

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -25

मई - 1 - 2023



अंक - 03

माउण्ट आबू

Rs.-12

बड़ी पहल > ब्रह्माकुमारीज संस्थान एवं केंद्रीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता विभाग मिलकर चलाएगा अभियान

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



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

शांतिवन। गुजरात के मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल ने ब्रह्माकुमारीज संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी के

लोगों को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री पटेल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज संगठन विश्व के 140 देशों में जनमानस का



अभियान को हरी झंडी दिखाते हुए मुख्यमंत्री

99वें जन्मदिन पर 'नशामुक्त भारत अभियान' की राष्ट्रीय स्तर पर लॉन्चिंग की। इस मौके पर शांतिवन के विशाल डायमण्ड हॉल में 15 हजार से अधिक

सामाजिक और आध्यात्मिक सशक्तिकरण कर रहा है। गौरव का विषय है कि संस्थान के मेडिकल विंग को पूरे भारतवर्ष में नशामुक्त भारत अभियान



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

जल संरक्षण की दिशा में बहुत ही सराहनीय कार्य

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

चलाने के लिए चुना गया है। व्यसन मुक्ति अभियान हो, स्वच्छता अभियान हो या जल

संरक्षण अभियान, समाज में चेतना जगाने का हर संभव प्रयास ये भाई-बहनें कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि युवा धन नशे से मुक्त रहकर सशक्त बने यह हमारा दायित्व है। ब्रह्माकुमारीज इस दायित्व को निभाते हुए नशामुक्त भारत अभियान प्रारंभ कर रहा है। गुजरात में ग्राउंड लेवल से नशामुक्ति के लिए सरकार कार्य कर रही है। बता दें कि ब्रह्माकुमारीज एवं केंद्रीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता विभाग द्वारा संयुक्त रूप से देशभर में नशा मुक्त भारत अभियान चलाया जाएगा।

भारत में 372 जिले सबसे ज्यादा नशे की गिरफ्त में

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



मुख्यमंत्री, ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका के 99वें जन्मदिन पर हुए शामिल, उनके दीर्घायु की कामना की

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

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



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

जीवन में सबसे खतरनाक चीज़ है निराशा

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

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



ब.क. गंगाधर

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

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

जब कहा तुम मेरी हो तो देह और देह के सब सम्बन्ध खत्म हो गये। यह हक बाबा ने तब लगाया जब आत्मा बिल्कुल गर्म आयरन हो गई। तो मोड़ कर गोल्ड बना दिया। बाबा ने गोल्ड बनाया फिर लोहा क्यों बनते? फिर क्यों कहते कि मुझे थोड़ी-थोड़ी देह की आकर्षण होती। आप मुझे मर गईं दुनिया। हमारा प्राणों का प्राण, जान का

जिगर एक बाबा है, हमारा बाबा के सिवाए है ही कौन। वही हमारा बाबा है जिसको दुनिया नहीं जानती। हमने अपने बाबा को पाया बाकी कौन-सा सुख चाहिए! कौन-सी सम्पत्ति चाहिए? कौन-सा परिवार चाहिए! एक में सब आ जाता, तो मैं किसके साथ बुद्धि लगाऊँ। एक संकल्प करो तो सब खत्म हो जाता। घर चले जाओ, नीचे



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

क्यों आते। मेरे संस्कार हैं -यह कौन कहता? मैं हूँ ही सच्चा जेवर। फिर कहकरके अपने को आर्टिफिशियल जेवर क्यों बनाते? कई कहते हैं मुझे शान्ति की अनुभूति ही नहीं होती। मैं कौन हूँ? जब कहते मुझे खुशी की, शान्ति की अनुभूति नहीं होती तो मैं

किसकी हुई? रावण की या बाप की? रावण का ठिकाना ही नहीं, उसका गुण है अशान्ति फैलाना, झगड़ा कराना। बाबा का गुण है शान्ति, प्रेम। आपकी वह प्रॉपर्टी है, आप उस प्रॉपर्टी को त्याग दूसरे की प्रॉपर्टी क्यों लेते। हमारा संस्कार है कि हम एक बाप की सन्तान हैं फिर हमसे कौन-सा विकर्म होगा! कहाँ मेरी वृत्ति-दृष्टि जायेगी! वृत्ति में

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



है हम सब एक बाबा के बच्चे हैं। बाबा ने ब्रह्मा का भी फोटो नहीं रखने दिया, फिर हम दूसरों को कैसे याद कर सकते!

बाबा ने जन्म से ही हमारा सबकुछ परिवर्तन कर दिया। पहले हम कभी 4 बजे उठते थे क्या? तो बाबा ने पहले

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

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

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

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

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

अभी एक जन्म बाबा के बने तो 21 जन्म के लिए भगवान की गैरन्टी है कि आपको कभी दुःख अशान्ति का नाम निशान ही नहीं आयेगा, इतनी

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

मर्यादा में चल फुल मार्क्स लेना है...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

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

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

कई बच्चे अभी नये पैदा हुए हैं, उनके जिगर में है कि थोड़े समय में हम आगे बढ़ जायें। टाइम थोड़ा है आज जो किया कल काम आयेगा। आज मिस किया तो कल क्या करेंगे। कल की बात बीती, अच्छी कमाई नहीं की है तो आज कर लो, जो कल काम आयेगी। आज नहीं करेंगे, कल पर रखेंगे तो क्या होगा! बाबा समय का ध्यान खिंचवा रहा है समय पर ध्यान

रखो। बाबा कहते हैं बच्चे, मुझे बाप की बातें ध्यान से सुनो, श्रीमत पर चलो। मन में और मर्तों को घुसने नहीं दो, अपनी मत भी धोखेबाज है। अपनी मत भी चलाते हैं तो श्रीमत पर चलना मुश्किल लगता है। दूसरा औरों की मत के जंगल में चले जाते हैं फिर जंगल में डर लगता है, वो फूल बन नहीं सकते, उनकी खुशबू फैल नहीं सकती। बाबा देख रहा है कि मेरे कौन से बच्चे खुशबूदार फूल हैं! खुशबू बेहद में रहने वाले की फैलती है। टाली, पत्ते, कांटे अपना काम करेंगे उसके बगैर भी फूल कहाँ दिखेगा। टाली के बगैर भी गुलाब नहीं होता है, पकड़ेंगे कहाँ। परन्तु नज़र जाती है फूल के रंग और खुशबू पर। अंश मात्र भी बाँडी कान्सेस न हो। गुणवान की खुशबू नैचुरल होती है। गुलाब में बहुत गुण होते हैं। सूख भी जाता है तो गुलकन्द बनायेंगे तो भी काम का, गुलाब जल बनायेंगे तो भी काम का। ध्यान रहे कि मैं बाबा के काम लायक बच्चा बनूँ। हम कोई शिव की बारात में जाने वाले लूले-लंगड़े नहीं हैं। जो बारात में जाने वाले होंगे वो पीछे आयेगे, साथ में जाने वाले हैंसते-गाते जायेंगे। चेहरा सदा मुस्कुराता रहे, बाबा के गुण गाता रहे, कौन होगा जो स्वयं और बाबा को ही देखता है और किसी को नहीं देखता? हमारी पर्सनैलिटी में कोई इम्प्युरिटी न हो। कोई लगाव-झुकाव न हो। सदा ही पीसफुल और लवफुल हो, मर्यादा में चलने वाले, फुल मार्क्स लेने वाले हो।



अपकारी पर भी उपकार करना है साधुत्व

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

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

सज्जन स्वभाव वाले व्यक्तियों के स्नेह-सहयोग का महत्त्व

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

क्या कहते हो? हमने तो अपना कर्तव्य किया था और वो भी कोई ऐसी विशेष या बड़ी बात तो नहीं थी, अतः आप उसका वर्णन करके शर्मिन्दा मत करो! ये तो सब परमात्मा की कृपा का फल है। हम छोटे-से जीव किस लायक हैं। अगर हमारे सोचने तथा करने से कुछ होता तो हमारे मन में तो बहुत कार्य करने का संकल्प

रूप में तो यह ईश्वर ही का गुण है। भगवान सबका भला करके भी उसके बदले में किसी से कुछ नहीं चाहते।

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

भलाई करने वालों के साथ हमारा व्यवहार कैसा हो?

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



राजयोगी ब.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

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

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



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



भरतपुर-राज। होली मिलन समारोह के अवसर पर डॉ. सुभाष गर्ग, तकनीकी एवं शिक्षा राज्यमंत्री को आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. बबीता बहन। साथ हैं ब्र.कु. प्रवीणा बहन, ब्र.कु. जुगलकिशोर भाई व अन्य।



फतेहगढ़-जय नारायण वर्मा रोड(उ.प्र.)। सड़क सुरक्षा प्रभाग द्वारा आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए सदर विधायक मेजर की धर्मपत्नी श्रीमति अनीता द्विवेदी, कमल बहन, ब्र.कु. सुमन बहन तथा अन्य।



जयपुर-श्रीनिवास नगर(राज.)। होली महोत्सव में आये अंतर्राष्ट्रीय अध्यक्ष यूथ फॉर नेशन एवं पब्लिक पुलिस राष्ट्रीय अध्यक्ष महेश शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हेमा बहन, उद्योगपति ब्र.कु. मदन लाल शर्मा, ब्र.कु. नथमल भाई, ब्र.कु. मीना बहन एवं ब्र.कु. कविता बहन।



भुवनेश्वर-बी.जे.बी. नगर(ओडिशा)। ब्रह्माकुमारी की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी के पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धासुमन अर्पित करने के पश्चात् उपस्थित हैं डॉ. गायत्री, डॉ. प्रेमशिला, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. तपस्विनी बहन, ब्र.कु. संतोष, ब्र.कु. अपराजिता तथा ब्र.कु. दीनबन्धु।



कोटा-राज। स्वर्णिम समाज अभियान के तहत मानवता के संरक्षक 60 समाजसेवियों का ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर किया गया सम्मान। तत्पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं ब्र.कु. उर्मिला दीदी, ब्र.कु. अवतार भाई, माउण्ट आबू।





**राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन,
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका**

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

तो इसलिए शक्ति का आह्वान करते जाओ। बाबा देने के लिए तैयार हैं तो लेते जाओ, बाबा से भरते जाओ और देखो स्वभाव-संस्कार को चेंज करना कौन-सी बड़ी बात है, कर सकते हैं नहीं सकते हैं? कर सकते हैं। तो आज के बाद रोज अमृतवेले यही शुभसंकल्प रखो कि आज मुझे कौन-सी शक्ति का आह्वान करना है और उस शक्ति से अपने आपको एम्पावर

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

एक दृढ़ संकल्प और... संस्कार परिवर्तन

करें। भरपूर करो, जितना अपने आपको भरपूर करेंगे तो सारा दिन कैसा जायेगा, उस शक्ति के साथ सारा दिन कैसा जायेगा? बहुत बढ़िया जायेगा ना! तो ये तरीका अपनाएं। इसलिए याद रखना कमी-कमजोरी को रखना नहीं। बाबा से हमें ये दृढ़ संकल्प करना है कि मैं अपने अंदर शक्ति का आह्वान करके अपनी कमी-कमजोरी को खुद पुरुषार्थ करके निकालूंगा। आज से अपने जीवन के अंदर शक्ति, प्रकाश, रोशनी का आह्वान करके अपने

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

जीवन का अंधेरा, कमी-कमजोरी को दूर करूंगा। मैं परिवर्तन करके अवश्य दिखाऊंगा। इसके लिए बाबा ने कहा हिम्मत का कदम बढ़ाओ आप, तो बाबा हजार भुजाओं वाला आपको क्या करेगा? गले लगाएगा कि नहीं लगाएगा? ऐसे बच्चे बाबा को पंसद आयेगे या जो किचड़ा देकर जाते और वापस ले लेते हैं ऐसे बच्चे पंसद आयेगे? एक कदम हिम्मत का बढ़ायेंगे बाबा हजार कदम आगे आकर गले लगाएगा और आपमें इतनी शक्ति भरेगा कि

बच्चे ने हिम्मत की। जब बच्चा माँ-बाप का आज्ञाकारी बन कहता है कि मेरे से कोई गलती हो तो आप बता देना मैं उसे जरूर ठीक करूंगा। तो वो बच्चा बाबा को, माँ बाप को प्यारा लगेगा। तो आपको भी क्या करना है? बाबा हमें इतना प्यार करता है, हम हैं ही बाबा के प्यारे लेकिन और बाबा की शाबाशी और शक्ति हमें मिले। ऐसे दृढ़ संकल्प कर हमें बाबा को गिफ्ट देनी है।

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



नई दिल्ली। केन्द्रीय मानवाधिकार संगठन, नई दिल्ली की ओर से बालगन्धर्व नाट्य मंदिर पुणे में आयोजित सम्मान समारोह में ब्रह्माकुमारीज युवा प्रभाग माउण्ट आबू के ब्र.कु. जीतू भाई को विशेष वक्ता के रूप में आमंत्रित कर संगठन के अध्यक्ष डॉ. मिलिंद दहिबले द्वारा 'लाइफ प्राइड अवॉर्ड' से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर त्रयम्बकेश्वर से आई जानी मानी एस्ट्रोलाॅजिस्ट सानिया कुलकर्णी गिरता, पुणे बाणेर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. त्रिवेणी बहन तथा समाज के लिए विभिन्न क्षेत्रों में विशेष कार्य करने वाली महान हस्तियां भी उपस्थित रहीं।



नगर-भरतपुर(राज.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए विप्र फाउंडेशन जिला उपाध्यक्ष मंजू शर्मा, पार्षद रीना मिश्रा, ब्र.कु. हीरा बहन, ब्र.कु. संध्या बहन तथा अन्य।



बयाना-भरतपुर(राज.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर पार्षद माधुरी अग्रवाल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कमलेश बहन व ब्र.कु. साक्षी बहन।



भादरा-राज. अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. चंद्रकांता बहन, पुलिस अधीक्षक नरेंद्र पूनिया, महाराजा अग्रसेन बी.एड कॉलेज की प्रिंसिपल सुमन शर्मा, पार्षद स्वाति नाहटा, लॉर्ड कृष्णा स्कूल चैयरमैन विजय चौबे, लॉर्ड कृष्णा स्कूल प्रिंसिपल सुनीता जी, बार संघ अध्यक्ष राजेंद्र गोयल तथा अन्य।



तरबगंज-गोण्डा(उ.प्र.)। पत्रकार भाइयों के साथ ज्ञानचर्चा के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. रेखा बहन व ब्र.कु. ममता बहन।



जोधपुर-से.17 चौपासनी हाउसिंग बोर्ड(राज.)। ब्रह्माकुमारीज के नवनिर्मित 'शिव वरदानी भवन' का लोकार्पण ब्रह्माकुमारीज के जर्मनी सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी द्वारा किया गया। साथ ही इस मौके पर खुशी बहन ने अपना जीवन परमात्मा शिव को समर्पित किया। कार्यक्रम के दौरान महापौर नगर निगम दक्षिण वनिता सेठ, महापौर नगर निगम उत्तर कुंती देवड़ा, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शील दीदी, जोधपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पूल दीदी, सबजोन इंजॉज ब्र.कु. पूनम दीदी आदि उपस्थित रहे।



पठानकोट-ढांगू रोड(पंजाब)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सत्या बहन, मेजर डॉ. वंदना, एम.डी. पैथोलॉजी, मिलिट्री हॉस्पिटल पठानकोट, एडवोकेट सीमा महाजन, अनीता अग्रवाल, सचिन अग्रवाल, डॉ. गौरव, पवन चड्ढा, कमलेश, पूनलाल, जुगल किशोर सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।



अस्थावा-नालंदा(बिहार)। थाना प्रभारी रंजीत कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पंकी बहन।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

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

सम्पर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088

Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क: भारत-वार्षिक-240 रुपये, तीन वर्ष-720 रुपये, अजीवन-6000 रुपये

Website: www.omshantimedia.org



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

जरा सोचें...

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

मधुबन में हम नैचुरल योगी बन सकते हैं। बाबा की तपोभूमि, कर्मभूमि तो बाबा की याद सहज आती है। एक मैपन और मेरापन चाहिए वो कौन-सा मैपन और मेरापन? मैं आत्मा और मेरा बाबा। ये मैपन तो डेवलप करना है, लेकिन अच्छी रीति धारण करना है। क्योंकि जितना ज्यादा बाबा से अच्छी तरह से जुड़ेंगे उतना ऑटोमेटिक और सबसे डिटेच होते जायेंगे। यहाँ से इस दुनिया से देह सम्बन्धों से डिटेच होना है। और जितना बाबा से जिगरी सच्चा प्यार उतना बाबा से योग

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

अब एक भी मुरली ऐसी नहीं होगी। जिसमें अनेक बार अपने को आत्मा समझने के लिए बाबा ने ना कहा हो। रोज बार-बार बाबा कहते हैं, हम समझते हैं कि ये कॉमन प्वाइंट है। मुरली में और कोई प्वाइंट याद नहीं होगी

बैठकर खुद की रियलिटी खुद को रियलाइज करानी है। ताकि ये पक्का हो जाये कि मेरी ऑरिजनलिटी पवित्रता है, शांति है, आनंद है, और विशेष अभ्यास करने से फिर वो अवेयरनेस बन जाती है।

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

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

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

लगेगा। बाबा ने एक बार पीस ऑफ माइंड के जो गैस्ट आये थे विदेश से उनको यही मैसेज दिया था कि 'गॉड फादर' कहते हो परन्तु 'गॉड इज माई फादर' कहो। जहाँ अपनापन है वहाँ याद सहज है। याद का आधार प्यार। जितना बाबा से जिगरी प्यार, अपनापन, मेरापन अनुभव है सबको, अपने के लिए, 'मेरे' के लिए सबकुछ कुर्बान करते हैं। जिस मेरे में दुनियावी रीति से, दैहिक रीति से, भौतिक रीति से कुर्बान होते हैं उसमें कोई प्राप्ति ही नहीं थी, लेकिन फिर कितने कुर्बान जाते हो, प्रवृत्ति मार्ग में तो अनुभव है ना! बच्चों के लिए, पति के लिए, परिवार के लिए, अपने लिए भी इतना नहीं सोचते। खुद न खायेंगे-पीयेंगे, मौज मनायेंगे, बच्चों के लिए, परिवार के लिए इतना मेरापन बाबा के लिए क्यों नहीं आता है? अपने आप में देखना है, पूछना है अपने आप से। जैसे-जैसे पुरुषार्थ करते जाते हैं और अवस्था बनती जाती है फिर वो प्यार बाबा के लिए बढ़ता जाता है, अनुभव होता जाता है।

तो ये तो कह ही देंगे कि आज बाबा ने कहा कि अपने को आत्मा समझकर बाबा को याद करो। क्योंकि हमें पता ही है कि ये बात तो बाबा ने कही ही है। परन्तु ये मोस्ट इम्पोर्टेंट प्वाइंट है इसीलिए बाबा बार-बार कहते हैं। जब तक नैचुरल आत्म अभिमानी न बनें तब तक बाबा कहते रहते हैं। जब तक एक्शन ठीक नहीं करते हैं ना तो कहते हैं ना फिर से, फिर से तो आत्मभिमानी बनने का प्रथम पार्ट जब तक परफेक्ट हम नहीं पढ़ते हैं तब तक रोज याद करना और कराना जरूरी है। हमारी वास्तविकता ये है। हम आत्मा हैं, और वो भी कौन-सी आत्मा? शुद्ध आत्मा, सत्य आत्मा, शांत आत्मा, ये हमारी रियलिटी है। नैचुरल आत्म भान होना चाहिए पर द्वापर कलियुग में जो रोल प्ले किया देह भान का तो देह भान नैचुरल हो गया। इसलिए हम विशेष अभ्यास करते हैं। कईयों को होता है कि योग में क्या करना है बस वही रिपीट करते रहना है। बाबा शांति का सागर, मैं शांत स्वरूप। रिपीट नहीं करना है। साइलेंस में



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



फाजिल्का-पंजाब। विधायक नरिंदर सावना एवं डेप्युटी कमिश्नर डॉ. सेनू दुग्गल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रिया बहन।



बरेली-सिविल लाइन (उ.प्र.)। होली स्नेह मिलन एवं अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए जिला प्रोबेशन अधिकारी नीता अहिरवार, इनरव्हील क्लब की अध्यक्ष शालिनी अग्रवाल, महाराजा अग्रसेन डिग्री कॉलेज की प्रोफेसर नीतू महरोत्रा, डॉ. रीता, राजयोगिनी ब्र.कु. पार्वती दीदी तथा ब्र.कु. नीता बहन।



श्रामसाबाद-आगरा (उ.प्र.)। महाशिवरात्रि के अवसर पर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी बहन के नेतृत्व में शिव-शंकर की झांकी से युक्त विशाल शिव संदेश शोभा यात्रा निकाली गई जिसका शुभारंभ डॉ. शिव कुमार शर्मा एवं अबनीश कांत गुप्ता ने आरती उतारकर किया। बीके पार्क में यात्रा के समापन पर आयोजित कार्यक्रम में जिला पंचायत अध्यक्ष डॉ. मंजू भदोरिया, विधायक छोटे लाल वर्मा, जगनेर सेवाकेन्द्र से आई ब्र.कु. एकता बहन सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।



सीतापुर-उ.प्र. ब्रह्माकुमारीज की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी के द्वितीय पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धासुमन अर्पित करने के पश्चात् बरई जलालपुर कसमंडा स्टेट कमलापुर सीतापुर के राजा कुंवर दिनकर प्रताप सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. योगेश्वरी बहन।



निम्बहेड़ा-चित्तौड़गढ़ (राज.)। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर होलिका दहन कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में नगरपालिका अध्यक्ष सुभाष शारदा, पार्षद ओम बाहेती, पार्षद एकता सोनी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शिवली बहन तथा अन्य।



समस्तीपुर-बिहार। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर रेलवे सभागार में आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. तरुण भाई। इस मौके पर ब्र.कु. सोनिका बहन, ब्र.कु. कृष्ण भाई, एडीआरएम व रेलवे के अन्य अधिकारी एवं महिलाकर्मि उपस्थित रहे।



सादाबाद-उ.प्र. 5वें नेशनल मास्टर गेम्स वाराणसी-2023 में चार दिन तक आयोजित होने वाले अनेक खेल प्रतियोगिताओं में सादाबाद क्षेत्र के गांव नगला घनी के 81 वर्षीय रिटायर्ड मास्टर ब्र.कु. शिवचरण जी ने 5 कि.मी. दौड़ प्रतियोगिता में प्रथम स्थान, भाला फेंक प्रतियोगिता में प्रथम स्थान और गोला फेंक प्रतियोगिता में द्वितीय स्थान प्राप्त कर कीर्तिमान बनाया। इसके अलावा जयपुर डिस्ट्रिक्ट मास्टर एथलेटिक्स एसोसिएशन द्वारा आयोजित राजस्थान स्टेट मास्टर एथलेटिक्स चैम्पियनशिप में निम्न प्रतियोगिता गोला फेंक में प्रथम स्थान, भाला फेंक में प्रथम स्थान एवं 5000 मीटर दौड़ में द्वितीय स्थान प्राप्त कर अपने क्षेत्र का नाम रोशन किया। इस उपलब्धि पर ब्र.कु. शिवचरण जी के सम्मान में ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में उन्हें आत्म-स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. भावना बहन।

कफ दोष को संतुलित कैसे किया जाये...



कफ दोष क्या है?

कफ दोष 'पृथ्वी' और 'जल' इन दो तत्वों से मिलकर बना है। 'पृथ्वी' के कारण कफ दोष में स्थिरता और भारीपन और 'जल' के कारण तैलीय और चिकनाई वाले गुण होते हैं। यह दोष शरीर की मजबूती और इम्युनिटी क्षमता बढ़ाने में सहायक है। कफ दोष का शरीर में मुख्य स्थान पेट और छाती है। कफ शरीर को पोषण देने के अलावा बाकी दोनों दोषों (वात और पित्त) को भी नियंत्रित करता है। इसकी कमी होने पर ये दोनों दोष अपने आप ही बढ़ जाते हैं। इसलिए शरीर में कफ का संतुलित अवस्था में रहना बहुत जरूरी है।

कफ प्रकृति की विशेषताएं

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

कफ बढ़ने के कारण

मार्च-अप्रैल के महीने में, सुबह के समय, खाना खाने

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



स्वास्थ्य

स्वभाव

प्रकृति जान

शुरू करने में आप

चाल बहुत धीमी और गंभीर है तो यह दर्शाता है कि आप कफ प्रकृति के हैं। अब हम आपको कफ प्रकृति के लक्षणों, इससे जुड़े रोगों और उपायों के बारे में विस्तार से बता रहे हैं।

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

मीठे, खट्टे और चिकनाई युक्त खाद्य पदार्थों का सेवन।
मांस-मछली का अधिक सेवन।
तिल से बनी चीजें, गन्ना, दूध, नमक का अधिक सेवन।
फ्रिज का ठंडा पानी पीना।

आलसी स्वभाव और रोजाना व्यायाम ना करना।
दूध-दही, घी, तिल-उड़द की खिचड़ी, सिंघाड़ा, नारियल, कढ़ू आदि का सेवन।

कफ बढ़ जाने के लक्षण

हमेशा सुस्ती रहना, ज़्यादा नींद आना।

आयुर्वेद

में बताया गया है कि हर एक इंसान की एक खास प्रकृति होती है।

अधिकांश लोगों को अपनी

प्रकृति के बारे में कोई

अंदाज़ा नहीं होता है।

जबकि आप अपनी

आदतों और शरीर

में भारीपन।

मल-मूत्र और पसीने में

चिपचिपापन।

शरीर में गीलापन महसूस होना।

शरीर में लेप लगा हुआ महसूस होना।

आँखों और नाक से अधिक गंदगी का

स्राव।

अंगों में ढीलापन।

सांस की तकलीफ।

डिप्रेशन।

कफ को संतुलित करने के लिए क्या खाएं

कफ प्रकृति वाले लोगों को इन चीजों का सेवन करना

ज़्यादा फायदेमंद रहता है।

बाजरा, मक्का, गेंहू, किनोवा ब्राउन राइस, राई आदि अनाजों का सेवन करें।

सब्जियों में पालक, पत्तागोभी, ब्रोकली, हरी सेम, शिमला मिर्च, मटर, आलू, मूली, चुकंदर आदि का सेवन करें।

जैतून के तेल और सरसों के तेल का उपयोग करें छाछ और पनीर का सेवन करें

तीखे और गर्म खाद्य पदार्थों का सेवन करें

सभी तरह की दालों को अच्छे से पकाकर खाएं।

नमक का सेवन कम करें

पुराने शहद का उचित मात्रा में सेवन करें।

कफ प्रकृति वाले लोगों को क्या नहीं खाना चाहिए

मैदे और इससे बनी चीजों का सेवन ना करें।

एवोकैडो, खीरा, टमाटर, शकरकंद के सेवन से परहेज करें।

केला, खजूर, अंजीर, आम, तरबूज के सेवन से परहेज करें।

जीवनशैली में बदलाव

खानपान में बदलाव के साथ-साथ कफ

को कम करने के लिए अपनी जीवनशैली

में बदलाव लाना भी जरूरी है। तो आइये

जानते हैं बढ़े हुए कफ दोष को कम करने

के लिए क्या करना चाहिए...

पाउडर से सूखी मालिश या तेल से शरीर की मसाज करें।

गुनगुने पानी से नहायें।

रोजाना कुछ देर धूप में टहलें।

रोजाना व्यायाम करें जैसे कि - दौड़ना, ऊंची व लम्बी

कूद, कुश्ती, तेजी से टहलना, तैरना आदि।

गर्म कपड़ों का अधिक प्रयोग करें।

बहुत अधिक चिंता न करें।

ज़्यादा आराम पसंद ज़िंदगी ना बिताएं बल्कि कुछ न

कुछ करते रहें।



दिल्ली-करोल बाग(पाण्डव भवन)। ब्रह्माकुमारीज की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी के पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी, जगमोहन भाई, ब्र.कु. शिव भाई तथा ब्र.कु. विजय बहन।



आगरा-शास्त्रीपुरम(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आगरा नीरव निकुंज कॉलोनी में नये सेवाकेन्द्र के लिए लिये ली गई भूमि पूजन के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. रुपेश भाई, ब्र.कु. सुशील भाई, ब्र.कु. शीला दीदी, ब्र.कु. ज्योत्सना बहन, ब्र.कु. सरिता दीदी, ब्र.कु. अश्विना दीदी, राजेश खुराना भाई, ब्र.कु. मधु बहन तथा अन्य।



मथुरा-रिफाइनरी नगर(उ.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'खुशहाल महिला, खुशहाल परिवार' कार्यक्रम एवं होली स्नेह मिलन के कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा बहन, मथुरा जिला कारागार की डिप्टी जेलर करुणेश जी, इंपल्स माइंड अकादमी की संचालिका दीपा गर्ग, आशीर्वाद अस्पताल की संचालिका डॉ. करुणा, सीआईएसएफ की इस्पेक्टर मानक जी, मथुरा रिफाइनरी की सविदा मैनेजर हंसा परेता, ब्र.कु. नीलम बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।



दिल्ली-मोहम्मदपुर। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर नेशनल शेड्यूलड ट्राइब्स फाइनैस एंड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन, नई दिल्ली की मैनेजमेंट रोल वाली महिलाओं के लिए वर्कशॉप के परचात् समूह चित्र में ब्र.कु. निशा बहन, टी.रौमून पीते, चेयरमैन एंड मैनेजिंग डायरेक्टर व ब्र.कु. फलक बहन।

रिश्तों में समझदारी का होना आवश्यक

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

से जैसे वायब्रेशन पैदा होते हैं, वही आपका रिश्ता बनाते हैं। रिश्तों में हमारा फोकस यह हो जाता है कि हमने एक-दूसरे के लिए क्या किया। लेकिन उससे भी ज्यादा महत्वपूर्ण है कि हमने एक-दूसरे के लिये कैसा सोचा। ये समझदारी अगर हमारे भीतर आ जाए कि रिश्ता सिर्फ वो नहीं है, जो हम उनके लिए कर रहे हैं। रिश्ता वो होता है जो हम उनके लिए सोच रहे हैं। 'उन्होंने क्या किया' पर समाज का फोकस रहता है, उसके लिए क्या किया, हम उनके घर गए थे उन्होंने मेरे लिए क्या किया। मतलब हम उस पर फोकस करते हैं, जो दिखता

फिर कोई बात, फिर से कोई नाराजगी, दर्द से टीस उठती है। उस रिश्ते में जाकर, उस व्यक्ति के लिए अपने मन के पास आइए। आप ये नहीं देखिए कि आपने उनके लिए क्या-क्या किया है। सबसे पहली चीज, ध्यान कीजिए कि उनके लिए वो सब करते हुए हमारे मन की स्थिति कैसी थी। माता-पिता और बच्चों के बीच का खूबसूरत रिश्ता देखिए। निःस्वार्थ भाव, सेल्फलेस गिविंग। पिता को बदले में कुछ नहीं चाहिए होता है।

हमारा सारा ध्यान शब्दों पर होता है। छोटी-छोटी बातों पर इतनी उम्मीद होती है कि पूरी नहीं होने पर हम दुःखी होते हैं। हमें लगता है कि इतना

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

है। चाहे परिवार के लिए, दोस्तों के लिए या रिश्तेदारों के लिए।

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

आज यह प्रयोग करके देखें

थोड़ा-सा मन को अतीत की तरफ ले जाएं और किसी भी एक रिश्ते को तलाशें, जिसमें आपको लगता है कि सद्भाव, खूबसूरत ऊर्जा का बहाव होना चाहिए, पर किसी कारणवश वैसा हो नहीं पा रहा है। कोशिश बहुत कर रहे हैं, मेहनत बहुत कर रहे हैं, लेकिन पता नहीं, फिर कोई नासमझी,

करने के बाद भी रिश्ते मजबूत नहीं हैं। पर रिश्ते तो ऊर्जा का आदान-प्रदान हैं। रिश्ता सर्वप्रथम आत्मा के साथ होता है।

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



ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

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

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

क्या किया से ज्यादा जरूरी है कैसा सोचा। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि आपकी तरफ



मंडी-हि.प्र.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित अंतर्राष्ट्रीय महाशिव जयंती मेला प्रदर्शनी का रिबन काटकर उद्घाटन करते हुए माननीय मुख्यमंत्री सुखविंदर सुखू। साथ हैं ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुशीला दीदी, ब्र.कु. दीपा बहन, ब्र.कु. प्रेम लता बहन तथा अन्य।



भरतपुर-राज.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस सातह के समापन के अंतर्गत जिला प्रशासन महिला अधिकारिता विभाग भरतपुर के संयुक्त तत्वाधान में यूआईटी ऑडिटोरियम भरतपुर में आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज को आमंत्रित किये जाने पर विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट कार्य करने वाली महिलाओं को राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी एवं सांवरमल वर्मा, संभागीय आयुक्त भरतपुर के द्वारा पारितोषिक, मोमेंटो एवं सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया। इस मौके पर डॉ. जिज्ञासा सहानी, मुख्य चिकित्सा अधीक्षक, डॉ. मधु शर्मा, प्राचार्य, आर.डी. गर्ल्स कॉलेज भरतपुर, श्रीमति अनीता, ट्रैफिक पुलिस अधिकारी सीओ, डॉ. राजेश्वरी मीणा, एमएसजे कॉलेज भरतपुर, श्रीमति अर्चना पिप्ल, उपनिदेशक, महिला एवं बाल विकास विभाग परियोजना अधिकारी, श्रीमति श्रद्धा पचौरी, महिला थाना प्रभारी, ब्र.कु. प्रवीणा बहन आदि उपस्थित रहे।



झोझूकला-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर सेठ किशनलाल वाले मंदिर में आयोजित 'खुशहाल महिला, खुशहाल परिवार' कार्यक्रम में राज्य महिला विकास निगम की चेयरमैन दंगल गर्ल बबीता फोगाट, चंडीगढ़ से आई राजयोगिनी ब्र.कु. कविता बहन, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. वसुधा बहन, जिला पार्षद निशा रानी, पंचायत समिति सदस्य कविता जी, मोनिका जावा, ग्रामीण विकास मंडल महिला प्रेक सविता सोनी, रामलवास सरपंच संजु फोगाट, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।



अररिया-बिहार। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में एसडीपीओ पुष्कर कुमार, नगर परिषद उपाध्यक्ष गौतम शाह, मोहनी देवी मेमोरियल स्कूल के डायरेक्टर संजय प्रधान, शिवपुरी पार्षद अविनाश आनंद, सरोज मिश्रा, प्रोफेसर अमरेंद्र गुप्ता, बैंक कर्मी संजय गुप्ता, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।



फरीदाबाद-संजय एन्क्लेव(हरियाणा)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'मेरा भारत स्वर्णिम भारत स्वच्छ भारत' अभियान के अंतर्गत आयोजित झोंकी युक्त रेली का हरी झंडी दिखाकर शुभारंभ करते हुए लोटस हॉस्पिटल की डायरेक्टर डॉ. शालिनी सचदेवा, डॉ. पिकी, ब्र.कु. उषा दीदी, ब्र.कु. सुभद्रा दीदी, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति दीदी तथा अन्य भाई-बहनें।



फतेहगढ़-उ.प्र.। राजपूत रेंजमेंट सेंटर में ऑफिसर्स, जेसीओस एवं जवानों के लिए आयोजित 'आत्म सशक्तिकरण' कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए कमांडर ब्र.कु. शिव सिंह। इस मौके पर ब्र.कु. सुमन बहन, ब्र.कु. कमल बहन सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



रेवाड़ी-शिव नगर(हरियाणा)। ब्रह्माकुमारीज के दिव्य दर्शन भवन द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस एवं होली के कार्यक्रम में नम्रता सचदेवा, राष्ट्रीय पंजाबी महासभा हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष, कमल मखीजा, राष्ट्रीय पंजाबी महासभा रेवाड़ी महिला प्रधान, सरोज भारद्वाज, पूर्व चेयरमैन कमेटी, रेवाड़ी, नीता शर्मा, एमपीएस स्कूल, भिवाड़ी, निशा चक्रवर्ती, राष्ट्रीय पंजाबी महासभा रेवाड़ी महासचिव, ब्र.कु. कमलेश बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।



हल्द्वानी-लोहरियासाल मल्ला(उत्तराखण्ड)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर समर्थ गार्डन में आयोजित सम्मान समारोह में स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. दीपा बहन को सौहार्द जन सेवा समिति द्वारा सम्मानित किया गया। इस मौके पर मुख्य अतिथि के रूप में श्रीमति ऋचा सिंह, सिटी मजिस्ट्रेट, श्रीमति शिल्पी जोशी, बाल विकास परियोजना अधिकारी तथा श्रीमति विद्या महतोलिया, संस्थापक, सौहार्द जन सेवा समिति उपस्थित रहे।



जखानी-उधमपुर(जम्मू एंड कश्मीर)। महाशिवरात्रि के कार्यक्रम में राउंड डोमेन डस्टी के सदस्यों को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. ममता बहन व ब्र.कु. सुरेश भाई।

परमात्म ऊर्जा



अपने स्वरूप, स्वदेश, स्वधर्म, श्रेष्ठ कर्म, श्रेष्ठ स्थिति में रहते हुए चलते हो? क्योंकि वर्तमान समय इसी स्व स्थिति से ही सर्व परिस्थितियों को पार कर सकेंगे अर्थात् 'पास विद ऑनर' बन सकेंगे। सिर्फ स्व शब्द ही याद रहे तो स्व स्वरूप, स्वधर्म, स्वदेश ऑटोमेटिकली याद रहेगा। तो क्या एक स्व शब्द याद नहीं रह सकता? सभी आत्माओं को आवश्यकता है स्व स्वरूप और स्वधर्म में स्थित कराते स्वदेशी बनाने की। तो जिस कर्तव्य के लिए निमित्त हो अथवा जिस कर्तव्य के लिए अवतरित हुए हो, तो क्या कोई कर्तव्य को व अपने आपको जानते हुए, मानते हुए भूल सकते हैं क्या? आज कोई लौकिक कर्तव्य करते हुए अपने कर्तव्य को भूलते हैं? डॉ. अपने डॉक्टरी के कर्तव्य को चलते-फिरते, खाते-पीते, अनेक कार्य करते हुए यह भूल जाता है क्या कि मेरा कर्तव्य डॉक्टरी का है? तुम ब्राह्मण, जिन्हें का जन्म और कर्म यही है कि सर्व आत्माओं को स्व-स्वरूप, स्वधर्म की स्थिति में स्थित कराना, तो क्या ब्राह्मणों को व ब्रह्माकुमार-कुमारियों को यह अपना कर्तव्य भूल सकता है? दूसरी बात- जब कोई वस्तु सदाकाल साथ,

सम्मुख रहती है वह कभी भूल सकती है? अति समीप ते समीप और सदा साथ रहने वाली चीज कौन-सी है? आत्मा के सदा समीप और सदा साथ रहने वाली वस्तु कौन-सी है? शरीर व देह, यह सदैव साथ होने कारण निरन्तर याद रहती है ना! भुलाते हुए भी भूलती नहीं है। ऐसे ही अब आप श्रेष्ठ आत्माओं के सदा समीप और सदा साथ रहने वाला कौन है? बापदादा सदा साथ, सदा सम्मुख है। जबकि देह जो साथ रहती है वह कभी भूलती नहीं, तो बाप इतना समीप होते हुए भी क्यों भूलता है? वर्तमान समय कम्पलेन क्या करते हो? बाप की याद भूल जाती है। बहुत जन्मों के साथ रही हुई वस्तु देह व देह के सम्बन्धी नहीं भूलते तो जिससे सर्व खजानों की प्राप्ति होती है और सदा पास है वह क्यों भूलना चाहिए? चढ़ाने वाला याद आना चाहिए व गिराने वाला? अगर ठोकर लगाने वाला भूल से भी याद आयेगा तो उनको हटा देंगे ना! तो चढ़ाने वाला क्यों भूलता है? जब ब्राह्मण अपने स्व स्थिति में, स्व स्मृति में व श्रेष्ठ स्मृति में स्थित रहें तो अन्य आत्माओं को स्थित करा सकेंगे।



बयाना-भरतपुर(राज.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए पार्षद माधुरी अग्रवाल, ब्र.कु. कमलेश बहन, ब्र.कु. साक्षी बहन तथा अन्य।

कथा सरिता



लेकिन
अंकल जी ने
मना कर दिया
कि जा रहा होगा

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

अगले दिन सुबह को फिर से वो लड़का
तेजी से साइकिल चलाता निकला और उनके

जी मैं आप दोनों को रोज
देखता हूँ लेकिन आपको
मुझसे डरने की ज़रूरत नहीं और
यहाँ ज़मीन इसलिए खोद रहा हूँ कि

मेरी नयी-नयी नौकरी लगी है।
अंकल ने पूछा कहाँ नौकरी लगी है ऐसा
कौन-सा काम है जिसमें ज़मीन खोदनी है।
लड़के ने कहा मैं बड़े दिन से बेरोज़गार
था फाइनली मुझे फार्म हाऊस में काम मिला
है और उन्हें ऐसे लड़के की ज़रूरत है जिसे
काम करने का अनुभव हो और मेरे पास कोई
भी अनुभव नहीं है इसलिए मैं रोज यहाँ

सक्सेस के लिए प्रयास ज़रूरी



पीछे अंकल और आंटी जी भी गये। उन्होंने
देखा कि थोड़ी दूर जाने के बाद उस लड़के
ने एक पेड़ के पास साइकिल खड़ी कर दी,
उसी पेड़ के पास थोड़ी-सी खाली ज़मीन पड़ी
थी और उसे वो खोदने लगा।

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

लड़के ने मुस्कुराते हुए कहा कि अंकल

फावड़ा लेकर आता हूँ और ज़मीन खोदने
की प्रैक्टिस करता हूँ ताकि जैसे ही नौकरी
पर काम शुरू हो उसमें हमें निकाल ना दिया
जाये इसलिए रोज़ाना मेहनत कर रहा हूँ
कोशिश कर रहा हूँ।

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

एक बार की बात है एक राजा के पास
बड़ा सुन्दर विशाल महल था और उस
विशाल महल में एक सुंदर-सा बगीचा
था। उस सुन्दर से बगीचे में एक माली
था और अंगूरों की बेल थी। माली इस

मुझसे कुछ हो नहीं पा रहा है। अंगूरों की
बेल कभी भी खत्म हो सकती है। राजा
ने कहा माली साहब आप चिंता मत
कीजिये आपका काम मैं करूँगा।

अगले दिन राजा खुद वहाँ पहुँचे और

बीती बात का पछतावा न करें।

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

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

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

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

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

बीती बातों को भूल आगे की सुध लें...



बात से परेशान था कि अंगूरों की बेल
पर रोज़ाना एक चिड़िया आकर के
आक्रमण करती थी। और कुछ इस तरीके
से वो आक्रमण करती थी जिससे कि जो
मीठे-मीठे अंगूर थे उसे तो खा लेती थी
और जो अधपके थे, खट्टे थे उसे ज़मीन
पर गिरा देती थी।

माली इस बात से बड़ा परेशान चल
रहा था कि इन अंगूरों की बेल को ये
चिड़िया एक दिन तबाह कर देगी, नष्ट
कर देगी। उसने बहुत कोशिश की,
लेकिन उसको कोई उपाय मिला नहीं तो
वो राजा के पास पहुँचा और कहा
मालिक, हुकुम आपही कुछ कीजिये

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

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

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

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

इसी तरह बाबा ने कहा है कि याद एक यात्रा है। आमतौर पर बाबा कहते हैं कि 'योग' शब्द कठिन है। अब आप योग शब्द कहते हैं तो लोग समझते हैं कि यह कठिन है।

उसने पूछा, सफेद कैसी होती है? उसने कहा, जैसे बत्तख होती है। और ज्यादा कठिन कर दिया उसके लिए। उस बिचारे को बत्तख क्या होती है वह भी पता नहीं था। फिर उसने प्रश्न पूछा, बत्तख कैसी होती है? दोस्त ने उसका हाथ पकड़कर उसको टेढ़ा मोड़कर दूसरा हाथ उसपर रखा और कहा कि बत्तख ऐसी होती है। फिर उसने कहा, ना भाई, मैं ऐसी टेढ़ी खीर नहीं खाऊंगा, वो तो मेरे गले में ही फंस जायेगी।

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



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

किसी को योग सिखाना है तो उस व्यक्ति को प्रेरित करना पड़ता है। जिस चीज में जिसकी रुचि हो, उसको वो बात बतानी पड़ती है ताकि वो उसमें दिलचस्पी ले। ज्ञान की प्राप्ति के लिए जिज्ञासा जरूरी है। जिसको भूख ही नहीं लगी हो, वो खायेगा कैसे! प्यास ही नहीं लगी हो तो पानी कैसे पियेगा! पहले व्यक्ति को जाग्रत करना पड़ता है। जिसको भूख ही नहीं लगी हो, उसको खिलाना तो है ही ताकि उसको कमजोरी न आये। इसलिए पहले उसको ऐसी दवाई देते हैं कि उसकी भूख जाग्रत हो। जिससे उसको कुछ खाने की इच्छा हो। इस प्रकार योग के बारे में, ज्ञान के बारे में अलग-अलग समय पर उनकी अलग-अलग उपमायें बाबा ने दी हैं। उनके अलग-अलग विश्लेषण और विवरण दिये

‘योग’ याद की यात्रा है

भगवान से योग लगाना, यह तो बड़ा कठिन काम है। इसी संदर्भ में आपको 'टेढ़ी खीर' की कहानी का जिक्र करना उचित होगा। किसी व्यक्ति का एक दोस्त था। वो जन्म से अंधा था। बहुत दिनों के बाद एक दफा आपस में मिले तो उसने दोस्त को कहा कि मेरे पास आना। अंधे दोस्त ने कहा, क्या करोगे? दूसरे ने कहा, तुम्हारी खातिरी करूंगा, महफिल करूंगा, खिलाऊंगा, पिलाऊंगा। उसने कहा, अच्छा क्या खिलाओगे बताओ? उसने कहा, खीर खिलाऊंगा। अंधे दोस्त ने पूछा, खीर क्या होती है? उसने कहा, सफेद होती है। जन्म से अंधा होने के कारण उस बिचारे को क्या पता कि सफेद क्या होता है।

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

भक्त लोग तो यात्रा में लगे रहते हैं कि इस बार हरिद्वार चलेंगे, अगली बार फलानी जगह

हैं। उन सबको याद रखना जरूरी है। ज्ञान की दृष्टि से देखा जाये तो यह हमारा ईश्वरीय विश्वविद्यालय सारे विश्व का आध्यात्मिक विश्वविद्यालय है। जहाँ आध्यात्मिक उच्च शिक्षा प्राप्त होती है, कायदेसिर, सुसम्बद्ध रूप से और इस शिक्षा से उच्च प्राप्ति होती है। यह तो यूनिवर्सिटी है जहाँ 'यूनिवर्सल नॉलेज' मिलता है। तो बाबा ने योग को हमारे लिए इतना सहज कर दिया कि योग न कहो, याद कहो। याद करना मनुष्य के लिए सहज है। तो बाबा ने ज्ञान, योग से सम्बंधित जो भी बातें कही हैं उनको अर्थ सहित, यथार्थ रूप में जानना भी, समझना भी और उसका स्वरूप भी बनना है।



फिरोजाबाद-उ.प्र. सांसद चंद्रसेन जादौन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरिता दीदी।



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



फगवाड़ा-पंजाब। लवली प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी के विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को 'नैतिक शिक्षा और सकारात्मक चिंतन से सशक्त युवा' विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में राजयोगी ब्र.कु. भगवान भाई, माउण्ट आबू, डीन स्टूडेंट वेलफेयर सौरभ लखनपाल, स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुमन बहन, मैनेजमेंट विभाग के प्रमुख सुशांत तहमि, यूनिवर्सिटी स्टाफ तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।



पटियाला-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आम आदमी पार्टी, बैंक ऑफ बड़ोदा एवं मजेठिया एन्क्लेव के प्रधान द्वारा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. राखी बहन, ब्र.कु. पूजा बहन, ब्र.कु. तमन्ना बहन, ब्र.कु. मनिषा बहन आदि का सम्मान किया गया। इस कार्यक्रम में विभिन्न संस्थाओं से करीब 125 लोगों ने भाग लिया।



पुखराया-उ.प्र. अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस एवं होली मिलन कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए समाजसेवी स्वर्णलता गोयल, समाजसेवी किरण गोयल, भाजपा जिला महिला मोर्चा अध्यक्ष रेणुका सचान, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ममता बहन, ग्राम विकास अधिकारी मधुलता आदित्य, समाजसेवी सुधा सिंह राजावत, कृषि विभाग से सविता सचान, समाजसेवी रमा सचान आदि शामिल रहे।



शामली-उ.प्र. अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में बीना अग्रवाल, इनरव्हील क्लब की अध्यक्ष, रेनू त्यागी, महिला थाना अध्यक्ष, कुसुमलता जी, भाजपा महिला मोर्चा की उपाध्यक्ष, शशि अरोरा, समाजसेविका, ब्र.कु. राज दीदी तथा अन्य गणमान्य महिलायें उपस्थित रहीं।



बहल-हरियाणा। दिवंगत प्रहलाद राय चौधरी के चतुर्थ पुण्य स्मृति दिवस पर भारत विकास परिषद बहल व बहल युवा एकता संगठन बहल के तत्वाधान में आयोजित निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर एवं बहुउद्देशीय दिव्यांग शिविर में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शकुन्तला बहन को प्रमुख समाज सेविका के रूप में स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए अतिरिक्त उपायुक्त मनोज दलाल। कार्यक्रम में भारत विकास परिषद व बहल युवा एकता संगठन के पदाधिकारियों सहित अन्य गणमान्य नागरिक मौजूद रहे।



दिल्ली-सीताराम बाजार। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में हौज काजी थाना प्रभारी अभिनेंद्र जी, गौरी शंकर मंदिर के वरिष्ठ पुजारी शिवानंद जी, निगम पार्षद किरण राकेश कुमार, बीजेपी अध्यक्षा पूजा शर्मा, धर्मशाला के मुख्यालय कार्यकर्ता सतीश गुप्ता, अनिल अग्रवाल, ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. मनोज खुशनुमा सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।



मुंगरा-बादशाहपुर(उ.प्र.)। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित शिव संदेश शोभायात्रा का हरी झंडी दिखाकर शुभारंभ करते हुए सार्वजनिक इंटर कॉलेज के प्रिंसिपल विनोद सिंह। साथ हैं ब्र.कु. अनीता बहन तथा अन्य।

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

हम सभी को हर पल तो कोई ऐसा नहीं मिलता न जो हमें हील कर दे। लेकिन बच्चा हमको हील कैसे कर दे रहा है, सोचने का विषय है। इस दुनिया में हमारी जिंदगी हमको मिली थी किसी के काम आने के लिए, लेकिन वक्त सारा बीत रहा है पैसा कमाने के लिए। इन दो लाइनों को अगर आप सुनें, तो आप देखो हमारे स्ट्रेस का

इमोशनल हीलिंग

मुख्य कारण क्या है, एक है दिन-रात इच्छा कर रहे हैं, इच्छा पाल रहे हैं, डिजायर्स हमारी बढ़ रही हैं, तो हम अधिक से अधिक पैसा, धन इकट्ठा कर रहे हैं। लेकिन हम यूज उतना ही करते हैं जितना हमको जरूरत होती है। इसका मतलब अगर इस बात को थोड़ा-सा पलट दें, पलट दें का अर्थ यहां यह है कि मैं अगर नीडफुल लाइफ जीना शुरू करूं, माना जितनी आवश्यकता है उतना मुझे लेना है, तो क्या होगा, हमारा स्ट्रेस लेवल धीरे-धीरे कम हो जायेगा। इस दुनिया में लोग इमोशनल क्यों हो रहे हैं, क्योंकि वो बहुत ज्यादा अटैचड हैं, अपने से नहीं दूसरों से।

सुबह से शाम तक काम करते हैं तो यही बोलते हैं कि मैं सुबह से लेकर शाम तक आपके लिए काम करने गया। अब ये जरूरी भी है। आपने परिवार बनाया है तो उनको आगे बढ़ाने के लिए काम तो करना ही पड़ेगा। लेकिन मैं ही इनका भाग्यविधाता हूँ, मैं ही इनको हमेशा ये सारी चीजें करके दे सकता हूँ, ये सोचना गलत है। क्योंकि जब हम अधिक से अधिक किसी और के लिए कर्म करते हैं तो ये वाला कर्म करने के बाद हमारे अंदर एक भाव और आ जाता है कि

ये सभी भी हमारे लिए कुछ करें। माना मेरे इमोशन को, मेरी ऊर्जा को एक शुक्रिया के माध्यम से, थैंक्स के माध्यम से ये कहें कि आप हमारे लिए बहुत कुछ कर रहे हैं। लेकिन आज मानव अपने में इतना ज्यादा मशगूल है, इतना ज्यादा खोया हुआ है कि उसमें दूसरे के प्रति ये भाव आना मुश्किल लगता है। वो चाहता है कि मैं इनका थैंक्स करूं, लेकिन वो सोचता है कि इनको तो पता ही है। लेकिन अब हमें इस बात को चेक करना है।

इमोशन को हिंदी में भाव कहते हैं, भावना कहते हैं। तो हमारी भावना किसके लिए है ये चेक करो। हमारी भावना पैसे के लिए है, हमारी भावना रिश्ते के लिए, हमारी भावना वस्तुओं के लिए है या व्यक्ति के लिए है या उसकी खुशी के लिए। तो आप चेक करके पायेंगे कि हमारी ज्यादातर भावना जो है वो मनुष्यों के लिए नहीं है। हमारी भावना वस्तु, पैसा या गैजेट्स के लिए हो सकती है लेकिन अगर मनुष्यों के लिए भावना सच में होती तो उनके लिए सबकुछ करने के बाद उनको अच्छा फील होता। नहीं तो आज हर घर की कंडीशन आप देख लीजिए, कोई कुछ भी गैजेट

खरीद कर लाया, कुछ भी कर के लाया, किसी के लिए कुछ कर दिया उसने, मोबाइल दे दिया, कार दे दिया, तो उसको बार-बार कहता रहेगा, इतने पैसे लगे हैं इसमें, थोड़ा इसका ध्यान रखना। ऐसा नहीं कि गिरा देना। तो बेचारा वो उसे यूज करेगा तो सही लेकिन हमेशा यही सोचेगा कि इतनी बार ये बोल देते हैं इस चीज के लिए माना मेरे से ज्यादा इम्पोर्टेंट इनको धन लग रहा है, वस्तु लग रही है। यहीं से व्यक्ति इमोशनली वोक हो जाता है। कोई भी इसको अपने आप पर डालकर चेक कर सकता है। एक बार मैं किसी को कहो तो कोई नहीं मानेगा। सभी कहेंगे कि अरे, भावना है तभी तो हम कर रहे हैं। आपकी भावना निश्चित रूप से है तभी आप कर रहे हैं, लेकिन आपकी भावना गैजेट देने के बाद गैजेट से ज्यादा है, जो दिया है उससे ज्यादा है, जिसको दिया है, उसको सुख मिल रहा है या नहीं मिल रहा है इससे नहीं है। इसीलिए किसी के लिए इतना कुछ करने के बाद भी व्यक्ति अपने आप को हील नहीं कर पाता या सामने वाला हील नहीं हो पाता। मात्र एक कारण है कि हमने व्यक्ति को इम्पोर्टेंट देना बंद कर दिया। हम चीजों को, बातों को नौकरी को, और-और चीजों को इम्पोर्टेंट देने लगे। आप इस पर फिर से वापस आ जाओ, आपको जो बच्चे का एग्जाम्पल दिया। तो आप पाओगे कि बच्चा आपके लिए कुछ नहीं कर रहा है, कुछ भी नहीं कर रहा है, सिर्फ आपको देखकर मुस्कुरा

दे रहा है। फ्री ट्रीटमेंट ऑफ हीलिंग। आपकी हीलिंग हो जाती है। क्योंकि वो मुस्कुराहट को इम्पोर्टेंट दे रहा है, वो आपको इम्पोर्टेंट दे रहा है, आपके चेहरे को इम्पोर्टेंट दे रहा है।

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



डॉ. अनुज भाई, दिल्ली

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दे



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

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

आपके मन में भारीपन फील हो सकता है, कुछ छोटी-मोटी दुर्घटनाएँ जीवन में हो सकती हैं लेकिन आप सेफ निकलते जायेंगे। दूसरा आपको सारा दिन प्रैक्टिस करनी है कि मेरे सिर पर सर्वशक्तिवान का

वरदानी हाथ है। उसमें मैं सदा ही सुरक्षित हूँ और दो तीन स्वमान अपने पास रख लें। ताकि कोई समय का बुरा इफेक्ट आपके ऊपर होता है तो वो साथ-साथ समाप्त होता रहे। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं सम्पूर्ण प्रकृति का मालिक हूँ, मैं सम्पूर्ण क्रियेटर हूँ, मैं विघ्न विनाशक हूँ ये चारों स्वमान आप सारा दिन मैं याद करते रहें। और जैसा मैंने कहा सर्वशक्तिवान का वरदानी हाथ मेरे सिर पर है मेरे ऊपर तो बृहस्पति की दशा है। ये सब गुड फीलिंग करते हुए मुझे कुछ नहीं होने जा रहा है, मैं बिल्कुल सेफ

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सुरज भाई



हूँ। मेरे सात साल बहुत सुन्दर व्यतीत होंगे। रोज सवेरे उठकर ये सात बार याद करेंगे। क्योंकि सवेरे के संकल्प सर्वकार्निशयस माइंड कमांड के रूप में स्वीकार कर लेता है। कई बार ऐसा भी होता है जब हमारी ऐसी स्थिति होती है तो कुछ भी करने का मन नहीं होता, तो योग भी करने का मन नहीं होता है लेकिन हम एक घंटे को 4 भागों में बांट सकते हैं। 15 मिनट गाने सुनकर कर लें, अपने मन को फ्रेश कर लें। 15 मिनट पाँच स्वरूपों का अभ्यास करना है। तीसरे में हमें बाबा को सामने रखते हुए उससे बातें करनी हैं। बुद्धि को परमधाम में ले जाने की बात नहीं, सामने बाबा को देखें, बाबा के चित्र के सामने बैठ जायें और बात कर लें। और 15 मिनट भिन्न भिन्न तरह की डिल कर लें। सूक्ष्म वतन में जायें बापदादा के सामने, उनसे तिलक लें, वरदान लें, सफलता की बात लें और फिर परमधाम में जायें। फिर अभ्यास करें

कि मैं आत्मा भूकटि में आ बैठी हूँ। ब्रेन में मेरी सारी शक्तियाँ फैल रही हैं, चारों ओर फैल रही हैं। धीरे-धीरे इम्प्रूवमेंट होने लगेगा और योग अच्छा हो जायेगा।

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

जीवन भर मुझे सहना और झेलना पड़ेगा? कृपया बतायें क्या करें?

उत्तर : मैं अपनी सभी छोटी व बड़ी बहनों को कहना चाहूँगा देखिए परिवार में प्यार और अपनापन तो तभी हो सकता है जब ये जो शिकायत करने की आदत है ना या किसी को डोमिनेट करने का संस्कार है इससे थोड़ा बचें। अब नई लड़की आपके घर में बहू बनकर आ गई है तो उसको अपने

में समाना है। हो सकता है उसकी भी कुछ गलती हो या उसमें कुछ कमजोरियाँ हो लेकिन मनुष्य ही गलती करता है कोई पशु-पक्षी तो गलती कर नहीं रहे हैं। मैं ये कहना चाहूँगा कि जो व्यवहार हम दूसरों से कर रहे हैं ये सृष्टि का सिद्धान्त है वो ही व्यवहार हमें भी प्राप्त होगा। अब उनको अपनी पत्नी को भी महत्व देना ही चाहिए क्योंकि एक परिवार से दूसरे परिवार में आना वहाँ एडजस्ट होना, संस्कार मिलन करना और अपनी एक छाप छोड़ना और बहुत सारी बातों को फेंक करना, समाना और पुराने प्यार को या पुरानी बातों को भुलाना ये कोई सहज काम नहीं होता। इसलिए इसमें मनुष्य को बहुत सहयोग की आवश्यकता होती है। ऐसे में आपको चाहिए बहुत स्पिरिचुअल पॉवर। राजयोग में स्पिरिचुअलिटी में सिखाया जाता है कि हमारे वायब्रेशन्स दूसरों को बदल सकते हैं। तो स्पिरिचुअल नॉलेज के द्वारा उन तीनों

को सुबह पाँच बजे जब तीनों सोये होंगे आप थोड़ा-सा राजयोग अभ्यास करेंगी 10 मिनट, योगाभ्यास माना सर्वशक्तिवान की किरणें मुझपर आ रही हैं, इन संकल्पों को रिपीट भी कर सकती हैं। मैं भगवान की संतान हूँ, मेरा जीवन बहुत सुखी है आपको मानस पटल से वो पर्दा हटाना पड़ेगा जो आपको उदास कर रहा है। जीवन भर ऐसा थोड़े ही है कि ऐसा ही रहेगा। परमात्म शक्तियों को अपने अन्दर लायेंगी, धारण करेंगी। फिर उन तीनों को आत्मा देखेंगी। ये तीनों आत्मायें हैं, भगवान के बच्चे हैं, बहुत अच्छे हैं। ये मेरे बहुत अच्छे फ्रेंड हैं, ये मेरे बहुत सहयोगी हैं, तीनों मुझे बहुत प्यार करते हैं। इसमें रोज सवेरे 10 मिनट टाइम लगायेंगी ना तो उनकी भावनायें, उनके विचार बदलेगे, उनका व्यवहार बदलेगा और आपका जीवन बहुत सुखी हो जायेगा। लेकिन मैं आपको कहूँगा कि भविष्य में कभी भी आपको दूसरों से ऐसा व्यवहार नहीं करना है। ये सीख लेना है कि अगर हमसे कोई ऐसा व्यवहार कर रहा है तो हमें कैसा लग रहा है।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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



ईर्ष्या और नफरत क्या होती...!!!

वरिष्ठ

राजयोगी ब्र.कु. सुरज भाई

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

जो अच्छा कर रहा है उसकी महिमा किया करें, हम भी ऐसे ही कर पायेंगे, हमारी भी महिमा होने लगेगी। अवसर भी मनुष्य के सामने से रोज गुजरते हैं, लेकिन जो व्यक्ति दूसरों को देखने में लगा हुआ है, निगेटिव है वो अवसरों को देख ही नहीं पाता, अवसर उसके सामने से गुजर जाते हैं बाद में उसे पता चलता है। इसलिए हमें न निगेटिव होना है, न व्यर्थ सोचना है। अपने को योग्य बनाते चलो, आगे बढ़ते चलो क्योंकि ईर्ष्या भी एक बहुत बड़ी अग्नि है जैसे काम, क्रोध की अग्नि है। जो हमारे अंदर की कई चीजों को जलाकर नष्ट कर

देती है, मनुष्य को उदास कर देती है। ईर्ष्या के शिकार तो वे होते हैं जिनके पास ज्ञान बहुत कम होता है। सब आगे बढ़ें, हमारे इस संसार में जो भगवान की रचना है सभी सुखी हो जायें, ये शुभभावना हमें रखनी है। देखिये हमारे मंत्रों में तो पहली-पहली यही चीजें हैं ना! सभी निर्भय हो जायें, सबका कल्याण हो जाये, सब बहुत धनवान हो जायें, ऐसी दुनिया भी आने वाली है जिसमें सब धनवान हो जायेंगे। तो हमें ईर्ष्या से जनित जो संकल्प होते हैं उससे अपने को बचाना है। जब हम भावनायें अच्छी रखते हैं तो एक-दूसरे के सुंदर वायब्रेशन्स भी हमें आगे बढ़ने में बहुत मदद करते हैं।

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

दूसरा नफरत, संसार में तो नफरत का बाजार आज बहुत गर्म है। घर-घर में नफरत फैली हुई है। मनुष्य एक-दूसरे के प्रति नफरत पैदा कर भी रहे हैं और सीखा भी रहे हैं नफरत करना। बहुत बुरी बात हो गई आजकल सम्बन्धों में और कईयों को अपने अंदर ही नफरत पैदा हो रही है दूसरे से। और इसके पीछे एक राज होता है दूसरों के अवगुण चित्त पर रख लेना। दूसरा कारण होता है कोई आपको बार-बार बुरा बोले, उस व्यक्ति का मुँह भी देखना नहीं चाहेंगे। नफरत हो जाती है उससे, किसी ने उसका जिक्र कर दिया तो आपके निगेटिव संकल्प बंद ही नहीं होंगे। नफरत होगी तुम्हें क्या पता, वो व्यक्ति कैसा है? बोलना शुरू कर देंगे। तो ये नफरत पारस्परिक सम्बन्धों में विष घोल रही है। पति-पत्नी के बीच नफरत, माँ-बाप और बच्चों के बीच नफरत, कुछ तो ऐसे भी केस

सामने आते हैं। छोटे बच्चे माँ को देखना ही नहीं चाहते। बच्चा नौ-दस साल का है, नफरत करता है, बोलता भी बुरा-बुरा है- जैसे माँ उसकी शत्रु हो। ऐसे में हम सिखाते हैं माँ को, उनसे क्षमा-याचना करो। पूर्व जन्म का कोई हिसाब-किताब, कोई निगेटिव एनर्जी काम कर रही है यहाँ। ऐसी आत्मा ने आपके घर में जन्म ले लिया है। जिससे पूर्व जन्मों में आपके कर्मों का खाता बहुत बुरा है वो हिसाब लेने आया है और आप उसकी माँ होते भी उसे प्यार नहीं दे सकती हैं और वो आपका बच्चा होते भी आपसे वैसा लाडल-दुलार प्राप्त नहीं कर सकता। तो हम अवगुणी दृष्टि को हटायें। कैसे हटायेंगे? एक सुंदर चिंतन करें। इस संसार में जितने भी मनुष्य करोड़ों-अरबों सभी भगवान की संतान हैं और सभी में कुछ-न-कुछ योग्यतायें, कुछ-न-कुछ विशेषतायें अवश्य हैं। हमें वो दिखती नहीं हैं वो हमारी गलती है।

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

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



अर्की-हि.प्र.। अर्की विधानसभा क्षेत्र के विधायक तथा मुख्य संसदीय सचिव संजीव अवस्थी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुभमा बहन, ब्र.कु. सुमन बहन तथा अन्य।



मुजफ्फर नगर-केशवपुरी(उ.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान उपस्थित हैं समाजसेवी याशिका चौहान, जिला समन्वयक तरनुम जी, ब्र.कु. बबिता बहन, ब्र.कु. जयन्ती बहन, भाजपा नेत्री एकता जी तथा अन्य।



बहल-हरियाणा। विशाल रक्तदान शिविर में ब्र.कु. शकुंतला दीदी को शॉल पहनाकर एवं स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित करते हुए बहल युवा एकता संगठन के प्रधान योगेश शर्मा तथा अन्य विशिष्ट महानुभाव।



रुदावल-भरतपुर(राज.)। शिव जयंती के कार्यक्रम में प्रधान नवल सिंह, उप सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुनीता बहन, पूर्व तहसीलदार महाराज सिंह, ब्र.कु. कमलेश बहन, ब्र.कु. पूजा बहन, ब्र.कु. हीरा लाल भाई, प्रिंसिपल रणवीर जी, पूर्व तहसीलदार मेवाराम जी, ब्र.कु. अरविंद भाई सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



आजमगढ़-उ.प्र.। शिव जयंती के शुभ अवसर पर चैतन्य झाँकी एवं शोभा यात्रा का शिव ध्वज दिखाकर शुभारंभ करते हुए कृषि वैज्ञानिक डॉ. आर.के. सिंह, ब्र.कु. रंजना बहन तथा अन्य भाई-बहनें।



फाजिल्का-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं फाजिल्का पीएसपीसीएल की एसडीओ यामिनी बहन, म्युनिसिपल कमिटी की मेम्बर पूजा लुथरा, ब्र.कु. प्रिया बहन एवं ब्र.कु. शालिनी बहन।



कादमा-हरियाणा। महाशिवरात्रि के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज के कादमा-झोझकलां सेवाकेन्द्र के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित 'मेरा गांव नशा मुक्त गांव' अभियान का शिव ध्वज लहराकर शुभारंभ करते हुए सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र से सरपंच अशोक बंटी, मेडिकल ऑफिसर डॉ. सुमन श्योराण तथा ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. वसुधा दीदी। नौ दिवसीय इस अभियान के समापन पर ब्रह्माकुमारीज पाठशाला रामबास में आयोजित कार्यक्रम में जिला पार्षद अशोक थालौर, सरपंच सुधीर शर्मा, बीडीसी सुरजनकौर, झोझकलां सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति बहन आदि उपस्थित रहे। इस दौरान विभिन्न गांवों के सरपंचों व प्रबुद्ध नागरिकों द्वारा अभियान यात्री ब्रह्माकुमारी बहनों का फूल मालाओं, स्मृति चिन्ह, शॉल आदि से सम्मान किया गया।



रसड़ा-उ.प्र.। शिव जयंती के अवसर पर ग्राम प्रधान अजय कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जागृति बहन एवं ब्र.कु. दमयन्ति बहन।



रूरा-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित महिला सशक्तिकरण कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. साधना बहन, माया कोरी अंतर्राष्ट्रीय खिलाड़ी, रचना त्रिपाठी भाजपा नेत्री, शालिनी उत्तम एसडीएम, राजयोगिनी ब्र.कु. उर्मिला दीदी, ज्ञानामृत संपादक मा.आबू, ब्र.कु. प्रीति बहन, कंचन मिश्रा, समाज सेविका, प्रतिमा अवस्थी जिला महिला कल्याण अधिकारी, डॉ. मंजू लता एडवोकेट जिला बार एसोसिएशन संयुक्त मंत्री तथा अन्य।



मोकामा-बिहार। 87वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा नगर परिषद में नवनिर्वाचित सदस्यों एवं कर्मचारियों के लिए आयोजित स्नेह-मिलन एवं सम्मान समारोह में मोकामा प्रखण्ड प्रमुख भवेन्द्र सिंह, नगर परिषद के कार्यपालक पदाधिकारी मुकेश कुमार, सभापति नीलेश कुमार माधव, उपसभापति नीतू देवी, कार्यपालक सहायक संजीव कुमार, ब्रांड एम्बेसडर छितेन्द्र सिंह तथा विभिन्न वार्ड के वार्ड पार्षद, ऑफिस के कर्मचारीगण, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. निशा बहन, बाढ़ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति बहन, बड़हिया सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रोशनी बहन, वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. विपिन भाई तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

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

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



ओ.आर.सी.-गुरुगाम। जी-20 के अंतर्गत भारत सरकार एवं ब्रह्माकुमारीज के सहयोग से युवाओं के लिए वाई-20 सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन ओआरसी के दादी प्रकाशमणि सभागार में हुआ। कार्यक्रम में रशिया, यूक्रेन, क्रीमिया एवं अन्य देशों के कलाकारों ने भारतीय संस्कृति की छटा बिखेरी। मेरा जूता है जापानी,

ओआरसी की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कार्यक्रम के प्रति अपनी शुभकामनाएं व्यक्त करते हुए कहा कि आध्यात्मिकता ही एक ऐसा माध्यम है जो हमारे मूल स्वरूप को प्रत्यक्ष करता है। अमेरिका से आए ब्र.कु. केन ने कहा कि जब स्वयं के साथ हमारा बेहतर सम्बंध होता है तब ही प्रकृति और व्यक्ति से हमारे सम्बंध



देश रंगीला रंगीला, ऐ वतन-वतन मेरे आबाद रहे... एवं बचपन के दिन भुला न देना जैसे मधुर गीतों के द्वारा, पंजाबी भांगड़ा के द्वारा भी बेहतरीन प्रस्तुति दी गई। साथ ही आध्यात्मिक और ईश्वरीय स्मृति के गीतों ने सुंदर समा बांधकर सबको भाव-विभोर कर दिया।

अच्छे होते हैं। ब्र.कु. अनुसुइया दीदी, ब्रह्माकुमारीज के रशिया स्थित सेवाकेंद्रों की निदेशिका ब्र.कु. संतोष दीदी, नर्सों मोंजी ईस्टिच्यूट ऑफ मैनेजमेंट स्टडीज यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉ. राजन सक्सेना सहित अन्य गणमान्य लोगों ने कार्यक्रम को सम्बोधित किया।

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



चंद्रपुर-महा। चंदा क्लब ग्राउंड में आयोजित 'श्रीमद् भागवत गीता एक जीवन संदेश' विषयक कार्यक्रम के दौरान ब्रह्माकुमारीज संस्थान के कार्यकारी सचिव राजयोगी डॉ. ब्र.कु. मृत्युंजय भाई एवं डॉ. राजऋषि बसवराज भाई को सांस्कृतिक एवं पर्यावरण राज्यमंत्री सुधीर भाऊ मुनगंटीवार द्वारा 'समाज गौरव पुरस्कार' प्रदान कर सम्मानित किया गया। इस मौके पर सुप्रसिद्ध गायिका साधना सरगम, नितिन भाई, जयगोपाल लुथरा, शशी मेकल आदि कलाकारों द्वारा भव्य सांस्कृतिक संध्या कार्यक्रम का आयोजन हुआ। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज के कला संस्कृति

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

प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. दयाल भाई, उपाध्यक्ष ब्र.कु. निहा बहन, गामदेवी मुम्बई, मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. सतीश भाई, ब्र.कु. ओंकार भाई, माउण्ट आबू, दिल्ली से ब्र.कु. अल्पा बहन एवं ब्र.कु. रचना बहन, कोलकाता से इलेक्ट्रॉनिक गिटार वादक शोभन कुमार घोष, मुम्बई से अभिनेत्री मोनिका पटेल, एलफिंस्टन मुम्बई से ब्र.कु. शीतल बहन, दावणगेरे से ब्र.कु. लीला बहन, बेंगलुरु से ब्र.कु. विश्वनाथ भाई, शारदा बहन, दुबई से मिडल ईस्ट कोऑर्डिनेटर डॉ. गायकवाड़, उल्हासनगर से शाम नोतानी, अमरावती से ब्र.कु. सीता बहन व अन्य गणमान्य उपस्थित रहे।

इसी के साथ इस दौरान ब्रह्माकुमारीज चंद्रपुर क्षेत्र द्वारा राजयोगिनी ब्र.कु. कुसुम दीदी के प्रथम स्मृति दिवस के निमित्त पाँच दिनों तक विभिन्न भव्य कार्यक्रम आयोजित हुए।

तुलुम चंद्रपुर में कुसुम पार्क का शिलान्यास तथा पौधा रोपण हुआ। चंद्रपुर की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. कुन्दा दीदी ने कुसुम दीदी की स्मृतियों को ताजा किया। इस मौके पर उपस्थित सभी भाई-बहनों ने राजयोगिनी ब्र.कु. कुसुम दीदी को भावपूर्ण श्रद्धासुमन अर्पित किये।

राजयोग की शिक्षा हमें आंतरिक रूप से सशक्त बनाती

सारनाथ-वाराणसी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज एवं अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच, वरुणा शाखा के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित संगोष्ठी एवं ट्रेनिंग कार्यक्रम में मोटिवेशनल स्पीकर ब्र.कु. तापोशी बहन ने कहा कि आज के भौतिकवादी युग में बाह्य आकर्षण और दिखावे ने नारियों को खुद के ही आंतरिक गुण और शक्तियों से खोखला कर दिया है। ऐसे समय में परमात्म प्रदत्त ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग की शिक्षा हमें आंतरिक रूप से सशक्त एवं युयोग्य बना सकती है। राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. राधिका बहन ने कहा कि यदि नारियां स्वयं में विद्यमान

आंतरिक गुण और शक्तियों को उजागर करें तो समाज में नई और श्रेष्ठ पहचान मिलना आसान हो जाएगा। अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच की राष्ट्रीय अध्यक्षा श्रीमति रीता अग्रवाल ने कहा कि आज हमें जो प्रेरणा मिली वह हम

नारियों के जीवन के लिए आदर्श साबित होगी। इस अवसर पर अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच की पूर्व अध्यक्षा श्रीमति रीता तुलस्यान, अनिता गिनोडिया के साथ पूर्व उपाध्यक्षा श्रीमति यश मोदी आदि ने भी अपने विचार व्यक्त किये।



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

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

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

9 ब्रह्माकुमारी बहनों ने किया ईश्वरीय सेवार्थ आजीवन समर्पित

विन्ध्याचल-मिर्जापुर(उ.प्र.)।

ब्रह्माकुमारीज द्वारा विन्ध्याचल में नवनिर्मित 'शिवशक्ति आध्यात्मिक कला मंदिर एवं 3डी शो' के उद्घाटन कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज की अति. मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी ने कहा कि दृढ़ विश्वास और नम्रता जीवन में



सदा सफलता दिलाते हैं। इस कला मंदिर में जो भी प्रवेश करेगा उसे जीवन की यथार्थ पहचान और आंतरिक सत्य का बोध होगा। श्रीराम जन्म भूमि, अयोध्या के मुख्य पुजारी आचार्य सत्येन्द्रदास जी महाराज ने कहा कि जन-कल्याण के वृहद् आध्यात्मिक कार्य के साथ निःस्वार्थ सेवाभाव इस संस्था की पहचान है। संस्था के कार्यकारी सचिव राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय भाई व क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी ने अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बिन्दू दीदी ने सभी का स्वागत किया। नागपुर से आए प्रसिद्ध गायक ब्र.कु. अविनाश ने आध्यात्मिक गीत-संगीत की सुंदर प्रस्तुति दी। सायंकाल मिर्जापुर



स्थित श्रीकृष्णा टावर मैदान में आयोजित सम्मान समारोह में घर-गृहस्थ में रहते पारिवारिक, सामाजिक के साथ आध्यात्मिक दायित्व का निर्वहन करने वाले सौ

से अधिक संस्था के सदस्यों का सम्मान किया गया। साथ ही इस मौके पर नौ ब्रह्माकुमारी बहनों ने ईश्वरीय सेवार्थ परमात्मा शिव को अपना जीवन समर्पित किया।

