# ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

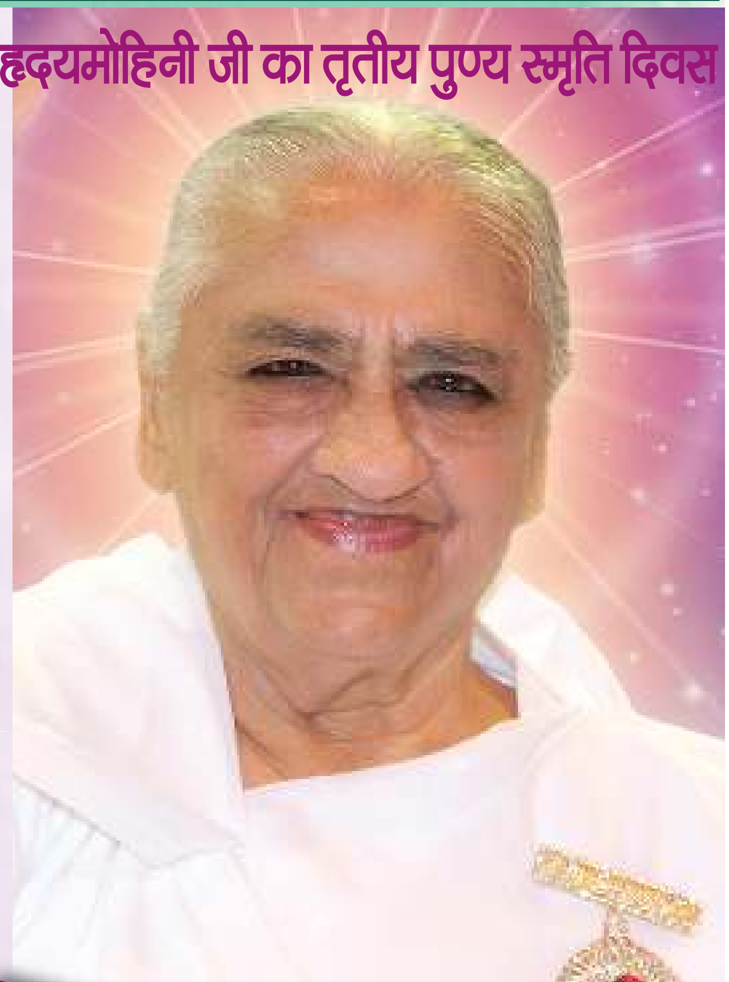
वर्ष -26 | अप्रैल - II - 2024 | अंक - 02 | माउण्ट आबू | Rs.-12

## शांतिवन में 'दिव्यता दिवस' के रूप में मनाया गया राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी का तृतीय पुण्य स्मृति दिवस

# दिव्यता और पवित्रता से गुलज़ार था दादी का जीवन

अलसुबह से सभी ने किया 'अव्यक्त लोक' में विशेष योग

"ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी की स्मृतियों को ताज़ा करते हुए संस्थान के वरिष्ठ भाई-बहनों सहित देशभर से आए लोगों ने अर्पित की पुष्पांजली"



ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी को उनके तृतीय पुण्य स्मृति दिवस पर हृदय से कोटि-कोटि श्रद्धासुमन और शत् शत् नमन्।

### विशाल डायमण्ड हॉल में हुआ आयोजन

**शांतिवन।** ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी (गुलज़ार दादी) का तृतीय पुण्य स्मृति दिवस 'दिव्यता दिवस' के रूप में मनाया गया। दादी की याद में बने अव्यक्त लोक पर मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी मोहिनी दीदी, संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी मुन्नी दीदी व अन्य वरिष्ठ भाई-बहनों ने पुष्पांजलि अर्पित की। इसके बाद देशभर से आए लोगों ने पुष्पांजलि अर्पित कर दादी की शिक्षाओं को याद किया। अलसुबह से लेकर रात तक सभी ने विशेष योग-तपस्या भी की।

डायमंड हाल में आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि दादी का जीवन दिव्यता, पवित्रता और सादगी की मिसाल था। दादी को बचपन से विशेष दिव्य दृष्टि का वरदान प्राप्त था। दादी ने बचपन से लेकर जीवन की आखिरी सांस मानव सेवा, विश्व कल्याण और परमात्म संदेश को जन-जन तक पहुंचाने में लगा दी।

### बचपन से था शांत और गंभीर स्वभाव «

अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी मोहिनी दीदी ने कहा कि दादीजी का स्वभाव बचपन से ही शांत और गंभीर था। वह योग की प्रतिमूर्ति थीं। वह दिन-रात योग में ही मग्न रहती थीं। उन्होंने खुद को योग-तपस्या से इतना मज़बूत, सशक्त और शक्तिशाली बना लिया था कि उन्हें बीमारी में दर्द का अहसास नहीं होता था। दादीजी को बचपन में ही वरदान मिल गया था कि यह बच्ची आगे चलकर लाखों लोगों के जीवन को बदलने के निमित्त बनेगी। दादीजी के जीवन का मूलमंत्र था कि पवित्रता और सादगी जीवन का सर्वश्रेष्ठ श्रृंगार है। मैं खुद को बहुत भाग्यशाली समझती हूँ कि मुझे दादीजी के साथ रहने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। ऐसी दिव्य आत्माएं खुद के साथ अनेकों के जीवन को बदलने के निमित्त बनती हैं।

### 50 साल तक निभाई संदेशवाहक की भूमिका «

महासचिव ब्र.कु. निर्वैर भाई ने कहा कि दादीजी को दिव्य बुद्धि का वरदान मिला हुआ था। उन्होंने 50 साल तक लाखों लोगें को परमात्म संदेशवाहक बनकर ईश्वरीय अनुभूति कराई। दादी का जीवन आदर्श जीवन था। उन्होंने अपने जीवन से लाखों लोगों को प्रेरणा दी। अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन भाई ने कहा कि दादी की शिक्षाएं आज भी हम सभी का मार्गदर्शन करती हैं। उन्होंने अपने श्रेष्ठ, दिव्य और महान कर्मों से जो लकीर खींची है वह आज भी हमारे लिए प्रेरणा देती है। संयुक्त मुख्य प्रशासिका ब्र.कु. मुन्नी दीदी ने कहा कि दादीजी का पूरा जीवन ही मिसाल था। वह अपने कर्मों से शिक्षा देती थीं। इस मौके पर संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी, मीडिया निदेशक ब्र.कु. करूणा भाई, गुरुग्राम ओ.आर.सी. की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, दिल्ली की ब्र.कु. पुष्पा दीदी सहित अन्य वरिष्ठ भाई-बहनों ने भी अपने श्रद्धासुमन अर्पित किए।

### एक साल रहीं मुख्य प्रशासिका «

बता दें कि राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी 11 मार्च 2021 को अपने भौतिक देह का त्याग कर अव्यक्त हुईं। उनकी याद में बने अव्यक्त लोक में उनके जीवन की शिक्षाओं को अंकित किया गया है। 27 मार्च 2020 में ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी के दिवंगत होने के बाद राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी मुख्य प्रशासिका बनी थीं। दादी हृदयमोहिनी को सभी प्यार से दादी गुलज़ार भी कहते थे।

### वर्ष 1928 में कराची में हुआ था जन्म «

दादी हृदयमोहिनी के बचपन का नाम शोभा था। आपका जन्म वर्ष 1928 में कराची में हुआ था। आप जब 8 वर्ष की थीं तब संस्था के साकार संस्थापक ब्रह्मा बाबा द्वारा खोले गए ओम निवास बोर्डिंग स्कूल में दाखिला लिया। यहां आपने चौथी कक्षा तक पढ़ाई की। स्कूल में बाबा और मम्मा (संस्थान की प्रथम मुख्य प्रशासिका) के स्नेह, प्यार और दुलार से प्रभावित होकर आपने अपना जीवन उनके समान बनाने का निश्चय किया। आपकी लौकिक मां भक्ति भाव से परिपूर्ण थीं।

### मात्र चौथी कक्षा तक की थी पढ़ाई «

दादी हृदयमोहिनी ने मात्र चौथी कक्षा तक ही पढ़ाई की थी। लेकिन तीक्ष्ण बुद्धि होने से आप जब भी ध्यान में बैठतीं तो शुरुआत के समय से ही दिव्य अनुभूतियां होने लगी। यहां तक कि आपको कई बार ध्यान के दौरान दिव्य आत्माओं के साक्षात्कार हुए, जिनका ज़िक्र आपने ध्यान के बाद ब्रह्मा बाबा और अपनी साथी बहनों से भी किया। दादी हृदयमोहिनी की सबसे बड़ी विशेषता थी उनका गंभीर व्यक्तित्व। बचपन में जहां अन्य बच्चे स्कूल में शरारतें करते और खेल-कूद में दिलचस्पी के साथ भाग लेते, वहीं आप गहन-चिंतन की मुद्रा में हमेशा रहतीं।

दादी के पुण्य स्मृति दिवस पर शांतिवन के विशाल डायमण्ड हॉल में परमात्मा शिव तथा दादी हृदयमोहिनी को भोग स्वीकार कराया गया। इस मौके पर देशभर से आए हज़ारों लोग उपस्थित रहे।

शांतिवन के विशाल डायमण्ड हॉल में आयोजित कार्यक्रम में हज़ारों की संख्या में देश-विदेश से आए भाई-बहनें हुए शामिल।

## 'एकांत' हमारा सच्चा दोस्त है... जो स्वतंत्र रहना सिखाता

जो लोग अकेले में ज़्यादा समय बिताते हैं वे फिज़िकल, मेंटल और इमोशनल स्ट्रेस से काफी हद तक मुक्त रहते हैं। लगातार लोगों से घिरे रहते हैं तो एकाग्रता और निर्णय क्षमता पर विपरीत असर पड़ता है, जल्दी गुस्सा आने लगता है। एकांत को मनुष्य का दोस्त बताया गया है, जो स्वतंत्र रहना भी सिखाता है। बार-बार डिस्टर्ब होना, मूड ऑफ होना, कामनायें पूरी न होने पर आहत होना, इच्छाओं पर नियंत्रण न रख पाना, असहज महसूस होना, भावनाओं को ठेस पहुंचना, एकांत से पता चलता है कि हम क्यों आहत होते हैं, क्यों हर्ट होते हैं।
जब कहते हैं मेरी भावनायें, मेरे विचार तो 'मैं' और 'मेरा', इसकी सूक्ष्मता को समझना ज़रूरी है। 'मैं' अलग, 'मेरा' अलग, 'मैं' मालिक, तो 'मेरे' पर मेरा नियंत्रण। इस तरह से एनालाइज़ करने पर हम अपनी शक्ति को बढ़ाते हैं और 'मैं' जो कि मालिक हूँ, इस भाव की प्रखरता आती है और 'मेरे' पर नियंत्रण करने की ताकत आती है।
ये सही है कि किसी की भी शत् प्रतिशत् मनोकामनायें पूर्ण नहीं होती, इस सच्चाई को हमें स्वीकारना चाहिए। और जब हम एकांत में, शांत मन से इस तरह सोचते हैं, अवलोकन करते हैं, उसको देखते हैं तो हम सच्चाई से रूबरू होते हैं। और जहाँ सच्चाई को आधार बनाकर

राजयोगी ब्र.कु. गंगाधर

तटस्थ भाव से देखते हैं तो इमोशनल से होने वाले हर्ट से बच सकते हैं। अनावश्यक इच्छायें, कामनायें जो हमारे जीवन में बार-बार अस्थिरता पैदा करती हैं उनसे मुक्त रह सकते हैं।
एकांत के साथ-साथ एकाग्रता को भी बढ़ाना बहुत ज़रूरी है। एकांत में जब हम किसी पर फोकस करते हैं, सही क्या, गलत क्या तो फिर इस नतीजे पर पहुंचते हैं कि मुझे ऐसा करना है, इसी में मेरा और सर्व का कल्याण है, इसपर ही मुझे स्थिर रहना है। इसमें ही सक्सेस है।
एकांत में बिताया समय आने वाली परिस्थितियों में हमें स्थिर बनाए रखने में मदद करता है। स्वयं को विचलित होने से बचाये रखने की ताकत देता है। लक्ष्य के भटकाव से मुक्त रखता है। एकांत हमें मूल्यवान बनाता है। स्वयं पर भरोसे को कायम रखता है।
एकांत वह टूल है, शस्त्र है, यंत्र है जो हमारी निर्णय और परख शक्ति को धार देता है। मन में उत्पन्न होने वाले व्यर्थ थॉट्स से बचाता है। एकांत एक जनरेटर की तरह है, जो स्व-निहित ऊर्जा को उत्पन्न करता है। जैसे सूर्य की बिखरी प्रकाश की किरणें उचित अंतर पर लेंस रखने से कागज़ के टुकड़े व घास-फूस को जला देती हैं, उसी तरह हमारी स्व-निहित शक्ति फोकस्ड होने पर हमें व्यर्थ से मुक्त रख समर्थवान बनाती है। मार्ग में आने वाली रुकावटों, कठिनाइयों, चुनौतियों में हमें सामना करने की ताकत देती हैं। भावनाओं के वश बार-बार गुस्से का शिकार होने से बचाये रखती है। तनाव व चिड़चिड़ापन, फीलिंग की फ्लू जैसी बीमारियों से रोकथाम करती है। और महत्त्वपूर्ण बात यह है कि हम लक्ष्य की ओर अग्रसर होते जाते हैं।
राजा-महाराजा भी कुछ पल अकेले में वक्त बिताने और ध्यान लगाने के लिए जाया करते थे। एकांत को मनुष्य का दोस्त बताया गया है जो स्वतंत्र रहना भी सिखाता है। स्वतंत्र का मतलब है, स्वयं का तंत्र। यानी मेरा अपना तंत्र, मेरी अपनी व्यवस्था। इसको हम सही अर्थ में समझें तो हमारे अंदर चलने वाली भावनायें, इच्छायें, संकल्प जिससे हम चलते हैं वो तंत्र। अपने तंत्र पर काबू होना माना कि स्वच्छंदता से मुक्त रहना। अर्थात् अमंगलकारी भावनाओं, इच्छाओं, आवेश के प्रभाव से स्वयं को बचाना। आये अवसर से स्वयं को संवारना और उससे आगे बढ़ना, आत्म विश्वास को प्रगाढ़ करना। एकांत हमारी क्षमताओं को शक्ति प्रदान करता है। अपने अंदर छिपी संभावनाओं को संभव करने का बल देता है।
जैसे आजकल की जीवन-व्यवस्था में संडे का अवकाश रहता है। इस प्रणाली के पीछे सोच यही है कि बीते छः दिन में हम कैसे रहे, कैसे रिएक्ट किया, हमारी मानसिक अवस्था कैसी रही, हमने रिस्पॉन्ड कैसे किया व तयशुदा लक्ष्य की ओर और आगे बढ़े और हासिल किया व कुछ काम अधूरे रह गये, रह भी गये तो क्यों रहे, इस पर एनालाइज़ करना और रियलाइज़ कर आगे बढ़ना। इसी तरह हमें भी बीच-बीच में एकांत में जाना चाहिए जहाँ हम अपने को देख सकें, अपने को निहार सकें, निखार सकें और उस निष्कर्ष तक पहुंचें कि मुझे इस तरह से आगे अपडेट करना है।

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

## 'हम किसके हैं' ये स्मृति रहने से माया आ नहीं सकती

कोई कहे मोह नहीं टूटता तो कहो है बाबा मैंने नष्टोमोहा का मन्त्र नहीं पढ़ा है... कहते हैं देहधारियों में वृत्ति जाती है, मेरा सवाल उठता क्यों? आप कहते हम कोशिश करते, मैं कहती तुम ओबीडिएन्ट नहीं। आप कहते हम पुरुषार्थ करते, मैं कहती तुम कुछ नहीं करते। निश्चयबुद्धि ही नहीं हो। पूरा निश्चयबुद्धि कब बनेंगे? क्या मरने के बाद? निश्चयबुद्धि विजयन्ती अभी की बात है या बाद की? क्या बाबा के यह बोल रॉन्ग हैं कि बच्चे निश्चयबुद्धि विजयी। अगर नहीं तो कम्पलीट विजयी बनकर दिखाओ।
अगर मैं किसी में अटैच होऊंगी तो क्या दूसरे को पावन बना सकूँगी! खुद फंसा हुआ दूसरे को फांसी से कैसे छुड़ायेगा! जब न्यूज़ सुनते कि फलाने को फांसी की सजा मिली तो ख्याल आता फांसी! लेकिन जब खुद कहते मेरे से यह विकार जाता नहीं, वृत्ति जाती नहीं तो यह भी तो फांसी की सज़ा है। फांसी के तख्ते पर लटके हुए हो। अगर आज फांसी के तख्ते से उतर बापदादा के दिल तख्त पर नहीं बैठे तो फिर कब बैठेंगे!
मैं तो कहती हूँ- माया तू मेरे पास क्यों नहीं आती! मुझे भी तो कुछ अनुभव करा। मैं तो माया को चैलेंज करती हूँ, मैं अपने बाबा की हूँ, मैं दुनिया की थोड़े ही हूँ। आप दुनिया को देखते हो तो वह ऐसे-ऐसे करती है। हमारे पास दुनिया को देखने के लिए आँखे हैं ही नहीं। बाबा ने हमारा तीसरा नेत्र खोल दिया। देहधारियों को देखने वाला नेत्र ही नहीं है। अगर अपने को ओबीडिएन्ट समझते तो इसमें ओबीडिएन्ट बनो।
ओबीडिएन्ट माना आज्ञा पालन करने वाला, फेथफुल। मैं अगर ओबीडिएन्ट हूँ तो बाबा के डायरेक्शन के खिलाफ यह सब मेरी गलतियां क्यों होती। जब हम सर्वेन्ट हैं तो सेठ की बात क्यों नहीं मानते। जब सेठ से बुद्धि हट जाती तो भाव-स्वभाव में आकर झगड़ा करते। बाबा कहता बच्चे निर्मान बनो, नम्र बनो और हम होते गर्म। तो क्या मैं ओबीडिएन्ट हुई! हमें तो बहुत-बहुत मीठा बनना है।

> बाबा ने हमारा तीसरा नेत्र खोल दिया। देहधारियों को देखने वाला नेत्र ही नहीं है। अगर अपने को ओबीडिएन्ट समझते तो इसमें ओबीडिएन्ट बनो।

कई ऐसे भी हैं जो अनुमान की दुनिया बनाकर बैठते हैं। भूख होती है मान की, फिर बातें दूसरों की अनु जैसी निकालते रहते। फलाना ऐसा है, फलाना ऐसा बोलता, कई बार मिसअन्डरस्टैंडिंग में अनुमान का शिकार हो जाते हैं। अनुमान की बीमारी कईयों को शिकार कर मार देती है। अन्दर समझते फलाने ने मुझे इस नज़र से देखा, वह मेरे लिए ऐसा सोचता... मैं तो ऐसे इज्जत से चलने वाला हूँ। मुझे यह ऐसा कहते, फिर जाकर घर में बैठ जायेंगे, तो शिकार हो गये ना। मुरली में तो बाबा ने ऐसे कभी नहीं कहा कि तुम जाकर घर बैठ जाओ। मिसअन्डरस्टैन्ड में मिस हो जाते। अरे तुम कुमार-कुमारी रहो, मिस क्यों बनते! बाबा ने हमें सीढ़ी उतरने से बचा लिया, अकेला हूँ, अकेले का हूँ, न कोई दुश्मन है, न किसी से द्वेष है। हम कितने लकी हैं, एक के हैं, एक हैं, अपने लक की महिमा करो। मुझे बचा लिया बाबा ने... फिर क्यों कहते वृत्ति जाती? इन्हें दूध पिलाकर मोटा नहीं करना। इन्हें समाप्त करके जाओ। बुद्धि में दृढ़ता हो कि हम किसके हैं तो माया आ नहीं सकती। आप उनका स्वागत क्यों करते हो? दरवाजा क्यों खोलते! स्वागत करेंगे तो मार डालेगी। हमारा जन्म बदला, हमारा नाम, धर्म, कुल, कर्म, सम्बन्ध सबकुछ बदल गया। हम सारी दुनिया से बदल गये, हम इस दुनिया को देखें ही नहीं।

## प्रैक्टिकल रूहानी निश्चय का रूहानी नशा हो

जिस समय जो काम कर रहे हो, उस समय वहीं फुल अटेन्शन हो। यानी जिस समय जो काम कर रहे हैं, उसी में ही बुद्धि हो। योग और कर्म दोनों का बैलेन्स रखो। कई कहते हैं कर्म करते कर्म में अटेन्शन चला जाता है तो कर्म थोड़ा नीचे-ऊपर हो जाता है। अगर काम करते हुए हम परमात्मा को याद करेंगे तो परमात्मा द्वारा हमको शक्ति मिलेगी। उस परमात्म शक्ति के आधार से आत्मा को याद तो आयेगी ही। तो आप सोचो हमारा काम अच्छा होगा या बुरा? कई कहते कामकाज करते दिमाग चलाते तो याद भूल जाती है लेकिन परमात्म याद से और अपने को राजा समझके कर्मेन्द्रियों से काम कराने से काम अच्छा हो जायेगा, कोई नुकसान नहीं होगा। बाबा की शक्ति मिलेगी।
तो अशरीरी बनने के लिए कोई भी चीज़, शरीर की या बाहर की कोई भी हद की विनाशी चीज़ हमारे मन को अपने तरफ खींचे नहीं। समझो मक्खी आई या कोई भी बात आई लेकिन हमारे मन-बुद्धि को वह बात खींचे नहीं। अच्छा मक्खी आयी मैंने हटाया, हमारा मन क्यों हटे? मन हमारा मनमनाभव। मन अगर बातों की आकर्षण में आ जाता है तो कहते हैं यह कर्मयोग नहीं है, अशरीरी बनो। अशरीरी माना शरीर भूल जाए, इसका मतलब यह नहीं है। शरीर भान अपनी तरफ खींचे नहीं। बाबा से मन निकल करके व्यर्थ संकल्पों में अटक जाये, यह रॉन्ग है। काम करते हुए मैं बाबा की हूँ, बाबा मेरा है, इस खुशी के अनुभव में रहें। कौन है और कौन मिला है? क्या दिया है? उससे हम क्या बनें हैं? तो अशरीरी अवस्था का अनुभव करने के लिए पहले यह सब चेकिंग करो। किसी भी प्रकार से व्यर्थ की आदत चंचल बना देती है इसलिए व्यर्थ को जब तक समर्थ संकल्प नहीं दिया है यानी जगह नहीं भरा है, तो मन कभी भी अचल नहीं होगा। बाबा कहते हैं मुरली है शुभ संकल्पों का खज़ाना। अगर व्यर्थ चलता है तो कम से कम पूरी मुरली नहीं तो धारणा का सार, वरदान और स्लोगन ही पढ़ लो यानी बाबा की मीठी-मीठी बातों को याद करो, ऐसी-ऐसी विधियां अपनाओ तभी अशरीरी बन सकेंगे।

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

लास्ट घड़ी हमारे को पास विद ऑनर का सर्टीफिकेट मिलना है। अभी तो कभी कैसे, कभी कैसे चल रहे हैं, यह तो बाबा जाने और हम जानें। लेकिन लास्ट घड़ी जो आनी है, उसमें अचानक चारों तरफ कुछ न कुछ होता रहेगा। अन्त के समय हर चीज़ अति में जानी है। तो ऐसे टाइम पर आपको एक सेकण्ड अशरीरी बनने में लगे। और अगर हमारा चारों तरफ में से किसी तरफ अटेंशन चला गया तो पास विद ऑनर तो गया, फिर वो थोड़ी सेकण्ड आयेगा इसीलिए राजा(मालिक) बन करके शरीर को, मन को चलाओ। तो हमारी एम यही हो कि पास विद ऑनर होना है और माला का मणका बनना ही है। तो इतना निश्चयबुद्धि और नशे में रहेंगे, अभ्यास करते रहेंगे तो अवश्य होंगे। जो कल्प बीत गया, उसमें मैं ही विजयी था, मैं ही हूँ और मैं ही हर कल्प में बनूँगा। ऐसा नशा होना चाहिए, और कौन बनेगा, हम ही तो बनेंगे। तो इस नशे और निश्चय से पुरुषार्थ हो तो हमारा संकल्प बाबा पूरा नहीं करे, यह हो ही नहीं सकता। अहंकार से नहीं, रूहानी नशे से अगर हम इस निश्चय में चलते हैं तो भगवान को हमें आगे रखना ही पड़ेगा। यह अभिमान नहीं लेकिन प्रैक्टिकल रूहानी निश्चय का रूहानी नशा होना चाहिए।
दिल की मुस्कुराहट चेहरे पर आपेही आती है और वह हर्षितमुख चेहरा हमेशा सेवा का साधन बनता है। प्राप्ति वाली शक्ल कैसी होगी, खुशी हमारे जीवन की मिलकियत है इसलिए इसे कभी गँवाना नहीं चाहिए। कोई तो बीती हुई बातों को रिपीट करने से परेशान होते रहते हैं, खुशी गुम हो जाती है और खुशी गंवाना माना हेल्थ, वेल्थ, हैप्पी तीनों गँवाना। खुशी जैसी खुराक नहीं है। खुश रहो और खुशी बाँटो, जितनी बाँटेंगे उतनी बढ़ेगी।
अशरीरी बनने के लिए मन को बिजी रखने का ख्याल ज़रूर रखना क्योंकि मन ही धोखा देता है और दूसरा भी शक्ल ऊपर-नीचे नहीं हो। कुछ भी हो जाये चिंता करने से कुछ मिलने वाला नहीं है। सोचने से कुछ बन जायेंगे क्या! जो बीत चुका उससे क्या बनेगा? चिंता मिलेगी बस और कुछ नहीं मिलेगा। तो यहाँ मधुबन से दृढ़ संकल्प करके जाओ, मुझे अपना चेहरा रूहे गुलाब जैसा रखना है।

राजयोगिनी दादी जानकी जी

## जो बाबा ने कानों में सुनाया वही सोचना है, वही करना है

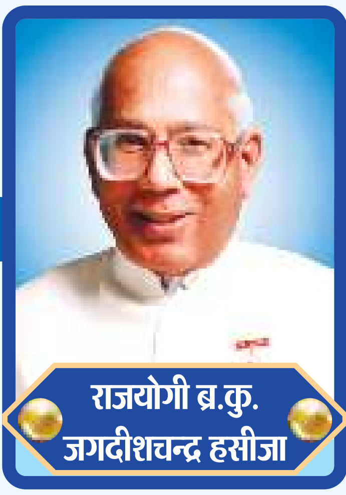
ड्रामा की हर सीन सामने आती है। सब दिन होत न एक समान। पढ़ाई है लेकिन परीक्षा न हो तो पास कैसे होंगे! इसमें भी एक ईर्ष्या, दूसरा निराश है, कभी प्रसन्न नहीं रहते। अगर खुद प्रसन्न हैं, परिवार प्रसन्न है, सेवा में प्रसन्न हैं तो बापदादा प्रसन्न हैं। ड्रामा में जो बात सामने आयी, खेल न समझा तो हार खायी, सीन बहादुर हो गयी। अपमान ने इफेक्ट में लाया तो जो स्वमान में रहने की बाबा ने अच्छी सुत्ती घोट के पिलाई है, उस पर विचार सागर मंथन करने की आदत ही नहीं है। अगर सूक्ष्म में जाकर देखें तो पढ़ाई का जो सार है वह बहुत काम कर रहा है। विस्तार में थोड़ा भी जाते हैं तो संकल्प की क्वालिटी नहीं रहती। निष्काम सेवा की स्थिति से नीचे आ जाते। सेवा में निरहंकारी भी नहीं रह सकते। एक ही टाइम पर कई प्रकार की सेवा सामने हैं। बेहद के सेवाधारी हैं। पाँच तत्वों के पार रहते हैं। जैसे बाबा बैठा है अनेक प्रकार के बच्चों को देखता है, दुखियों की पुकार सुनता है। हम आत्मा को क्या करना है? हमें कोई जंगल में नहीं जाना है। बाबा हमारे से क्या चाहता है! मैं तो फूल बनूँ, पर ऐसे फूलों को बाबा के सामने ले आऊं। बाबा ऐसा है जो कभी हमारे अन्दर चाहना पैदा होने नहीं देता है। बाबा जो चाहता है, बाबा को जो कराना है, उसमें हाँ जी, मुख से भले नहीं करो, पर हाज़िर रहो। एक बार बाबा ने मुझे कहा हुज़ूर कोई हुकुम है। तुमने हाँ जी कहा है ना, तो हुज़ूर सदा हाज़िर रहेगा। मुझे अपने आपको सम्भालना है, जो बाबा ने कानों में सुनाया है वही सोचना है। वही करना है, बस। बाबा ने खुद करके दिखाया है। बाबा जैसी सेवा कोई कर नहीं सकता। पर सेवा करते जितना निरहंकारी, निष्कामी रहा है, हमें भी उन जैसा रहना है।

निजी गुण, कर्म और स्वभाव की समानता के आधार पर महानता

# भगवान इन्सान में फेथ रखे ये तो बड़ी बात हो गई...!!!

गतांक से आगे...

जैसा कि पिछले अंक में आपने पढ़ा कि जो विश्व के शिरोमणि आत्मायें हैं, जो हीरो पार्टधारी हैं, वह टाइटल हमको दे दिया- यह कितनी बड़ी बात है! तो बाबा ने कोई ट्रस्ट करके आपमें विश्वास रखके, आपके ऊपर एतबार करके कि आप ऐसी आत्मायें हैं तभी आप यहाँ आये हैं, यह बनने के लिए दावा आपने लगाया है। तो बाबा ने जिसमें विश्वास किया है उसको अगर हम न निभायें, तो विश्वास तोड़ने को क्या कहा जाता है - विश्वासघात।




विश्वासघात तो बहुत बड़ा पाप होता है। कोई हममें विश्वास करे, कोई कहता है यह बात आपको बता रही हूँ, किसी को बताना मत, इसमें मेरे जीवन का सवाल है, यह बहुत खतरा है, मैं बदनाम हो जाऊंगी, लेकिन अपने मन को हल्का करने के लिए तुम्हें बताया है इसलिए अपने तक ही रखना क्योंकि तुम्हारे में मेरा विश्वास है, तुम्हारे से राय करने के लिए मैंने कहा है और अगर वह विश्वासघात कर दे, इधर-उधर 20-25, 40-50 व्यक्तियों को बता दे तो आपको कैसा लगेगा! यह तो विश्वासघाती आदमी है। बुरा लगेगा ना! तो वह तो हो गई मनुष्य की बात, स्वयं भगवान ने जिसमें विश्वास किया हो... लोग तो कहते हैं भगवान पर भरोसा करो, भगवान पर विश्वास करो यह भी बहुत बड़ी बात है। गॉड में फेथ रखना चाहिए और गॉड ने आपमें फेथ रख दिया, यह तो कितनी बड़ी बात हो गई! बजाय इसके कि इन्सान भगवान में फेथ रखे, भगवान ने एक इन्सान में फेथ रख दिया और अगर वह भी इन्सान तोड़ दे तो क्या कहेंगे उसको? अति निकृष्ट, जो अपनी तकदीर को लकीर लगाये, अपने सौभाग्य को लात मारे। अपने पाँवों को अपनी कुल्हाड़ी से काटे, जिस डाल पर बैठा हो उसी को काट दें, तो यह कितनी बड़ी जिम्मेवारी है। याद रखिए कि भगवान का यह टाइटल जो सर्व श्रेष्ठ मिला है उसे हमें तोड़ निभाना है, हमें इसको कायम रखना है।

वरना आप सोचिए अगर कोई एक नाव चलाने वाला नाविक हो, केवट हो और उसको पानी से डर लगे तो आप कहेंगे भाई तू भी अजीब आदमी है पानी से डरता है! चला ली तूने नाव, हमको भी डुबायेगा, खुद भी डूबेगा। अगर कोई बन्दूक चलाने वाला सिपाही हो, जब भी बन्दूक की आवाज़ कहीं से आये, कहीं दूर आवाज़ आये और वह काँपने लगे, तो आप क्या समझोगे? यह भी अजीब सिपाही है, यह तो हमें ही मरवा डालेगा, यह हमारा रक्षक क्या होगा?

तो जो व्यक्ति जैसा है अगर वह वैसा कर्म न करे, उससे भिन्न, उससे विपरित अगर उसके गुण, कर्म और स्वभाव हों तो वह उसके साथ फिट नहीं होता। वह गलत टाइप का व्यक्ति है। तो बाबा ने जब हमको चुना है यह समझ करके हम इस बात को धारण करेंगे। तो हमें अपनी फिटनेस को ठीक रखना है। अपने उस कर्त्तव्य, जिम्मेवारी को पूरी तरह से निभाना है, यह नहीं कि हम भी काँपना शुरू कर दें कि यह कैसे हो सकता है, यह हमारे लिए पॉसिबल ही नहीं है, लेकिन जब पॉसिबल है तभी तो बाबा ने कहा है। आदि, मध्य, अन्त को जानने वाला जो त्रिकालदर्शी बाप है स्वयं उसने यह टाइटल हमें दिया है तो फिर हमें कितना ख्याल रखना चाहिए! अभी हम साहबजादे, साहबजादियां हैं और भविष्य में होने वाले शहजादियां और शहजादे हैं। साथ-साथ जो सतयुग में देवी-देवता बनने वाले और स्वराज्य को धारण करने वाले मोर मुकुटधारी हैं या रत्नजड़ित ताज़ धारण करने वाले, तख्त पर बैठने वाले हैं। अभी ब्रह्माकुमार-कुमारी बनते हैं, उसके बाद वह विश्व के महाराज कुमार और महाराज कुमारियां बनते हैं, तो यह हमारा भविष्य है।

> भगवान ने एक इन्सान में फेथ रख दिया और अगर वह भी इन्सान तोड़ दे तो क्या कहेंगे उसको? अति निकृष्ट, जो अपनी तकदीर को लकीर लगाये, अपने सौभाग्य को लात मारे। अपने पाँवों को अपनी कुल्हाड़ी से काटे, जिस डाल पर बैठा हो उसी को काट दें, तो यह कितनी बड़ी जिम्मेवारी है।

वर्तमान में अगर कोई के लक्षण ठीक हैं तो वह विश्व के राज्य का अधिकारी बनेगा। अगर वह यहाँ ही फेल हो गया तो भविष्य में राज्य कहाँ से मिलेगा?

- क्रमशः

**चोपडा-महा.।** शहर में शिवकृपा कोटस्पिन के उद्घाटन समारोह में गुलाबराव पाटील,पालक राज्यमंत्री, गिरीश महाजन,ग्राम विकास व पंचायत राज पर्यटन मंत्री, अनिल पाटील मदत व पुनर्वसन आपत्ती व्यवस्थापन मंत्री आदि महानुभावों का स्वागत करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. मंगला दीदी।

**नरसिंह विहार कॉलोनी-भाटापारा(छ.ग.)।** ब्रह्माकुमारीज़ के भाग्य विधाता भवन में महिला दिवस के अवसर पर आयोजित 'महिला सम्मान समारोह' में दीप प्रज्वलित करते हुए श्रीमती सीमा शर्मा,ब्राह्मण समाज अध्यक्ष, श्रीमती सरिता ठाकुर,जिला पंचायत उपाध्यक्ष, श्रीमती सुनीता गुप्ता,नगर पालिका अध्यक्ष, शहरी थाना टीआई श्रीमती योगिता बाली खापर्डे, ब्र.कु. मंजू दीदी तथा अन्य।

**बिलासपुर-टिकरापारा(छ.ग.)।** शासकीय आयुर्वेद महाविद्यालय एवं चिकित्सालय बिलासपुर द्वारा आयोजित आयुर्वेद चिकित्सा अधिकारी प्रशिक्षण कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित किये जाने पर ब्र.कु. मंजू दीदी कार्यक्रम में शामिल हुईं एवं सभी का मार्गदर्शन किया। इस मौके पर आयुर्वेद महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. रक्षपाल गुप्ता, जिला आयुर्वेद अधिकारी डॉ. यशपाल ध्रुव, प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रभारी डॉ. डी.एस. ध्रुव सहित सरगुजा व बिलासपुर संभाग के सभी जिलों के आयुर्वेद चिकित्सा अधिकारी उपस्थित रहे।

**बुलढ़ाणा-महा.।** महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में आयोजित सहस्त्र ज्योतिर्लिंग झाँकी कार्यक्रम में उपस्थित हैं शिक्षा अधिकारी अनिल अकाल, सब रजिस्ट्रार सागर पवार, विदर्भ युवक विकास संस्था की सचिव प्रा. मीनल आंबेकर, डॉ. लता बाहेकर, प्रा. नवणीता चौहान, डॉ. राजुस्कर मैडम, सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला दीदी तथा अन्य।

**गंज बासौदा-म.प्र.।** ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी के तृतीय स्मृति दिवस को दिव्यता दिवस के रूप में मनाया गया। कार्यक्रम में समाजसेविका प्रीति यादव, ब्र.कु. रुक्मणि बहन, ब्र.कु. रेखा बहन, ब्र.कु. अनु बहन, ब्र.कु. नंदनी बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

**मुम्बई-घाटकोपर।** 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज़ के योग भवन,घाटकोपर सबज़ोन द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ पीस पार्क,पंत नगर में त्रिदिवसीय '22 फुट ऊँचे श्वेत महा शिवलिंग एवं 12 ज्योतिर्लिंग दर्शन' का भव्य आयोजन हुआ। राजयोगिनी डॉ. ब्र.कु. नलिनी दीदी,ब्रह्माकुमारीज़ घाटकोपर सबज़ोन की निदेशिका, राजयोगी ब्र.कु. निकुंज भाई,ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया विंग के राष्ट्रीय समन्वयक, राजयोगिनी ब्र.कु. शकु दीदी,ब्रह्माकुमारीज़ घाटकोपर सबज़ोन की अति. निदेशिका, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. विष्णु प्रिया आदि की उपस्थिति में महा आरती के साथ आयोजन का शुभारंभ हुआ। त्रिदिवसीय समारोह में विधायक मंगेश कुडाळकर, पूर्व राज्य मंत्री प्रकाश मेहता, विधायक पराग शाह, शिवसेना नगरसेवक परमेश्वर कदम, बी.एम.सी. नगरसेवक भालचंद्र शिरसाट, पूर्व सीनियर पुलिस इंस्पेक्टर डॉ. निर्मल जी, शिवसेना के ट्रोमबे क्षेत्र की शाखा प्रमुख नीना शिम्पी, सर्वोदय मंदिर और टी.बी. हॉस्पिटल के ट्रस्टी हरीश मेहता, बीएमसी ज़ोन 6 के डेप्युटी म्युनिसिपल कमिश्नर रमाकांत बिरादर, गजानन बेल्लाडे,असिस्टेंट कमिश्नर बीएमसी एन-वार्ड, पूर्व नगरसेवक सुरेश आवले, बिग एफएम के लव यू ज़िंदगी के आर.जे. दिलीप, सुप्रसिद्ध भरतनाट्यम कलाकार पवित्र भट्ट आदि शामिल रहे। लगभग 5000 लोगों ने इस आयोजन का लाभ लिया।

**पुणे-ससाने नगर(महा.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित त्रिदिवसीय महाशिवरात्रि महोत्सव का रिबन काटकर शुभारंभ करते हुए नगर सेवक योगेश बापू ससाने। कार्यक्रम में द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन एवं 7 फुट ऊँचे तिरंगा शिवलिंग दर्शन प्रदर्शनी का आयोजन हुआ जिसका 6000 से अधिक लोगों ने अवलोकन कर लाभ लिया।

**इंदौर-रानीबाग(म.प्र.)।** ब्रह्माकुमारीज़ के राजयोग मेडिटेशन सेंटर कृष्णोदय नगर में 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती एवं अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में 'शिव अवतरण द्वारा महिला सशक्तिकरण' कार्यक्रम में पाँच दिवसीय अमरनाथ की भव्य आकर्षक झाँकी एवं सात दिवसीय तनाव मुक्ति शिविर का आयोजन हुआ। इस दौरान डॉ. के.एच. सिंह,डायरेक्टर,भारतीय सोयाबीन अनुसंधान संस्थान,इंदौर, राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी,क्षेत्रीय निदेशिका,ब्रह्माकुमारीज़ इंदौर ज़ोन, चित्र खिरवडकर,अखिल भारतीय हिंदू जागरण मंच प्रांत सह संयोजक, गीता कुशवाहा,भारतीय जनता पार्टी में ओबीसी मोर्चा नगर मंत्री,लक्ष्मी विधवा महिला फाउंडेशन राज्य समन्वयक, ब्र.कु. भुनेश्वरी बहन,स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका, ब्र.कु. आस्था बहन, ब्र.कु. रानी बहन सहित अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे।

**अम्बिकापुर-छ.ग.।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में सर्कस मैदान अम्बिकापुर में आयोजित अद्भुत झाँकी का पूर्व जिलाध्यक्ष अखिलेश सोनी, भाजपा के महामंत्री मनोज गुप्ता, सरगुजा संभाग की सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी एवं अन्य गणमान्य अतिथियों ने दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ किया।

**इंदौर-रानीबाग(म.प्र.)।** सीवर पाइपलाइन के भूमि पूजन कार्यक्रम में मंचासीन हैं महापौर पुष्यमित्र भार्गव, विधायक मधु वर्मा, ब्र.कु. भुनेश्वरी बहन, जल कार्य प्रभारी इंदौर अभिषेक शर्मा(बबलू), पार्षद प्रियंका चौहान, लक्ष्मी विधवा महिला फाउंडेशन की राज्य समन्वयक गीता कुशवाहा, पूर्व पार्षद पुष्पेन्द्र चौहान तथा अन्य गणमान्य लोग।

**वडोदरा-मंगलवाड़ी(गुज.)।** ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए योगाचार्य हरीश वैद्य, प्रो. सुनील कहार,एम.एस. यूनिवर्सिटी, धर्मेश पाटनी,काउंसलर, जागृति काक,काउंसलर, राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी, महंत श्री रामेन्द्रपुरी बाबा जी,ऊँ कारेश्वर महादेव मंदिर, सुनील गणदेवीकर, बिज़नेसमैन, गणदेवीकर ज्वेलर्स के मालिक तथा माधवराज यादव,सचिव,ऊँ कारेश्वर महादेव मंदिर।

**पुणे-रविवार पेठ(महा.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि के अवसर पर 551 नारियल से शिवलिंग का निर्माण किया गया। सहस्त्र ज्योतिर्लिंग दर्शन और प्रोजेक्टर शो द्वारा सभी को परमात्मा शिव का अवतरण व शिवरात्रि का रहस्य दिखाया गया। इस दौरान सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रोहिणी बहन व बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

**राजकोट-रविरत्नापार्क(गुज.)।** महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर आयोजित त्रिदिवसीय श्री सोमनाथ दर्शन, श्री अमरनाथ दर्शन व 108 प्रकार के अन्न कुट दर्शन का शुभारंभ करने के पश्चात् उपस्थित हैं हितेश संजा,असिस्टेंट डायरेक्टर ऑफ एग्रीकल्चर,सॉइल टेस्टिंग लेबोरेटरी, ब्र.कु. नलिनी बहन तथा अन्य।

**थाने-शिवाजी नगर(महा.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महिला दिवस के उपलक्ष्य में ब्र.कु. भाई-बहनों के लिए खेल का आयोजन किया। माताओं के लिए विशेष तीन पैर की दौड़, नींबू रेस, संगीत कुर्सी तथा भाइयों के लिए गोनी रेस रखी गई। कार्यक्रम में समाज सेविका श्रीमती विशाखा खटाल, सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. सरला बहन आदि शामिल रहे। खेल में विजेताओं को पुरस्कृत किया गया एवं सभी प्रतिभागियों को ईश्वरीय सौगात भेंट की गई।

# घर के गेट खोलने की चाबी... वैराग्य वृत्ति

राजयोगिनी ब्र.कु.जयंती दीदी,अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज़

संगमयुग बहुत मीठा लगता है ना, लेकिन इतना मीठा भी न लगे कि जो हम कहें कि बस संगमयुग ही चलता रहे। परंतु संगमयुग में अपना तीव्र पुरुषार्थ ऐसा चले जो जल्दी-जल्दी घर का दरवाजा भी खुल जाये और साथ-साथ स्वर्ग के भी गेट खुल जायें। क्यों? क्योंकि जब संसार की हालत देखते हैं तो देखते हैं कि मनुष्य आत्माओं को बहुत भिन्न-भिन्न प्रकार का दुःख लगा हुआ है। उसका वर्णन मैं अभी नहीं करने जायेंगी। क्योंकि वो सब बातें तो आप सब जानते ही हैं। परंतु ये तो ज़रूर कहेंगे कि जो बाबा ने कहा, क्या आपको भक्तों का आवाज़ सुनाई नहीं देता, भक्त भगवान को ढूंढ रहे हैं। परंतु साथ-साथ अनेक आत्मायें भी बहुत दुःखी होकर सोच रहे हैं कि दुःख का दरवाजा कब बंद होगा! तो बाबा के बच्चों की खुद की तो है पुरुषार्थ की बातें कि हम आगे कैसे बढ़ें। परंतु साथ-साथ ये भी संकल्प है कि ऐसे सेवा हो जो बाबा की प्रत्यक्षता हो जाये। बाबा को पहचानेंगे तो अपना जन्म सिद्ध अधिकार प्राप्त कर सकेंगे।

हम ये नहीं चाहते हैं कि पब्लिसिटी सिर्फ हो या एडवरटाइज़मेंट सिर्फ हो। हम ये चाहते हैं कि बाबा को हर आत्मा पहचाने क्योंकि आधा कल्प से हम सब बिछड़ गये थे। सतयुग-त्रेता में तो भगवान का जो वर्सा मिला उसी मौज में रहे। परंतु आधा कल्प तो पूरी तरह से खोज चलती रही। तो सब आत्माओं को भी बाबा की पहचान हो। और जो वो चाहते हैं शांति चाहते हैं तो शांति प्राप्त हो, सुख चाहते हैं तो सुख की भी प्राप्ति हो सके। तो किस तरह से हमारा पुरुषार्थ हो। जो दोनों द्वार खुल जायें मुक्ति और जीवनमुक्ति के।

चाबी है बेहद की वैराग्य वृत्ति और फिर प्रश्न आता कि बेहद की वैराग्य वृत्ति बनाने के लिए हमें क्या पुरुषार्थ करना होगा। तो आजकल जब मैं अव्यक्त मुरलियां देखती हूँ, पढ़ती हूँ तो बिल्कुल ऐसे लगता है बाबा कोई भी बात में हमें मेहनत का पुरुषार्थ नहीं दे रहे हैं। बाबा कहते कि मेहनत की बदली में मोहब्बत हो। मेहनत की बदली में मौज हो। अतीन्द्रिय सुख का मौज हो। परमआनंद का अनुभव हो। तो हाँ वैराग्य वृत्ति भी हो। साथ-साथ हमें दो बातों की याद रहती तो फिर वो हमारा पुरुषार्थ मीठा भी होता और सहज भी होता। मीठा पुरुषार्थ जो होता वो हम उसे स्थायी रूप से कर सकते। यदि पुरुषार्थ बहुत कठिन होता तो थोड़े समय के लिए तो हठयोग करके उसको चला सकते। परंतु अपना हठयोग का मार्ग नहीं है, राजयोग का मार्ग है। तो उसमें हम बहुत हठ करके भी पुरुषार्थ करते हैं तो वो भी बाबा नहीं चाहते। हाँ, दृढ़ संकल्प हो और उस दृढ़ता से हम आगे बढ़ें। परंतु मीठा पुरुषार्थ हो, सहज पुरुषार्थ हो क्योंकि उसको हम अंत तक कायम रख सकेंगे।

> अपना हठयोग का मार्ग नहीं है, राजयोग का मार्ग है। तो उसमें हम बहुत हठ करके भी पुरुषार्थ करते हैं तो वो भी बाबा नहीं चाहते। हाँ, दृढ़ संकल्प हो और उस दृढ़ता से हम आगे बढ़ें। परंतु मीठा पुरुषार्थ हो, सहज पुरुषार्थ हो क्योंकि उसको हम अंत तक कायम रख सकेंगे।

जैसे बाबा ने साकार मुरलियों में कहा ना कि शमशानी वैराग्य। जब शमशान में जाते हैं तो उस समय वैराग आता है कि हाँ ये संसार में तो कुछ नहीं है। सम्बन्ध ही मीठे छूट जाते हैं। परंतु शहर में वापस लौटते हैं तो बाबा ने ये कहानी सुना दी कि फिर तो मन यहाँ-वहाँ भागता रहता है कि ये भी खाऊं, वो भी करूं, ये भी करूं। परंतु सच्चा वैराग्य एक तो हमें बाबा के द्वारा सर्व प्रकार की प्राप्ति हो। यदि आत्मा में कोई भी मिसिंग फीलिंग है, कोई भी बात में सोचते हैं कि अभी तक हमें ये नहीं मिला है, ये हमें चाहिए। तो जहाँ चाहिए का संकल्प आता वहाँ वैराग्य वृत्ति नहीं। जब चाहिए का संकल्प समाप्त हो जाता क्यों? क्योंकि बाबा ने हमें क्या नहीं दिया है, ये आप सोच लो। कुछ रहा हुआ है जो बाबा ने न दिया हो? कोई भी ऐसी बात नहीं रही है। तो जब ये संकल्प होता कि बाबा ने हमें सबकुछ दे दिया। ये न सिर्फ संकल्प की बात है बल्कि अनुभव की बात है। हमने जब अनुभव किया जो हम संकल्प रखते हैं बाबा न सिर्फ हमें देता परंतु बाबा दस गुणा ज़्यादा उसे हमें दे देता।

बाबा के बच्चे बनने के बाद बाबा ने हमें इतना दिया है कि स्वप्न में भी नहीं था। जो बातें फिलॉस्फर नहीं जानते सृष्टि के आदि, मध्य, अंत की कहानी को, जो बातें भक्त नहीं जानते, एक-एक देवी-देवता की जीवन कहानी को, ऑक्यूपेशन को, जो साधु लोग बहुत कठिन तपस्या करने के बाद परमात्मा को नहीं जानते हमने सहज-सहज भगवान को जान लिया, स्वीकार कर लिया। परंतु सबसे बड़ी बात भगवान ने हमें भी अपने पास स्वीकार करके, अपना बना लिया। तो जबकि इतना सबकुछ मिला है चाहे ज्ञान कहो, चाहे प्यार कहो, लोग कहेंगे कि सागर की एक बूंद की हम प्यासी हैं। हम तो कहेंगे कि बाबा ने हमें भी मास्टर प्यार का सागर बना लिया, प्रेम स्वरूप बना दिया, ताकि अन्य आत्माओं को भी हम वो प्यार का अनुभव करा सकें। निःस्वार्थ प्यार जिसमें हमें उन्हों से कुछ नहीं चाहिए। परंतु हम प्यार के सागर की लहरें उन्हों तक पहुंचाते रहें।

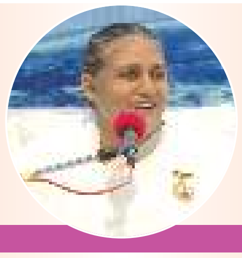
**बुरहानपुर-म.प्र.।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में आयोजित सात दिवसीय भव्य मेला व झाँकी के समापन समारोह में परमात्मा शिव की महा आरती में पूर्व विधायक राहुल बोंद्रे,कांग्रेस कमेटी के जिला अध्यक्ष, डॉ. कैलाश बियानी,प्रिंसिपल,अनुराधा फार्मेसी कॉलेज, वृशाली बोंद्रे,अध्यक्ष,अनुराधा अर्बन बैंक तथा अन्य गणमान्य लोगों सहित ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

**चोपडा-महा.।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा रोट्री क्लब के उत्सव में अयोध्या के राजा राम की चार दिवसीय दिव्य चैतन्य झाँकी के शुभारंभ कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ जलगांव की उपक्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. मीनाक्षी दीदी, चोपडा सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. मंगला दीदी, अरुण भाई गुजराती, आशीष भाई गुजराती, विश्वनाथ अग्रवाल, पंकज दादा बोरोले तथा अन्य गणमान्य लोगों सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

**ब्यावरा-म.प्र.।** महाशिवरात्रि एवं अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में एसडीएम गीतांजलि शर्मा, पूर्व विधायक रामचंद्र दांगी, वरिष्ठ एडवोकेट चंद्रकांत त्रिपाठी, दांगी समाज की जिला अध्यक्ष रामबगस दांगी, समाजसेवी बिहारी लाल चौधरी, पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष श्रीमती गायत्री गुर्जर, जनपद अध्यक्ष श्रीमती राधा गुर्जर, पार्षद रुचि बडोने, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी बहन सहित अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे।

**जावरा-म.प्र.।** शिव जयंती महोत्सव पर आयोजित रैली का शिव ध्वज लहराकर शुभारंभ करते हुए एसडीएम श्रीमती राधा महंत, अन्य गणमान्य अतिथि व ब्र.कु. सावित्री बहन।

**मोलगी-महा.।** ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से गांव के बाज़ार में व्यसन मुक्ति प्रदर्शनी का आयोजन कर सभी को व्यसनों के दुष्प्रभावों के प्रति जागरुक करते हुए ब्र.कु. सरिता बहन। इस मौके पर बिल्डर प्रताप भाई व अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे।



जानें....

सम्पूर्ण अन्तवाहक फरिश्ता स्वरूप की ड्रेस पहन विचरण करें

# परमात्म परवरिश आज भी हमें नसीब है...

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

गतांक से आगे...

पिछले अंक में आपने पढ़ा कि अभी भी सूक्ष्म पालना हमारी कौन कर रहा है? वो ब्रह्मा माँ कर रही है। इसीलिए बाबा ने कहा कि वो बाप भी है तो माँ भी है। तो उस माँ के द्वारा पोषण भी अभी तक प्राप्त हो रहा है। ये पोषण मिलना यही सकाश है। तो एक तो योग लगाकर शिवबाबा से डायरेक्ट हम ले रहे हैं। दूसरा ब्राह्मण होने के नाते ब्रह्मा माँ से परवरिश ले रहे हैं। तो दोनों तरफ सकाश प्राप्त हो रही है। शक्ति प्राप्त हो रही है। जिस शक्ति से ही हम दूसरी आत्माओं को भी सहयोग दे सकेंगे। अब आगे पढ़ेंगे...

ये शक्ति क्या काम करेगी। बाबा कहते, अन्तिम समय अनेक आत्मायें आपके सामने आयेंगी कि हमें कुछ अंचलि दे दो, थोड़ी-सी शांति दे दो। थोड़ा-सा हमें प्यार दे दो। थोड़ी हमें शक्ति दे दो। उनके अन्दर उमंग-उत्साह भरना, उनको शांति का दान देना ये हमारा कर्त्तव्य है। तो तने के साथ जितना हमारा कनेक्शन होगा और ऊपर से तो दोनों तरफ से हमें सकाश प्राप्त हो जाती है। उस सकाश से इतनी शक्ति भरेंगे तो उस समय जो आयेंगे, हम आत्मिक स्थिति में होंगे और वो आत्मा वो चीज़ ले जायेगी हमारे से, जो उनको चाहिए। उनको शांति चाहिए वो शांति ले जायेंगी, उनको खुशी चाहिए खुशी ले जायेंगी। उनको प्यार की अनुभूति करनी है तो परमात्म प्यार का अनुभव करके जायेंगी। जो चाहिए उनको हमारे द्वारा प्राप्त होगा। और तब बाबा हमें निमित्त बनाकर हमसे दिलायेगा। मैं दे रही हूँ ये भान नहीं आयेगा। क्योंकि हमें पता भी नहीं चलेगा कि वो बाबा ने उसको क्या दिया और वो क्या लेकर गया। ये भी पता नहीं चलेगा। क्योंकि देने वाला, करनकरावनहार बाबा करायेगा आपसे। इसलिए जितना भरपूर हम अपने आपको करेंगे उतना ही हम उस समय में ये रोल प्ले कर सकेंगे। आपके पास सिर्फ खड़े होने से भी जैसे कुछ मिल रहा है ये फीलिंग आयेगी।

जैसे अभी कभी-कभी हम जाते हैं कहीं, किसी ने शरीर छोड़ा होता है और वहाँ का माहौल ये होता है, जैसे वहाँ जाकर बैठते हैं तो पूरी सभा में क्या होता है शांति हो जाती है। वो भी कहते हैं कल फिर आना आप, वो कहते हैं कि आप आते हैं ना तो अच्छा लगता है हमें। तो थोड़ी सी अंचलि मिली ना अभी तो। तो ये अनुभव कराने वाला कौन है? बाबा ने हमें निमित्त बनाकर वहाँ पहुंचाया, बिठाया और उनको क्या दिला दिया वो मालूम नहीं। उनको खुद नहीं मालूम। बस कहते हैं कि अच्छा लगा आप आये।

तो इसीलिए बाबा से जब सकाश लेकर अपने आप को भरपूर करेंगे तब ऐसे दे सकेंगे। तने के साथ झाड़ को हमेशा याद रखो। मैं तने में हूँ, ब्रह्मा माँ से वो पोषण ले रही हूँ और शिव बाप से शक्ति ले रही हूँ। दोनों तरफ से हमारी परवरिश हो रही है। तो झाड़ के चित्र को हमेशा याद रखो। स्मृति में रखो कि जिस तरह ब्रह्मा बाबा ऊपर खड़े हैं मैं भी ऐसे बाबा के पास खड़ी हूँ, ये देखो। और नीचे जहाँ बाबा-मम्मा बैठे हैं वहाँ मैं भी बीच में बैठी हूँ। मैं दोनों से पालना ले रही हूँ। पोषण ले रही हूँ, परवरिश ले रही हूँ और अपने आपको भरपूर कर रही हूँ। ये भी सकाश है। फिर पाँचवी बात सकाश लेना माना जो बाबा कभी-कभी कहता है टॉवर बन जाओ। शांति के टॉवर बन जाओ। तो शांति स्तम्भ को हमेशा बाबा ने ये जब कहा था मुरली के अन्दर बच्चे चार धाम की यात्रा अमृतवेले करो। जहाँ भी आप अपने स्थान पर हैं लेकिन बुद्धि से तो आप चार धाम कर सकते हैं ना! मधुबन में रोज़ चक्कर लगाकर चार धाम की यात्रा करते हैं ना, कि नहीं करते। या कभी-कभी याद आ जाती है कि चार धाम का चक्कर लगाना है। क्या करते हैं? कभी-कभी नहीं अभी रोज़ करना। और रोज़ शांति स्तम्भ पर ज़रूर जाना। बाबा शांति का टॉवर है, पवित्रता का टॉवर है। शक्ति का टॉवर है, ज्ञान का टॉवर है। ऐसे मुझे भी शांति का टॉवर, पवित्रता का टॉवर, शक्ति का टॉवर, ज्ञान का टॉवर बनना है। यानी उसकी हाइएस्ट स्टेज में अपने आप को स्थित करना है।

- क्रमशः

> **देने वाला, करनकरावनहार बाबा करायेगा आपसे। इसलिए जितना भरपूर हम अपने आपको करेंगे उतना ही हम उस समय में ये रोल प्ले कर सकेंगे। आपके पास सिर्फ खड़े होने से भी जैसे कुछ मिल रहा है ये फीलिंग आयेगी।**

**सूरत-बालाजी रोड(गुज.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 88वीं त्रिमर्ति शिव जयंती महोत्सव के उपलक्ष्य में द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन और आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का आयोजन हुआ। इस दौरान दीपक आफ्रिकावाला, एडवोकेट, रेश्मा बहन,कॉर्पोरेटर, नलिनी बहन,एक्स प्रिंसिपल, कनु भाई,सीनियर सिटिज़न प्रमुख, गणेश युवक मंडल के प्रमुख अनिल भाई बिस्किटवाला, भाजपा कार्यकर्ता मयंक भाई, आर.एस.एस. सह संयोजक वस्ती प्रमुख विरल भाई दवे व ब्र.कु. फाल्गुनी बहन आदि शामिल रहे। इस मौके पर गणेश उत्सव युवक मंडल के युवाओं को सम्मानित किया गया। इसके साथ ही महिला दिवस के उपलक्ष्य में 'परमात्मा शिव द्वारा महिला सशक्तिकरण के लिए सकारात्मक परिवर्तन' विषयक कार्यक्रम में रेल राज्य मंत्री दर्शनाबेन जरदोश, गायनेकोलॉजिस्ट डॉ. राखी बहन, वेलनेस सेंटर की कार्यकर्ता श्रुति पटेल, गूंज चैरिटेबल ट्रस्ट की पूजा बहन आदि गणमान्य महिलायें उपस्थित रहीं।

## सेल्फ हेल्प

## समस्या, समस्या नहीं एक अवसर है...

इज़ाद करें निज़ात पायें... इसका उदाहरण जब दुनिया में चूहों का आतंक फैला, लोग बहुत परेशान हुए, चारों तरफ वे नुकसान कर रहे थे। तो उसी समय कुछ कंपनियों ने चूहे से बचाने वाली, चूहे को मारने वाली दवाइयां बनाई। उसकी प्रोडक्टिविटी बढ़ाई। ना कि ये सोचने में समय बिताया कि हाय हम क्या करें! ये तो इतना नुकसान हो रहा है। तो एक समस्या पैदा हुई तो एक अवसर भी पैदा हुआ। उससे लोगों को जॉब भी मिली और रोजगार के अन्य साधन भी निकले। अब चूहे न होते तो उनको पकड़ने के लिए चूहेदानी कौन बनाता। तो चूहेदानी लाने का आधार चूहा बना।

तो हर एक समस्या अपने साथ एक अवसर लाती है। बस हमें बैठकर अच्छे मन से उस समस्या को देखना है और उसमें अवसर को तलाशना है। पूरा समाज घबराने के मूड में होता है लेकिन समस्या लाने का आधार भी समाज ही है। और समाज की सबसे छोटी यूनिट या इकाई एक मनुष्य है। हमने पूरे विश्व में देखा है कि जब भी कोई ऐसा कुछ भी आतंक, कोई बीमारी या महामारी फैली तो उससे अवसर भी मिले, रोजगार भी मिले, आर्थिक सामाजिक पैनापन भी आया, जागृति भी बढ़ी तो कितना कुछ हम उसमें से इज़ाद कर सकते हैं ये हमारे ऊपर है।

**खजुराहो-म.प्र.।** महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में एसबीआई के मैनेजर राघवेंद्र सिंह, सीआईएसएफ से परमानंद वर्मा, पासवान जी एवं समस्त स्टाफ, युवा महिला मोर्चा अध्यक्ष निधि सिंह, महिला अरिहंत महिला मंडल एवं स्वर्णोदय महिला मिलन परिषद् की अध्यक्ष श्रीमती शिल्पी जैन सूर्या, होटल लेक साइड ओनर अविनाश तिवारी, पार्षद एवं वरिष्ठ व्यवसायी दुर्गा पटेल, स्वतंत्र इंडिया न्यूज़पेपर सह संपादक देवेन्द्र चतुर्वेदी आदि गणमान्य लोगों सहित स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. विद्या बहन, बड़ा मलहरा उप सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रूपा बहन, बिजावर उप सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. प्राची बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

**राजगढ़-म.प्र.।** 'सुख को जीवन में आने का अवसर दो' विषय पर आयोजित त्रिदिवसीय परमात्म अनुभूति शिविर का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए समाजसेवी प्रताप सिंह सिसोदिया, गीता मानस प्रचार समिति के सदस्य बल्लभ दास चौरसिया, रिटा. एसडीओ आर.सी. शर्मा, पेंशनर संघ के जिला अध्यक्ष राजेंद्र जोशी, गायत्री मंदिर ट्रस्ट के सदस्य रमेश चंद्र गुप्ता, गीता मानस प्रचार समिति के सहायक सचिव शिव नारायण मौर्य, स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. मधु बहन एवं राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. सुरेखा बहन।

**उज्जैन-म.प्र.।** राज्यसभा सांसद बनने पर बाल योगी संत उमेश नाथ जी को गुलदस्ता भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. उषा दीदी। साथ हैं ब्र.कु. मंजू बहन।

**पुणे-सोमवार पेठ(महा.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन एवं 70 फीट लंबी गुफ़ा में 12 ज्योतिर्लिंग दर्शन व चैतन्य 9 दुर्गा देवी दर्शन का भव्य आयोजन किया गया जिसका हज़ारों लोगों ने लाभ लिया। साथ ही महिला दिवस के उपलक्ष्य में इस मौके पर विधायक सुनील काबळे की धर्मपत्नी, गणेश बीडकर की धर्मपत्नी, गायक सुनीता सोनवने, पिसया पुलिस गिरी मैडम, डॉ. नगर सेविका घोडके ताई तथा साफ-सफाई से लेकर हरेक वर्ग की महिलाओं को सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रेणुका बहन द्वारा सम्मानित किया गया।

**गोवा-मरगांव।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस एवं महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए फातोर्दा विधायक विजय सरदेसाई, सुपरिंटेंडेंट ऑफ पुलिस साउथ गोवा सुनीता सावंत, सोशल वर्कर ऊषा सरदेसाई, डॉ. सचिन परब,मुम्बई, ब्रह्माकुमारीज़ के गोवा सेवाकेंद्र की संचालिका ब्र.कु. शोभा बहन तथा अन्य।

**नवसारी-गुज.।** महाशिवरात्रि महोत्सव का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. गीता दीदी, श्रीमती योगिना पटेल,सरपंच, श्रीमती पल्लवी जोशी,महिला सपोर्ट सेंटर प्रमुख, ब्र.कु. मुकेश बहन तथा अन्य विशिष्ट महानुभाव।

**नरसिंहपुर-म.प्र.।** महाशिवरात्रि के अवसर पर परमात्मा शिव भोलेनाथ की सुंदर झाँकी युक्त विशाल भव्य शोभायात्रा ब्रह्माकुमारीज़ के हाऊसिंग बोर्ड कॉलोनी सेवाकेंद्र से गोकुल नगर कॉलोनी तक निकाली गई, जिसका शुभारंभ क्षेत्रीय जिला संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. कुसुम दीदी ने शिव ध्वज एवं हरी झंडी दिखाकर किया। तत्पश्चात् गोकुल नगर कॉलोनी में विशाल आध्यात्मिक महासम्मेलन एवं महिला सशक्तिकरण का भव्य कार्यक्रम आयोजित हुआ जिसमें पूर्व नगर पालिका अध्यक्ष श्रीमती संध्या कोठारी, एडवोकेट जया शर्मा, निशा सोनी अध्यक्षा भाजपा महिला मोर्चा, श्रीमती विवेक पांडे अध्यक्ष ब्राह्मण समाज, इंजीनियर सुनील कोठारी वरिष्ठ समाजसेवी, समाजसेवी एस.एस. पटेल सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें व शहर के लोग शामिल रहे।

**रतलाम-पत्रकार कॉलोनी(म.प्र.)।** 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती कार्यक्रम में शिव ध्वजारोहण करने के पश्चात् प्रतिज्ञा करते हुए क्षेत्रीय पार्षद मनीषा चौहान, समाजसेवी राधा वल्लभ खंडेलवाल, पतंजलि योग प्रशिक्षक आशा दुबे, लायंस क्लब के अध्यक्ष राजेंद्र पुरोहित, विजय चौहान, रतलाम सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. सविता बहन, ब्र.कु. गीता बहन, ब्र.कु. संगीता बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

# चौलाई खाने से क्या-क्या हो सकते हैं फायदे

प्राचीन काल से ही आयुर्वेद के तमाम खोजों के रूप में चौलाई आज हमारे सामने है। चौलाई के सबसे पहले भारत में उगाए जाने का प्रमाण है। लेकिन अब अमेरिका और अन्य देशों में भी इसे उगाया जाता है। चौलाई के पत्ते भी काफी स्वास्थ्यवर्धक और लोकप्रिय हैं। इसमें तमाम पोषक तत्व संयुक्त होने के कारण हमें स्वस्थ रखने में सहायक होता है। चौलाई में पाए जाने वाले तमाम पोषक पदार्थों में बेहद मूल्यवान एंटीऑक्सीडेंट और फेनालिक यौगिक होते हैं। इसके अलावा चौलाई बीज और पत्तों में विटामिन और खनिज की प्रचुरता होती है। इसके तमाम औषधीय गुण और फायदे जानने के लिए निम्नलिखित बिन्दुओं को देखें।

### 1. आँखों के लिए

आँखों के स्वास्थ्य के लिए विटामिन ए काफी महत्त्वपूर्ण होता है। चौलाई में विटामिन प्रचुर मात्रा में पाई जाती है। इसलिए चौलाई हमारी आँखों में होने वाले संक्रमण और तमाम धब्बे, दाग, अधः पतन और मोतियाबिंद के जोखिम को भी कम करता है।

### 2. बालों के लिए

चौलाई में लाइसिन नाम का एक अमीनो एसिड पाया जाता है। जिसका उत्पादन हमारे शरीर में नहीं हो पाता है। इस अमीनो एसिड की खासियत यह है कि यह कैल्शियम की दक्षता में सुधार करके बालों को मजबूती प्रदान करता है। इससे आपके बाल कम झड़ते हैं। इसके अलावा आप चौलाई का उपयोग शैंपू, बालों में मालिश आदि के लिए भी कर सकते हैं। इससे आपके बाल लंबे, घने, खूबसूरत और मजबूत होते हैं।

### 3. पाचन तंत्र के लिए

चौलाई पाचन तंत्र को मजबूत करने और इसकी सक्रियता बढ़ाने में भी प्रमुख भूमिका निभाता है। चौलाई के बीज में पाया जाने वाला फाइबर हमारे पाचन एंजाइमों को सक्रिय बनाता है। इसके अलावा यह हमारे शरीर से विषाक्त पदार्थों को भी बाहर निकालने का काम करता है।

### 4. प्रोटीन का स्रोत के रूप में

प्रोटीन के लिए हम चौलाई का प्रयोग कर सकते हैं। दरअसल इसमें सभी आवश्यक 9 अमीनो एसिड पाया जाता है। बेहद दुर्लभ माना जाने वाला लाइसिन नाम का एमिनो एसिड चौलाई में भरपूर पाया जाता है। लाइसिन का मुख्य काम कैल्शियम का अवशोषण, स्नायु प्रोटीन का निर्माण, चोटों की रिकवरी और हार्मोन, एंटीबॉडीज व एंजाइमों का उत्पादन करना है। प्रोटीन की सहायता से हमारे शरीर में महत्त्व और कोशिकाओं का निर्माण होता है।

## स्वास्थ्य

### चौलाई के नुकसान

अधिक मात्रा में चौलाई का सेवन नहीं करना चाहिए। शुगर से पीड़ित व्यक्ति इसके सेवन में सावधानी बरतें। बच्चों और कुछ लोगों में जो कि लियोसिन प्रोटीन को सहन नहीं कर पाते, उनके लिए पेट दर्द का कारण बन सकता है।

### 5. कोलेस्ट्रॉल को करे नियंत्रित

कोलेस्ट्रॉल की समस्या से परेशान लोगों के लिए चौलाई का सेवन भोजन का एक अच्छा विकल्प माना जाता है। जाहिर है चौलाई के बीज में फाइबर प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। कोलेस्ट्रॉल के नियंत्रण के कारण ये धमनियों को सख्त होने से भी बचाता है।

### 6. हड्डियों के लिए

कैल्शियम हमारी हड्डियों के लिए बेहद ज़रूरी खनिज है। चौलाई कैल्शियम से समृद्ध खाद्य पदार्थ है। इसलिए यह हमें हड्डियों से संबंधित समस्याएं जैसे ऑस्टियोपोरोसिस आदि से बचाता है। यही नहीं ये हड्डियों के रिपेयर और मजबूती में भी काम करता है।

### 7. वजन कम करने में

चौलाई हमारे शरीर में इंसुलिन के स्तर को प्रभावशाली तरीके से कम करने की क्षमता रखता है। चौलाई हार्मोन को भी रिहा करके हमें पेट भरे रहने के एहसास को बरकरार रखता है। इसलिए चौलाई वजन कम करने वाले लोगों के लिए एक अच्छा विकल्प माना जाता है।

### 8. सूजन के लिए

चौलाई में सूजन को कम करने वाले गुण भी होते हैं। इसमें एंटीऑक्सीडेंट्स और एंटी इंफ्लेमेटरी गुण होने के कारण यह सूजन से संबंधित कई परेशानियों को कम करता है। चौलाई हमारे सेलुलर झिल्ली को ऑक्सीडेटिव नुकसान से भी बचाने का काम करता है।

### 9. सीलिएक से बचाये

सीलिएक दरअसल रक्ताल्पता से संबंधित बीमारी है। यह छोटी आंत में विकार उत्पन्न करने वाले पोषक तत्वों के पाचन को मुश्किल बनाता है। चौलाई में पाए जाने वाले पोषक तत्व इस समस्या को दूर करने का काम करते हैं।

**रीवा-झिरिया(म.प्र.)।** ब्रह्माकुमारीज़ के शांति धाम सेवाकेंद्र द्वारा आयोजित सप्त दिवसीय 'गीता ज्ञान यज्ञ' का शुभारंभ नगर में कलश यात्रा निकालकर करते हुए योग शक्ति राजयोगिनी ब्र.कु. भारती दीदी, ब्रह्माकुमारीज़ रीवा की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी तथा अन्य भाई-बहनें। प्रथम दिन के कार्यक्रम में मानस मंडल के अध्यक्ष सुभाष बाबू पांडेय, डॉ. सूर्य प्रकाश,कुलसचिव,माखनलाल चतुर्वेदी पत्रकारिता विश्वविद्यालय रीवा, श्रीमती संगीता राजेश यादव,जनपद अध्यक्ष,रीवा, लाल बहादुर सिंह,पूर्व जनपद अध्यक्ष,रायपुर कर्चुलियान रीवा, डॉ. के.के. परोहा,वरिष्ठ समाजसेवी, प्रो. सुरेश कुमार, डॉ. विमल दुबे, शेर बहादुर सिंह परिहार सेवानिवृत्त मुख्य अभियंता, लक्ष्पति कुशवाहा, डॉ. विकास श्रीवास्तव, रामचंद गुप्ता, डॉ. प्रभाकर तिवारी प्राचार्य, डॉ. डी.एस. मिश्रा, वी.डी. मिश्रा, शिव क्रिएशन के डायरेक्टर शिव कुशवाहा तथा अन्य गणमान्य लोगों सहित विंध्य क्षेत्र के सुप्रसिद्ध गायक नीलेश श्रीवास्तव, नशा मुक्त भारत अभियान के नोडल निदेशक राजयोगी ब्र.कु. प्रकाश भाई तथा हज़ारों की संख्या में अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

**पणजी-गोवा।** अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में नारी शक्ति के सम्मान हेतु भाजपा द्वारा आयोजित 'नारी शक्ति वंदना' कार्यक्रम में राज्य के श्रम, राजस्व एवं अपशिष्ट प्रबंधन मंत्री अटानासियो मोनसेरेट एवं नगर निगम के मेयर रोहित मोनसेरेट द्वारा महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में अमूल्य योगदान के लिए ब्रह्माकुमारीज़ के गोवा सेवाकेंद्र की संचालिका ब्र.कु. शोभा बहन को सम्मानित किया गया।

**रतलाम-गौरव पैलेस कॉलोनी(म.प्र.)।** ब्रह्माकुमारीज़ के भाग्योदय भवन सेवाकेंद्र में महाशिवरात्रि के अवसर पर शिवध्वजारोहण के पश्चात् प्रतिज्ञा करते हुए नगर निगम महापौर प्रहलाद पटेल, ब्र.कु. मनोरमा दीदी, एडवोकेट एस.एल. ग्वालियरी, एडवोकेट हरीश पुरोहित, एडवोकेट हरीश नेनानी, बीजेपी के वरिष्ठ नेता महेंद्र शर्मा, इफका लेबोरेटरी के रिटा. एजीएम राजेंद्र शर्मा तथा समस्त ब्र.कु. भाई-बहनें।

**सिकंदराबाद-वेस्ट मेरेडपल्ली(तेलंगाना)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर रामेश्वरम शिवलिंग दर्शन झाँकी तथा आध्यात्मिक प्रदर्शनी एवं क्लिनिक फॉर ए हेल्दी लाइफ स्टॉल का अलीबाद शमीरपेट में रत्नालयम मंदिर के पास आयोजन किया गया। कार्यक्रम में डॉ. जी. चिन्ना रेड्डी,फॉर्मर मिनिस्टर एंड द वाइस चेयरमैन ऑफ प्लानिंग कमिशन तेलंगाना स्टेट, श्रीमती विजयेश्वरी,डायरेक्टर ऑफ रामूजी फिल्म सिटी, पार्थसारथी रेड्डी गरु,मेम्बर ऑफ राज्य सभा,चेयरमैन हेटेरो ग्रुप्स, बृजराजका फैमिली से सुरेश जी, रमेश जी व नरेश जी, सरिपल्ली कोंडल राव गरु,चेयरमैन लैम्को ग्रुप ऑफ इंडस्ट्रीज़, दीपिका कोंटम गरु,कॉर्पोरेटर मोंडा मार्केट डिविज़न, रिटा. एक्टिंग चीफ जस्टिस ऑफ आ.प्र. ईश्वरैय्या, तेलेगु एंकर रवि जी, डॉ. पी. गंदइया,प्रिंसिपल ऑफ एसवी मेडिकल कॉलेज व अन्य गणमान्य अतिथियों सहित स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. मंजू बहन व अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे। 10000 से अधिक लोगों ने इस आयोजन का लाभ लिया।

**सतना-कृष्णा नगर(म.प्र.)।** 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव में शिव ध्वजारोहण करते हुए सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रानी बहन तथा अन्य। कार्यक्रम में लगभग 300 ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

**सूरत-अडाजन(गुज.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'महाशिवरात्रि आध्यात्मिक मेला' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए गणमान्य लोगों के साथ ब्र.कु. दक्षा बहन व ब्र.कु. हेतल बहन।

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

पहला होमवर्क... हम पहले फोन कॉल्स पर रिस्ट्रिक्ट करें...

# अपने शब्दों को ज़रा चेक करें...

गतांक से आगे...

पिछले अंक में आपने पढ़ा कि मीठा मतलब हाई वायब्रेशन वाले वर्डस। कोई कुछ भी बोले कि बहुत कुछ गड़बड़ हो रहा है तो कहें डॉन्ट वरी सब परफेक्ट होगा। आप उसको वरदान दो आपका सब परफेक्ट होगा। जितना वरदान देते जायेंगे सामने वाला एक थॉट क्रियेट करेगा कि अच्छा सब परफेक्ट होगा? बेशक, सब परफेक्ट होगा। फिर वो थोड़ी देर बाद आपको फोन करेगा और कहेगा कि आपने बोला था कि सब परफेक्ट होगा और हो गया। और आप भी बन गये सिद्धि पुरुष। आपने बोला और हो गया। कोई भी बन सकता है ये। अब आगे...

सिर्फ वो बोल रहे हैं, दुआ दे रहे हैं। दृढ़ विश्वास से दे रहे हैं, स्वाभाविक तौर पर दे रहे हैं। सिर्फ बोलने के लिए नहीं बोल रहे हैं। फेथ के साथ बोल रहे हैं। उस आत्मा को ब्लैसिंग दे रहे हैं कि ये निश्चित है कि परमात्मा आपके साथ है, आपके साथ सब परफेक्ट ही होना है। तो ये एक भाषा है। स्पिरिचुअलिटी एक भाषा है। हम हिन्दी, इंग्लिश, गुजराती ये सब भाषाएं सीखते हैं, स्पिरिचुअलिटी भी एक भाषा है। एक ऐसी भाषा जिसमें हमारे शब्द ऊपर की ओर शिफ्ट होने लगते हैं और जब वो शिफ्ट होते हैं ऊपर की ओर वायब्रेशन्स वाइस तो उसके अन्दर के दाग, उसके अन्दर की मैल, उसके अन्दर की मिलावट वो क्या होती जाती है? परमात्मा कहते हैं वो आत्मायें शक्तिशाली रहेंगी जो सच्चाई और सफाई के साथ चलती हैं, अन्दर-बाहर साफ।

अब अपने शब्दों को चेक करना कि कोई मिलावट, कोई हेर-फेर, कोई इधर थोड़ा-सा चेंज। थोड़ा-सा ऐसे मोल्ड, थोड़ा-सा ताना, थोड़ा-सा इनडायरेक्ट सुनाना, थोड़ा-सा सामने वाले को बोलकर नीचे गिराना। ये सारे शब्द दुआ के ऑपोज़िट होते हैं। दुआ दूसरे को भी ऊपर उठा लेगी और उस तरह की भाषा दूसरे को भी नीचे लेकर आयेगी। क्योंकि हम खुद नीचे आये हैं। दुआ असंभव को संभव बना देती है। आपको लगता है ऐसे? सिर्फ बोलने की लाइन है या सच में होती है? सच में होती है। क्यों? दुआ असंभव

> एक ऐसी भाषा जिसमें हमारे शब्द ऊपर की ओर शिफ्ट होने लगते हैं और जब वो शिफ्ट होते हैं ऊपर की ओर वायब्रेशन्स वाइस तो उसके अन्दर के दाग, उसके अन्दर की मैल, उसके अन्दर की मिलावट वो क्या होती जाती है? परमात्मा कहते हैं वो आत्मायें शक्ति शाली रहेंगी जो सच्चाई और सफाई के साथ चलती हैं, अन्दर-बाहर साफ।

को संभव कैसे कर देती है? क्योंकि दुआ एक हाई पॉवर वायब्रेशन्स एनर्जी है। और किसी भी सिचुएशन को क्रॉस करने के लिए एनर्जी चाहिए होती है।

जैसे किसी के पास बहुत पैसा हो तो लोग कहेंगे कि इसके लिए कुछ भी मुश्किल नहीं है। ये तो कुछ भी कर सकता है। क्यों कर सकता है? क्योंकि सामने वाले के पास पॉवर ऑफ मनी है। किसी के पास पॉजिशन होती है। कहते हैं इसके लिए तो कुछ भी मुश्किल नहीं है, ये तो कुछ भी करवा सकता है। क्योंकि उसके पास पॉवर ऑफ पोजिशन है। तो पॉवर ऑफ मनी कुछ कर सकती है, पॉवर ऑफ पॉजिशन कुछ कर सकती है तो पॉवर ऑफ द माइंड कुछ कर सकता है या नहीं कर सकता? तीनों में से कौन-सी ज़्यादा इम्पॉर्टेंट है- मनी, पॉजिशन या माइंड? पता हमें सबकुछ है फिर भी हम पहले दो की बात पर ही रहते हैं सारा दिन। कहते हैं सबसे बनाकर रखें। पता नहीं कब कौन काम आ जाये। इतनी नेटवर्किंग और कॉन्टेक्ट बनाते रहते हैं सारा दिन।

आपको पता है कर्म साथ ना दे रहे हों, जिस समय परिस्थिति आयेगी घर के लोग भी साथ नहीं होंगे, कहीं-कहीं ट्रैवल कर रहे होंगे, दूसरा तो कौन याद आयेगा उस टाइम! लोगों से कनेक्शन बनाकर लोग टाइम पर काम नहीं आते हैं। नहीं आते हैं माना कोई होते नहीं हैं, कोई बाहर गया होता है, कोई कुछ होता है। लेकिन अगर जीवन में दुआयें इकट्ठी करके रखीं होंगी ना तो जब प्रॉब्लम आयेगी तो अन्जान व्यक्ति भी हेल्प करके, काम करके चला जायेगा। होता है या नहीं? पहले अपने जीवन को चेक करो। सब जिनके साथ कनेक्शन बनाये थे। उसको फोन करेंगे, उसको फोन करेंगे, मैं यहाँ नहीं हूँ, मैं तो ट्रैवलिंग कर रहा हूँ। हम कहेंगे कि अब क्या करें। पॉवर ऑफ कॉन्टेक्ट्स कुछ नहीं कर सकता है। पैसा तो बहुत कुछ नहीं कर सकता है, वो पिछले तीन साल में देख ही लिया। लेकिन दुआयें, कोई अन्जान व्यक्ति आयेगा न हमें जानता होगा, न पहचानता होगा, न कोई पहचान होगी निमित्त बनकर हमारा काम करके चला जायेगा। हम कहेंगे कि हमारे जीवन में ये हमारे लिए फरिश्ता बनकर आया। ये फरिश्ता आया कैसे? ये फरिश्ता मैंने अपनी दुआओं से कमाया था। कमाया था, ऐसे नहीं आ सकता फरिश्ता। इसलिए लोग कहते हैं किसी की दुआ लगी है। दुआ फ्री में नहीं मिलती। दुआ अपने कर्मों से कमाई जाती है।

- क्रमशः

राजनांदगांव-छ.ग.। महाशिवरात्रि महोत्सव के शुभारंभ पश्चात् सांसद संतोष पांडे को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पा बहन, ब्र.कु. प्रभा बहन तथा अन्य।

किल्ला पारडी-गुज.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के कार्यक्रम में उपस्थित हैं जिग्ना गरासिया, ब्र.कु. केतकी बहन, ब्र.कु. पारुल बहन, मनीषा ठाकोर, शीतल शाह तथा अन्य।

वडोदरा-मंगलवाड़ी(गुज.)। महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित शिव संदेश रैली के तहत ऊँ श्री काशी विश्वनाथ महादेव मंदिर में कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में मंदिर के महंत, ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. नरेन्द्र भाई, किशोर भाई तथा अन्य भाई-बहनें।

नीमच-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि मेले में द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन एवं शिव दर्शन प्रदर्शनी तथा इस मौके पर आयोजित कार्यक्रम में विधायक दिलीप सिंह परिहार, सांसद सुधीर गुप्ता, कुटुम्ब न्यायालय के प्रधान न्यायाधीश डॉ. कुलदीप जैन, कलेक्टर दिनेश जैन, कमाण्डेंट वेदप्रकाश शर्मा, भाजपा के सहकारिता प्रकोष्ठ के प्रदेशाध्यक्ष मदनलाल राठौर, जिला पंचायत के अध्यक्ष सज्जनसिंह चौहान, पूर्व जिला भाजपा अध्यक्ष हेमन्त हरित, नपा अध्यक्ष स्वाति चोपड़ा, पूर्व नपा अध्यक्ष राकेश पप्पू जैन, भाजपा मण्डल अध्यक्ष मोहनसिंह राणावत व अन्य गणमान्य लोगों सहित ब्रह्माकुमारीज़ सबज़ोन के निदेशक ब्र.कु. सुरेन्द्र भाई, राजयोगिनी ब्र.कु. सविता दीदी, ब्र.कु. श्रुति दीदी सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे। शहर के हज़ारों लोगों ने महाशिवरात्रि मेले का अवलोकन कर लाभ लिया।

नागठाणे-महा.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि एवं महिला दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में विभिन्न क्षेत्रों में अमूल्य योगदान देने वाली महिलाओं को 'शिवशक्ति पुरस्कार' एवं पत्रकार बंधुओं को 'अध्यात्म सेवा पुरस्कार' से सम्मानित किया गया। इस मौके पर सेवाकेंद्र संचालिका डॉ. ब्र.कु. सुवर्णा बहन, पुलिस निरीक्षक पीएसआई रविंद्र तेलतुंबडे सहित ग्यारह सौ लोग शामिल रहे।

छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राष्ट्रीय बालिका दिवस के उपलक्ष्य में शासकीय कन्या पी जी(अग्रणी) महाविद्यालय छतरपुर में बालिकाओं के लिए आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. रीना बहन एवं ब्र.कु. सुमन बहन ने बालिकाओं का मार्गदर्शन करते हुए ज्ञानवर्धक एक्टिविटीज़ कराई। इस दौरान प्रिंसिपल डॉ. एल.एल. कोरी, प्रो. किशोरी सोनी, प्रो. शुभा मिश्रा तथा अन्य स्टाफ मौजूद रहे।

For Online Transfer

Name: OM SHANTI MEDIA OF RERF
Pay Directly to: osmorerf@indianbk

BANK NAME:- INDIAN BANK
BRANCH:- Shantivan, Talhati
ACCOUNT :- OM SHANTI MEDIA OF RERF
ACCOUNT NO:- 7552337300,
IFSC - CODE:- IDIB000S319
Note:- AfterTransfer send detail on
E-Mail - omshantimedia.acct@bkivv.org
E-Mail - omshantimedia@bkivv.org

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें
कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया
संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़,शान्तिवन,तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न-5,आबू रोड, राज. 307510
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088
Email-omshantimedia@bkivv.org
सदस्यता शुल्कः भारत - वार्षिक - 240 रूपये, तीन वर्ष - 720 रूपये, आजीवन - 6000 रूपये
Website: www.omshantimedia.org

# परमात्म ऊर्जा

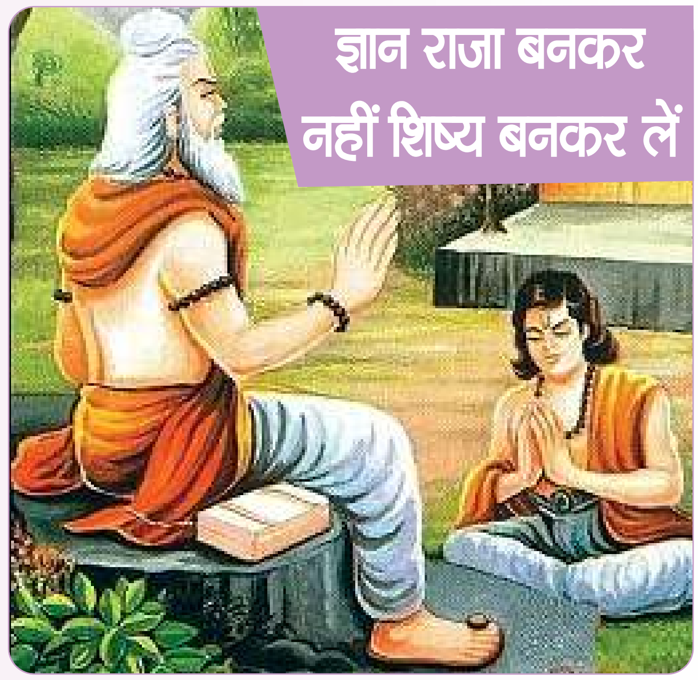
स्वमान और फरमान - दोनों में रहने और चलने के अपने को हिम्मतवान समझते हो? स्वमान में भी सदा स्थित रहें और साथ-साथ फरमान पर भी चलते चलें, इन दोनों बातों में अपने को ठीक समझते हो? अगर स्वमान में स्थित नहीं रहते हैं तो फरमान पर चलने में भी कोई न कोई कमी पड़ जाती है। इसलिए दोनों बातों में अपने आप को यथार्थ रूप से स्थित करते हुए सदा ऐसी स्थिति बनाना। वर्तमान पुरुषोत्तम संगमयुग का आप ब्राह्मणों का जो ऊंच ते ऊंच स्वमान है उसमें स्थित रहना है। इस एक ही श्रेष्ठ स्वमान में स्थित होने से भिन्न-भिन्न प्रकार के देह अभिमान स्वतः और सहज ही समाप्त हो जाते हैं। कहाँ-कहाँ सर्विस करते-करते व अपने पुरूषार्थ में चलते-चलते बहुत छोटी-सी एक शब्द की गलती कर देते हैं, जिससे ही फिर सारी गलतियां हो जाती हैं। सर्व गलतियों का बीज एक शब्द की कमज़ोरी है, वह कौन-सा शब्द? स्वमान से 'स्व' शब्द निकाल देते हैं। स्वमान को भूल जाते हैं, मान में आने से फरमान भूल जाते हैं। फरमान है- इसी एक शब्द की गलती होने से अनेक गलतियां हो जाती हैं। फिर मान में आकर बोलना, चलना, करना सभी बदल जाता है। सिर्फ एक शब्द कट होने से जो वास्तविक स्टेज है उससे कट हो जाते हैं। ऐसी स्थिति में आने के कारण जो पुरुषार्थ व सर्विस करते हैं उसकी रिज़ल्ट यह निकलती है जो मेहनत ज़्यादा और प्रत्यक्षफल कम निकलता है। सफलतामूर्त जो बनना चाहिए वह नहीं बन पाते और सफलता मूर्त न बनने के कारण व सफलता प्राप्त न होने के कारण फिर उसकी रिज़ल्ट क्या होती है? मेहनत बहुत करते-करते चलते-चलते थक जाते हैं। उल्लास कम होते-होते आलस्य आ जाता है और जहाँ आलस्य आया वहाँ उनके अन्य साथी भी सहज ही आ जाते हैं।

आलस्य अपने सर्व साथियों सहित आता है, अकेला नहीं आता। जैसे बाप भी अकेला नहीं आता अपने बच्चों सहित प्रत्यक्ष होता है। वैसे यह जो विकार है वह भी अकेले नहीं आते, साथियों के साथ आते हैं। इसलिए फिर विकारों की प्रवेशता होने से कई फरमान उल्लंघन करने कारण स्थिति क्या हो जाती है? कोई न कोई बात का अरमान रह जाता है। न स्वयं सन्तुष्ट रहते, न दूसरों को सन्तुष्ट कर पाते, सिर्फ एक शब्द कट करने के कारण। इसलिए कभी भी अपनी उन्नति का जो प्रयत्न करते हो व सर्विस का कोई भी प्लैन बनाकर प्रैक्टिकल में लाते हो तो प्लैन बनाने और प्रैक्टिकल में लाने समय भी पहले अपने स्वमान की स्थिति में स्थित हो फिर कोई भी प्लैन बनाओ और प्रैक्टिकल में लाओ। स्थिति को छोड़कर प्लैन नहीं बनाओ। अगर स्थिति को छोड़कर प्लैन्स बनाते हो तो क्या हो जाता है? उसमें कोई शक्ति नहीं रहती। बिगर शक्ति उस प्लैन का प्रैक्टिकल में क्या प्रभाव रहेगा? सर्विस तो खूब करते हो, विस्तार बहुत कर लेते हो लेकिन बीज रूप अवस्था को छोड़ देते हो। विस्तार में जाने से सार निकाल देते हो। इसलिए अब सार को नहीं निकालो।

**येवला-महा.।** 51वीं येवला तालुका स्तरीय विज्ञान प्रदर्शनी में 'विज्ञान और मौन' विषय पर स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. नीता बहन व ब्र.कु. अनु बहन ने सम्बोधित किया। इस दौरान एमएसजीएस एजुकेशनल कॉम्प्लेक्स के संस्थापक मकरंद भाऊ सोनवणे, अध्यक्ष अरुण भांडगे व अन्य गणमान्य लोगों सहित विज्ञान प्रदर्शनी में अपना प्रोजेक्ट प्रदर्शित करने आये 150 विद्यालयों के विद्यार्थी मौजूद रहे।

# कथा सरिता

## ज्ञान राजा बनकर नहीं शिष्य बनकर लें



उस नगर का राजा पढ़े-लिखे नहीं थे, इसलिए उन्हें अच्छा नहीं लगता था। क्योंकि वह सोचते थे कि अगर मुझे पढ़ना आ जाये तो बहुत अच्छा होगा। इसलिए राजा ने सोचा कि मुझे अब से ही यह निर्णय लेना होगा। वह अपने मंत्री को बुलाते हैं उससे बात करते हैं, मंत्री कहता है कि आप चिंता न करें, मैं आपके लिए जल्द ही किसी गुरू का इंतज़ाम करता हूँ।

राजा ने कहा कि वह गुरू बहुत ज्ञानी होने चाहिए। यह सुनकर मंत्री कहते हैं कि आप चिंता न करें, ऐसा ही होगा। मंत्री अच्छे गुरू की तलाश में जाते हैं, यह तलाश दो दिन बाद पूरी होती है। वह गुरू आते हैं वह राजा से कहते हैं कि यह गुरू बहुत ज्ञानी हैं, इन्हें बहुत ज्ञान है। राजा कहते हैं कि इन्हें हमारे महल में ठहरने के लिए पूरा इंतज़ाम किया जाये। अगले दिन गुरू राजा को ज्ञान देने के लिए पढ़ाना शुरू करते हैं।

जब एक महीना बीत जाता है तो राजा को कोई भी ज्ञान नहीं मिल रहा था, वह परेशान थे। क्योंकि गुरू तो उन्हें पढ़ा रहे थे मगर उन्हें कुछ भी नहीं आ रहा था। राजा यह बात गुरू से नहीं पूछ सकते थे क्योंकि वह बहुत ज्ञानी थे। राजा ने यह बात अपनी पत्नी को बताई। उसके बाद पत्नी ने कहा कि यह बात आपको गुरु ही बता सकते हैं कि ऐसा क्यों हो रहा है!

अगले दिन राजा गुरू से पूछते हैं कि आप बहुत ज्ञानी हैं। आपको सभी तरह का ज्ञान है मगर मुझे ज्ञान क्यों नहीं मिल रहा है। यह सुनकर गुरू कहते हैं कि बात बहुत छोटी है मगर इस बात में गहराई छुपी है। मैं आपको बताना चाहता था मगर कह नहीं पाया था। राजा कहते हैं कि आप मुझसे कह सकते हैं। गुरू राजा से कहते हैं कि आप जब भी शिक्षा ग्रहण करने आते हैं तो आप सिंहासन पर बैठ जाते हैं मुझे नीचे बिठा देते हैं क्योंकि आप राजा हैं यही अंतर है। अब राजा को समझ आ गया था कि जब तक वह बड़े होने का घमंड दूर नहीं करते हैं उन्हें ज्ञान नहीं मिल सकता। उस दिन से राजा ने गुरू को ऊपर का स्थान दिया, अब राजा को सबकुछ धीरे-धीरे आने लगता है क्योंकि उन्हें अब पता चल गया है जीवन में घमंड नहीं करना चाहिए।

**लातूर-महा.।** महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा 40 फीट रामेश्वरम मंदिर की प्रतिकृति का निर्माण किया गया, जिसे इंडिया स्टार वर्ल्ड रिकॉर्ड में शामिल किया गया है। इस मौके पर इंडिया स्टार वर्ल्ड रिकॉर्ड्स के इंटरनेशनल सेक्रेट्री डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके ने सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. नंदा बहन को 'इंडिया स्टार वर्ल्ड रिकॉर्ड' का सर्टिफिकेट प्रदान किया। इस अवसर पर ब्र.कु. प्रेम भाई, ब्र.कु. पुण्या दीदी, ब्र.कु. प्रीति दीदी आदि उपस्थित रहे।

**दुर्ग-छ.ग.।** ब्रह्माकुमारीज़ के आनंद सरोवर बघेरा में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित 'महिला सशक्तिकरण के लिए परमात्मा शिव द्वारा सकारात्मक परिवर्तन' स्नेह मिलन समारोह में विभिन्न क्षेत्रों में उपलब्धि प्राप्त करने वाली महिलाओं को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में श्रीमती शाहाना कुरैशी,छत्तीसगढ़ रत्न सम्मान राज्य स्तरीय नारी शक्ति सम्मान, नीतू श्रीवास्तव,संस्थापिका अध्यक्ष फाउण्डेशन, श्रीमती प्रीति अजय बेहरा,सदस्य आंतरिक परिवार समिति सीमा सशस्त्र बल भिलाई, डॉ. कल्पना देशमुख,मिनी माता अलंकार से सम्मानित, रत्ना नारमदेव,पूर्व एल्डरमेन व समाज सेविका, ब्र.कु. रीटा बहन,स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका, ब्र.कु. रुपाली बहन,वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, धन श्री मोडक सहित बड़ी संख्या में भिन्न-भिन्न क्षेत्रों से महिलाएं शामिल रहीं।

**छतरपुर-सिविल लाइन(म.प्र.)।** ब्रह्माकुमारीज़ के समाज सेवा प्रभाग द्वारा शिव जयंती के उपलक्ष्य में 'मूल्यनिष्ठ समाज बनाने नई आशाएं हैं लाई शिव जयंती फिर है आई' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में समाज सेवा प्रभाग की ज़ोनल कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. शैलजा बहन, ब्र.कु. कमला बहन, प्राचार्य उत्कृष्ट विद्यालय क्रमांक 1 से सुशील कुमार उपाध्याय, टीवीएस के मालिक महेंद्र असाटी, ब्र.कु. कल्पना बहन सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

**येवला-महा.।** अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर एस.एन.डी. कॉलेज ऑफ साइंस बाभुलगांव में स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. नीता बहन ने छात्राओं का मार्गदर्शन किया।

**धड़गांव-महा.।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि एवं महिला दिवस के उपलक्ष्य में शिव मंदिर परिसर में शिवदर्शन एवं नशा मुक्ति प्रदर्शनी का आयोजन हुआ। इस दौरान पुलिस अधीक्षक, कॉन्स्टेबल, जागतिक लोक संचालित साधना केंद्र राज बरार, नगर सेविका विद्या वर्णी एवं महिला गट की प्रमुख महिला, विजय पराडके,जिला परिषद सदस्य, रविंद्र पराडके,जिला परिषद सदस्य, राकेश पावरा,नगर सेवक, ब्र.कु. सरिता बहन, ब्र.कु. गोविन्द भाई, ब्र.कु. प्रताप भाई बिल्डर, राजेंद्र परमार,परमार परिवार, मुकुंद भाई सहित अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे। साथ ही इस मौके पर शिव संदेश शोभा यात्रा का भी नगर में आयोजन किया गया।

**रतलाम-डोंगरे नगर(म.प्र.)।** ब्रह्माकुमारीज़ के दिव्य दर्शन भवन सेवाकेंद्र द्वारा 88वीं त्रिमूर्ति शिवजयंती एवं अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में 'शिव अवतरण द्वारा महिला सशक्तिकरण' कार्यक्रम में शिव ध्वजारोहण के पश्चात् प्रतिज्ञा करते हुए ब्र.कु. अनीता दीदी, रतलाम सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. सविता दीदी, अति. पुलिस अधीक्षक राकेश खाखा, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया के क्षेत्रीय प्रबंधक अरुण कुमार, बैंक ऑफ बड़ोदा के मुख्य प्रबंधक अम्बर जोशी, सेवानिवृत्त प्रोफेसर डॉ. गीता दुबे, भारतीय स्त्री संगठन रतलाम की अध्यक्ष सविता तिवारी, अनुराग चौरसिया,बैंक ऑफ बड़ोदा एवं सोनाली परमार,पर्वतारोही दम्पत्ति तथा अन्य भाई-बहनें।

तृतीय पुण्य स्मृति दिवस पर...

# ईश्वरीय यज्ञ के खज़ानों की खजांची दादी ईशु

## राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी जी मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

हम दादी को शुरू से देखती आई, जब से यज्ञ शुरू हुआ है तब से हम भी हैं और दादी भी हैं। शुरू से ही बाबा के साथ रहने का, बाबा के साथ यज्ञ सेवा करने का पार्ट दादी का रहा है।

सन् 1936 में सिंध हैदराबाद में जब ओम मंडली की शुरूआत हुई तो 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 सम्पन्न रहा। 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। वे सरलता और स्नेह की मूर्त थीं।

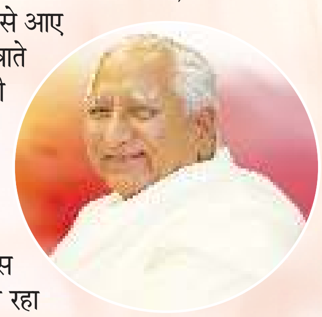
जब हम आबू में आए तो स्थान, वातावरण, परिस्थितियां बदलने के कारण भिन्न-भिन्न बातें परीक्षा के रूप में सामने आई पर दादी ईशु को हर परिस्थिति में अचल-अडोल देखा, कभी भी उनको व्यर्थ संकल्प व बोल में नहीं देखा।

## सारे विश्व में ऐसा कोई विश्वासपात्र नहीं देखा

राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी दीदी, अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज़

ईश्वरीय परिवार में एक-एक आत्मा विशेष है परंतु कुछ आत्माएं बहुत विशेष होती हैं, ईशु दादी उसमें से एक थी। भगवान के भंडारे में जो भी धन आया उसको वर्षों तक संभाला एक ट्रस्टी की तरह। कभी भी धन में उनकी वृत्ति नहीं गई और कभी भी उन्होंने भेदभाव नहीं दिखाया कि जो बहुत ज़्यादा देते हैं उनसे बहुत प्यार से बात करे और जो कम देते हैं तो कम सम्मान दे। जो जितना भी गुप्त सहयोग बाबा को देते थे, उतनी ही गुप्त रहकर के भंडारे को भरपूर रखती थी। अंत तक भावना से बाबा का यज्ञ सम्भालती रही। हमारे सारे विश्व में ऐसा कोई भी नहीं देखा जो इतने वर्ष तक ऐसा कार्य करें और इतना विश्वासपात्र भी हो। दादी जी इतने विश्वासपात्र थे जो कहीं भी, कोई भी बात नहीं दोहराते थे। भगवान ने अपने कार्य के लिए, अपनी प्रकार से ही इस तरह की आत्माओं को तैयार किया। दादी बहुत संतुष्ट रहती थीं, बहुत शांत और बहुत मीठा स्वभाव था। मेरे को उनके प्रति बहुत सम्मान है। उनका भी बहुत प्यार था मुझसे। मैं हमेशा अपनी ईशु दादी जी को दिल में समाए रहती हूँ और बहुत ही श्रद्धा भावना रखती हूँ। हम सभी ईशु दादी जी को बहुत-बहुत नमन करते हैं।

## साकार बाबा-मम्मा की मनीप्लांट दादी ईशु जी-राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर,महासचिव ब्रह्माकुमारीज़



जब मैं पांडव भवन में आया था तभी से ईशु दादी को जानता हूँ। ईशु दादी अपने टेबल पर बैठती, मम्मा पास में बैठती, साकार बाबा भी अपनी नेट वाली कुर्सी पर बैठते और ईशु दादी बाबा को चारों तरफ से आए हुए याद-प्यार के पत्र, पुरूषार्थ के पत्र सुनाती फिर बाबा तुरंत जवाब लिखवाते थे। बाबा एक घंटे में कम से कम 16 पत्र सिंधी में लिखते थे और ईशु दादी फिर उसी पत्र पर हिन्दी में लिखकर के उसी दिन पोस्ट कर देते थे। साकार बाबा और मम्मा ईशु को मनीप्लांट भी कहते रहे और हमारी मोहिनी बहन भी मनीप्लांट कहती थी। सन् 1963, 1964 की बात है, सर्दियों के दिनों में आबू से बाबा बॉम्बे गए और सेक्रेटेरिएट के पास में बाबा के लिए टेंपरेरी तीन महीने के लिए मकान लिया गया था। विश्वकिशोर दादा और शायद चंद्रहास दादा भी बाबा की संभाल के लिए साथ में आ गए लेकिन बाबा को फील हो रहा था कि ईशु दादी वहाँ मधुबन में अकेली है, तो बाबा ने पत्र लिखा और विश्वरतन दादा को खास कहा कि बच्ची को अपने साथ लेकर के आओ, वो बाबा के बिना बिल्कुल सूख जायेगी। इतना प्यार था दादी का साकार बाबा के साथ।

इंदौर-ज्ञानशिखर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के ओम शांति भवन में आकर गदर-2 फेम सुप्रसिद्ध अभिनेत्री सिमरत कौर ने राजयोग का अभ्यास किया। तत्पश्चात् अभिनेत्री को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी। साथ हैं ब्र.कु. अनीता दीदी व डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके।

गंज बासौदा-म.प्र.। शिव जयंती महोत्सव में नन्हें-मुन्ने बाल कलाकारों द्वारा 'शिव परमात्मा की सत्य पहचान' विषय पर नाटक का मंचन किये जाने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. रुक्मणि बहन, ब्र.कु. नंदिनी बहन, ब्र.कु. रेखा बहन, ब्र.कु. अनु बहन तथा अन्य।

दीसा-गुज.। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् शिवरात्रि का महत्व बताते हुए ब्र.कु. सुरेखा बहन। साथ हैं विधायक प्रवीण माली, नगर पालिका प्रमुख संगीता दवे एवं नगर पालिका उप प्रमुख शैलेष राजगौर।

छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ के महिला प्रभाग द्वारा 'महिला सशक्तिकरण के लिए परमात्मा शिव द्वारा सकारात्मक परिवर्तन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में रोटरी इनर व्हील अध्यक्ष एवं हम फाउंडेशन उपाध्यक्ष कोमल टिकरिया, अध्यक्ष समर्पण महिला मिलन ज्योति जैन, चेयरपर्सन नीलांजना संभाग पूजा जैन, पूर्व महिला मंडल अध्यक्ष अर्चना भोजपुरिया, राज्य परिवहन पूर्व डिपो मैनेजर बीरबल सिंगर, ब्र.कु. रेखा बहन, ब्र.कु. मोनिका बहन, ब्र.कु. मोहिनी बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन, ब्र.कु. पूनम बहन व अन्य महिलायें शामिल रहीं।

खोकरला-भंडारा(महा.)। महाशिवरात्रि कार्यकम में एसपी लोहित मतानी, सरपंच वैशाली सर्वे, शीतला माता मंदिर प्रेसिडेंट ईश्वरलाल काबरा, शीतला माता मंदिर सेक्रेटरी धनराज धुर्वे, ब्र.कु. शालू बहन, ब्र.कु. शोभा बहन, गौरीशंकर भाई सहित अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।

वडोदरा-अलकापुरी(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा शिव जयंती एवं महिला दिवस के उपलक्ष्य में अकोटा मैदान में आयोजित '88वीं त्रिमूर्ति शिवजयंती महोत्सव एवं नारी सम्मान आरती उत्सव' कार्यक्रम में सीईए ऑल इंडिया इंस्टिट्यूट ऑफ सेल्फ गवर्नमेंट हंसा पटेल, कोफाउंडर स्क्वायर इंस्टिट्यूट ऑफ इंटीरियर डिज़ाइनर वडोदरा स्नेहा पटेल, डॉ. अनिल भाई,जीएमईआरएस पाटन, राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. निरंजना दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. मीना दीदी, प्रवीण भाई पटेल,बिज़नेसमैन, ब्र.कु. नरेन्द्र भाई, हिरेन भाई,सीनियर मैनेजर,रिलायंस कंपनी वडोदरा सहित बड़ी संख्या में अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

# वंश की वंशावली और कर्म का प्रमाण

किसी भी वंश की वंशावली को आप बड़े ध्यान से देखेंगे तो पायेंगे कि हर कोई जोकि पहला उस वंश का राजा होगा। जिसने उस वंश की शुरूआत की होगी। जिससे वो वंश शुरू हुआ होगा। लोग ज़्यादातर उसी का नाम लेते हैं। जैसे आपने सुना होगा कि ये उदय सिंह के वंशज हैं, ये महाराणा प्रताप सिंह के वंशज हैं। कोई कहता ये पृथ्वीराज चौहान के वंशज हैं बहुत सारे राजा-महाराजाओं को ऐसे कॉट करते हैं। ऐसे ही जब किसी के कुल देवता और इसकी बात आती है तो हमेशा लोग राजाओं से भी ऊपर उठकर बात करते हैं। ये इक्ष्वाकु के वंश के हैं, ये रघुकुल वंश के हैं, ये राम के वंशज हैं, ये कृष्ण के वंशज हैं कितनी सारी बातें आपने सुनी होगी। तो ये सिर्फ इसलिए नहीं आपके सामने बात रखी जा रही है कि इसको सिर्फ पढ़ा जाये और रख दिया जाये।

इसको हम समझने का थोड़ा प्रयास करते हैं कि जो वंश शुरू में चला, उस वंश का जो पहला राजा है वो कितना शक्तिशाली होता है। उसके अन्दर वो सारे गुण, वो सारी विशेषताएं, धारणायें, सारी मर्यादायें होती हैं। और हम सभी उन मर्यादाओं को सुनते हैं, पढ़ते हैं तो कम्पेरिज़न में पढ़ते हैं, तुलना में पढ़ते हैं। जब वो उस वंश के किसी व्यक्ति को देखते हैं तो कहते हैं आपके वंशज कितने अच्छे थे। और उनके अन्दर ये-ये था। लेकिन आजकल तो किसी के अन्दर ये सारी चीज़ें दिखती नहीं हैं। स्वाभाविक सी बात है कहना, क्योंकि सच में जो पहले ने किया दूसरे में थोड़ा-सा उसका मार्जिन डिफ्रेन्स आया, उसके नीचे और भी ऐसे नीचे बढ़ते गये तो थोड़ी-थोड़ी कमी सबमें नज़र आयी, और आती है। ये स्वाभाविक सबको लगता है। लेकिन अगर इसकी डिटेल में आप जायेंगे तो पायेंगे कि जिसने पहले-पहले ये फॉलो किया होगा तो उन्होंने एक-एक चीज़ का मनन-चिंतन किया होगा, समझा होगा और उसको

अपनी धारणा में लाया होगा।

ऐसे ही हमारा ये ज्ञान है, हमारी समझ है कि परमात्मा ने ज्ञान सबको एक जैसा दिया और सबको यही बताते हैं कि हम कृष्ण के राज्य माना सतयुग और त्रेता दोनों युगों को जोड़कर कहते हैं कि हम उसमें जायेंगे तो हमें उनके जैसा बनना है। अब पहला जो वंश है उसने एक-एक चीज़ को बारिकी से जाना, समझा, परखा और उसको फॉलो किया। हम सब उनको देखते हैं, उनके कदम पर कदम रखते हैं और चलते हैं। लेकिन अन्तर हमारे में और उनमें क्यों आ जाता है, क्योंकि जो पहले ने फॉलो किया होगा मनन-चिंतन करके उसमें अकेले थे वो, बिल्कुल अकेले थे, अलग हैं, और जब वो ये काम कर रहे होंगे उनके पूरा विश्व सामने ध्यान में आ रहा होगा। अब हमारे सामने अलग से सैम्पल है कि मुझे इनके जैसा बनना है। तो उस सैम्पल को सामने रखकर हम फॉलो तो करेंगे लेकिन उस सैम्पल के मनन-चिंतन हमारे अन्दर पूरी तरह से नहीं होगा तो वो पूरी बात निखरकर हमारे अन्दर पूरी तरह प्रवेश नहीं करेगी। उदाहरण जैसे हमेशा हम कहते हैं कि ईमानदारी एक गुण है, एक विशेषता है हम सबकी, लेकिन ईमानदारी एक शक्ति भी है कि चाहे कुछ हो जाये, चाहे कोई भी परिस्थिति आ जाये लेकिन हमको ये वाला गुण छोड़ना नहीं है।

लेकिन होता क्या है कि जब हम, अब पहले ने जो किया उसने कभी छोड़ा नहीं है तभी तो ईमानदारी की इतनी वैल्यू है। और इतनी गहराई से फॉलो किया कि हमें उसका उदाहरण देना पड़ता है कि वो ईमानदार थे। लेकिन हम सभी उस बात को किसी एक परिस्थिति के साथ जोड़कर ये कह देते हैं कि उनके समय में अलग स्थिति थी और हमारे समय में अलग स्थिति है। तो आज के हिसाब से हमें इसको फॉलो कर लेना चाहिए। लेकिन ईमानदारी तो ईमानदारी है। चाहे वो पहले हो वो तब भी ईमानदारी थी और आज भी वो ईमानदारी ही है। लेकिन इसमें इतना मार्जिनल डिफ्रेंस आ जाता है तभी हमारे गुणों में, हमारी शक्तियों में, हमारी धारणाओं में कमी आ जाती है। एज इट इज माना एज इट इज उसमें ऊपर-नीचे नहीं हो सकता, आगे-पीछे नहीं हो सकता। थोड़ा-सा भी अन्तर नहीं हो सकता। इसलिए सारे वंशों में आप देखेंगे सबसे पहले नम्बर वन का ही नाम लिया जाता है, और क्यों पीछे हो जाते हैं क्योंकि वो हर बात में आगे-पीछे करते हैं। कहते, नहीं चल जायेगा, नहीं ये हो जायेगा। तो हम सभी अपने आपको इस दायरे में, अपने आपको परखकर देखें कि क्या सच में हम उस बात को एज इट इज ले पा रहे हैं, समझ पा रहे हैं जो परमात्मा हमको सीखा रहे हैं।

ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

जैसे हमारे पिताश्री प्रजापिता ब्रह्मा बाबा ने एक्यूरेट फॉलो किया। अडिग रहे, हिले नहीं। लेकिन हम अगर ऊपर-नीचे होते हैं तो हमारे उस वंश का जो पहला व्यक्ति है, पहला जो महा मानव है, जिसको हम फॉलो करके आगे बढ़ना चाहते हैं तो क्यों हमारे नम्बर में तो कमी आती ही जायेगी ना! तो इस तरह से हम अपने कुल को समझेंगे, उसकी धारणाओं को समझेंगे और किसी भी गुण, किसी भी शक्ति को अपने अन्दर ले आने में कोई कॉम्प्रोमाइज़ नहीं करेंगे। तो जहाँ पर कॉम्प्रोमाइज़ होता है वहाँ पर उस चीज़ में हमेशा आपको फॉल्ट या कमी नज़र आयेगी।


उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दे

# मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

**प्रश्न : मैं मुकेश वैरागी इटानगर से हूँ। कई धर्म और सम्प्रदाय ये मानते हैं कि मृत्यु ठीक वैसे ही है जैसे पानी से बुदबुदा निकला और पानी में ही समा गया। या सागर से ही निकला और सागर से ही नदियां बनीं और अन्ततः सागर में ही समा गईं। वैसे ही क्या मृत्यु के बाद हम ब्रह्म में लीन हो जाते हैं?**

**उत्तर :** एक आम मान्यता तो ये है, लेकिन आजकल तो क्या है कोई इसके बारे में न सोचता, न जानता, न कोई सुनाई जाती, किसी महान संत ने शरीर छोड़ा तो लोग कहेंगे ब्रह्म में लीन हो गया। लेकिन ये बात जानने योग्य है और भारत की फिलॉसफी में इसकी चर्चा है कि आत्मा अविनाशी है, वो ऐसा नहीं है कि परमात्मा से बुदबुदा निकला था, वो उसका पार्ट है एक, भगवान के पार्ट होते नहीं वो तो अखण्ड ज्योति है। वो फिज़िकल नहीं है जो उसके पार्ट किए जा सकें। जैसे ये भी कहते हैं कि हम भगवान के अंश हैं, हम भगवान के अंश नहीं हैं। हर आत्मा का अपना एक अस्तित्व है। इसका अर्थ ये होता है कि परमात्मा की शक्तियों का अंश हमारे अन्दर है, उसकी प्युरिटी का अंश हमारे अन्दर है। वास्तव में आत्मा का अस्तित्व भी अलग और परमात्मा का अस्तित्व भी अलग है। तो वो न उससे निकली है, न उसका जन्म हुआ है। अन्यथा उसको जन्म लेने वाला माना जायेगा ना!

आत्मा तो अजर अमर अविनाशी है। अगर ये मान लिया जाये कि बुदबुदा पुनः सागर में विलीन हो जायेगा, बुदबुदा का अन्त हो गया माना आत्मा का भी अन्त हो गया। आत्मा का कभी अन्त नहीं होता है। आत्मा न परमात्मा में लीन होती है वो दोनों अलग-अलग हैं, इस शब्द पर हम ध्यान दें। आत्मा परमात्मा में लीन होती है। इसका अर्थ हो गया दो हैं। एक नहीं है। तभी तो दोनों लीन होंगे ना! वो दो हैं और दोनों ही अजर अमर अविनाशी हैं। दोनों का ही अस्तित्व कभी समाप्त नहीं होता। इसलिए ये बात भी वास्तव में दूसरे रूप की थी, जो इस रूप में प्रचलित हो गई और वो थी कि हम परमात्मा के लव में, प्यार में लीन रहें। ऐसे खो जायें उसके प्यार में मानो वो और हम एक हो गये। सत्य ये है, एक है परम आत्मा और दूसरा है ब्रह्म लोक। उस ब्रह्म लोक को लोगों ने ब्रह्म मान लिया, परमात्मा मान लिया। वो ब्रह्मलोक है, लोक माना स्थान। रहने का स्थान। परमात्मा के रहने के स्थान को ब्रह्मलोक या परलोक कहा जाता है। तो जब आत्मायें मुक्त हो जाती हैं, जिसके लिए लोग साधनायें करते हैं तो वो मुक्तिधाम भी इसे कहते हैं ब्रह्मलोक को। मुक्तिधाम में जाके आत्मायें निवास करती हैं। तो आत्मा वहाँ अपने मूल स्थान में जिसको परमधाम भी कहते हैं वहाँ जाके रहती हैं। तो उसको ऐसा ही लगता है जैसे वो अपने घर में गहन शांति में है, लीन हो गई है उसमें। क्योंकि उसके साथ वहाँ देह नहीं होता और जब देह नहीं है, ब्रेन नहीं है तो मन-बुद्धि एक्टिव नहीं रहती। वहाँ वो बिल्कुल निर्संकल्प हैं। वहाँ उसके चित्त में कोई संकल्प, कोई विचारधारा, कोई संस्कार नहीं हैं। उस स्थिति को कहा गया है कि ब्रह्म में लीन हो जाना।

तो ये जो हमारे साधक साधनायें कर रहे हैं। उनकी गति श्रेष्ठ होती है, नॉ डाउट। कोई भी व्यक्ति साधना करेगा उसके कुछ विकर्म भी नष्ट हो जाते हैं। लेकिन एक रहस्य इसमें ये भी जानने का है, जो स्वयं भगवान ने ही आकर बताया है। एक बार आत्मा जब ब्रह्मलोक से इस धरा पर आ गई तो वो तब तक यहाँ पुनर्जन्म लेती रहेगी जब तक स्वयं भगवान कल्प के अन्त में आत्माओं को वापिस ले जाने के लिए न आयें। जो बहुत अच्छे साधक हैं देखिए मुक्ति में कोई नहीं जायेगा क्योंकि मुक्ति के द्वार बन्द हो जाते हैं। वहाँ आना और जाना साथ-साथ नहीं चलता। एक बार सबको आना है धीरे-धीरे और अन्त में एक बार सबको जाना है। वन वे रहता है ये। इसीलिए भगवान को ही मुक्ति दाता कहा जाता है।

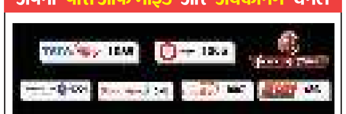
**प्रश्न : चार साल पहले मेरी शादी हुई और एक साल के बाद ही हमें एक पुत्र रत्न की प्राप्ति हुई। मैं और मेरी पत्नी दोनों का सम्बन्ध शुरू से ही अच्छा नहीं रहा है और मेरी माता जी भी उन्हें पसंद नहीं करती। उन दोनों के बीच भी हमेशा एक तना-तनी का माहौल रहा करता था और बीच में मैं पिस जाता था। फिर चार साल के बाद मेरी पत्नी घर छोड़कर अपने मायके चली गयी, मेरा बच्चा भी उसके साथ है। मैं अपनी पत्नी से अलगाव नहीं चाहता हूँ और ना ही अपनी माँ के सामने प्रतीत करना चाहता हूँ कि मैं अपनी पत्नी के साथ हूँ और उनका ध्यान नहीं दे रहा हूँ। पूरे घर में तनाव का माहौल है और साथ ही जो छोटा बच्चा है वो भी इसमे सफर कर रहा है। मैं इस सिचुएशन से कैसे बाहर आऊं ताकि माँ भी सन्तुष्ट हो, पत्नी भी सन्तुष्ट हो और हम सब खुशी से एक साथ रह सकें?**

**उत्तर :** इन सब झगड़ों में बीच में पिस रहा वो बच्चा जिसकी मानसिक स्थिति बचपन से ही निगेटिविटी का शिकार हो रही है। आजकल लोग इस बात को कम समझते हैं। सबसे पहली चीज़ मैं कहूँगा कि समझदार होना चाहिए माँ को। जो अपनी बहू को अपनी बेटी के समान ट्रीट करे। उसको कुछ सिखाए। वो गलती भी कर सकती है। हो सकता है उसमें इगो रहा हो जो अपनी सास को सम्मान न देती हो। बुरा व्यवहार करती हो लेकिन आखिर घर चलाना है, घर बसाना है, सबको आगे बढ़ाना है। आखिर अपना ही जीवन तो नहीं है ना, समाज में भी तो होता है इसके बाद। गलत संदेश जाता है, बदनामी होती है। बोलने वाले न जाने क्या-क्या बोलते हैं। तो इसलिए मनुष्य को बहुत समझदारी से सम्बन्धों को निर्वाह करना चाहिए। देखिए मैं एक बात कहूँगा, ये हर व्यक्ति के लिए है कि हर व्यक्ति के मन में दूसरों से एक्सपेक्टेशन्स बहुत होती हैं। लेकिन हमें ये जानना चाहिए कि हम एक्सपेक्ट तो करते हैं, ये भी सोच लेना चाहिए कि क्या दूसरा व्यक्ति हर समय हमारी एक्सपेक्टेशन्स को पूर्ण करने की स्थिति में है! अपने से बात करें कि क्या हम वैसा रेस्पॉन्स कर सकते हैं जैसा दूसरे चाहते हैं! कदापि नहीं हो सकता। हरेक व्यक्ति का अपना जीवन है, हरेक की अपनी थिंकिंग है, अपनी उसकी भावनाये हैं, कार्य करने की शक्ति है, बौद्धिक शक्ति है, और वो बहन उस घर में आई है न जाने उसका कैसा बैकग्राउंड रहा है। उनको उनके माँ-बाप से प्यार मिला है या नहीं, मेंटली वो कितनी स्ट्रॉन्ग रही है, वो भी कामना करती होगी ना कि मेरी सास मुझे ऐसा प्यार करेगी और मैं कुछ गलती करूंगी तो मुझे प्यार से सीखा देगी। लेकिन अगर सास डांटे तो उसका भी तो इगो हर्ट होगा और वो भी सामना करेगी। इसलिए मैंने कहा पहले समझदार होना चाहिए माता जी को।

सोचना चाहिए कि अब वो हमारे घर में शामिल हुई है, हम उसे अपने घर में शामिल कर लें। हम उसे स्वीकार कर लें। उसमें कुछ अवगुण हैं, कुछ गुण हैं, कुछ विशेषताएं हैं, सबको शामिल करें अपने परिवार में। आपको राजयोग मेडिटेशन भी सीख लेना चाहिए। अपने घर में आप एक घंटा अच्छा मेडिटेशन करें। क्योंकि अगर डिप्रेशन में आ गये तो तो सारा खेल ही बिगड़ जायेगा। क्योंकि डिप्रेशन तो जीवन ही समाप्त कर देता है। एक रास्ता आपको निकालना है। प्रायोरिटी( प्राथमिकता ) किसको देनी है? अगर आपने राजयोग नहीं सीखा है तो आप पहले राजयोग सीखें। आपके पास सत्य ज्ञान हो। आप रियलाइज़ करें कि आपकी गलती कहाँ हो रही है। हर मनुष्य अगर सम्बन्धों में इस तरह से विचार करे और अपने को चेंज करने को तैयार रहें तो जीवन एक सुन्दर खेल बन जायेगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com


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



# गृहस्थ में रहते आनंदित कैसे रहें

गृहस्थ व्यवहार में रहते हुए भगवान की आज्ञाओं पर चलना, श्रीमत पर चलना ये बहुत आवश्यक है। जब हम उनकी आज्ञाओं पर चलते हैं तो वो निश्चित रूप से हमसे प्रसन्न होंगे, जैसे सब जगह होता है। कॉमन बात है। बच्चे माँ-बाप की आज्ञाओं पर चलेंगे तो माँ-बाप बहुत खुश होंगे। प्यार करेंगे, मदद करेंगे। हमें भगवान की आज्ञाओं का पालन करना है। हमसे ये नहीं हो सकता। हम तो गृहस्थ में हैं। गृहस्थ का बोझ तो बहुत ज़्यादा है। ये सब हमें नहीं सोचना है। भगवान की मदद मिल रही है। आप एक कदम आगे बढ़ेंगे वो हज़ार कदम आगे बढ़ेगा अर्थात् बहुत ज़्यादा मदद करेगा आपको। इसलिए ध्यान देंगे कि अन्तिम समय आकर पहुंच गया है, स्वयं को कहीं उलझाना नहीं है। मोस्ट इम्पॉर्टेंट फैक्टर है जीवन का। बहुत सारे लोग अभी भी समय की नाजुकता को समझ नहीं रहे हैं। समय की गति बहुत गहन है। हम स्वर्णिम युग की ओर भी चल रहे हैं और कलियुग की समाप्ति की ओर भी। निश्चित ही कलियुग समाप्त होगा तभी तो स्वर्णिम युग आयेगा। और हम अपने को उलझा दें काम धंधों में तो ये भी तो कोई बुद्धिमानी नहीं है।

धन के पीछे बहुत भागना, मेरा साथी तो इतने करोड़ों का मालिक बन गया, मैं भी बन जाऊं। इससे अच्छा विचार है कि स्वयं भगवान मुझे जन्म-जन्म का भाग्य देने आया है, मैं संसार में सबसे अधिक भाग्यवान बन जाऊं। मुझे अथाह सम्पदा देने आया है उससे सबकुछ प्राप्त कर लूं। ये जीवन सुखों में बीतने लगे, शांति में बीते, प्रेम, खुशियों में बीते और विशेष बात कि हम शक्तिशाली बन जायें। शक्तिशाली बनकर फिर समस्याओं के सामने जायें तो फिर समस्यायें आपे ही भाग जायेंगी। हम कमज़ोर हो जाते हैं तो समस्यायें पॉवरफुल दिखाई देती हैं। उनका फोर्स बढ़ जाता है। तो सभी गृहस्थ व्यवहार में रहने वालों को ये सैम्पल दिखाना है, ये देखें कि ये भी तो गृहस्थ व्यवहार में रहते हैं। ये भी तो काम धन्धा करते हैं लेकिन ये भी तो कितने खुश हैं। जो कमाकर लाये हैं उसमें आनंदित हैं। जो नहीं मिला नॉ प्रॉब्लम। ऐसा अपना मन बना लें। मेहनत करें कमाने की।

बहुत लोग करोड़पति बनने के चक्र में बहुत सारा लोन लेकर फिर उसे उतार नहीं पाये कभी। पूना में भी ये हुआ, बहुत सारा पैसा लोन में ले लिया पाँच-पाँच करोड़ ले लिया। बहुत अच्छी सैलरी थी, बहुत अच्छा जीवन चल रहा था लेकिन बहुत धनवान बनने के चक्र में फंस गये बहुत बुरी तरह। अब चिंतायें सताती हैं, नींद नहीं आती। पाँच करोड़ एक कॉमन मैन के लिए तो हिमालय पहाड़ जैसा है, जो गिर जाये तो नष्ट कर दे। ऐसा नहीं करना है। खुश रहना, संतुष्ट रहना। ये समय ही बहुत इम्पॉर्टेंट है, भगवान इस समय देने आ गया। और सतयुग में तो इतनी अथाह धन-सम्पदा होगी जिसकी हम कल्पना भी नहीं कर सकते। पैसा, धन, सम्पदा गिनने की ज़रूरत ही नहीं होगी। मकान तो कितने-कितने बड़े होंगे एक-एक के पास। महल जैसे ही होंगे, वो भी सोने-हीरे लगे होंगे। तो हम थोड़ा-सा अन्तर्मुखी होकर अपने को शांत और सन्तुष्ट करें।

वरिष्ठ राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

एक परिवार आया, सात-आठ एक ही परिवार के लोग। लड़की ज्ञान में थी अच्छी पढ़ी-लिखी। सबने ज़ोर लगाया शादी करनी है। कन्या को घर में कैसे रखेंगे। बात तो लोगों की ठीक होती है। शादी कर दी, छह मास में घर आ गई है वापिस। मुश्किलात हो गई है। फिर से एडमिशन लिया है, फिर से आगे की पढ़ाई शुरू कर दी है। अब कह रही है कि मैं वहाँ नहीं जाऊंगी। मुझे अपना ईश्वरीय जीवन ही श्रेष्ठ बनाना है। देखिये ये सब हो रहा है। समय की सूक्ष्मता को पहचानेंगे। आप सब ज़्यादा देख रहे होंगे मेरे से। साथियों का क्या हो रहा है। भारत में तलाक की समस्या कितनी विकराल होती जा रही है। क्योंकि इस समय ही सभी के हिसाब-किताब भी चुक्तू होकर समाप्त होने को आयेंगे तो बहुत कुछ बातें आयेंगी। वो बिल्कुल नहीं होगा जो हम चाहते हैं। तो थोड़ा-सा समझदार बनेंगे। हल्का करेंगे अपने को।

मैं सभी गृहस्थ वालों को कहना चाहूंगा, अपने पुरुषार्थ की कुछ एक सरल प्लानिंग करके चलें। पिछले अंक में हमने कहा सवेरे उठकर ईश्वरीय सुख प्राप्त करना, उससे कनेक्ट हो जाना। अपने को सुन्दर संकल्पों से चार्ज कर लेना। और फिर ईश्वरीय महावाक्यों का परम सुख प्राप्त करना। रोज़ ऐसा होता है कि भगवान हमसे बातें करता है। कुछ हमें याद दिलाता है। उस रस में आप आयेंगे तो आपकी स्पिरिचुअल शक्तियां बढ़ेंगी। आपके कारोबार सहज सफल होंगे। ये कनेक्शन सभी को याद रखना है। हमारी मानसिक स्थिति, हमारी योगयुक्त स्थिति जितनी बढ़ेगी हमारे कार्य उतने ही सहज और सरल होते जायेंगे। जीवन उतना ही सरल होगा। हर कदम पर सफलता मिलेगी। और अगर विघ्न आयेंगे तो हम उन विघ्नों को हँसते-हँसते पार कर लेंगे। हर विघ्न हमें देकर जायेगा कुछ न कुछ गिफ्ट। हमें कुछ सीखाकर जायेगा, अनुभव देकर जायेगा।

इसके बाद जो हम कर्मक्षेत्र पर आये हैं, किसी को बिजनेस पर जाना है, किसी को जॉब करनी है। माताओं को भी आजकल नौकरियों पर जाना है, बच्चों को स्कूल भेजना है। काम थोड़ा भारी भी हो जाता है मातृ शक्ति के लिए। लेकिन इन सबको एन्जॉय करें। देखो बिल्कुल पुरुषार्थ की सहज विधि एक अभ्यास। आज आपने अभ्यास ले लिया मैं आत्मा इन आँखों से देख रही हूँ, सारा दिन, हर घंटे में एक-दो बार ये अभ्यास करें। कभी भूलेंगे, कभी याद आयेगा, बढ़ती जायेगी प्रैक्टिस। अगले दिन का अभ्यास ले लें कि मैं आत्मा इस तन में अवतरित हुई हूँ, तीसरे दिन ले लिया मैं शिव शक्ति हूँ, इष्ट देवी हूँ। इस तरह प्लान बना लो छह-सात दिन का। तो सहज मन व्यर्थ से मुक्त होगा। मन की स्पीड स्लो डाउन होगी। ऐसा करेंगे तो बहुत आनंदित जीवन हो जायेगा।

**जबलपुर-रांझी(म.प्र.)।** महाशिवरात्रि के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र में आयोजित 'एक शाम प्रभु के नाम' कार्यक्रम का शुभारम्भ दीप प्रज्वलित कर किया। कार्यक्रम में राज्यसभा सांसद बहन सुमित्रा वाल्मीकि, रमन सिंह मारकम टीआई थाना रांझी, कमलेश जी महाप्रबंधक,व्हीकल फैक्ट्री, ब्र.कु. भावना दीदी, ब्र.कु. मीना, ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. साधना, ब्र.कु. भगवान भाई सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

**भंडारा-महा.।** महाशिवरात्रि पर आयोजित द्वादश ज्योतिर्लिंग झाँकी का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए विधायक नरेंद्र भोंडेकर, ब्र.कु. शालू बहन, टीनेश्वरी बहन, गौरीशंकर भाई तथा अन्य।

**प्रिकांको कॉलोनी-प्रेमनगर(म.प्र.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित महाशिवरात्रि के कार्यक्रम में शिवध्वजारोहण के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. शैल दीदी, खाद्य विभाग अधिकारी नेहा शर्मा तथा अन्य भाई-बहनें।

**बालागाम-गुज.।** महिला दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र में आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन। साथ हैं महिला मोर्चा भाजपा जिला प्रमुख प्रवीणा पटेल एवं महिला मंडल प्रमुख प्रमिला बहन। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में महिलायें शामिल रहीं।

**तलेगांव-महा.।** ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र के रजत जयंती के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए अंबर के संपादक सुरेश साखळकर, सतर्क महाराष्ट्र की संपादक रेखा भेगड़े, लायन्स क्लब के अध्यक्ष अनिकेत काळोखे, इनरव्हील अध्यक्ष संध्या थोरात, महिला अध्यक्ष सारिका शेळके, वीणा करंडे, पूर्व तहसीलदार रामभाऊ माने, राजयोगिनी ब्र.कु. गोदावरी दीदी, ब्र.कु. रामनाथ भाई,माउण्ट आबू, ब्र.कु. लाजवंती दीदी, ब्र.कु. प्रभा बहन, ब्र.कु. मीनाक्षी बहन तथा अन्य।

**सतना-म.प्र.।** केंद्रीय जेल सतना में महिला कैदी बहनों को मानसिक रूप से सशक्त बनाने, हिंसा को समाप्त करने तथा कर्मों की गुह्य गति समझाने के उद्देश्य से ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित सात दिवसीय राजयोग कोर्स के दौरान सेंट्रल जेल के जेलर तथा वेलफेयर मिनिस्टर अनिरुद्ध तिवारी, ब्रह्माकुमारीज़ से ब्र.कु. रूबी बहन, ब्र.कु. खुशी बहन, ब्र.कु. शिवांशी बहन तथा अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

**छतरपुर-विश्वनाथ कॉलोनी(म.प्र.)।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा एक्सीलेंस विद्यालय(नं.1) में बच्चों के लिए 'अपना और अपनों का ध्यान रखें' विषय पर नैतिक शिक्षा चरित्र निर्माण कार्यक्रम में मुख्य वक्ता ऑस्ट्रेलिया मेलबर्न से आईं ब्र.कु. अनन्या बहन, विद्यालय के प्राचार्य एस.के. उपाध्याय, स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र की ब्र.कु. कल्पना बहन, ब्र.कु. रीमा बहन, सभी शिक्षक स्टाफ सहित विद्यार्थीगण शामिल रहे।

**बिजावर-म.प्र.।** महाशिवरात्रि के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा किशनगढ़ में आयोजित विशेष कार्यक्रम में सीताराम की सुंदर झाँकी लगाई गई एवं शिव ध्वजारोहण किया गया। इस अवसर पर किशनगढ़ पुलिस थाना के टीआई राजेश तिवारी एवं स्टाफ, गोपाल मंडल पुजारी श्री कुंज बिहारी कोड़ेरिया,गरु महाराज, पूर्व जनपद पंचायत उपाध्यक्ष अशोक कोड़ेरिया, चित्रांश स्कूल प्राचार्य धीरज खरे, धनुषधारी मंदिर पुजारी रूद्र प्रताप चंदपुरिया, सचिव पूरन लाल प्रजापति व अन्य गणमान्य लोगों सहित ब्र.कु. प्रीति बहन व अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

# सहज राजयोग द्वारा कर सकते हैं शिव को प्राप्त

**नवापारा-राजिम(छ.ग.)।** ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र में आयोजित 'विराट सन्त सम्मेलन' में राजयोगी ब्र.कु. नारायण भाई ने सभी साधु-संतों का स्वागत करते हुए कहा कि संतों ने अपनी साधना से भारत का मान-शान बनाये रखा है। उन्होंने कहा कि जब सृष्टि पर अज्ञान-अंधकार फैल जाता है, तब परमात्मा आकर ज्ञान-चक्षु देकर अंधकार से मुक्त करते हैं। उसी की याद में शिव जयंती, शिवरात्रि के रूप में पूरे विश्व में मनायी जाती है। जबलपुर से आईं डॉ. पुष्पा पांडे ने कहा कि शिव जयंती ही गीता जयंती है, गीता जयंती ही कृष्ण जयंती है। आप सब संसार को परिवर्तन करने के निमित्त बने हैं, क्योंकि आपके पास ब्रह्मचर्य का बल है। पुष्पा दीदी ने शिव जयन्ती के श्रीमद् भगवत गीता से सम्बन्ध पर प्रकाश डाला। परमात्मा शिव के अजन्मा, निराकार, अनादि, गीता ज्ञान दाता के स्वरूप को तर्क के साथ समझाया। बागेश्वर धाम छतरपुर से आईं अरुणा भारती दीदी ने कहा कि मैं ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र में जाती हूँ और दीदियों के उद्गार सुनती हूँ। ब्रह्माकुमारीज़ आश्रम में बहुत सम्मान मिला और ये ज्ञान मिला कि आप और हम एक हो जाएं। जोधपुर से आये अत्री महाराज जी ने शिव और शंकर का अंतर स्पष्ट करते हुए कहा कि शिव यानी निराकार, जिसका कोई शरीर नहीं है। शंकर कहते ही गौरी-शंकर यानी साकार का ध्यान आता है। जबकि निराकार में 'निरा' का मतलब ही पवित्र है। यह विश्वविद्यालय यही सिखाता है कि सहज योग द्वारा शिव को प्राप्त किया जा सकता है। कार्यक्रम में ब्रह्मदत्त जुगलकिशोर जी, संतोष महाराज जी, महामंडलेश्वर श्री प्रेमानंद सरस्वती जी आदि ने भी अपने विचार रखे। स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पा दीदी ने कहा कि यह सृष्टि रंगमंच है। हर आत्मा अपना पार्ट प्ले कर रही है। राजयोग का अर्थ है अपने को आत्मा समझ परमात्मा को याद करना। हर आत्मा का कनेक्शन उस परमात्मा के साथ है। कार्यक्रम संचालन बिलासपुर से आईं ब्र.कु. राखी बहन ने किया। इस मौके पर देश भर से आये सन्त-महात्मा व धर्मप्रेमी जन उपस्थित रहे।

**महाशिवरात्रि कार्यक्रम में...**

अत्री महाराज ने कहा... शंकर कहते ही गौरी शंकर यानी साकार का ध्यान आता है। जबकि निराकार में 'निरा' का मतलब ही पवित्र है।

डॉ. पुष्पा पांडे ने कहा... शिव जयंती ही गीता जयंती है और गीता जयंती ही कृष्ण जयंती है।

# बेटियों को दुर्गा के रूप में करें संस्कारित : नायक

## महिला दिवस के उपलक्ष्य में शान्ति सरोवर रिट्रीट सेन्टर में कार्यक्रम

**'महिला सशक्तिकरण के लिए सकारात्मक परिवर्तन'**

**रायपुर-छ.ग.।** अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ के महिला प्रभाग द्वारा विधानसभा मार्ग स्थित शान्ति सरोवर रिट्रीट सेन्टर में 'महिला सशक्तिकरण के लिए सकारात्मक परिवर्तन' महिला जागृति आध्यात्मिक सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए राज्य महिला आयोग की अध्यक्ष श्रीमती डॉ. किरणमयी नायक ने कहा कि आज ज़रूरत है कि हम बेटियों को दुर्गा के रूप में संस्कारित करें। बेटों को बेटियों की तरह और बेटियों को बेटों की तरह पालना शुरु करें। बेटों को महिलाओं की इज़्ज़त करना सिखलाएं। ब्रह्माकुमारीज़ की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी ने कहा कि आजकल नारी भले ही आर्थिक और सामाजिक दृष्टि से सशक्त हुई है किन्तु अध्यात्म से दूर होने के कारण उसके अन्दर सहनशीलता, नम्रता और मधुरता जैसे सद्गुणों की कमी हो गई है। आध्यात्मिकता को अपनाने से हमें समस्याओं का सामना करने की शक्ति मिलती है। जिला पंचायत अध्यक्ष श्रीमती डोमेश्वरी वर्मा ने कहा कि महिला ईंट और गारे के मकान को घर बनाती है। बच्चों को शिक्षित और संस्कारित कर वह घर, परिवार, समाज और राष्ट्र निर्माण में सहयोग करती है।

पं. जवाहर लाल नेहरू मेडिकल कॉलेज की पूर्व डीन डॉ. आभा सिंह ने कहा कि महिला सशक्तिकरण से आशय उसके सर्वांगीण विकास से है। डॉ. अम्बेडकर ने कहा था कि किसी समाज की प्रगति के बारे में जानना हो तो उस समाज की महिलाओं को देखो। रायपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सविता दीदी ने कहा कि जीवन में खुशी के लिए महिला सशक्तिकरण ज़रूरी है। इससे सकारात्मक सोच और परिवार में खुशहाली आती है।वरिष्ठ पत्रकार श्रीमती प्रियंका कौशल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ सारे विश्व में अकेला ऐसा संस्थान है जिसका आद्योपान्त संचालन नारी शक्ति के द्वारा किया जाता है। साथ ही उन्होंने सभी को आध्यात्मिकता से जुड़ने की सलाह दी।

# हैप्पीनेस का इंजेक्शन लगाने इस संस्थान में आना होगा : जिला कलेक्टर

**उदयपुर-राज.।** 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती एवं अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में मोती मगरी स्कीम ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर आयोजित कार्यक्रम में जिला कलेक्टर अरविन्द पोसवाल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ परिवार से मेरा रिश्ता बचपन से रहा है। जब मैं माउंट आबू में एसडीएम के पद पर था तब मुझे ब्रह्माकुमारीज़ के कार्यक्रमों में जाने के अनेक मौके मिलते थे। उन्होंने बताया कि मैं अपने आप को बहुत भाग्यशाली मानता हूँ कि मुझे इस कार्यक्रम में आने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। जिस तरह शरीर के लिए विटामिन के इंजेक्शन की ज़रूरत होती है। उसी तरह अगर सकारात्मकता एवं हैप्पीनेस का इंजेक्शन लगाना है तो ब्रह्माकुमारीज़ में आना चाहिए। कार्यक्रम में डिविज़नल कमिश्नर राजेन्द्र भट्ट, राजश्री गांधी तथा माउण्ट आबू से ओमशान्ति मीडिया के सम्पादक डॉ. ब्र.कु. गंगाधर भाई विशेष रूप से उपस्थित रहे एवं सभी को महाशिवरात्रि की शुभकामनायें देते हुए अपने विचार रखे। सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रीटा दीदी ने सभी का स्वागत किया, बधाई दी एवं शिव जयंती का आध्यात्मिक महत्व बताया। साथ ही कार्यक्रम में उपस्थित विशिष्ट महिलाओं को महिला दिवस के तहत सम्मानित भी किया गया।

## महाशिवरात्रि पर सुख-शांति भवन में भव्य कार्यक्रम

# मूल्यों की शिक्षा से समाज को सच्ची राह दिखा रहा यह संस्थान : जोशी

**आमंत्रित महानुभावों द्वारा 800 किलो बर्फ के भव्य अमरनाथ की झाँकी का उद्घाटन किया गया व शिव की आरती की गई।**

**अहमदाबाद।** ब्रह्माकुमारीज़ के सुख शांति भवन में आयोजित महाशिवरात्रि के कार्यक्रम में राजस्थान पत्रिका के संपादक उदय पटेल ने कहा कि इस कार्यक्रम में आना मेरा अहो सौभाग्य है। हम सतत् तनाव और दबाव के बीच देर रात्रि तक कार्य करते हैं, ऐसे में इस प्रकार के आयोजन से मन खुश हो जाता है। गुजरात यूनिवर्सिटी के अकादमी स्टाफ ट्रेनिंग के डायरेक्टर डॉ. जगदीश जोशी ने मूल्यों का महत्व बताते हुए कहा कि यह संस्थान मूल्यों की शिक्षा से समाज को सच्ची राह दिखा रहा है जो अति सराहनीय है। मणिनगर सब ज़ोन प्रभारी एवं सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. नेहा दीदी ने सभी को महाशिवरात्रि की बधाई देते हुए इस पावन त्योहार का आध्यात्मिक रहस्य बताया। मणिनगर स्थित मोम क्लिनिक के गाइनेकोलॉजिस्ट डॉ. मिता पटेल ने अपना अनुभव साझा करते हुए कहा कि आज इस सेवाकेंद्र में पैर रखते ही मुझे जो परम शांति की अनुभूति हुई है, वो अवर्णनीय है। सेवानिवृत्त डी.वाय.एस.पी. ब्र.कु. विनयभाई शुक्ला ने सभी का स्वागत किया। शिव ज्योति नेत्र हॉस्पिटल के डायरेक्टर डॉ. जितुभाई ने आभार प्रकट किया। अग्रणी व्यापारी ब्र.कु. अमित भाई ने मंच संचालन किया।

कार्यक्रम में शिवध्वजारोहण के पश्चात् ब्र.कु. नंदिनी बहन द्वारा सभी को 5 संकल्पों की प्रतिज्ञा कराई गई। इस मौके पर सभी भाई-बहनों द्वारा 7 दिन में परिवर्तन करने के लिए किए गये संकल्पों की माला बनाकर शिव पिता को समर्पित किया गया।

# शिव-शक्ति की महिमा के नादों से गूंज उठा गॉडली पैलेस

## महिलाओं के लिए आयोजित की गई 'शिव भजन स्पर्धा'

**महेसाना-गुज.।** ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि एवं विश्व महिला दिवस के शुभ अवसर पर 'महिला स्नेह मिलन' एवं 'शिव भजन स्पर्धा' का आयोजन किया गया। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी ने कहा कि 'शिव शक्ति' शब्द सूचित करता है कि महिलाओं में परमात्मा शिव की शक्ति समाई हुई है। 'मैं शिव की शक्ति हूँ' इस स्वमान में रहने से महिला कभी अपने को अबला महसूस नहीं करेगी। महेसाना के सीनियर एनेस्थेटिक डॉ. सरोज बहन प्रवीण भाई त्रिवेदी ने नारी की गौरव गाथा सुनाकर नारी को सशक्त करने का प्रयत्न किया। तहसील स्तर पर श्रेष्ठ शिक्षक के अवॉर्ड से नवाजित वैशाली बहन त्रिकमलाल पंचाल ने कहा कि आज महिला हर क्षेत्र में पुरुष के बराबर में आ गई है। परन्तु आवश्यकता है उनके अन्दर आध्यात्मिकता की। वो आध्यात्मिक शक्ति यह ब्रह्माकुमारी संस्था दे रही है। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. कुसुम बहन ने भी अपने विचार रखे। इस अवसर पर आयोजित भजन स्पर्धा में मेहसाना की 12 भजन मंडलियों ने हिस्सा लिया। विजेताओं को पुरस्कार एवं सभी प्रतिभागियों को प्रशस्ति पत्र देकर प्रोत्साहित किया गया। इस मौके पर संगीत विशारद धृति बहन निमेष भाई आचार्य एवं सरस्वती बहन नायक मौजूद रहे। लगभग 500 महिलायें इस कार्यक्रम में शामिल हुईं।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/24-26, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2024-26, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 3rd April, 2024
स्वामी - आर.ई.आर.एफ, प्रकाशक, सम्पादक एवं मुद्रक- गंगाधर नरसिंघानी द्वारा कैपिटल ऑफसेट, L 801-I, Sector-28, GIDC Gandhinagar(Guj.) से मुद्रित एवं ओमशान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया
ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन,- 307510
See Latest News
www.omshantimedia.org