल के अंतर्राष्ट्रीय प्रोजेक्ट की लॉन्चिंग की गई जिसके अंतर्गत 122 देशों में अनेक कार्यक्रम आयोजित किए गए। 'ऑल इंडिया स्पीरिचुअल कॉन्फ्रेन्स' का आयोजन आबू पर्वत में किया गया जिसका उद्घाटन बद्रिकाश्रम के जगद्गुरु शंकराचार्य स्वामी शांतानंद सरस्वती ने किया।

1989 : अंतर्राष्ट्रीय कॉन्फ्रेन्स 'ग्लोबल कोऑपरेशन फॉर ए बेटर वर्ल्ड' का आयोजन आबू पर्वत में किया गया जिसका उद्घाटन उच्चतम न्यायालय के न्यायाधीश न्यायमूर्ति सी. राय ने किया। 'ऑल इंडिया मोरल अवेकनिंग यूथ कैम्पेन' का आयोजन दिल्ली में किया गया जिसका उद्घाटन उच्चतम न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति रंगनाथ मिश्रा ने किया।

1990 : द्वितीय 'ग्लोबल कोऑपरेशन फॉर ए बेटर वर्ल्ड' नामक अंतर्राष्ट्रीय कॉन्फ्रेन्स का आयोजन किया गया जिसका उद्घाटन पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी द्वारा किया गया। तृतीय 'इंटरनेशनल होलिस्टिक हेल्थ कॉन्फ्रेन्स' का आयोजन बेलगाम में किया गया। 'ऑल इंडिया एन्वायरमेंट अवेयरनेस कैम्पेन' का आयोजन किया गया।

1991 : लंदन में संस्था के ग्लोबल कोऑपरेशन हाउस तथा आबू पर्वत में ग्लोबल हॉस्पिटल का उद्घाटन किया गया। दादी जी यूरोप व दक्षिण-पूर्व एशिया के दौरे पर गईं जहाँ उन्होंने अनेक कार्यक्रमों को सम्बोधित किया।

1992 : दादी जी रशिया के दौरे पर गईं। दादी जी को मुम्बई के प्रियदर्शनी एकेडमी द्वारा प्रियदर्शनी अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। मोहनलाल सुखाड़िया वि.वि.,उदयपुर द्वारा दादी जी को डॉक्टरेट की उपाधि से नवाज़ा गया। येल्लापुर में हाईस्कूल की टीचर्स के लिए टीचर ट्रेनिंग सेंटर का उद्घाटन किया गया।

1993 : 'इंटरनेशनल कॉन्फ्रेन्स ऑन यूनिवर्सल हार्मनी' का आयोजन आबू पर्वत में किया गया जिसका उद्घाटन भारत के प्रधानमंत्री पी.वी. नरसिम्हा राव ने किया। युवा सद्भावना सायकल यात्रा का आयोजन भारत के 8 स्थानों से किया गया।

1994 : स्वास्थ्य मेलों का आयोजन पूरे भारत में किया गया।

1996 : इंडो-नेपाल हेल्थ अवेयरनेस कैम्पेन का आयोजन किया गया।

1999 : दिल्ली से जमशेदपुर व दिल्ली से हैदराबाद तक नशामुक्ति अभियान निकाले गये।

1999-2000 : भारत के 24 मुख्य शहरों से 24 ज्योतिर्लिंगम रथ यात्राएं निकाली गईं। सभी रथ यात्राओं का अंतिम पड़ाव आबू पर्वत था। इसका भव्य समापन आबू पर्वत में किया गया।

2000 : 'इंटरनेशनल ईयर फॉर द कल्चर ऑफ पीस-मेनिफेस्टो 2000' कार्यक्रम के अंतर्गत पूरे भारत से 3 करोड़ लोगों से फॉर्म भरवाए गए। तत्कालीन प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी तथा मानव संसाधन मंत्री मुरली मनोहर जोशी ने भी अपने फॉर्म भरकर इस अभियान में योगदान दिया।

2001-03 : पूरे भारत में विश्व बंधुत्व व सद्भावना की भावना को लेकर मेगा प्रोग्राम आयोजित किए गए।

2004 : युवा एवं खेल मंत्रालय के सहयोग से संस्था के युवा प्रभाग ने भारत की सात राजधानियों में युवा महोत्सव आयोजित किए।

2005-06 : 'लीविंग स्पीरिचुअलिटी फॉर ए वैल्यू बेस्ड सोसायटी' अभियान के अंतर्गत पूरे भारत में कार्यक्रम आयोजित किए गए।

2006-07 : 'शांति एवं शुभभावना' अभियान चलाया गया। 'वर्ल्ड पीस फेस्टिवल' का आयोजन दिल्ली के जवाहरलाल नेहरू स्टेडियम में 27 अक्टूबर से 5 नवम्बर,2006 तक किया गया।

2007-08 : 'दिव्यता, आशा एवं खुशी' कार्यक्रम के अंतर्गत भारत के हर शहर में कार्यक्रम आयोजित किए गए। भारत के जगद्गुरु, महामण्डलेश्वरों तथा संतजनों के लिए 'आध्यात्मिक कार्यक्रम' का आयोजन किया गया। पर्यावरण संकट पर अंतर्राष्ट्रीय स्तर के कार्यक्रम सम्पन्न हुए।

दादी प्रकाशमणि जी को पीस मेडल से सम्मानित करते हुए यू.एन. सेक्रेट्री जनरल डॉ. परवेज़ डेक्युलर।

दादी प्रकाशमणि जी को डॉक्टरेट की डिग्री से सम्मानित करते हुए राजस्थान के पूर्व राज्यपाल डॉ. एम.चन्ना रेड्डी।

ज्ञान चर्चा करते हुए पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी, दादी प्रकाशमणि, दादी जानकी तथा ब्र.कु. आशा दीदी।

पूर्व प्रधानमंत्री श्री अटल बिहारी वाजपेयी से ज्ञान चर्चा करते हुए दादी प्रकाशमणि जी। साथ हैं ब्र.कु. मोहिनी दीदी, ब्र.कु. मुन्नी दीदी, तथा ब्र.कु. आशा दीदी।

साउथ अफ्रीका के पूर्व राष्ट्रपति नेल्सन मंडेला को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए दादी प्रकाशमणि जी।

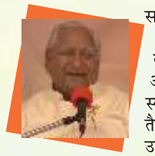
वैल्यू बेस्ड एजुकेशन कॉन्फ्रेन्स का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मॉरिशस के प्रधानमंत्री अनिरुद्ध जगन्नाथ, दादी प्रकाशमणि जी तथा अन्य गणमान्य लोग।

OM-10- PAGE-5-6-7-8_Layout 1 27-Jul-21 1:51 PM Page 2

हमने देखा... आध्यात्मिक फरिश्ता इस धरा पर

फरिश्ते का मिसाल दिया जाता है कि कहीं भी कोई कार्य करना और वहीं पर भूल जाना, उनकी उड़ान हमेशा आध्यात्मिक ही रहती है, तो ऐसा एक फरिश्ता मधुबन में भी था दादी जी के रूप में... जिसने फरिश्ते की सम्पूर्ण परिभाषा सबके सामने रखी। जैसे वो हल्की थीं, लाइट थीं, लाइट मूड था, उनसे जब कभी, जो कोई उनसे मिला, अपनी कठिनाइयों को भूल हल्का हो गया, न सिर्फ हल्का, किन्तु उसने दूसरों को हल्का करने की कला सीख ली। वो भी दादी के आदर्शों पर चल दूसरों को मदद करने में जुट गया।

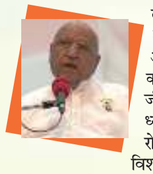
सबसे ऊपर था योग का महत्व दादी के जीवन में



सन् 1973 में दिल्ली के रामलीला मैदान में दो सप्ताह के आध्यात्मिक मेले के आयोजन के लिए सरकार से स्वीकृति मांगी गई। सारी तैयारियाँ 14 नवम्बर के उद्घाटन कार्यक्रम के लिए हो चुकी थीं। 12 नवम्बर के समाचार-पत्रों में आया कि रशिया(यू.एस.एस.आर.) के राष्ट्रपति ब्रेजनेव का अभिनन्दन 19 नवम्बर को रामलीला मैदान में किया जायेगा। (1949 में हिन्दू संस्था द्वारा जब ऐसे ही एक मेले का कार्यक्रम बना, तो किसी शासकीय कार्यक्रम के कारण उसे स्थगित कर दिया गया था) दादी जी ने तुरंत ही 24 घंटे की योग-तपस्या का कार्यक्रम रखा और उन्होंने कुछ वरिष्ठ भाई-बहनों को डॉ. शंकर दयाल शर्मा के पास सार्वजनिक अभिनन्दन कार्यक्रम के स्थान को बदलने का आग्रह करने के लिए भेजा। डॉ. शर्मा ने अपने स्वागत समिति को इकट्ठा किया। यह बहुत ही आश्चर्यजनक बात थी कि उन्होंने तुरंत ही सार्वजनिक कार्यक्रम को लाल किला मैदान में रखा और आध्यात्मिक मेला अपने निर्धारित कार्यक्रम के अनुरूप आयोजित किया गया। दिल्ली उच्च न्यायालय के एक वरिष्ठ वकील ने कहा "अवश्य ही आपके पीछे कोई ऐसी आध्यात्मिक शक्ति कार्य कर रही है, जिसके कारण भारत सरकार ने आपके आग्रह को स्वीकार किया"।

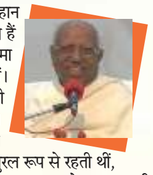
- राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर,महासचिव,ब्रह्माकुमारीज।

करनकरावनहार करा रहा है इस उक्ति को किया सार्थक



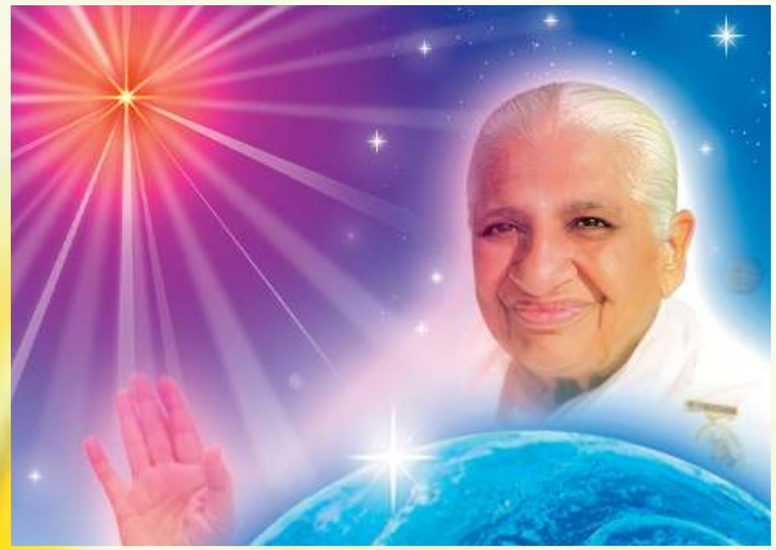
दादी जी दैवी परिवार के एक-एक सदस्य को बहुत ही महत्वपूर्ण और खास समझती थीं। उन्होंने कभी किसी के अवगुण नहीं देखे, बल्कि सभी की विशेषताओं की सराहना करती रहीं। जब भी मधुबन में कोई ग्रुप आता था तो दादी जी सभी के रहने की व्यवस्था तथा उनकी संतुष्टता का पूरा ध्यान रखती थीं। उन्होंने दैवी परिवार का मुखिया होने का रोल बखूबी निभाया। दादी जी पूर्णतः निरहंकारी थीं। इतने विशाल आध्यात्मिक संस्था की मुख्य प्रशासिका के रूप में अपने अधिकारों का मानवीय सद्भावना के साथ इस्तेमाल करती थीं। वह हमेशा याद कराती थीं कि यह कार्य बाबा का है और वो करा रहा है। उन्होंने बाबा पर दृढ़ निश्चय रख एवं समर्पित होकर सभी परिस्थितियों को पार किया। दादी ने शांतिदूत के रूप में कई देशों की यात्राएं कीं और वहाँ के प्रशासकों से मिलकर उन्हें शांति संदेश दिया। दादी से मिलकर सभी को पवित्र प्रेम की भासना आती थी। वो सचमुच एक महान आध्यात्मिक नेता थीं। **- ब्र.कु. बृजमोहन,अतिरिक्त महासचिव,ब्रह्माकुमारीज।**

स्वयं भगवान करते जिनकी महिमा



इस संसार के लोग महान पुरुषों की महिमा करते हैं परंतु दादी जी की महिमा स्वयं भगवान करते हैं। ईश्वरीय सेवा में ही उन्हें सुख भासता था। वे अति सरल, साक्षी व समर्पण भाव में नैचुरल रूप से रहती थीं, यही उनकी प्रसन्नता का राज़ था। वे जब यज्ञ की मुख्य प्रशासिका बनीं तब केवल 150 सेवाकेन्द्र थे और जब उन्होंने इस संसार से विदाई ली तो 8000 सेवाकेन्द्रों का विशाल वटवृक्ष चारो ओर अपनी शीतल छाया प्रदान कर रहा था।

- ब्र.कु. करुणा,मल्टीमीडिया चीफ,ब्रह्माकुमारीज।



समझो, आज ही वो पहला दिन है

मेरा अलौकिक जन्म नौ वर्ष की आयु में हुआ, परन्तु इस जन्म को श्रेष्ठता प्रदान करने वाली आदरणीय दादीजी थीं। मैंने दादीजी को कई रूपों में अनुभव किया। लेकिन अधिक उन्हें मैं अपनी विशेष टीचर के रूप में देखती थी। उन्होंने मुझे हर प्रकार की ट्रेनिंग दी। एक अच्छी विद्यार्थी, एक अच्छी शिक्षिका, एक अच्छी प्रशासिका, एक अच्छी ट्रेनर के लक्षण क्या हैं, यह सब दादीजी में दिखाई देते थे। मैं उन्हें ऑब्ज़र्व किया करती थी। दादीजी का भी मेरे साथ बहुत प्यार था। दादीजी की एक विशेषता थी कि वे कभी भी किसी बात को असम्भव नहीं समझती थीं और न ही दूसरों को समझने देती थीं। एक बार कोलकाता में पहला-पहला बहुत बड़ा मेला लगा था, दादीजी वहाँ मेले की तैयारी के लिए गई थीं। मेरा सौभाग्य था कि मैं दादीजी के साथ थी। यह बात सन् 1974 की है। मेले में प्रेस कॉन्फ्रेन्स रखी गई। उसका हैण्ड आउट बनाना था। दादीजी ने मुझे कहा कि आशा तुम लिखो। मैंने कहा, दादीजी मैंने आज तक नहीं लिखा है। दादीजी सिखाने की भावना से गंभीर होकर बोलीं- कोई तो दिन होगा जो तुम पहली बार लिखोगी, वो दिन समझो आज ही पहला दिन है। फिर मैंने वो हैण्ड आउट हिन्दी और अंग्रेजी में तैयार किया और दूसरे दिन वह प्रकाशित भी हुआ जिससे मुझे प्रसन्नता तो मिली पर साथ-साथ दादी जी ने वो बीज भी बो दिया कि हिम्मत रखोगे तो बाबा मदद करेगा।

- राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी,निदेशिका,ओ.आर.सी.।

समय की अद्भुत प्रज्ञा थी उनमें

पिताश्री प्रजापिता ब्रह्मा ने जब पार्थिव जगत् से विदाई ली तो सहस्र ब्रह्मा वत्सों ने खग्रास सूर्य ग्रहण की अनुभूति की जो संस्थान के प्रति एक क्षणिक मनोभाव थे, परन्तु शीघ्र ही कुछ पलों में दादी प्रकाशमणि जी ने नील गगन के मुक्तांगन में प्रवेश किया तो लगा कि सूर्य-रश्मियाँ उन्हें रथ पर लेकर आई हैं, प्रत्येक में नयी आशा का संचार हुआ।

दादी जी ने प्रधान होते हुए सुंदर संचालन किया कि यज्ञ की प्रत्येक इकाई स्वयं को प्रधान समझती है। यह वो विश्वास था जो दादी जी को प्रत्येक के प्रति था। समय की उनमें अद्भुत-प्रज्ञा थी, जो हर कार्यक्रम में उनकी निर्धारित समय से पूर्व की उपस्थिति देखकर ही समझा जा सकता था। वाक-शक्ति और निर्णय-प्रज्ञा सराहनीय थी। इतने विशाल वैश्विक परिवार में हर एक की बात को सावधानी से सुनकर, परशीलन करके समयोचित निष्पक्ष निर्णय देते मैंने अनुभव किया है। **- राजयोगी ब्र.कु. डॉ. बसवराज,सम्पादक,'विश्व नव निर्माण' मासिक पत्रिका,हुबली एवं निर्देशक ब्रह्माकुमारीज हुबली क्षेत्र।**

अपने आप में सम्पूर्ण थीं दादी

दादी जी प्रेम, शक्ति और नम्रता का एक अद्वितीय व्यक्तित्व थीं। जब भी मैं अपने आप को दादी जी के सम्मुख पाता था, विशेष ही चमत्कार होता था। सभी प्रश्नों, उलझनों का हल होता था दादी जी की शक्तिशाली दृष्टि, अपनापन और प्रेम से भरपूर मुस्कान में। सदा सभी के गौरवमय भविष्य और सुषुप्त शक्तियों की ओर ध्यान दिलाना- यही दादी के शब्दों का सार होता था। दादी जी मार्गदर्शन करती थीं, आज्ञा नहीं। हमें लक्ष्य और अदर्शों की ओर अग्रसर होने की मधुर प्रेरणा देती थीं। दादी जी तो अपने आपमें ही सम्पूर्ण थीं, समस्त संसार का चित्रण कर रही थीं। **- डॉ. प्रताप,निर्देशक,ग्लोबल हॉस्पिटल,माउण्ट आबू।**

नई दिल्ली। अश्विनी वैष्णव,यूनियन मिनिस्टर ऑफ रेलवेज़,कम्युनिकेशन्स, इलेक्ट्रॉनिक्स एंड इन्फॉर्मेशन टेक्नोलॉजी,भारत सरकार को ब्रह्माकुमारीज़ के ईश्वरीय सेवाओं की रिपोर्ट देते हुए ब्र.कु. प्रकाश चन्द,माउण्ट आबू। साथ हैं राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय,कार्यकारी सचिव,ब्रह्माकुमारीज व ब्र.कु. शिविका,संयोजिका,शिक्षा प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज,माउण्ट आबू तथा ब्र.कु. शैलेष,बीकारो।

विजापुर-गुजरात। जगदम्बा मणि स्पीरिचुअल पार्क के डायरेक्टर ब्र.कु. मनीष को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. गंगाधर,संपादक,ओमशान्ति मीडिया,माउण्ट आबू। साथ हैं ब्र.कु. सरिता बहन तथा अन्य।

नई दिल्ली। ब्रह्माकुमारीज के ईश्वरीय सेवाओं की जानकारी देने के पश्चात् रामचन्द्र प्रसाद सिंह,यूनियन मिनिस्टर ऑफ स्टील,भारत सरकार को प्रसाद देते हुए ब्र.कु. प्रकाश चन्द,माउण्ट आबू व ब्र.कु. मृत्युंजय,कार्यकारी सचिव, ब्रह्माकुमारीज। साथ हैं ब्र.कु. शिविका,संयोजिका,शिक्षा प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज,माउण्ट आबू तथा ब्र.कु. शैलेष,बीकारो।

पुणे-महा। राज भवन में आयोजित 'स्त्री शक्ति पुरस्कार' समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ को आमंत्रित एवं पुरस्कृत करने के पश्चात् महाराष्ट्र एवं गोवा के राज्यपाल भगत सिंह कोश्यारी को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. सरिता।

गुवाहाटी-असम। नवनिर्वाचित माननीय मुख्यमंत्री हेमंत विश्व शर्मा से मुलाकात कर उन्हें बधाई एवं ब्रह्माकुमारीज के रिट्रीट सेंटर के निर्माण में सहयोग के लिए उन्हें धन्यवाद देने के पश्चात् उपस्थित हैं राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी,उपक्षेत्रीय संचालिका,ब्रह्माकुमारीज़,राजयोगिनी ब्र.कु. जोनाली,संचालिका,नलबाड़ी,बरपेटा तथा बस्का सेवाकेन्द्र, ब्र.कु. विजय गुप्ता,चेयरमैन,असम फाइनेंशियल कॉर्पोरेशन लि.,गुवाहाटी, ब्र.कु. मौसमी,संचालिका,न्यू गुवाहाटी सेंटर, ब्र.कु. पंचतपा, ब्र.कु. उद्धव सेकिया तथा ब्र.कु. रोमेन भाई।

भरतपुर-रूपबास(राज.)। सेवाकेन्द्र के प्रथम वार्षिकोत्सव के अवसर पर अमरसिंह जाटव,विधायक,बयाना-रूपबास को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता बहन।

हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी(उ.प्र.)। सिंचाई विभाग एवं ब्रह्माकुमारीज द्वारा अम्बेडकर पार्क में आयोजित सघन वृक्षारोपण कार्यक्रम में वृक्षारोपण करते हुए,ब्र.कु. प्रेमलता बहन,चरखी दादरी, ब्र.कु. हेमलता बहन,इगलास, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शान्ता बहन, ब्र.कु. नीतू, ब्र.कु. स्नेहा, ब्र.कु. वर्षा, ब्र.कु. कोमल, ब्र.कु. दिनेश एवं सिंचाई विभाग की ओर से जे.ई. रविशंकर, किशन मिश्र, जितेन्द्र सिंह तथा मुन्नी लाल।

कथा सरिता

एक महात्मा के एक शिष्य भिक्षु बनने के पहले राजकुमार था। दीक्षा ग्रहण करते ही वह उग्र तपस्या में लीन हो गया। तन की सुधी को भी भूलकर वह मात्र तप करता रहा। परिणाम स्वरूप उसका शरीर सूखकर हड्डी का ढांचा मात्र रह गया।

एक दिन महात्मा की नज़र उस भिक्षु पर पड़ी। उन्होंने उसे नज़दीक बुलाया और कहा वत्स, जब तुम राजकुमार थे तब तुम वीणा बहुत अच्छी बजाया करते थे। आज भी एक राग बजाओ।

उन्होंने एक भिक्षु से वीणा मंगाकर उसे दी। उसने कहा महात्मा इसके तार बहुत ही ढीले हैं इसको कसना आवश्यक है। महात्मा बोले लाओ मैं वीणा के तारों को कस दूँ, फिर तुम बजाना। जब दोबारा वीणा शिष्य के हाथों में आई तो वह उलझन में पड़ गया और बोला महात्मा यह अब भी संगीत उत्पन्न करने की दशा में नहीं है। इन तारों को मध्य में रखने से या संतुलन में रखने से ही वीणा के स्वर झंकृत होंगे। इसको यदि अभी बजायेंगे तो सभी तार टूट जायेंगे क्योंकि यह अत्यधिक कसा हुआ है।

महात्मा ने कहा वत्स ठीक इसी प्रकार यह जीवन भी वीणा के तार की तरह है। जीवन वीणा से आनंद, सुख, शांति और प्रेम के स्वर भी तभी झंकृत होंगे जब वह मध्य में अर्थात् संतुलित हो।

संतुलन ही समृद्धि और शांत जीवन का राज है। जीवन के विभिन्न पहलुओं में जब तक संतुलन नहीं होगा तब तक हम सफल नहीं हो सकते। जीवन का लक्ष्य बीच में ही छूट जाता है।

यदि हम एक नज़र चारों तरफ दौड़ाते हैं तो पाते हैं कि किसी भी सफल उद्योगपति, वैज्ञानिक, चित्रकार, साहित्यकार या कोई भी राजनीतिज्ञ व आध्यात्मिक जीवन के उच्च शिखर पर पहुंचने वाले, सभी का जीवन संतुलित होता था। उस विशेष कार्य की कामयाबी में उनके सभी आंतरिक गुणों और शक्तियों में एक सही तालमेल था।

बहुत-सी मानसिक शक्तियाँ और गुण हैं जिन्हें हमें व्यवस्थित करना होगा। जैसे स्वाभिमान और गर्व होना चाहिए लेकिन घमंड और अहंकार नहीं, मितव्ययी तो होना चाहिए परंतु कंजूस नहीं, अटल संकल्पवान तो होना चाहिए परंतु जीवन में अड़ियल और जिद्दी रवैया ठीक नहीं, शांति और धैर्य तो होना चाहिए किंतु सुस्त और आलसी नहीं इत्यादि।

जीवन में संतुलन की आवश्यकता

इसके लिए जीवन में संतुलन की शक्ति में दक्षता हासिल करना अत्यंत आवश्यक है।

परमपिता परमात्मा सर्वशक्तिवान हैं। वे शक्तियों के स्रोत हैं, गुणों में अनंत हैं। जब हम आत्मिक स्थिति में स्थित होकर परमात्मा से जुड़ते हैं और अधिक से अधिक उनके सानिध्य में रहते हैं तब आत्मा न केवल संतुलन की शक्ति से भरपूर होती है वरन् उनमें दक्ष भी होती जाती है।

सांसों की कीमत

इटली में कोरोना संक्रमण से एक 93 साल का बूढ़ा व्यक्ति ठीक हुआ और जब वह अस्पताल से डिस्चार्ज होने लगा तब उसे उस अस्पताल के स्टाफ ने एक दिन के वेंटिलेटर के इस्तेमाल करने का बिल 500 यूरो थमा दिया जो किसी कारणवश छूट गया था।

जिसे देखकर वह बूढ़ा व्यक्ति जोर-जोर से रोने लगा। उसे रोते देख डॉक्टर ने उस बूढ़े व्यक्ति को कहा आप रोइए मत, यदि आप यह बिल नहीं भर सकते हैं तो जाने दीजिए।

तब उस बूढ़े व्यक्ति ने एक ऐसी बात कही जिसे सुनकर सारा स्टाफ रोने लग गया।

उसने कहा कि मैं बिल की रकम पर नहीं रो रहा और न ही मैं इसे चुकाने में असमर्थ हूँ, मैं यह बिल भर सकता हूँ।

मैं तो इसलिए रो रहा हूँ कि मैं 93 साल से ये सांसें ले रहा हूँ किन्तु मैंने कभी भी उसकी पेमेंट नहीं की। यदि एक दिन के सांस लेने की कीमत 500 यूरो है तो आपको पता है कि मुझे परमेश्वर को कितनी रकम चुकानी है? इसके लिए मैंने कभी भी परमेश्वर का धन्यवाद नहीं किया। परमेश्वर का बनाया हुआ यह संसार, यह शरीर, ये सांसें अनमोल हैं जिनकी पेमेंट हम उसका धन्यवाद, उसकी स्तुति, महिमा और उपासना करके कर सकते हैं। हर क्षण परमेश्वर का धन्यवाद कहो, बख्शी गई हर एक सांस के लिए...।

OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 5

दादी की निर्मलता और निर्मानता से कोई भी प्रभावित हुए बिना नहीं रहता

दादी की निर्मलता और सरलता हर किसी को आकर्षित करती और उनके दिल में भी वो फूल खिलते कि हम भी काश ऐसा जीवन बनायें, हम भी इन आदर्शों को अपने जीवन में लाकर मानव मात्र की सेवा में लग जायें। दादी का जीवन एक खुली किताब की तरह होता, जहाँ पर क्या, क्यों के क्वेश्चन भी शांत हो जाते और बिना कहे ही उन्हें समाधान भी मिल जाता।

दादी जी की एक-एक बात जब स्मृति में आती है तो ऐसा लगता है कि अद्भुत गुणों की खान थीं। दादी जी के सानिध्य में ही मेरा समर्पण हुआ।

एक बार मैं शिविर के लिए ग्रुप लेकर पाण्डव भवन पहुँची। दादी आंगन में बैठे थे। दादी ने हाथ से इशारा करके मुझे बुलाया, और बुलाकर पूछा कि तुम कितने दिन के लिए आई हो? मैंने कहा कि इस ग्रुप के साथ ही पांचवें दिन में चले जायेंगे। दादी ने तुरंत मुझे कहा कि टिकेट कैंसिल करा दो, ग्रुप को भले जाने दो और तुम यहाँ रूक जाओ। कोई खास सेवा तो नहीं है ना हैदराबाद में? दादी ने फिर कहा कि दादी चाहती है कि तुम थोड़े दिन यहाँ रूको। उसके बाद दादी ने मुझे पूछा कि तुम चन्ना रेड्डी को जानती हो? कभी मिली हो उसको? मैंने कहा हाँ, रक्षाबंधन के समय मिली थी। उनके पास हम गये थे राखी बांधने के लिए। दादी ने कहा कि अभी वो राजस्थान का गवर्नर बना है और उसने इच्छा व्यक्त की है कि मैं ब्रह्माकुमारीज़ का कोर्स करूं।

शीलू बहन और शशि बहन दोनों ही शिविर में बिज़ी हैं वो जा नहीं सकतीं। तो मैं सोच रही थी कि किसको बुलाऊं, अच्छा हुआ तुम आ गई और तुम मिली भी हो उसको तो उसको कोर्स करायेगी? मैंने कहा जी दादी। दादी ने कहा कि रोज़ राजभवन जाना पड़ेगा। तुम वहाँ एक बार जाकर देखकर आओ, वहाँ किस प्रकार की तैयारी करनी है। उन्होंने कहलवाया है कि यहाँ ही बैठकर हम कोर्स करेंगे। इसीलिए यहाँ पर आपको जो चाहिए, जैसा चाहिए वैसा तैयार करके हम दे सकते हैं। तो फिर मैंने कहा दादी बाबा के कमरे जैसा रूप दिया जाये तो बहुत अच्छा होगा, जिससे वायब्रेशन भी बना रहेगा। दादी ने वैसा ही प्रबंध करवा दिया। और फिर उनका कोर्स आरम्भ हुआ।

मैं शाम को गवर्नर हाउस में उनको 6:30 बजे से 7:30 बजे तक कोर्स कराती थी। जैसे ही वहाँ से कोर्स कराके वापिस पाण्डव भवन आती थी तो दादी आंगन में ही बैठे होते थे। मेरे आने का इंतज़ार करती थीं। दादी को यही रहता था कि छोटी है वहाँ पता नहीं क्या-क्या प्रश्न पूछा होगा, पता था कि डॉ. चन्ना रेड्डी इतना बुद्धिमान है, होशियार है और किसलिए उसने ये बात कही थी कि मुझे कोर्स करना है।

जब मैं आती थी तो दादी पूछती थी कि कुछ बातचीत हुई? उसने कुछ पूछा? उन्होंने सात दिन तक तो कुछ नहीं पूछा, लेकिन जैसे ही सात दिन पूरे हुए तो आठवें दिन उन्होंने कहा कि अब कोर्स पूरा हो गया तो अब मुझे कुछ सवाल पूछने हैं। और उस दिन सवाल जवाब करते-करते करीबन दो घंटे हो गए साढ़े आठ के बदले पौने नौ हो गए। फिर जैसे ही मैं आई तो दादी जी ने कहा कि इधर आओ चलो हमारे साथ ही भोजन करो। तुमने भी भोजन नहीं किया है। मुझे अपने साथ भोजन कराया और साथ-साथ पूछती रहीं कि आज क्या बोला। तो मैंने बताया कि आज बहुत सारे सवाल जवाब किये। दादी ने पूछा अच्छा क्या पूछा और एक-एक सवाल पूछा कि अच्छा अब इसका क्या जवाब दिया। मैं बताती रही कि ये जवाब दिया। तो दादी कहती थीं कि शाबाश! बहुत अच्छा जवाब दिया। फिर मैंने बताया कि दादी कुछ सवाल उन्होंने ऐसे पूछे जिनका जवाब मुझे पता नहीं था। दादी ने मुझसे पूछा कि अच्छा कौन से सवाल किए और फिर तुमने क्या जवाब दिया? मैंने कहा कि मैं तो बॉम्बे में रही हूँ, अभी हैदराबाद में रहती हूँ। मुझे यज्ञ के इतने कारोबार के बारे में नहीं पता। तो मैं दादी जी से पूछकर कल आपको बताऊंगी।

चन्ना रेड्डी को भी इस बात में सच्चाई महसूस हुई कि जो चीज़ इसको पता नहीं है तो उसका जवाब नहीं देती है। कहती है मैं पूछकर आऊंगी और फिर जवाब दूंगी। जब ये बात दादी को सुनाई तो दादी जी को बहुत प्रसन्नता हुई और कहा कि बहुत अच्छा जवाब दिया तुमने। और फिर मुझे एक-एक सवाल का क्या जवाब देना है दूसरे दिन वो सब बताया। मतलब मुझे तैयार करके भेजा कि आज इन बातों का जवाब देना। और कहना कि हमारी दादी जी ने ये बात सुनाई है। और उनको ये भी कहना कि आप पाण्डव भवन आइए। पाण्डव भवन में दादी जी आपको इन सब बातों का जवाब दे देंगी।

सचमुच में जैसे ही मैंने ये बात कही उनको तो कहा ठीक है मैं कल शाम को आता हूँ और दादी जी से स्पेशल मुलाकात करूंगा। जब वे दादी जी से मिले तो जो उनके दादी जी से प्रश्न थे, दादी ने उनकी हर बात का, हर सवाल का बड़ी ही निर्मानता, सरलता और स्वच्छता से जवाब दिया जिससे वे प्रभावित हुए बिना नहीं रहे। क्योंकि दादी जी की ये विशेषताएं देखकर कोई भी आत्मा प्रभावित हुए बिना रह नहीं सकीं। और इसीलिए वे दादी की हर बात को सुनकर स्वीकार करते रहे। और हर बात को एक्सेप्ट किया। इसी से ही मेरे जीवन में एक नया मोड़ आया।

ग्रीन टी है कितनी फायदेमंद....!!

स्वास्थ्य

ग्रीन टी कितनी मात्रा में पीना चाहिए और इसके सेवन से क्या-क्या फायदे होते हैं, आइए इस बारे में जानें...

ग्रीन टी के कई लाभ

ग्रीन टी अनऑक्सीडाइज़्ड पत्तियों से बनाई जाती है। ग्रीन टी अन्य चाय के मुकाबले सबसे कम प्रोसेस्ड की जाती है। कम प्रोसेस्ड होने के कारण इसमें सबसे ज़्यादा एंटी ऑक्सीडेंट्स होते हैं, जिनसे फैट कम होता है। कैंसर से बचने में भी मदद मिलती है और हृदय रोगों का खतरा भी कम हो जाता है।

फैट को करे कम

ग्रीन टी फैट जलाने की प्रक्रिया में तेजी लाकर और मेटाबॉलिक रेट को बढ़ाकर वजन कम करने में सहायक होती है। वसा कोशिकाओं से फैटी एसिड जुटाकर उन्हें ऊर्जा के रूप में उपलब्ध कराती है।

कैंसर से लड़ने की क्षमता

कोशिकाओं के अनियंत्रित विकास से कैंसर का खतरा होता है और ग्रीन टी शक्तिशाली एंटी ऑक्सीडेंट्स का सबसे समृद्ध स्रोत है, जो इन अनियंत्रित कोशिकाओं को शरीर से हटाती है। ग्रीन टी को लेकर कई शोध हुए हैं जिसमें यह पता चला है कि ब्रेस्ट कैंसर, प्रोस्टेट और कोलोरेक्टल कैंसर से लड़ने में ग्रीन टी सहायक होती है।

मस्तिष्क कार्य में सुधार

ग्रीन टी में मस्तिष्क को सुचारू रूप से चलाने का गुण शामिल होता है। इसमें मौजूद कैफीन एक उत्तेजक के रूप में काम करता है जो मस्तिष्क कार्य के कई पहलुओं में सहायक होता है। यह मूड को तरोताज़ा रखता है। याद्दाश्त को भी तेज़ करता है।

कोलेस्ट्रॉल लेवल में सुधार

ग्रीन टी इंसुलिन सेंसिटिविटी में सुधार करती है और ब्लड शुगर के लेवल को कम करती है। शरीर में कोलेस्ट्रॉल के स्तर में सुधार करती है जो टाइप 2 डायबिटीज और हृदय रोगों को रोकने में सहायक हो सकती है। यह इम्युनिटी भी मजबूत करती है।

सेवन कब करें?

ग्रीन टी का कोई समय निश्चित नहीं किया गया है। वैसे इसे दिन में कभी भी लिया जा सकता है। अगर आप वज़न घटाने के लिए ग्रीन टी का सेवन कर रहे हैं तो इसे भोजन के बाद पी सकते हैं।

कितनी मात्रा में करें सेवन

यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि बहुत ज़्यादा ग्रीन टी का सेवन नुकसानदायक हो सकता है। और यह आपके लीवर को डैमेज कर सकता है। इसलिए एक दिन में दो सामान्य कप से ज़्यादा ग्रीन टी न पिएं। इसके अलावा खाली पेट ग्रीन टी पीने की सलाह नहीं दी जाती है। इसे पीने से पहले कुछ नट्स या स्नैक्स आदि लें।

डॉ. अनुजा गौर,आहार विशेषज्ञ

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-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 6

विश्व रक्षक से बंधवायें रक्षा सूत्र

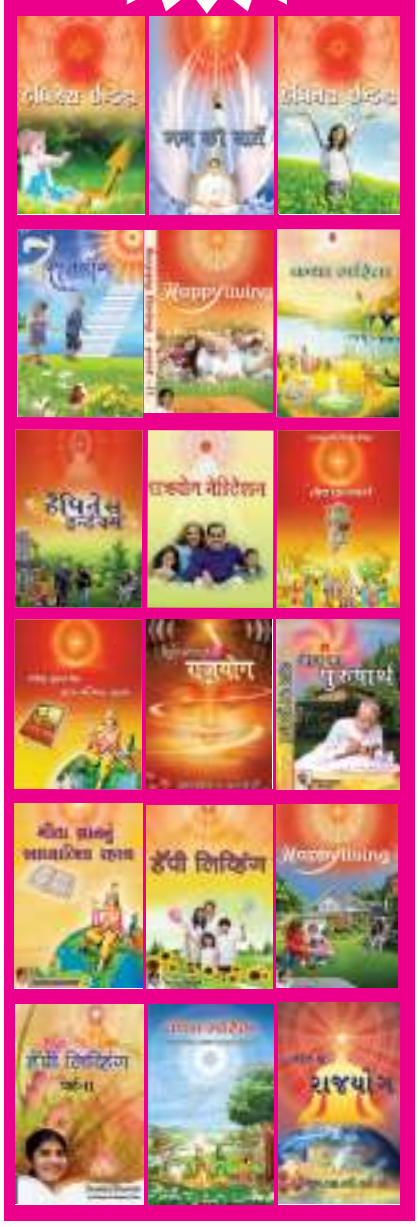
ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

आने वाला समय कुछ ही दिनों में एक नया उमंग, एक नया उत्साह लेकर आने वाला है। जिसे हम सभी रक्षाबंधन के नाम से जानते हैं और इसे एक फेस्टिवल के रूप में बहुत समय से मनाते आ रहे हैं। आज भी उसका सबकुछ वैसे ही चल रहा है, रूप नहीं बदला है। थोड़े-बहुत तरीके बदल गये हैं। बस कहीं ऑनलाइन है, तो कहीं ऑफलाइन है। चाहे रिश्तों में कितनी भी दरारे हों लेकिन फिर भी उस दिन लोग लिहाज़ करके राखी बांध देते हैं एक-दूसरे को, पर इसके पीछे कोई अच्छी या पवित्र भावना नहीं होती। अब भाई-बहन का रिश्ता, जो दुनिया का सबसे पवित्र रिश्ता माना जाता है, उस रिश्ते में भी कितनी कड़वाहट आ गई है कि कोई एक-दूसरे को देखना तक नहीं चाहता। जब से और भी अच्छे-अच्छे कानून आये, बटवारे को लेकर कानून आये या और-और चीज़ों के कानून गवर्नमेंट ने बनाये तो उसकी वजह से तो और ज़्यादा खटास आ गई। रिश्ता तो सिर्फ नाम मात्र रह गया। इससे एक बात तो ज़ाहिर है, सिद्ध है, जायज़ है कि दुनिया में अगर कुछ बदलाव आया है, सरकार ने अगर कुछ बदलाव किये हैं तो उस बदलाव के पीछे ज़रूर कोई राज़ तो है। क्योंकि जैसे-जैसे स्थूल चीज़ों में परिवर्तन आया, सबके मन बदलते गये। त्योहार का कोई मतलब नहीं, रक्षा का कोई मतलब नहीं, रक्षा सूत्र का कोई मतलब नहीं। फिर भी थोड़े-बहुत ऐसे स्थान हैं जहाँ पर ये परम्परा कायम है। तो ये क्यों बदल रहा है तेजी से? क्यों इसमें बदलाव आ रहा है, क्योंकि सही रूप से न इसका इस्तेमाल हुआ और न हो रहा है। इसलिए इस दुनिया में रक्षक जिस भाई को हम कहते हैं और कहते कि रक्षा सूत्र का मतलब हमेशा दुनिया में रक्षा हमारी होती रहेगी, ये भाई हमारी रक्षा करेगा लेकिन कहीं-कहीं भाई छोटे भी होते हैं। इनको बहनें राखी बांधती हैं। अब वो छोटा भाई रक्षा कैसे क रेगा? तो ये बात कुछ हज़म नहीं हो रही है। इसलिए पवित्रता के आधार से जो रक्षा सूत्र बांधा जाता है, पवित्रता के लिए जो रक्षा सूत्र बांधा जाता है, पवित्रता से जो हमारी रक्षा होती है, वो किसी और चीज़ से नहीं हो सकती। दुनिया में जितनी भी पवित्र आत्मायें थीं, जिन्होंने परमात्मा को अपना सब कुछ माना, उनकी रक्षा स्वयं होती रही। कहा जाता है, जंगलों में ऋषि-मुनि, तपस्वी इतने-इतने समय तक तपस्या करते रहते थे। खूंखार जानवर तक भी आकर उनके आगे नतमस्तक होते थे। तो उन तपस्वियों ने तो न ही किसी को ऐसा रक्षा सूत्र बांधा और न ही बंधवाया। सिर्फ परमात्मा को याद करते रहे, तपस्या में लीन रहे। तो ये जो परम्परा बनी, इसका राज़ परमात्मा आकर हमको बतलाते हैं कि जब इस धरती पर स्थिति बदलती है, परिस्थिति बदलती है, तो उस चीज़ को पुनः जागृत करने के लिए हमको, पवित्रता का रक्षा सूत्र या पवित्रता का कंगन बांधना पड़ता है। और इसका यादगार सिख धर्म में बहुत जबरदस्त है जिसमें कच्छ, कंघा, कड़ा, कृपाण, कंगन धारण करते हैं, जिसे पवित्रता का कंगन भी कहा जाता है। जैसे ये कंगन हमने बांधा, पवित्रता के धागे को अपने साथ जोड़ा तो हमारे अन्दर वो बल आ जाता है, वो तेजस्विता आती है, वो ओजस्विता आती है, जिससे हम नैचुरल चारों तरफ से सुरक्षित हो जाते हैं। क्योंकि दुनिया का सबसे बड़ा विकार जिसको काम विकार कहा जाता है, उससे हमारी रक्षा होती है। काम विकार क्यों सबसे बड़ा विकार है क्योंकि इसी विकार के चलते दुनिया में इतने बड़े विध्वंस की स्थिति है, चारों तरफ स्थिति इतनी बद से बद्तर होती जा रही है कि लोग अपने ही घरों में असुरक्षित हैं।

आज आप अगर अखबार उठाकर देखेंगे तो किसी रिश्ते का कोई मायना नहीं है। चाहे वो भाई-बहन है, चाहे माता से किसी का रिश्ता है या फिर पिता का किसी से रिश्ता है। अब रिश्तों की क्या अहमियत है और रिश्तों के क्या मायने रह गये हैं! तो इसलिए सिर्फ और सिर्फ एक परमात्मा है जो हमको पवित्रता के साथ जोड़ता है, पवित्रता के साथ रक्षा करता है, पवित्रता से हमारी स्थिति को बदलता है।

वो कहते हैं कि आप पवित्र बनिये और स्वयं अपनी रक्षा करिये, इससे आपके आसपास का वातावरण भी ऑटोमेटिकली रक्षित हो जायेगा। तो इस रक्षा सूत्र का सीधा-सीधा अर्थ है पवित्रता का सूत्र, पवित्रता का बंधन। जितनी पवित्रता उतनी खुशी, उतनी शांति। ये तो आपने बार-बार सुना होगा कि जो जितना पवित्र है वो उतना शांत है, उतना खुश है। तो पवित्रता जैसे ही हमारे मन में आती है, शांति और खुशी बढ़ जाती है। अगर अशांति है, दुःख है, तकलीफ़ है, मतलब पवित्रता नहीं है। तभी तो आज इतना कुछ होते हुए भी, इतनी सारी परम्परा निभाते हुए भी हम ना-खुश हैं। तो उस परमपिता परमात्मा जो निराकार ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप हैं, जिनके अन्दर पतित से पावन बनाने का सबसे बड़ा गुण है। वैसे तो वो सागर हैं हर गुण के लेकिन सबसे बड़ा जो कार्य है उनका, वो है पतित से पावन बनाना। तो उस पतित पावन परमपिता परमात्मा से अगर हम रक्षासूत्र बंधवाते हैं तो निश्चित रूप से, हमेशा, हर पल, हर क्षण हम सुरक्षित महसूस करेंगे। तो आइए... इस बार ये करके देखते हैं।

उपलब्ध पुस्तकें
जो आपके जीवन को बदल दें



मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न : मेरा नाम परमानंद है। मेरी शादी को तीन साल हो गए हैं और मेरी पत्नी को हमारी फैमिली में किसी पर भी विश्वास नहीं होता। वो क्रोध और नकारात्मक विचारों में हमेशा घिरी रहती है। कृपया इसके लिए मुझे कोई समाधान बतायें।

उत्तर : हर मनुष्य को जिसकी ऐसी नेचर हो, सबमें डाउट रखता, कोई बात करता है ये सोचना कि ये मेरे बारे में ही बात कर रहे होंगे। कहीं कुछ हो गया तो लोग ये-ये सोच रहे होंगे मेरे बारे में। ये मनुष्य को बहुत निगेटिव बना देता है। इसलिए मैं सबको कहूँगा कि आप डाउटफुल नेचर को चेंज करें। अपने में डाउट रखने से, दूसरों में डाउट रखने से हमारी सूक्ष्म शक्तियां नष्ट हो जाती हैं जो दिनों दिन कमज़ोर करती रहेंगी हमारी शक्तियों को, क्षीण बनाती रहेंगी और एक दिन वो आयेगा कि बिना मतलब हम परेशान रहेंगे क्योंकि जब हमारा सेंसिटिव नेचर हो जाता है। आप एक बहुत अच्छा प्रयोग अपनी पत्नी के लिए करेंगे। रोज़ सवेरे पांच बजे अच्छा होगा जब वो सोई हों तो आप मेडिटेशन करके दस मिनट फिर उन्हें आत्मा देखेंगे, मस्तक में चमकती हुई ज्योति, ये आत्मा है और ऐसा संकल्प देंगे कि ये बहुत अच्छी आत्मा है। उसका हमारे परिवार से बहुत प्यार है। वो हमारे परिवार में एक भाग्यवान आत्मा आई है, इससे आपके विचार सुन्दर होंगे। आपको साथ में उन्हें ये संकल्प भी देना है कि तुम्हें सभी में बहुत विश्वास है, सभी तुम्हारे शुभ चिंतक हैं, सभी तुम्हारे लिए अच्छा सोचते हैं, सभी तुम्हारे कॉपरेटिव हैं। सबमें विश्वास करो तो तुम्हारा जीवन बहुत सुन्दर होगा। ये संकल्प आपको करना है। टाइम फिक्स कर लें 21 दिनों के लिए। फिर आप देखेंगे कि कुछ दिन के बाद जब वे उठेंगी तो उन्हें वही संकल्प आयेंगे जैसे आप उन्हें भेजेंगे। और साथ-साथ उन्हें ये भी संकल्प देते रहना- तुम तो शांत स्वरूप आत्मा हो, शांत हो जाओ, शांत हो जाओ। बस, बहुत सुन्दर इफेक्ट आप देखेंगे।

प्रश्न : मैं ओडिशा से हूँ। मेरा एक बेटा है, वो 25 साल से गुटखा खाता है, सिगरेट भी पीता है। हमने उसे कितनी बार समझाने की कोशिश की, उसे ये भी बताया कि इनको लेने से कैंसर होता है लेकिन फिर भी वो हमारी बात नहीं सुनता। इसके लिए क्या करें कि वो हमारी बात मानें और ये सब छोड़ दे?

उत्तर : आपको अपने अन्दर ऐसी स्पीरिचुअल पावर भरनी है कि आपकी बात उस पर असर करे। क्योंकि कई युवक ऐसे हैं जो इन चीज़ों के दुष्परिणामों को महसूस नहीं कर रहे हैं। उनको रियलाइजेशन कराना होगा और कुछ अच्छे संकल्प भी देने होंगे। पहले मैं आपके लिए एक बात कहूँगा कि आप कुछ दिन तक सारे दिन में कम से कम 25 बार बहुत डीप गुड रियलाइजेशन के साथ अभ्यास करेंगे कि मैं एक महान आत्मा हूँ, मैं पूर्वज हूँ... इसमे क्या होगा कि आपके बोल में प्रभाव आ जायेगा। और दूसरा जब उसे देखते हैं तो उस नज़र से न देखें कि वो मेरा बेटा है मानता क्यों नहीं। वो एक आत्मा है और बहुत अच्छी आत्मा है। भले आपको दिख रहा है कि वो अच्छा नहीं है लेकिन सभी आत्मायें तो भगवान के बच्चे हैं। इससे आपके गुड वायब्रेशन उसको जायेंगे। दूसरा, सवेरे 5 बजे उसे गुड वायब्रेशन देंगे कि मुझ आत्मा से प्योर एनर्जी उस आत्मा को जा रही है। ऐसा 10 मिनट करें और संकल्प देना कि तुम तो देव कुल की आत्मा हो, तुम तो बहुत पवित्र हो, ये व्यसन आदि तुम्हारी चीज़ें नहीं हैं, इन्हें छोड़ दो। कुछ ही दिनों के बाद आप देखेंगे कि उनको फिर संकल्प आयेगा कि मुझे ये छोड़ना चाहिए। लेकिन आपको अपने अन्दर स्वमान की शक्ति और आत्मिक दृष्टि का अभ्यास बढ़ाना होगा। फिर आप उन्हें बड़े प्यार से कहें कि बेटा छोड़ दो इसे इससे तुम्हारा भविष्य अच्छा नहीं रहेगा। तुम तो बहुत समझदार हो ऐसे प्यार से बात करेंगे तो आप देखेंगे कि वो आपकी बात सुनेगा और रियलाइज़ करेगा कि मैंने आज तक जो गलती की या जो आज तक गलत उत्तर दिया है उसके लिए मैं क्षमा याचना करता हूँ।

प्रश्न : मेरा नाम पूनम जैन है। मैं कलकत्ता से हूँ। मेरा प्रश्न है कि मेरा एक बेटा है जो सात साल का है। वो जब मेरी बात नहीं सुनता है तो मैं उसे थप्पड़ लगा देती हूँ, लेकिन थप्पड़ लगाने के बाद मुझे बहुत पछतावा होता है। कृपया बतायें मुझे क्या करना चाहिए?

उत्तर : बच्चे क्या है स्वभाव से बड़े ही चंचल होते हैं। कुछ भी करते हैं यही उनका एन्जॉयमेंट होता है माताओं को उनसे इरिटेट नहीं होना चाहिए। आप एक छोटी-सी प्रैक्टिस करें। जब भी आप अपने बच्चे को देखें तो आत्मिक दृष्टि से देखें। वो आत्मा है। जब आप आत्मिक दृष्टि रखेंगे तो आपका स्नेह भी आत्मिक हो जायेगा। और अपने लिए रोज़ थोड़ी-सी प्रैक्टिस करें आई एम पीसफुल सॉल। क्योंकि धैर्यता बहुत बड़ी चीज़ है। धैर्यता के अभाव में क्रोध आता है। अगर आप कुछ कर रही हैं और बच्चा बीच में कुछ करने लग जाये तो आप इरिटेट होंगी लेकिन आप इसे एन्जॉय करें। माताओं को अपने बच्चों की हर एक्टिविटी का थोड़ा एन्जॉय भी करना चाहिए। बहुत प्यार से उन्हें सिखाना है। क्योंकि बच्चे सिखने के लिए तैयार रहते हैं। लेकिन माताओं में सिखाने की कला होनी चाहिए। डांट-डपट कर नहीं बहुत प्यार से, अपनेपन से। और अगर आप आत्मिक दृष्टि से उन्हें अपनी बात सुनायेंगे तो आपका बच्चे पर अच्छा प्रभाव होगा। और आपकी बात भी सुनेगा। बच्चों की चंचलता को ज़्यादा माइंड भी नहीं करना चाहिए।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 7

सोच • 'पावर ऑफ राइट थिंकिंग' यानी सही सोच की शक्ति

अच्छी सोच अर्थात् सही सोच

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

आज हम कहते हैं कि सकारात्मक सोच रखनी चाहिए लेकिन इस समय कई परिस्थितियां ऐसी आ रही हैं, जिसमें हम पॉज़िटिव क्या सोचें वो भी पता नहीं चल रहा। सकारात्मक सोच का अर्थ यह नहीं है कि हम हमेशा अच्छा-अच्छा सोचते रहें। इसका मतलब अच्छा नहीं बल्कि सही सोचना है। दोनों बातों में फर्क है। कोई परिस्थिति ऐसी हो कि जिसमें कुछ अच्छा दिखाई न दे लेकिन उस परिस्थिति में सही क्या सोचना है, वो बहुत महत्वपूर्ण है। 'सकारात्मक सोच' शब्द अगर इस समय सही न भी लगे, तो उस शब्द को थोड़ा-सा बदल देते हैं। हम कहते हैं 'पावर ऑफ राइट थिंकिंग' यानी सही सोच की शक्ति। माना सही तो हमेशा सोचना है। हमें लगता है कि हमारी सोच मन के अंदर चल रही है तो ज़्यादातर कोविड से पहले भी हमने सोच की तरफ ज़्यादा ध्यान नहीं दिया था।

अगर 2019 को भी देखें, अपने सामान्य जीवन को देखें तो सारा ध्यान किस पर था। अगर ध्यान अपने पर देना भी था तो शरीर पर देते थे। क्योंकि वो बहुत ज़रूरी है। उस समय शरीर पर दिया हुआ ध्यान इस समय काम आ रहा है। फिर हमने अपने रिश्तों पर ध्यान दिया, उनको संभाला उनका ध्यान रखा। फिर हमने अपने घर का ध्यान रखा। और हमारा सबसे ज़्यादा ध्यान जाता था अपने काम की तरफ। ध्यान मतलब ख्याल रखना, देखभाल करना। तो हमने किन-किन चीज़ों का ध्यान रखा! हमारे पास इतना कुछ था ध्यान रखने के लिए लेकिन वो सारी चीज़ें वे थीं जो दिखती थीं, हमें भी और दूसरों को भी। अगर हम उनमें से किसी भी चीज़ पर थोड़ा ध्यान न देते तो हमें भी दिखाई देता, लोगों को भी दिखाई देता। मान लो जिस मेज आप रोज़ काम करते हैं अगर एक दिन भी उस पर कपड़ा न मारें तो उस पर धूल दिखाई देती थी। तो तुरंत ही कोई बोलता था आज कपड़ा क्यों नहीं मारा। तो ध्यान रखना कितना ज़रूरी था। हमने उन सारी चीज़ों का ध्यान रखा जो हमें और दूसरों को दिखाई देती थीं।

अब उन सारी चीज़ों में अधिकांश लोगों के लिए मन तो लिस्ट में आया ही नहीं कि हमें मन का भी तो ध्यान रखना है। जब हमें ये दिखाई ही नहीं देता तो पता ही नहीं चला कि उसमे कभी धूल भी जम रहीं है। कभी उस पर चोट भी लग रही है। कभी उस पर कोई दाग भी आ रहा है। यह न हमें दिखाई दे रहा था न ही किसी और को दिखाई दे रहा था। तो औरों ने भी नहीं बोला कि इसे साफ करने की ज़रूरत है। उनको ये दिखाई देता है कि हम थोड़े मोटे हो गए हैं, हम थोड़े पतले हो गए हैं। तुम्हारा वजन कैसे घट गया। उन्हें सिर्फ वही दिखता है। लेकिन कभी किसी ने यह नहीं पूछा कि तुम्हारे मन का वजन क्यों नहीं बढ़ा, कोई भारीपन तो अंदर नहीं चल रहा। कोई बातें तो नहीं पकड़कर रखी हैं, जिससे मन पर बोझ हो गया हो।

अगर हम सोचें आज तो हमारे जीवन का सबसे ज़्यादा नज़रअंदाज किया गया क्षेत्र है हमारा मन। इसका दूसरा कारण यह है कि हमने सोचा कि इसमें ध्यान रखने का है ही क्या! मन के ऊपर तो सारी दुनिया का प्रभाव पड़ता है। तो हम अगर दुनिया को ठीक कर दें तो मन तो अपने आप ही ठीक हो जाएगा। अगर मैं शरीर का ध्यान रखूं और मैं कभी बीमार न पड़ूं, तो स्वतः ही स्वस्थ और खुश हो जाएंगे। अगर हम अपने परिवार का ध्यान रखें, सारे खुश रहें, हम अपने आप ही खुश हो जाएंगे। अगर मेरा काम अच्छा चल रहा होगा और मैं सुबह से रात तक काम करूं, मैं और मेरा काम अच्छा चल जाए, धन अच्छे से आता जाए तो खुश नहीं होने का कोई कारण ही नहीं है।

हमारी दूसरी महत्वपूर्ण गलती ये हुई कि हमने सोचा अगर दुनिया परफेक्ट होगी तो मन तो अपने आप परफेक्ट हो जाएगा। क्योंकि जब भी हम किसी से पूछेंगे कि आप इतनी मेहनत क्यों करते हैं, तो वे कहते हैं खुशी के लिए। बहुत स्पष्ट है कि खुशी के लिए करते हैं। अपनी खुशी पहले नहीं, पहले अपनों की खुशी। वो सब खुश होने चाहिए, हमें अपने बच्चों को अच्छे स्कूल में डालना है। क्यों देना है इतना सारा कुछ तो कहेंगे कि आगे जाकर वो खुश रहें। खुश होना बहुत ही महत्वपूर्ण शब्द है। और खुशी मन के अंदर पैदा होने वाली है। हम सोचते हैं कि बाहर सब कुछ कर लेंगे, तो अपने आप मन में खुशी आ जाएगी। लेकिन हम यह भूल गए कि मन को खुश रखने के लिए बाहर के साधन की नहीं बल्कि अध्यात्म की आवश्यकता होती है।

कविता

आध्यात्मिक प्रकाश स्तम्भ

प्रकाश स्तम्भ बन प्रकाश
देना जिनका काम
दादी प्रकाशमणि जी, उस
नक्षत्र का है नाम
परमपुनीत उस प्रकाश पुंज को प्रणाम
दादी प्रकाशमणि जी, उस विभूति का है नाम

अति धर्मग्लानि का समय प्रभु लिए अवतार
ब्रह्मा के मानवीय तन में शिव हुए साकार
धरा पे प्रभु पधारे छोड़ अपना परमधाम...

होनहार बिरवा के चिकने होते पात
पूर्ण चरित्रार्थ उक्ति दादी की है बात
सत्य-स्नेह-शुचिता के शिखर को है सलाम...

ओम मण्डली में आप आईं जिस घड़ी
पिताश्री की वो प्रथम दृष्टि थी पड़ी
बड़ी दादी बना दिया बाबा ने बाहें थाम...

नन्हें पौधे को बनाया वृक्ष एक विशाल
नज़रों से निहाल किया, कर्मों से कमाल
तप-त्याग और सेवा का सुखद मिला परिणाम...

संसार की सेवा में सब तो स्वाहा कर दिया
साये में लेके ममता के सुखों से भर दिया
चारों धाम गा रहे गुणवान आठो याम...

ब्र.कु. सतीश, मधुर वाणी ग्रुप, माउण्ट आबू

जालोर-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ की प्रथम मुख्य प्रशासिका मातेश्वरी जगदम्बा के 56वें पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मातेश्वरी को माल्यार्पण करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रंजू दीदी। ब्र.कु. शिल्पा, ब्र.कु. शिवानी, आदिनाथ फतेह ग्लोबल नेत्र चिकित्सालय के डॉ. ब्र.कु. कृष्णा, ब्र.कु. एडवोकेट जितेन्द्र परिहार, डॉ. जसवीर व डॉ. संजय चौधरी सहित अन्य भाई-बहनों ने भी मम्मा को श्रद्धा सुमन अर्पित किये।

ह्यूस्टन-टेक्सास(यू.एस.ए.)। इटरनल गांधी म्यूज़ियम ह्यूस्टन में आयोजित ग्राउण्ड ब्रेकिंग सेरेमनी में इन्वोकेशन के लिए ब्रह्माकुमारीज़ को आमंत्रित किया गया। इस अवसर पर उपस्थित हैं ब्र.कु. डॉ. हंसा रावल, यू.एस. कांग्रेसमैन ए.आई. ग्रीन, कॉन्सुलेट जनरल ऑफ इंडिया असीम महाजन, मेयर ऑफ ह्यूस्टन सिलवेस्टर टर्नर, फोर्ट बेंड काउंटी जज के.पी. जॉर्ज तथा अन्य गणमान्य लोग व धर्म प्रतिनिधिगण।

मुन्द्रा-कच्छ(गुज.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा ब्रिटैनिया बिस्किट्स इंडस्ट्रीज़,मुन्द्रा में आयोजित कार्यक्रम में योगा एक्सरसाइज़ करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. सुशीला बहन, ब्र.कु. विजय भाई, ब्र.कु. आमोद भाई, कंपनी के एक्ज़ीक्युटिव्स तथा स्टाफ।

रशिया-सेंट पीटर्सबर्ग। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में पीस पार्क,लाइट हाउस सेंटर में सात दिवसीय 'द योगा फेस्टिवल फॉर माइंड एंड बॉडी' कार्यक्रम में दीपक मिगलानी,कॉन्सल जनरल ऑफ इंडिया इन सेंट पीटर्सबर्ग, कॉन्सुलेट स्टाफ, राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, डायरेक्टर, ब्रह्माकुमारीज़,सेंट पीटर्सबर्ग तथा अन्य भाई-बहनों ने ऑनलाइन और ऑफलाइन शरीक होकर कार्यक्रम का लाभ लिया। इसके साथ ही सात दिवसीय 'होलिस्टिक हेल्थ एंड एंशिएंट राज योगा विज़डम' विषय पर शिक्षाप्रद प्रदर्शनी भी लगाई गई।

जयपुर-वैशाली नगर(राज.)। ब्रह्माकुमारीज़ के बिज़नेस एंड इंडस्ट्री विंग द्वारा 'इनर रेनैस्सांस' विषय पर दो दिवसीय कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसकी सह-मेजबानी दैनिक भास्कर ने मीडिया पार्टनर के रूप में व एफ.ओ.आर.टी.आई. तथा आई.सी.ए.आई. द्वारा की गई। वेबिनार को ब्र.कु. शिवानी दीदी,जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा, ब्र.कु. सुषमा दीदी,उपक्षेत्रीय संचालिका,जयपुर म्यूज़ियम, ब्र.कु. योगिनी दीदी,नेशनल कोऑर्डिनेटर बिज़नेस विंग, प्रो. ई.वी. गिरीश, रितु ठक्कर, मुकुल चौधरी आदि प्रसिद्ध वक्ताओं ने सम्बोधित किया तथा परसादी लाल मीणा,उद्योग मंत्री,राज., अरुण अग्रवाल,एक्ज़ीक्युटिव प्रेसीडेंट,एफ.ओ.आर.टी.आई., कुलदीप रांका, आई.ए.एस.,चेयरमैन,रीको एंड प्रिन्सीपल सेक्रेट्री टू सी.एम. राज., सीताराम अग्रवाल,इंडिपेन्डेंट डायरेक्टर,रीको एंड ओनर ऑफ मंगला सरिया ग्रुप, आकाश बरगोटिया,चेयरमैन,आई.सी.ए.आई.,जयपुर आदि गणमान्य अतिथि सहित स्थानीय संचालिका ब्र.कु. चन्द्रकला बहन व अन्य गणमान्य लोग शरीक हुए।

OM-10- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 27-Jul-21 1:48 PM Page 8

ब्रह्माकुमारीज़ के बतौली उपसेवाकेन्द्र में...

राज्यमंत्री ने किया नवनिर्मित हॉल का उद्घाटन

अम्बिकापुर-चोपड़ा पारा(छ.ग.)। ब्रह्माकुमारीज़ के बतौली उपसेवाकेन्द्र में नवनिर्मित हॉल का उद्घाटन करने के पश्चात् खाद्य एवं संस्कृति विभाग राज्यमंत्री अमरजीत सिंह भगत ने सभी भाई-बहनों का अभिनंदन करते हुए कहा कि परमपिता परमात्मा की अनुकम्पा है जो हम सभी आज बतौली सेवाकेन्द्र में बैठे हैं। ईश्वर अपने कार्य के लिए सभी जगह नहीं जाते, लेकिन किसी न किसी को अपना माध्यम बनाते हैं। लोकहित, जनहित के कार्य करना सबके हाथ में नहीं होता। ईश्वर प्रेरित करते हैं ये कार्य करने के लिए। उन्होंने सराहना करते हुए कहा कि यहाँ ब्रह्माकुमारी बहनों ने राजयोग के द्वारा लोगों के जीवन को व्यसनमुक्त एवं शांतमय बना दिया है। सरगुजा संभाग की संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी ने कहा कि माननीय मंत्री जी के सहयोग से ये स्थान और ये हॉल आज हम सबके सामने है और हम सभी यहाँ शांति की अनुभूति कर रहे हैं। हम सभी की दुआयें आपको मिल रही हैं और ये दुआयें सदा आपको आगे बढ़ाती रहेंगी। इस सेवाकेन्द्र की स्थापना के साथ ही बतौली क्षेत्र का भी विस्तार हुआ है। इस अवसर पर मंत्री जी सहित अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

'योग' स्वस्थ जीवन जीने की कला - राज्यपाल

'योगयुक्त जीवन रोगमुक्त जीवन' विषय पर ऑनलाइन कार्यक्रम

रायपुर-छ.ग.। **राज्यपाल सुश्री अनुसूईया उइके** ने कहा कि 'योग' स्वस्थ जीवन जीने की कला है। योग को प्रायः लोग आसन और प्राणायाम तक ही सीमित मान लेते हैं परंतु यह तो प्रारंभिक विधि मात्र हैं। योग की ध्यानावस्था में जाने की विधि को समझने के लिए राजयोग मेडिटेशन की शिक्षा अत्यंत आवश्यक है। उक्त विचार उन्होंने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'योगयुक्त जीवन रोगमुक्त जीवन' विषय पर आयोजित ऑनलाइन कार्यक्रम में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि योगासनों से शरीर स्वस्थ हो सकता है किंतु तनाव, काम, क्रोध आदि मनोविकारों को दूर करने के लिए मेडिटेशन यानी ध्यान पद्धति अधिक लाभकारी सिद्ध हो सकती है। **स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री टी.एस. सिंहदेव** ने कहा कि योग विज्ञान से भी जुड़ा हुआ है, इससे स्वास्थ्य में बहुत लाभ मिलता है। योग से हमारे फेफड़ों में आक्सीजन का ठीक से संचार होता है। लेकिन योग के लिए सही मार्गदर्शन और सही पद्धति का ज्ञान होना ज़रूरी है। **ब्रह्माकुमारीज़ के अतिरिक्त महासचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन,माउण्ट आबू** ने कहा कि योग हमें रोगी और भोगी जीवन से अलग करता है। सभी योगी बनें तो रोगमुक्त विश्व बनाने में हम मददगार बन सकते हैं। **महिला एवं बाल विकास मंत्री तथा योग आयोग की अध्यक्षा श्रीमति अनिला भेडिया** ने कहा कि वर्तमान कोरोना काल में वैश्विक महामारी के समय योग बहुत ही लाभकारी सिद्ध हो सकता है। बहुत सारी गम्भीर बीमारियों को भी योग से ठीक किया जा सकता है। **ब्रह्माकुमारीज़ की क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. कमला दीदी** ने कहा कि पूरे विश्व में ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़े लाखों लोग राजयोग को अपनाकर तनावमुक्त और शांतमय जीवन जी रहे हैं। मन की शांति के लिए मेडिटेशन के अलावा अन्य कोई दूसरा उपाय नहीं है। अंत में रायपुर की लोकप्रिय गायिका कुमारी शारदा नाथ ने सुंदर आध्यात्मिक गीत गाकर सभी को भाव विभोर कर दिया। वेबिनार का संचालन राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. रश्मि दीदी ने किया।

योग से हमारे कर्म श्रेष्ठ बनते हैं और श्रेष्ठ कर्मों से हमारी स्थिति श्रेष्ठ बनती है। हमारी आत्मा एक बैटरी की तरह है, उसे सर्वशक्तिवान परमात्मा से जोड़कर शक्तियों को अपने अंदर भर लें। शरीर के स्वास्थ्य के लिए व्यायाम करें लेकिन मन को स्वस्थ रखने के लिए राजयोग मेडिटेशन को न भूलें
- जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी दीदी

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान राजयोग के माध्यम से पूरे विश्व में शांति स्थापित करने का महत्वपूर्ण कार्य कर रहा है। राजयोग मेडिटेशन परमात्मा तक पहुंचने व विश्व में शांति स्थापित करने का अच्छा माध्यम है - विधानसभा अध्यक्ष डॉ. चरणदास महन्त

ईश्वरीय सेवाओं का 26वाँ वार्षिकोत्सव

नरसिंहपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के 'दिव्य संस्कार भवन' द्वारा क्षेत्र में ईश्वरीय सेवाओं के 26वें वार्षिकोत्सव का शुभारंभ प्रथम अपर जिला न्यायाधीश दिनेश देवड़ा, ए.डी.एम. मनोज ठाकुर, एडिशनल एस.पी. सुनील शिवहरे, नरसिंहपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कुसुम बहन, गाडरवारा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला बहन द्वारा दीप प्रज्वलित कर किया गया। ब्र.कु. कुसुम ने वार्षिकोत्सव की बधाई देते हुए कहा कि इस जिले में आज ही के दिन ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा ज्ञान की अलख जगाने, ज्ञान सूर्य की किरणें बिखेरने, अनेक आत्माओं को तृप्त करने व तपती हुई धरती को शीतल बनाने के लिए ईश्वरीय सेवाओं की नींव रखी गई थी। ए.डी.एम. मनोज ठाकुर ने कहा कि इस संस्था के भाई-बहनों ने अपनी त्याग-तपस्या के माध्यम से यह 26 वर्षों की यात्रा सम्पन्न की है। संस्था द्वारा परमपिता परमात्मा शिव की असीम कृपा से जो कार्य हो रहे हैं वह समाज के लिए अतुलनीय हैं।

फिज़िकल के साथ 'मेंटल एक्सरसाइज़' ज़रूरी

कोटा-राज.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर रेलवे प्रोटेक्शन फोर्स वेस्ट सेंट्रल रेलवे कोटा डिविज़न द्वारा आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से **राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. कृति बहन, ब्र.कु. डॉ. कृष्णा, संजय चौधरी,असिस्टेंट सिक्योरिटी कम्युनिकेशन फर्स्ट आर.पी.एफ. कोटा, दिनेश कनोजिया,असिस्टेंट सिक्योरिटी कमिश्नर आर.पी.एफ. कोटा, रिटायर्ड फौजदार लीलाधर जी** आदि उपस्थित रहे। ब्र.कु. प्रीति बहन ने कहा कि जैसे फिज़िकल एक्सरसाइज़ हमारे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए ज़रूरी है, उसी तरह मन को स्वस्थ रखने के लिए परमात्मा ने हमें मेंटल एक्सरसाइज़ सिखाई है जिससे हम अपने मन को तंदुरुस्त रख अनेक रोगों से मुक्त रह सकते हैं। उन्होंने राजयोग मेडिटेशन कराते हुए परमात्मा से मन-बुद्धि को जोड़कर शक्तिशाली बनाने की विधि बताई। **संजय चौधरी** ने ब्रह्माकुमारी बहनों का आभार व्यक्त किया। **ब्र.कु. कृति बहन** ने योगासन-प्राणायाम की विधियाँ सिखाते हुए मन की काउंसलिंग कैसे करें वह भी बताया। बड़ी संख्या में आर.पी.एफ. के जवानों ने इस कार्यक्रम का लाभ लिया।

'प्रकृति की रक्षा' समय की मांग

इंदौर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के युवा प्रभाग द्वारा 'यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट' के अंतर्गत 'खुले दिल से प्रकृति से प्रेम करें' विषय पर आयोजित ऑनलाइन वेबिनार में मानवता द्वारा अलग-अलग एक्टिविटी से अवगत कराया। **मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. हेमलता दीदी** ने कहा कि सभी राजयोग के अभ्यास द्वारा चारो ओर पवित्र वायब्रेशन्स बनाकर

यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट के तहत ऑनलाइन वेबिनार

नगर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मीतू बहन से सभी का स्वागत किया। **मुख्य वक्ता ब्र.कु. गीता बहन,कोर कमेटी मेम्बर,युवा प्रभाग, भीनमाल,राज.** ने कहा कि हमने पेड़ों को काटकर उनसे ही सिगरेट आदि जैसी चीज़ें बनायीं और प्रकृति को ही वायु प्रदूषण कर नुकसान पहुंचाया। पहले ये धरती ऊपर से नीली और हरी नज़र आती थी, आज प्लास्टिक के दुरुपयोग से वही धरती मटमैली नज़र आ रही है। उन्होंने कहा कि हम प्रकृति के तत्वों को बचाएं, यह समय की मांग है। सोलर का प्रयोग करें। इसके लिए युवा आगे आएं और योग के द्वारा अपनी आंतरिक प्रकृति को शुद्ध एवं मन को राजयोग के द्वारा शांत, शुद्ध, उपयोगी व सहयोगी बनाएं, प्रकृति से प्रेम करें तो बदले में प्रेम मिलेगा। **मुख्य अतिथि डॉ. मनीष चांदेकर,डायरेक्टर,ई.एच.एस. कन्सलटेंट,इंदौर** ने बताया कि इकोलॉजी के नियम शिक्षा देते हैं कि प्रकृति हमें लगातार देने का ही कार्य करती है। इसलिए हमें हमेशा प्रकृति का सम्मान भी करना चाहिए और उसका संरक्षण भी। **आगरा युवा प्रभाग के सदस्य ब्र.कु. विभोर** ने प्रकृति से प्रेम कैसे करें, यह पी.पी. प्रोजेक्ट खुले दिल से प्रकृति से प्यार कर सबको खुशहाल बनाने का संकल्प लें। **अम्बिकापुर छ.ग. सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विद्या बहन** ने राजयोग के अभ्यास द्वारा परमात्मा और प्रकृति से बातें कर प्रकृति को सकाश देते हुए उसे शुद्ध बनाने की कला सिखाई। **विशेष अतिथि विश्वास डांगे,डायरेक्टर,इंटरनेशनल योगा गुरु** और **डॉ. अभय वानखेड़े,एग्रीकल्चर साइंटिस्ट, मानव चेतना विकास,इंदौर** ने समस्त युवाओं को अपनी शुभकामनाएं दीं। यूथ विंग की ज़ोनल कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. छाया बहन ने आभार एवं धन्यवाद किया। कार्यक्रम का सफल संचालन साईं नाथ कॉलोनी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा बहन ने किया।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/21-23, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2021-23, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 3rd August, 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