ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 27 | जनवरी-II-2025 | अंक - 20 | माउण्ट आबू | Rs.-12

ब्रह्माकुमारीज़ एवं मीडिया प्रभाग द्वारा मीडिया सम्मेलन का आयोजन

श्रेष्ठ समाज के निर्माण में मीडिया का रोल महत्वपूर्ण

भोपाल-म.प्र.। नैतिकता की ज़िम्मेदारी न केवल मीडिया की है बल्कि समाज के हर व्यक्ति की है। नैतिकता एवं जवाबदेही की बातें केवल मीडिया तक सीमित न रहे बल्कि हर व्यक्ति तक जानी चाहिए।

देश में हर चीज़ के निर्माण की बात होती है लेकिन शायद व्यक्ति के निर्माण की बातें उतनी नहीं हो पाती। यदि व्यक्ति का निर्माण होगा तो परिवार का होगा। परिवार से समाज और समाज से देश का निर्माण होता है। राष्ट्रीय मीडिया सम्मेलन में अपने विचार रखते हुए मध्यप्रदेश शासन के युवा, खेल एवं सहकारिता मंत्री विश्वास सारंग ने व्यक्त किए। उन्होंने ब्रह्माकुमारीज़ के कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि ब्रह्माकुमारी दीदीयां सामाजिक कार्यों में अच्छा योगदान दे रही हैं। त्योहारों के अवसर पर भी उनके द्वारा किए गए कार्य सराहनीय हैं। ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. शांतनु ने कहा कि आज धर्म अलग-अलग होने के कारण धर्म के नाम पर नफरत एवं हिंसा बढ़ रही है। ब्रह्माकुमारीज़ सबको साथ ले चलने की शिक्षा देती है। मीडिया प्रभाग की क्षेत्रीय संयोजिका ब्र.कु. डॉ. रीना दीदी ने कहा कि जब मीडिया में नैतिकता होगी तभी वह सही जवाबदेही निभा सकते हैं। इसके लिए स्व-मूल्यांकन द्वारा परिवर्तन की आवश्यकता है। उन्होंने सभी को योग की गहरी अनुभूति भी कराई। सप्रे संग्रहालय भोपाल के संस्थापक पद्मश्री विजय दत्त श्रीधर ने कहा कि कई बार मीडियाकर्मी बहुत से अनुत्पादक बातों में अपना समय और शक्ति गवांते रहते हैं। कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता विश्वविद्यालय के पूर्व कुलपति डॉ. मानसिंह परमार ने कहा कि हमें समाज में नैतिक मूल्यों को बढ़ावा देने की दिशा में हमेशा कर्म करते रहना चाहिए, कभी थकना नहीं चाहिए। माखनलाल चतुर्वेदी संस्थान के प्रो. संजय द्विवेदी ने कहा कि पत्रकारिता का मूल काम है लोकमंगल करना। मीडिया की नैतिकता एवं जवाबदेही है कि जिन कार्यों के द्वारा जनकल्याण की भावना समाई हुई हो वो होनी चाहिए।

कार्यक्रम में भोपाल राजस्थान पत्रिका संस्थान के संपादक श्री. महेन्द्र प्रताप सिंह, माखनलाल चतुर्वेदी पत्रकारिता संस्थान के विभागाध्यक्ष डॉ. पवित्र श्रीवास्तव व डॉ. संजीव गुप्ता, वरिष्ठ पत्रकार श्रीमती शेफाली पांडे, राधा वल्लभ शारदा आदि ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

विश्व परिवर्तन कार्य में नारी शक्तियों का संकल्प

सूरत वराछा-गुज.। नडियाद सबज़ोन के 42 सेवाकेंद्रों से 1500 तपस्वी माताएं, आमंत्रित मेहमान और लगभग 2500 भाई-बहनों की उपस्थिति में हेवेन हैप्पीनेस प्लॉट में आयोजित महासम्मेलन में ब्रह्माकुमारीज़ के महिला प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी ने मंगल उद्बोधन में कहा कि परिवार में माताओं का महत्वपूर्ण योगदान है। उन्होंने कहा कि आध्यात्मिक शक्ति से ओत-प्रोत जीवन परिवार को एकता के सूत्र में बांधने में मदद करता है। महानुभावों का उद्बोधन, सांस्कृतिक कार्यक्रम, प्रासंगिक प्रवचन, महोत्सव सेलिब्रेशन, प्रेरणादायी अनुभव, आशीर्वचन, परमात्मा की माताओं प्रति प्रेरणा की वीडियो क्लिप, केन्डल लाइटिंग, केक कटिंग के बाद यह संकल्प लिया कि स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन कर इस इश्वरीय कार्य में तन, मन, धन से सहयोग देकर कलियुगी दुनिया को स्वर्णिम संसार में बदल देंगे। महासम्मेलन में नडियाद सबज़ोन संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. पूर्णिमा दीदी, ब्रह्माकुमारीज़ के ग्राम विकास प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी, वलसाड सबज़ोन संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. रंजन दीदी, विधायक श्री. कांतिभाई बलर, पूर्व मेयर अस्मिता जी, सूरत जिला होमगार्ड के कमान्डर श्री. प्रफुल्ल शिरोया एवं सूरत के अन्य विशिष्ट महानुभावों ने भी विचार व्यक्त किए। इस कार्यक्रम का सम्पूर्ण आयोजन सूरत वराछा सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. तृप्ति दीदी के नेतृत्व में किया गया।

1500 तपस्वी माताएं व 2500 भाई-बहनों की रही उपस्थिति

आयकर कार्यालय में तनाव प्रबंधन एवं मेडिटेशन कार्यशाला का सफल आयोजन

वाराणसी-उ.प्र.। आयकर कार्यालय में एक दिवसीय 'तनाव प्रबंधन एवं मेडिटेशन' कार्यशाला में मोटिवेशनल एवं राजयोगा ट्रेनर ब्र.कु. तापोशी ने कहा कि अपने व्यावसायिक या प्रशासनिक कार्यक्षेत्र में भी विशेष संतुलन और सामंजस्य लाने की ज़रूरत है। जिसके लिए सर्व प्रथम स्वयं के मन को शांत, स्थिर और सशक्त रखने की कला का ज्ञान और उसका अभ्यास अति आवश्यक है। इसके लिए राजयोग को सर्वोत्तम माध्यम बताया। ब्र.कु. विपिन ने संस्था का संक्षिप्त परिचय देने के साथ वैश्विक स्तर पर संस्था द्वारा मानवता की सेवा के बारे में अवगत कराया। कार्यक्रम पश्चात वरिष्ठ अधिकारियों के साथ आयोजित करीब डेढ़ घंटे के स्नेह मिलन व ज्ञान चर्चा में प्रधान आयकर आयुक्त हरिगोविंद सिंह ने मेडिटेशन को आज की आवश्यकता बताया, जिससे कार्य सजगता एवं ईमानदारी से करने में मदद मिलेगी। कार्यक्रम में एडिशनल कमिश्नर ऑफ इनकम टैक्स गिरीन्द्र प्रताप सिंह ने ऐसे कार्यक्रम का पूरा लाभ लेने का आह्वान किया। उक्त अवसर पर इनकम टैक्स ऑफिस के सीनियर ऑडिटर ब्र.कु. वेद प्रकाश, संस्था के सदस्यों के आग्रह पर सभी अधिकारियों ने संस्था के मुख्यालय भ्रमण हेतु अपनी विशेष सहमति जताई। संस्था के सदस्यों ने अधिकारियों को ईश्वरीय उपहार के साथ प्रसाद प्रदान किया। सी जीएसटी एवं सी ई कमिश्नर विनिश चौधरी से मिलकर जन्म दिवस की बधाई दी। कार्यक्रम में उपस्थित रहे ब्र.कु. अनीता, अनीता पटेल आदि

- समय की मांगः तनाव रहित शांति, स्थिरता एवं कार्य दक्षता सहित ईमान्दारिता
- जीवन प्रबंधन के सरल और अनोखे कार्य में संस्था का कार्य अद्वितीय

सिर्फ अच्छे कर्म ही हमें खुशी दे सकते हैंः ब्र.कु. शिवानी

लश्कर-ग्वालियर (म.प्र.)। हम संसार के बाह्य संसाधनों में खुशी ढूंढते हैं लेकिन खुशी हमारे अंतरमन में निहित है। अपने संस्कारों से दूर होने की वजह से जो हमें हासिल नहीं हो रही है। खुशी हमारे व्यवहार, कर्म, सोच में मौजूद है। सिर्फ अच्छे कर्म ही हमें खुशी दे सकते हैं यह विचार अंतरराष्ट्रीय प्रेरक वक्ता ब्र.कु. शिवानी दीदी ने राजमाता विजयाराजे कृषि विश्वविद्यालय के दत्तोपंत ठेंगड़ी सभागार में 'खुशियों की चाबी' विषय पर आयोजित व्याख्यान के दौरान व्यक्त किए।

शिवानी दीदी ने कहा कि शीशे में 'मैं' नहीं दिखता बल्कि 'मेरा' शरीर दिखता है। इसलिए जब भी हम शीशा देखें तो यही सोचें मेरा शरीर कैसा दिख रहा है क्योंकि मैं तो अजर-अमर-अविनाशी आत्मा हूँ। उन्होंने कहा कि हम अपने वस्त्र, आभूषण और घर को तो साफ-सुथरा रखने की कोशिश करते हैं लेकिन मन को स्वच्छ रखने के लिए कोई प्रयास नहीं करते, जबकि कपड़ों से ज़्यादा मन का स्वच्छ रहना ज़रूरी है। मन यदि साफ रहेगा तो मन को खुशी भी मिलेगी। उन्होंने आगे कहा कि जीवन की तमाम समस्याओं को हल करते हुए हमें खुद को खुश करना सीखना होगा। जब हम खुश रहेंगे तो हमारे द्वारा खुशी के वायब्रेशन औरों तक भी पहुंचेंगे।

हर व्यक्ति को अपनी सुबह की शुरूआत ध्यान से करनी चाहिए। जिस प्रकार मोबाइल की बैटरी चार्ज होती है, उसी प्रकार ध्यान से हमारी आत्मा और शरीर फिर से तरोताजा होकर रिचार्ज हो जाते हैं। उन्होंने कहा कि स्वयं के कर्म से भाग्य बनता है और वह कर्म ही हमारे साथ जाते हैं। जीवन में सच्ची खुशी हासिल करने के लिए अपने लिए तीन दिन का समय निकालें और ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर जाकर राजयोग ध्यान का अभ्यास सीख उसे नियमित रूप से करें तो आपके जीवन में खुशियां ही खुशियां होंगी। ग्वालियर लश्कर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आदर्श दीदी ने सभी का स्वागत किया। कार्यक्रम में उपस्थित रहे राजमाता विजयाराजे सिंधिया कृषि विश्वविद्यालय के निदेशक बाय पी सिंह, निदेशक अनुसंधान डॉ. संजय शर्मा, कुल सचिव अनिल सक्सेना, विक्रांत यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर अमेरिका सिंह, भाजपा के प्रदेश कार्यसमिति सदस्य आशीष प्रताप सिंह राठौड़, आरोग्य भारती से डॉ. एस पी बत्रा, डॉ. राहुल सप्रा, स्वदेश समूह सम्पादक अतुल तारे, डॉ. जे एस नामधारी तथा पीतांबर लोकवानी।

अनुभव...

राजयोग कार्य की क्षमता को बढ़ाता है - मध्यप्रदेश हाई कोर्ट ग्वालियर खंडपीठ की जस्टिस श्रीमती सुनीता यादव ने बताया कि मैं एक दशक से ब्रह्माकुमारीज संस्थान से जुड़ी हूं, कहा जाता है कि ऊपर भगवान का जो कार्य है वहीं काम नीचे न्यायाधीश करता है, न्यायलय में रोज ही विचलित करने वाले आते हैं वहां पीड़ित भी है अपराधी भी है ऐसे में नकारात्मक एनर्जी से बचकर रहना कठिन कार्य है लेकिन जब हम राजयोग का अभ्यास करते हैं तो हमारी क्षमता 10 गुना बढ़ जाती है यह मेरे स्वयं का अनुभव है।

समर्पित जीवन का ताज़ा समाचार...

समर्पण की बात करते हैं, जिसको हम कहते हैं डेडिकेशन, डिवोशन। जिसको हम कहें तो हमारा एक-एक अंग, प्रत्यंग शीतल। हम कहते हैं, 'संत बड़े परमार्थी... शीतल जिसका अंग'। अब बात यह है कि ये शीतलता आयेगी कैसे? शीतलता कब आयेगी, जब हम शिव बाबा को अर्पित कर देंगे। समर्पण का मतलब जब हम मोटे रूप से भी कहते हैं तो हमारा तन भी, मन भी, धन भी और बुद्धि भी। हम जो भी हैं, जैसे भी हैं, बाबा तेरे हैं, इस क्षण से, इस घड़ी से हम तेरे हैं। जैसे हैं, तू संभाल ले हमें। हमारा कल्याण कर, आपके हाथ में हैं हम। तू जो हमें कहेगा, हमारा वचन... हम वैसे ही करेंगे। ये वचन हम निभायेंगे और आपका वचन ये है कि आपको मैं सब पापों से मुक्त करा दूंगा। सब विकारों से छुड़ा दूंगा, दुःख और अशांति से बिल्कुल निजात दिला दूंगा। आप अपना वचन पूरा करेंगे ही, इस तरह हमारा एक प्रकार से एग्रीमेंट हो जाता है।

उसमें हम समर्पण की बात कहते हैं तो महीनता से, गहराई से, विस्तार से, स्पष्ट रूप से समझना चाहिए कि हरेक इंद्रियां समर्पित रूप से हों। हमारी आदत में खाने के चस्के लगते हैं कुछ, वह अच्छा लगता है, यह अच्छा लगता है लेकिन यहां जो मालिक की मर्ज़ी है, जो खिलाये, जो पिलाये, या हमारे कुछ लफड़े हैं! यह चीज़ चाहिए, वह चीज़ चाहिए।

राजयोगी ब्र.कु. गंगाधर भाई

हमारी देखने की वृत्ति, दृष्टि कैसी है? जब हमने अपना यह नेत्र भगवान को समर्पित कर दिया तो भगवान क्या चाहेगा, हम इनके द्वारा कैसे देखें? वो कैसे यूज़ करना चाहेगा? प्रेम से, प्यार से, सद्भावना से, किसी को कल्याण की दृष्टि से तो किसी को आत्मिक-भाव से। उसका देखना वो कैसा होगा, बिल्कुल सामान्य व्यक्ति की तुलना में अलौकिक होगा। और बाबा कहते हैं, सी नो ईविल, डू नो ईविल, बुरा मत देखो। क्या हम हरेक की बुराई नोट करते रहते हैं, अवगुण नोट करते रहते हैं! तभी तो हमें दूसरों को वर्णन करने का मटेरियल मिलता है डेली। हमारा समाचार पत्र ही अलग प्रकार का है। वो जैसे टाइम्स ऑफ इंडिया और इंडियन एक्सप्रेस तो अलग-अलग निकलते हैं लेकिन हमारा अपना न्यूज़ पेपर अलग है। देखो हम आपको बतायें, आज फिर से मुझसे झगड़ा किया, हाँ फिर झगड़ा किया। क्या कहती थी वो, अरे उसकी तो आदत ही है, तू जानती है ना! झगड़ालू है वो। आये दिन झगड़ा करती रहती है।

आज मैं चाय पीने गई, उसने यह कहा, उसने वह कहा, यह है आज का ताज़ा समाचार। आजकल हम सुनते हैं, समाचार भी मिड डे, ईवनिंग न्यूज़, ब्रेकिंग न्यूज़ निकलती है ना। यह है आपकी आज की ताज़ा खबर। इन खबरों में क्या भरा हुआ रहता है! तो बाबा कहते हैं, सी नो ईविल, टॉक नो ईविल। अपनी हर एक कर्मेन्द्रियों का क्या प्रयोग करना है? यह तो निगेटिव है, लेकिन बाबा कहते हैं, पॉज़िटिव तरीका क्या है? हमारे मुख से कैसे रतन निकलें? किसी के प्रति ऐसे शब्द निकले वाह...वाह..., और कहो कुछ। ऐसे नहीं कि किसी की तारीफ के पुल बांधते ही रहें, यह भी नहीं। लेकिन जो बाबा ने हमें खज़ाने दिये हैं उनके गुण गाते रहें। हमारे मन से किसी के गीत निकलेंगे, इस हृदय वीणा से किसी की झनकार निकलेगी, तो उस प्रकार से हमारे मुख से बोल निकलेंगे।

हमारा नयन है, वो मीठी दृष्टि से, स्नेह भाव से, दूसरे के प्रति सद्भावना से, उसके प्रति कल्याण की दृष्टि से देखने के लिए। किसी में हमें खराबी दिखाई दी, ऐसे तो नहीं है कि हम आँखें बंद कर रहते हैं! आँखें अगर ठीक न हों तो आँख वालों के पास जाकर ठीक करा कर आते हैं। कहते हैं ना, कहां गया था? तो कहते हैं, आँख दिखाने। आँख दिखाने के दो भाव हैं। समझ गये आप, सोच के ही हँसेंगे ना। माना कि आप जानते हैं आँख दिखाने का मतलब। लेकिन जो हमारे नेत्र हैं, जिसको हम कमल नयन, कमल हस्त, कमल मुख कहते हैं, वो कैसे बनेंगे, जब हम समर्पित करेंगे। तो हमें देखना चाहिए कि हमारी जो कर्मेन्द्रियां हैं उन्हें हम कर्मेन्द्रियातीत बनाना चाहते हैं।

किसी ने कहा, इंद्र की पूजा करनी चाहिए। शास्त्रों में आधे से ज़्यादा इसी के बारे में वर्णन है। लोग समझते हैं कि वर्षा करने वाला इंद्र है लेकिन इंद्र शब्द की संस्कृत में व्याख्या करके देखना चाहें, तो जिसने इंद्रियों को जीता वह इंद्र है। वो ज्ञान वर्षा करता है। जिन मनुष्यों का मन शांति से सूख गया हो, जिसमें मानवता सूख गई हो, जिसमें नैतिकता सूख गई हो, उनपर ज्ञान वृष्टि करके वो हरा-भरा करता है। जो इंद्रियों को जीता हुआ हो, वो है इंद्र।

इसका स्पष्टिकरण है तो इंद्र पद, देवताओं का आदि पति है, वो इंद्र है। वो ब्रह्मा के समतुल्य है, ब्रह्मा का एक नाम 'इंद्र' है। उसने सब इंद्रियों को जीता कैसे? क्योंकि उसने अपने को समर्पित किया। तो समर्पण करने से, वो जैसा चाहे वैसा ही हमारी कर्मेन्द्रियां करें, तभी हम समर्पण हैं। सोचने की बात है, कई बार इंद्रियां अपने प्रलोभन में हमें समर्पण के विपरीत कर देती हैं। तो हमें ध्यान रखना है, जिस तरह परमात्मा के प्रति हमारा अनुबंध है, मैं जो हूँ, जैसा हूँ, तेरा हूँ, और बाबा कहते, मैं जो हूँ, जो मेरा है, सबकुछ तेरा है। इसको हमें हमेशा स्मृति में रखना है। स्मृति ओझल न हो जाये, इसका ध्यान रखना है।

मालिक नहीं बालक बनकर कार्य करें...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

प्रश्नः- किसी भी कार्य के लिए बाबा ही हमें निमित्त बनाता है या प्रेरित करता है, या बाबा खुद ही करता है? फिर मन्मनाभव रहने के लिए भी कहता है क्यों?

उत्तरः- हम कोई भी कार्य करते हैं तो बाबा कहता है तुम निमित्त बनकर करो, बाकी रहो मन्मनाभव। तो कार्य में हल्के रहेंगे। अगर मन्मनाभव रहेंगे तो अहंकार नहीं आ सकता। यह सेफ्टी है हमारी। दूसरा ये तो हम जानते हैं कि करनकरावनहार बाबा है। जिन बच्चों को निमित्त बनाता है उसकी बुद्धि क्लीयर है तो बाबा के कार्य अर्थ राइट टचिंग आती है। उसमें ये नहीं आयेगा कि मैंने किया। जैसा कार्य था वैसी बाबा की टचिंग आयेगी। बाबा कार्य अर्थ बच्चों को निमित्त रखता है, करता खुद है। यह कभी न आये कि मैंने किया। उस समय अनुभव होगा कि और सब संकल्प शान्त। मैंने किया यह कभी ख्याल नहीं आता, मुझे करना है यह भी नहीं आता। न किसी के कहने से किया। इंसान के कहने से नहीं किया। भले निमित्त कहेंगे दादी ने कहा। लेकिन काम तो बाबा का है। कोई दादी के फोर्स से मैंने नहीं किया लेकिन दिल ने स्वीकार किया। दिल कहती है कि इस कार्य में मेरा ही फायदा है, मेरा ही कल्याण है। तो अभिमान भी न रहे, दिल में कार्य करने के लिए भावना भी अच्छी रहे। शुभ भावना, निःस्वार्थ भावना हो कार्य के लिये। जैसे बाबा मेरी स्थिति बना रहा है कार्य के लिए, मैं ऐसी स्थिति में काम करूँ। जिससे मेरा भी भला और कार्य भी सफल। कराया बाबा ने। एक होता है बाबा का डायरेक्शन, दूसरा होता है बाबा के डायरेक्शन से मेरी स्थिति। कार्य में स्थिति से मुझे भी फायदा है, दूसरों को भी मेरी स्थिति मदद करती है।

प्रश्नः- अगर किसी का भारी रहने का स्वभाव है, वह अपने जीवन में हल्कापन कैसे लाये?

उत्तरः- 1.भारी होना बॉडी कॉन्शियस की निशानी है। जितना बॉडी कॉन्शियस रहते हैं उतना भारी रहते हैं। जितना सोल कॉन्शियस रहते हैं उतना हल्का रहते हैं। सोल है हल्की, बॉडी है भारी। ऐसे नहीं पांच तत्वों का शरीर भारी है। लेकिन कॉन्शियस से भारी हो जाते हैं। सोल तो बॉडी में वैसे भी छोटी है। लेकिन देहभान में है तो भारी है, आत्म अभिमान में हैं तो हल्के हैं। सोच ने हमको भारी कर दिया था। पास्ट की बातें, प्रेजेन्ट अपने में विश्वास नहीं, दूसरों से भेंट करते हैं, अपने और ड्रामा में विश्वास नहीं तो भारी हो जाते हैं। हल्का होने के लिए बाबा और अपने में विश्वास हो, सोल कॉन्शियस होकर कार्य करो, न्यारे होकर कार्य करो। न्यारे भी रहो, मास्टर भी रहो। बालक हैं तो हल्के हैं, मालिक हैं तो समझदार हैं। अभिमान नहीं है लेकिन समझदार हैं। ईश्वर के बालक हैं तो इतनी तो समझ है कि हमको क्या करना है, कैसे करना है।

2. लाइट वह रहता है जिसका मन साफ रहता हो। जो अपनी या औरों की बात मन में रखता है वह भारी रहता है। तो मन में कुछ भी बात न रखो, एकदम लाइट रहो, सारे कार्य में भी लाइट रहेंगे,स्वभाव में भी लाइट रहेंगे। बाबा की गुप्त शक्ति खींचते भी लाइट रहेंगे। जो काम सामने आता है उसकी समझ है तो लाइट हैं। कन्फयूज़न है तो भारी हैं। करें, न करें तो भारी हो जाते हैं। परन्तु नहीं। ज्ञान है लाइट, रोशनी है, क्या बड़ी बात है। एक तो करनकरावनहार करा रहा है, समय कहता है तुम करो। मैं नहीं करूँगा तो और कौन करेगा, मेरे लिए भाग्य विधाता ने चांस दिया है तो कर लूँ। भाग्य विधाता बाप ने अपना हक समझ कर मुझे कहा है। बाबा सेवा देता है तो शक्ति भी देता है। कभी ख्याल नहीं आता कि मेरे से नहीं होगा। तन की भी, मन की भी, धन की भी शक्ति देता है। मुख्य बात है करनकरावनहार की शक्ति है। कल्प पहले हमने किया है, अब भी कर रहे हैं, फिर भी करते रहेंगे। कई बातें ऐसी मीठी स्मरण करते हल्के रहेंगे, भारी होने की बात ही नहीं।

छोटा ज़िद्द का स्वभाव... क्या मुझे वरदान प्राप्त करायेगा...!!!

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

बाबा हमें दान देकर फिर हमसे दान कराता है। फिर वह और ही 100 गुणा भरतू होता है। भरतू होना माना वरदानमूर्त बनना। जैसे किसी गरीब को दान दिया उसने सिगरेट पी लिया तो हमारे ऊपर बोझ चढ़ा, इसी तरह बाबा ने मुझे दान दिया और अगर बाबा के मिले दान का उपयोग ठीक नहीं किया तो वरदान की बजाय श्राप हो जाता है। यह निर्णय शक्ति चाहिए। मान लो हमने किसको मुरली सुनाई, ज्ञान दिया, बाबा की याद का अनुभव कराया, जिससे आत्मा को बड़ी खुशी हुई, उसने हमें दुआ दी, यहाँ तक तो ठीक है, ले कि न जब मैंने कहा ये मेरे से बहुत प्रभावित हुआ, बहुत खुश हो गया, तो यह जमा नहीं किया, स्वीकार कर गंवा दिया। अहम् भाव आया तो बैलेन्स बराबर। जो जमा किया वह माइनस हो गया-खत्म। वह दान वरदान नहीं रहा। ऐसे ही मैं कोई की बहुत मीठी सेवा कर रही हूँ, बहुत अच्छी तरह समझाती हूँ, समझाते-समझाते आत्मा की स्थिति में स्थित हो जाती हूँ उसे भी अनुभव कराया, शान्ति का, लाइट अवस्था का साक्षात्कार कराया, परन्तु दूसरे क्षण उसने मेरे देह अभिमान की अवस्था देखी तो एक तरफ हाइएस्ट स्टेज, दूसरे तरफ एक क्षण में लोएस्ट स्टेज। तो क्या सोचेगा? वरदान भी दिया फिर वापस भी ले लिया - क्या हुआ? जमा तो नहीं हुआ ना।

हरेक अपने से पूछें कि मैंने अपनी जीवन त्यागी बनाई है? त्याग की परिभाषा बहुत बड़ी है, जितना हम त्यागी बनेंगे उतना ही तपस्वी बनेंगे। बाबा ने कहा योग न लगने का कारण नाम-रूप में फंसते हैं, देही-अभिमानी नहीं बनते, यह हमारी चाबी है, देखना है हम कहाँ तक देही अभिमानी बने हैं? अगर मेरे में ज़िद्द का स्वभाव है, नाम तो है ज़िद्द, लेकिन छोटा ज़िद्द का स्वभाव क्या मुझे वरदान प्राप्त करायेगा? जैसे मुझे कोई कहता - ये कार्य करना है, मैं ज़िद्द के स्वभाव के कारण कहती मैं नहीं कर सकती। लेकिन यह कार्य बाबा का है, वह मुझे करने के लिए कहता, उससे अनेक आत्माओं को हर्ष मिलता, उत्साह मिलता, कितना लाभ होगा, ना कर दिया तो उन सबका बोझ मेरे ऊपर चढ़ गया। नाम है ज़िद्द, परन्तु उसमें कितना नुकसान हुआ।

जो श्रीमत में जी हाज़िर करता उसके पास बाबा भी जी हाज़िर रहता

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

बाबा कहता है बस ड्रामा को याद करो और ड्रामा पर स्थित हो जाओ तो कोई भी फिक्र या चिन्ता जो भी होता है वो नहीं होगा। हम ड्रामा-ड्रामा कह रहे हैं मानों अन्दर सोचते हैं। लेकिन ड्रामा कहा, तो ड्रामा कहने के बाद हमारी बेफिकर स्थिति चाहिए। अगर वो हमारी स्थिति नहीं है तो वो ड्रामा का ज्ञान हमने समाया तो नहीं ना! सुनने के टाइम अच्छा लगता है। जैसे किसी की लॉटरी निकलती है तो उसका चेहरा चमकता है। तो हमारा चेहरा सदा खज़ानों से सम्पन्न लगता है? भरपूर चीज़ और खाली चीज़ दोनों में फर्क होता है ना। जैसे हमने बाबा का, दीदी का, दादी का चेहरा देखा तो चेहरे से ही लगता था कि कुछ है। तो ऐसे ही हमारा चेहरा और चलन सम्पन्न की है? क्योंकि बाबा हमको सम्पन्न देखने चाहता है।

यह सारे खज़ाने अविनाशी हैं, देने वाला कौन है? भगवान ने मेरे को दिया है, आज कोई प्राइम मिनिस्टर कुछ देता है तो उसे कितना सम्भाल के रखते हैं। भगवान हमको देता है तो उसका कितना मूल्य हमको होना चाहिए। हमको चेक करना चाहिए कि शक्तियों का खज़ाना हमारे पास जमा है। जमा की निशानी क्या है, जब जिस शक्ति की आवश्यकता है उस समय वो हमारे ऑर्डर से आवे। यह प्रैक्टिस बार-बार करो क्योंकि कर्मयोगी जब बनते हैं तो कर्म और योग का बैलेन्स कभी कम हो जाता है। कर्म की तरफ अटेन्शन ज़्यादा चला जाता है, योग का बैलेन्स थोड़ा कम हो जाता है इसीलिए बाबा कहते हैं कर्म करते हुए बीच-बीच में चेक करो और चेंज करो, लिंक जोड़ो।

कोई भी चीज़ का लिंक जोड़ा जाता है तो उसमें ताकत आती है। जो श्रीमत में जी हाज़िर करता है उसके पास बाबा भी जी हाज़िर रहता है। वो अनुभव हमने प्रैक्टिकल में किया है। तो बाबा जो कहता है वो करता है सिर्फ हम उसका फायदा नहीं उठाते हैं। हम और बातें देखते हैं ना कि कायदा नहीं, ऐसे नहीं होता है। हमको तो कोई कायदा वायदा पता ही नहीं था। बाबा सचमुच समय पर मदद करता है। बंधा हुआ है। सिर्फ बाबा नहीं कहो, मेरा बाबा कहो। अधिकार से कहो। हम उन बातों को प्रैक्टिकल में लाते नहीं हैं। मानो खज़ाने बाबा ने दिए हैं लेकिन खज़ाने को जमा रखना हमारा काम है।

शक्तियां इतनी हैं लेकिन समय पर वो शक्ति यूज़ होती है? याद भी आती है कि शक्ति लेकर यह काम करें? बाबा की ताकत कोई कम है क्या! बाबा की ताकत ऐसी है जो बुद्धिवानों की बुद्धि बनके काम करा लेता है। जिसको हम कहते हैं असम्भव है, बाबा के लिए क्या असम्भव है! लेकिन हम योगयुक्त हों।

अभिमान... सब बुराइयों का मूल

सेवा के साथ-साथ केवल त्याग नहीं, त्याग वृत्ति हो

- गतांक से आगे...

पिछले अंक में आपने पढ़ा कि अगर आप पहले स्वयं आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर, शिव बाबा को याद करके, अपनी उस आनन्द की स्थिति में स्थित होकर बाबा की महिमा करेंगे तो उसके मन को वह लगेगी, उसको टच होगा, बाबा भी आपकी मदद करेगा, उस आत्मा का कल्याण हो जायेगा। अब आगे पढ़ेंगे...

जो शुरू करने से पहले बाबा से बातें करो - बाबा इस आत्मा का भी कल्याण हो जाये, बाबा इसकी बुद्धि का ताला खुल जाये, मेरा भाई आया है यह भी आपका वर्सा प्राप्त करे। जब आपका मन शुभ कामना, शुभ भावना से द्रवित हो जायेगा, ऐसी स्थिति से आप उस आत्मा को निहारते हुए बात करेंगे तो वह भी कुछ अनुभव करेगा। यदि आप किसी बात से किसी को कन्विन्स नहीं कर पाये तो बिचारा वह टूट जायेगा। उसको कहो कि हमसे बड़े और हैं जो आपको समझायेंगे। कोई बात नहीं, अगर हमने ठीक प्रकार से नहीं समझाया तो बड़े-भाई बहनों से समझ सकते हो। बाबा कहते हैं हट्टी तो एक ही है, दूसरी हट्टी इस तरह की, इस सौदे की दुनिया में है ही नहीं। अगर बाबा के घर में आकर खाली हाथ लौट गया यह तो एक बहुत बड़ा नुकसान हो जाएगा। तो सेवा के साथ त्याग और तपस्या की जो बात है इस पर पूरा ध्यान देंगे तो बैलेन्स भी ठीक चलेगा और हमारी स्व उन्नति भी ठीक तरह से होगी। इसलिए बाबा हमेशा कहते हैं- बच्चे, जब भी कहाँ सेवा में जाओ तो बाबा को याद करके जाना।

ऐसे जीवन में हमने कई बार देखा है, याद करके कोई काम शुरू करते हैं और यह समझते हैं कि बाबा ही करनकरावनहार है, हम तो इन्स्ट्रुमेंट्स हैं, इस आत्मा का भक्ति का पार्ट पूरा हो गया है, अब इसके ज्ञान में आने का टाइम आ गया है, बाबा इसको ढूंढकर कहीं से लाया है, इसके निमित्त ही बाबा ने यह सेवा स्थान यहाँ खोला है, बाबा ने तो हमको केवल निमित्त बनाया है, बोलने वाला तो बाबा ही है, इसके भाग्य बनने का समय आ गया है, भाग्य विधाता तो बाबा ही है- जब ये बात हम समझते हैं तो सफलता फटाफट होती है। जब हम यह समझते हैं कि हम तो समझाने में बड़े कुशल हैं। सब यही कहते हैं कि यह तो बड़ा अच्छा समझाता है। मुझे खास इसको समझाने के लिए कहा गया है। हम ही इनको समझाने वाले हैं, अपने बारे में हम बहुत कुछ समझ लेत हैं। शिव बाबा को एक तरफ रख देते हैं और स्वयं ही सामने आ जाते हैं, तो उसके सामने से भी शिवबाबा हट जाते हैं, हम ही सामने रह जाते हैं, हड्डी-मांस का पिंजर ही सामने रह जाता है, उसका नतीजा हम देखते हैं- हम पत्थर के साथ सिर मारते हैं, पत्थर तो फूटता नहीं, सिर ही फोड़ते हैं, वह आदमी बिना कुछ कहे चले जाता है। हम ही कहते हैं यह आदमी कई दिनों तक आया, कोर्स किया, यह आदमी अब आता क्यों नहीं? बाबा ने कितनी मेहनत से हमारे पास उस आत्मा को प्रेरित करके भेजा। यदि प्राइम मिनिस्टर किसी को रिकमन्ड करके भेजे और हम अनदेखा कर दें!

बाबा ने हमें भेजा सेवा करने के लिए, हमारा भाग्य बनाने के लिए, उसका भी भाग्य जगाने के लिए और हम त्यागमूर्त नहीं, तपस्यामूर्त नहीं, मान और शान में आकर अपनी इच्छा और तृष्णा में आ गये और अपने ही पन में 'मैं हूँ कुछ' इस अभिमान में आ गये, सेवा-अभिमान में आ गये तो बाबा कहते हैं मेरे बच्चे ज्ञानी होने के बावजूद, योगी होने के बावजूद देह अभिमानी हैं। अभी तक उनमें जो रूहानियत आनी चाहिए, वह है नहीं। इसलिए सेवा के साथ-साथ केवल त्याग ही नहीं, त्याग वृत्ति हो, हमें कुछ नहीं चाहिए। बाबा मिल गया, सबकुछ मिल गया। हमें तो केवल योगी जीवन चाहिए, बाबा ने वह दे दिया। बस।

राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

सेवा के साथ त्याग और तपस्या की जो बात है इस पर पूरा ध्यान देंगे तो बैलेन्स भी ठीक चलेगा और हमारी स्व उन्नति भी ठीक तरह से होगी। इसलिए बाबा हमेशा कहते हैं- बच्चे, जब भी कहाँ सेवा में जाओ तो बाबा को याद करके जाना।

मऊगंज-म.प्र.। रीवा संभाग के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव से मुलाकात कर ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लता,देवतालाब। मौके पर उपस्थित रहे विधायक प्रदीप पटेल तथा अन्य।

दुर्ग-छ.ग.। उपमुख्यमंत्री अरूण साव को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रीता। साथ हैं ब्र.कु. चैतन्य प्रभा तथा अन्य।

पुणे-बाणेर(महा.)। बेंगलुरु के ताज होटल में आयोजित समारोह में डॉ. ब्र.कु. त्रिवेणी और डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को इंडिया एक्सीलेंस 2024 अवॉर्ड से सम्मानित करते हुए सुप्रसिद्ध अभिनेत्री अमृता राव। साथ हैं वरिष्ठ राजयोग शिक्षक ब्र.कु. डॉ. महादेव एवं ब्र.कु.रामू।

नागठाणे-महा.। उपमुख्यमंत्री अजीत दादा पवार को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय प्रसाद भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुवर्णा। साथ हैं ब्र.कु. लक्ष्मी तथा अन्य।

पनवेल-महा.। पनवेल नगरपालिका निगम के चौथी बार चुने गये विधायक प्रशांत रामसेठ ठाकुर और उनकी पत्नी वर्षा ठाकुर के निवास स्थान,ओल्ड पनवेल पर जाकर गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. तारा, ब्र.कु. डॉ. शुभदा नील तथा ब्र.कु. संतोष।

बिजावर-म.प्र.। आशीर्वाद भवन के वार्षिकोत्सव में मीडिया विंग के नेशनल को-ऑर्डिनेटर राजयोगी ब्र.कु. शांतनु,माउण्ट आबू, तहसील नगरपालिका के सीएमओ, पत्रकार, सिलावट सरपंच तथा पोस्टमैन भाइयों का अंगवस्त्र और गुलदस्ता भेंट कर सम्मान करने के पश्चात् साथ हैं स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. प्रीति तथा अन्य।

जीवन में नियम रखने पड़ते हैं। मर्यादाएं रखनी पड़ती हैं। एक लक्ष्य सामने रखना है, ये करते-करते हमारे संस्कार बदल जाएंगे।

वातावरण को हाई एनर्जी वाला बनाएं

जब हमारा कोई महत्वपूर्ण काम होता है तो हम बड़ों से आशीर्वाद भी लेते हैं। फिर अपने काम पर जाते हैं और काम हो जाता है तो हम कहते हैं आपके आशीर्वाद से मेरा काम हो गया। वास्तव में उनका आशीर्वाद हमारा काम नहीं कराता है बल्कि उनका आशीर्वाद हमारे मन की स्थिति को ठीक कर देता है। हमारी मन की अच्छी स्थिति काम करती है तो हमारा काम ठीक हो जाता है। तो हमारे मन की स्थिति आशीर्वाद से ठीक हो सकती है तो क्या हम बच्चे की सफलता के लिए अगले तीन महीने आशीर्वाद नहीं दे सकते हैं? इसके लिए चार बातें अच्छे से याद कर लेते हैं- **1. ये शक्तिशाली आत्मा हैं, 2. इनकी एकाग्रता अच्छी है, 3. ये अपनी क्षमता से ज़्यादा पढ़ते हैं, 4. इनकी सफलता तय है।**

अगर बच्चे की दिसम्बर से फरवरी के अंत तक या मार्च के पहले सप्ताह में परीक्षा होनी है तो मम्मी-पापा आज से लेकर परीक्षा के समापन तक घर में सिर्फ यही सोचें और बोलें। अगर बच्चों के नम्बर 80 आते थे तो 85 हो जाएंगे, 90 आते थे तो 95 हो जाएंगे। उनके लिए घर में एनर्जी क्रिएट करनी है। हम उन्हें अच्छा खाना-पीना देते हैं, जो अच्छी बात है। लेकिन शरीर के साथ-साथ उनके मन को भी शक्ति देनी है। आप आज से ही शुरू कर दो।

सुबह उठो, 5 मिनट बैठो, परमात्मा को याद करो और ये एनर्जी क्रिएट करो। रात को सोने से पहले परमात्मा को याद करो ये एनर्जी घर में प्रसारित करो। जब भी बच्चा याद आए, उसका एग्ज़ाम याद आए तो 30 सेकंड रूको और ये एनर्जी घर में फैलाओ। कोई और आकर भी बोले कि ओहो, आपके बच्चे के एग्ज़ाम हैं तो बोलो ऐसे नहीं बोलते इस घर के अन्दर। एंग्जायटी और टेंशन को ना कहें। हाई एनर्जी के घर में बच्चा पढ़ेगा तो उसका मन एकाग्र हो जाएगा, उसका पढ़ने का मन करेगा, उसकी क्षमता बढ़ जाएगी। वो सिर्फ पढ़ाई में ही अच्छा नहीं हो जाएगा, उसकी आत्मिक शक्ति भी बढ़ जाएगी।

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

आजकल के बच्चे एग्ज़ाम के समय पर डर जाते हैं। कई बच्चों को एंग्ज़ायटी हो रही है। हमने उनको सबसे अच्छे स्कूल में भेजा। सबसे अच्छी कोचिंग क्लासेस में भेजा। अच्छे से अच्छा भोजन दिया। अब हमें उनको सबसे अच्छी एनर्जी भी देनी है। हमें अपने घर के वातावरण को हाई एनर्जी वाला बनाना है। ताकि हमारे घर में जो रह रहा है, उसके मन की शक्ति साफ हो, पुरानी बातें ना हों, एकाग्रता की शक्ति उच्चतम हो। दिसम्बर से लेकर परीक्षा की समाप्ति तक घर में कोई किसी से बहस नहीं करेगा। जीवन में नियम रखने पड़ते हैं। मर्यादाएं रखनी पड़ती हैं।

एक लक्ष्य सामने रखना है, ये करते-करते हमारे संस्कार बदल जाएंगे। आजकल के बच्चे कहते हैं एकाग्रता नहीं आ रही। क्योंकि घर की एनर्जी खराब है। हम उनको कहते हैं एकाग्र बनो, लेकिन ये बोलकर नहीं होता, एकाग्रता वाला माहौल बनाना होता है। जब हम करेंगे तो सबसे पहले हमें ये पता चलेगा कि हमारे पास कितनी क्षमता थी कि जो हम सारा दिन बिना बात के उसे बर्बाद करते जा रहे थे। अब बूंद-बूंद कर एनर्जी बच रही है।

गीता सम्मेलन संगोष्ठी में...

परमात्मा है एक शिव निराकार... न कि कोई साकार

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन,
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

परमात्मा एक ही है और वो शिव निराकार है। हम सभी भी उसी की संतान हैं। चाहे कोई भी धर्म, जाति, पाति, पंथ, देश, प्रांत के हो लेकिन सर्व सर्वोच्च सर्वशक्तिवान एक ही है। वो हमारा माता-पिता है। इसी संदर्भ में सर्वशास्त्रशिरोमणि भगवद् गीता में अर्जुन को श्रीकृष्ण के संवाद में बताया है कि श्रीकृष्ण सामने था फिर भी श्रीकृष्ण ने कहा कि तुम मुझे नहीं जानते, मुझे देख नहीं सकते तो वो कौन था? अगर श्रीकृष्ण सामने खड़े हैं और उसके बावजूद भी वो कह रहे हैं अर्जुन को कि 'तुम मुझे नहीं देख सकते' तो वो बोलने वाली शक्ति कौन थी? जबकि श्रीकृष्ण को तो देख ही रहे थे। फिर कैसे कह सकते कि तुम इन चर्म चक्षु से मुझे नहीं देख सकते, क्योंकि मैं परमधाम का वासी हूँ, जहाँ सूर्य, चंद्र, तारों की रोशनी नहीं पहुँच सकती, बहुत स्पष्ट तरीके से परमात्मा ने अपना परिचय दिया है।

लेकिन आज हम सभी गीता जयन्ती मनाते हैं, लेकिन गीता के उस रचनाकार, उस पिता के बारे में क्यों नहीं बात करते हैं। आज ये संगोष्ठी में हम इसी बात पर विचार करेंगे कि वो पिता का सत्य स्वरूप क्योंकि कृष्ण का शाब्दिक अर्थ लिया जाए तो आकृष्ट करने वाले। तो आकृष्ट करने वाली दो ही मूर्तियाँ थीं - एक तो श्रीकृष्ण की। जोकि शारीरिक रूप से साकार स्वरूप में थी और दूसरी जो निराकार स्वरूप में। जो हज़ारों सूर्य से तेजोमय स्वरूप देखा- अर्जुन ने कहा "बस करो, ये तेज मैं सहन नहीं कर पा रहा हूँ", तो वह निराकार तेजोमेय स्वरूप वो वास्तव में श्रीकृष्ण के माध्यम से गीता ज्ञान दे रहे थे और इसीलिए शिव के लिए भी यह महिमा गाई जाती है कि वह भी आकृष्ट करने वाली है। क्योंकि जहाँ चारों ओर अंधेरा हो, कहीं एक छोटी-सी दीपक की लाइट भी आ जाए, तो वह हरेक के ध्यान पर आकर्षित करती है, आकृष्ट करती ही

है और इसीलिए शिव के लिए भी कहा जाता है- सत्यम, शिवम, सुन्दरम। अति सुन्दर स्वरूप अगर है तो शिव का ही है, तो साकार श्रीकृष्ण के माध्यम से बोलने वाली शक्ति वो निराकार स्वरूप जो उसमें अवतरित हुई थी, जो कहते हैं कि मैं प्रकृति का आधार लेकर, प्रकृति को अधीन करके योग माया से प्रगट होता हूँ। तो प्रगट होने वाले पिता- परमात्मा और गीता- माता है।

जो ज्ञान दिया, जिससे हमें अच्छे संस्कार प्राप्त होते हैं लेकिन जब माता-पिता का महत्व गुम हो जाता है तब शायद धर्म ग्लानि संसार के अंदर होने लगती है। जोकि आज के संसार का परिदृश्य देखें तो धर्म ग्लानि का ही दिखाई दे रहा है। ऐसे में गीता में किए गए वायदे अनुसार परमात्मा इस धरा पर आकर हमें शुद्ध पावन बनाकर सुख-शांति की राह दिखाकर फिर से नई दुनिया बनाने अर्थ धरा पर आते हैं। आप भी सोचिए और इस पर विचार करिए।

अमरूद के फायदे जान खुद को रोक नहीं पाएंगे...

अमरूद भारत में मिलने वाला एक साधारण फल है। इसका प्राचीन संस्कृत नाम अमृत या अमृत फल है। यह लगभग अधिकांश घरों या ग्रामीण इलाकों में पेड़ मिल जाते हैं। कुछ पाश्चात्य विद्वानों का कहना हैं कि इसे अमेरिका से यहाँ पुर्तगीज लोगों द्वारा लाया गया है तथा साथ ही साथ यह भी कह सकते हैं कि अमरूद का पेड़ भारतवर्ष के कई स्थानों पर जंगलों में होता है। परंतु सच यह है कि जंगली आम, केला आदि के समान इसकी उपज अत्यन्त प्राचीन काल से हमारे यहाँ होती रही है तथा यह यहाँ का ही मूल फल है। अब इसको खाने से हमें लाभ क्या-क्या हैं वो बताएंगे...

उल्टी रोकने में असरदार

अगर आपको उल्टियां हो रही हैं तो अमरूद के उपयोग से आप उल्टियां रोक सकते हैं। इसके लिए अमरूद के पत्तों का काढ़ा 10 मि.ली. पिलाने से उल्टी बंद हो जाती है।

प्यास बुझाने में मदद करता है अमरूद

अमरूद के छोटे-छोटे टुकड़े काटकर पानी में डाल दें। कुछ देर बाद पानी को पीने से मधुमेह या बहुमूत्रजन्य प्यास से लाभ होता है।

पेचिश में लाभकारी है अमरूद

बच्चे का पुराना पेचिश मिटाने के लिए अमरूद की 15 ग्राम जड़ को 150 मिली जल में पकाकर जब आधा जल शेष रह जाए तो 6-6 मि.ली. तक दिन में 2-3 बार पिलाना चाहिए। अमरूद की छाल व इसके कोमल पत्तों का काढ़ा बनाकर 20 मि.ली. मात्रा में पिलाने से हैजा की प्राम्भिक अवस्था में लाभ होता है।

अमरूद की छाल का काढ़ा अथवा छाल के 5-10 ग्राम चूर्ण का सेवन करने से पेचिश, हैजा, दूषित भोजन की विषाक्तता, उल्टी तथा अनपच आदि ठीक होते हैं। अमरूद का मुरब्बा, पेचिश अतिसार में लाभदायक है। अमरूद के नये पत्तों को पीस कर स्वरस निकाल लें। इस स्वरस में चीनी मिलाकर प्रातः काल सेवन करने से सात दिनों में बदहजमी में लाभ होने लगता है।

कब्ज से छुटकारा पाने के लिए करें अमरूद का सेवन

प्रातः अमरूद को नाश्तें में काली मिर्च, काला नमक तथा अदरक के साथ खाने से बदहजमी, खट्टी डकारें, पेट फूलना

तथा कब्ज का निवारण होकर भूख बढ़ने लगेगी। दोपहर खाने के समय अमरूद को खाने से आंत के दर्द तथा अतिसार में लाभ होता है। अमरूद का मुरब्बा कब्जियत को दूर करने का अचूक उपाय है। अगर आप कब्ज से परेशान हैं तो अमरूद का मुरब्बा आपके लिए फायदेमंद हो सकता है, क्योंकि अमरूद में लैक्सटिव का गुण पाया जाता हैं जो कि कब्ज को दूर करने में सहायता करता है।

पेट दर्द में लाभकारी

पेट दर्द यदि आपको एसिडिटी के कारण है और साथ ही पेट में जलन हो रही है तो अमरूद के पत्ते का काढ़ा आपके लिए फायदेमंद हो सकता है क्योंकि इसमें क्षारीयता का गुण पाया जाता है जोकि एसिडिटी को शांत कर पेट को आराम देता है। अमरूद का फल कब्ज के कारण होने वाले पेट दर्द में कब्ज को दूर कर आराम देता है।

ठंडक के लिए अमरूद का सेवन

शरीर में ठंडक लाने के लिए अमरूद का सेवन एक अच्छा उपाय है क्योंकि आयुर्वेद के अनुसार अमरूद की तासीर ठंडी होती है। इसलिए इसका सेवन शरीर को ठंडक प्रदान करने वाला होता है।

हीमोग्लोबिन की कमी दूर करने में फायदेमंद

यदि आपको हीमोग्लोबिन की कमी है तो अमरूद का सेवन फायदेमंद हो सकता है क्योंकि अमरूद में आयरन प्रचुर मात्रा में होता है।

बुखार से दिलाए आराम

अगर आप बुखार में तड़प रहे हैं तो अमरूद के कोमल पत्तों को पीस-छानकर पिलाने से बुखार के कष्ट से आराम मिलता है।

मस्तिष्क के स्वास्थ्य के लिए

मस्तिष्क को स्वस्थ बनाए रखने के लिए सभी आवश्यक विटामिन अमरूद में पाए जा सकते हैं। इसमें विटामिन बी3 और विटामिन बी6 होते हैं जो मस्तिष्क में ब्लड सर्कुलेशन में सुधार करते हैं और आपकी नसों को आराम देते हैं।

हार्मोन और थायराइड ग्लैंड में पफायदेमंद

अमरूद में कॉपर की मात्रा होती है हार्मोन के उत्पादन और अवशोषण के लिए ज़रूरी है। यह आपके थायराइड ग्लैंड को बेहतर ढंग से काम करने में मदद करता है।

शिव अवतरण

महाशिवरात्रि विशेषांक

ओमशान्ति मीडिया

माउण्ट आबू

शिवरात्रि का त्योहार .... परमात्म उपहार

इस धरती पर एक निश्चित समय पर दिव्य कार्य कराने हेतु अवश्य अवतरित होते हैं। समय लगता ज़रूर है लेकिन कुछ समय के बाद वो लक्षण दिखने भी लग जाते हैं। वो जगत नियंता हम सभी का परमपिता, हम सभी के प्राणेश्वर, त्र्यंबकेश्वर, जीवन को दिशा और दशा दोनों बदलने वाले जिनको हमने कहाँ नहीं ढूंढा! वो खुद आकरके हम सभी को अपने बारे में बता रहे हैं। और सिर्फ बता ही नहीं रहे हमको अपने साथ उस लोक में ले जाना चाहते हैं, जहाँ पर हम सिर्फ कल्पना करके सोच सकते हैं। तो ऐसे जगत नियंता को कैसे पहचाना जाये? कैसे जाना जाये? क्या कुछ ऐसा किया जाये कि उसको वैसे ही देख पायें जैसा वो चाहते हैं! वो आ तो चुके हैं, लेकिन आना और उसको पहचानना दोनों के लिए थोड़ा तो प्रयास है। और उस प्रयास का निश्चित रूप से परिणाम अच्छा ही है।

वर्तमान समय हम युग परिवर्तन काल से गुज़र रहे हैं। जब कलियुग की समाप्ति और सतयुग का आरम्भ होता है, इस पावन वेला को संगमयुग कहा जाता है। यही वह समय है जब स्वयं परमात्मा इस धरा पर अवतरित होते हैं।

कलियुग

की अंतिम निशानी...

आप सभी के सामने जग ज़ाहिर है इसमें हर वक्त एक अनिश्चितता दिखती है, भय दिखता है, सब अपने आप को असुरक्षित महसूस कर रहे हैं और हम सबके जुबान से एक शब्द निकल ही आता है कि कब तक ऐसा रहेगा! क्या स्वर्ग नहीं आयेगा? क्या सुखमय संसार हम नहीं देखेंगे? ये कब तक चलेगा? तो आपका ये कहना ही बताता है कि अब परिवर्तन होना ही चाहिए। ऐसे लक्षण हम देख भी रहे हैं, जहाँ चारों ओर युद्ध के बादल मंडरा रहे हैं। प्रकृति का प्रकोप भी दिखाई पड़ता है, स्वार्थ ने मनुष्य की बुद्धि को भ्रष्ट कर दिया है। न वह खुद चैन से जीता है और न दूसरे को चैन से जीने देता है। ऐसे में अब कालचक्र की घड़ी भी वहाँ आ पहुंची है जहाँ से दुःख की विदाई होगी और सुख का आगाज़ होगा। अब हम सबके हृदय से ये ही शब्द निकलता है कि ऐसा सतयुगी संसार था और अब वो सुदुर नहीं है, आने ही वाला है। उसी संसार की परिकल्पना को साकार रूप दे रहे हैं हम सभी परमात्मा के बच्चे। जिस मन भावन दुनिया में आप जाना चाहते हैं। इसी का यादगार त्योहार शिवरात्रि है जिसको हम शिवजयंती भी कहते हैं। जिसमें परमात्मा हम सबको दुःखों से मुक्त कर सुख की दुनिया में ले जाने आए हैं।

शिवरात्रि

उसी का ही यादगार...

परमात्मा ये बात हमको फिर से याद दिलाते हैं कि आपने कई बार वायदा किया कि जब आप आयेंगे तो हम ये करेंगे, हम ये करेंगे, हम ये करेंगे। लेकिन आने के बाद लक्ष्य भूल गये। अब आलम ये है कि आज चारों तरफ भागवत, उपदेश, कथायें, यज्ञ आदि-आदि चल रहे हैं ताकि इस समाज में एक परिवर्तन आये, सबके कष्ट दूर हों, सब संतापों से, परिस्थितियों से बाहर निकलें, लेकिन देखा जा रहा है कि ऐसा कुछ स्पष्ट नज़र आ नहीं रहा। परमात्मा एकदम सहज और आसान तरीका बताते हैं कि मैं इस धरती पर आता ही तब हूँ जब इस दुनिया में पापाचार, भ्रष्टाचार एकदम अपनी शीर्ष अवस्था पर होता है, और उस समय हमको जब कुछ नज़र नहीं आयेगा तो हम पूजा-पाठ ही करेंगे ना, व्रत-उपवास ही करेंगे ना। तो सहज तरीका ये है कि आप आत्मा हैं, शरीर के मालिक हैं। मैं परमपिता परमात्मा हूँ, आपका पिता हूँ, मेरा रूप ज्योति बिंदु स्वरूप है, और मुझ परमात्मा की स्नेह युक्त स्मृति, स्नेह युक्त याद, प्रेम से याद ही आप सबको, आपके सारे कष्टों से निजात दिला सकती है। तो क्यों ना हम ये वाला तरीका अपनायें।

महाशिवरात्रि आई खुशियां लाई

परमात्मा हम सभी बच्चों को एक बहुत सुन्दर तरीके से एक बड़ी गहरी बात सुना रहे हैं। वो कहते कि कई बार किसी कार्य को जब शुरू करते हैं तो उसके लिए विधि-विधान की आवश्यकता होती है। कई बार कार्य मनोरंजन के रूप में ही शुरू होता है और मनोरंजन के साथ ही खत्म होता है। ऐसे ही दुनिया में यज्ञ-तप जो किया गया उसमें बड़े ही विधि-विधान से सबकुछ किया गया। लेकिन परमात्मा का हर कार्य मनोरंजन होता है। जैसे परमात्मा कहते हैं कि मैं अपने बच्चों से मेहनत नहीं कराना चाहता। उनको बहुत प्यार करता हूँ, सम्मान करता हूँ, उनको सम्मान दिलाता हूँ। उनको मैं ये नहीं कहूंगा कि तुम जाओ और इतना सारा कुछ करो, दौड़भाग करो। और लोगों की तो मान्यता यही है कि हम ये जो सारी चीज़ें करते हैं इससे भगवान खुश होते हैं। परमात्मा खुश नहीं होता है इससे, ये हमको समझना है। परमात्मा कहते हैं मैं तो सिर्फ और सिर्फ तुमको देकर खुश होता हूँ। तो महाशिवरात्रि लेन-देन का पर्व है। और ये लेन-देन के पर्व में है पाँच विकारों को देना और परमात्मा की सौगात लेना। सौगात क्या देता है? जब हम सभी विकार छोड़ते हैं काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार तो परमात्मा हमें अपना वर्सा तो देता ही देता है, साथ ही साथ विश्व की बादशाही भी दे देता है। और ये विश्व की बादशाही परमात्मा हमको इस समय दे रहा है। तो ये त्योहार हर पल, हर क्षण हमारे जीवन में लेन-देन के साथ चलना चाहिए। हर पल मुझे याद रहे कि मैंने ये सारी चीज़ें परमात्मा को गिफ्ट दी हैं और परमात्मा ने बदले में मुझे ये गिफ्ट दिया। तो इस महाशिवरात्रि पर एक संकल्प के साथ 'हम इन विकारों का करें दान तो हो जायेगा हम सभी का कल्याण'। एक स्वर से, ये बात हमको स्वीकार करनी है।

परमपिता परमात्मा के अवतरण की आवश्यकता क्यों... !!!

ये तो ज़ाहिर-सी बात है कि कोई भी पिता अपने बच्चे को ऐसा नहीं देख सकता। ऐसे ही हमारे परमपिता परमात्मा निराकार शिव ज्योतिर्बिंदु हम सभी आत्माओं को कष्ट में कैसे देख सकते हैं! इसलिए वो हम सभी को शक्ति देने के लिए इस धरती पर अवतरित होते हैं। और कहा जाता है कि जैसे लौकिक पिता अपने बच्चे को कुछ कहे और वो बच्चा उसका कहना मान ले तो उसका पिता उसे सबकुछ दे देता है। ऐसे ही परमपिता हम सभी बच्चों का आह्वान करके कहते हैं कि आप सिर्फ और सिर्फ मेरी मत पर चलो, मुझे प्यार से याद करो, तो मैं अपना सबकुछ आपको दे दूंगा, अर्पण कर दूंगा।

धरा पर देने पैगाम.... आया खुद शिव भगवान

जैसे कहा जाता है कि आपको अगर अपने बारे में किसी को बताना हो तो लोग जो उन्हें बतायेंगे आपके बारे में वो पूरी तरह से स्पष्ट नहीं होगा। लेकिन आप जो बतायेंगे वो सबको भायेगा, स्पष्ट होगा। इसलिए परमात्मा शिव निराकार खुद आकर अपना परिचय देते हैं। इसीलिए उनको खुदा भी कहते हैं। सभी ने उनके बारे में बताया ज़रूर लेकिन थोड़ा-थोड़ा, अपने अनुभवों से, लेकिन कभी तो उनका अवतरण हुआ है, तभी तो उनकी यादगारें हैं, इसलिए उनको स्वयं आकर अपना परिचय देना पड़ता है। उनका नाम स्वयंभू भी है। इसलिए वो स्वयंभू निराकार परमपिता परमात्मा हम सभी को फिर से अपना बनाकर ले जाने आये हैं अपने घर। चलना चाहते हैं आप सभी? तो बस एक काम करना है, मुझ परमात्मा को मैं जो हूँ, जैसा हूँ उस रूप में याद करना है। अभी तक जो आपने याद किया वो मूर्तियों को याद किया, मंदिरों में जाकर बैठे, यज्ञ, तप, उपवास किया। वो एक साधन है, और वो साधन शरीर के सम्बंधों के साथ जुड़ा हुआ है। लेकिन मैं तो निराकार परमात्मा हूँ, मुझे पाने के लिए आपको भी खुद को निराकार बनाना पड़ेगा।

'व्रत' और 'उपवास' : सही रूप में मानने से लाभ

अब व्रत और उपवास की ही बात ले लीजिए। मास अथवा वर्ष में एक रात्रि को भोजन न करना अथवा मौन धारण कर लेना, कुछ न कुछ तो लाभ इसमें भी है ही परन्तु आहार केवल मुख के भोजन को नहीं कहते। हरेक शरीरेन्द्रिय का अपना-अपना अलग-अलग आहार है। मुखेन्द्रिय यदि भक्षण करती है तो श्रवणेन्द्रिय श्रवण, दर्शनेन्द्रिय(आँख) दर्शन। अपने-अपने विषय को ग्रहण करना इनका आहार ही है। और अभक्ष का भक्षण न करना व्रत है। प्रतिज्ञा ही का नाम तो व्रत है। जब हम किसी वर्ज्य अथवा निषिद्ध को न करने की प्रतिज्ञा करते हैं तो गोया हम दूसरे शब्दों में व्रत लेते हैं। ऐसा व्रत एक दिन के लिए ही क्यों? वर्ष के 364 दिन तो मन को व्रत तोड़ कर निव्रत होकर रहने की छूट हो और एक दिन वह व्रति बन जाए- यह तो गोया, '100 चूहे खाकर बिल्ली हज को चली' वाला किस्सा है। इसी प्रकार आगे पीछे तो मन में विषय-विकार वास करे और एक दिन अथवा एक रात्रि को 'उपवास' करे अथवा शिव में निवास करे तो उसमें लाभ भी क्षणिक और अल्प एवं न्यून ही होगा। शिव बाबा भोले भण्डारी से एक कण दाना ही मिलेगा। वास्तविक उपवास तो ज्योतिस्वरूप शिव का मन में स्थायी वास ही है। प्रेम द्वारा मन का शिव के निकट होना ही उपवास है।

आप परमात्मा को वहीं याद करते हैं... जहाँ का वो है

परमात्मा को जाने-अनजाने हम उसके धाम में ही याद करते हैं। लेकिन इसमें भी अगर तर्क करें तो बात समझ आयेगी। क्योंकि तार्किक बुद्धि से इसको समझा जा सकता है कि जब कभी आप मंदिर में जाते हैं, सामने मूर्ति होती है, फिर भी आप आँखें बंद करते हैं। और उस समय आँखें बंद करने का मतलब क्या हुआ! अगर परमात्मा मेरे सामने है तो मैं उसको मिलूंगा, आराम से देखूंगा, उससे बातचीत करूंगा। लेकिन हमारे अंदर के अंतरमन को ये पता है कि ये सिर्फ एक मूर्ति है, जड़ मूर्ति है। परमात्मा यहां नहीं है तो हम आँख बंद करके उस निराकार को ही तो याद कर रहे हैं ना! और उसके धाम में ही याद कर रहे हैं। वो कहां है हमें पता नहीं है, लेकिन एक सिर्फ और सिर्फ अनुमान लगा के कि परमात्मा से मिलने के लिए, इन नेत्रों से तो हम काम नहीं कर सकते या हम इन नेत्रों से तो उसको नहीं देख सकते। ये हम प्रमाणित करते हैं। तो इस प्रमाण को और बल देने के लिए हमको ये जानना ज़रूरी है कि परमात्मा का धाम इस दुनिया में नहीं हो सकता। वो इस दुनिया से परे और पार है। उसको हम परमधाम कहते हैं। और वही परमधाम उसका निवास स्थान है। जो पूरी तरह से हम सभी के लिए खुला हुआ है। इसीलिए जाने-अनजाने निरंतर आँखें बंद होती ही हैं। तो इससे सिद्ध है कि परमात्मा यहां नहीं है। वहीं गीता के अध्याय 10, श्लोक 3 में परमात्मा कौन है, उसका स्टीक वर्णन है। उसमें लिखा है कि साकार मनुष्यों का ये स्थूल लोक सूक्ष्म शरीरधारी देवता लोक, मूल लोक अर्थात् सर्व लोकों के लिए महेश्वर मुझ भगवान ईश्वर को जन्म रहित, अजन्मा, अयोनि, अकाय, अशरीरी और अनादि के रूप में जो मनुष्य आत्मा समझती है वो मनुष्य आत्माओं में मोह शून्य होकर सर्व पापों से मुक्त हो जाती है। तो ये जो शब्द उसके अर्थ सहित परमात्मा या भगवान का परिचय है, जो श्रीमद्भगवद् गीता से ही लिया गया है। ये हमको सिद्ध करता है कि परमात्मा निराकार है और वो अपना परिचय कैसे आकर देता है।

गीता में भी बताया...

यो मामजमनादि च, वेत्ति लोकमहेश्वरम्।
असम्मूढ़: स मर्त्येषु, सर्वपापै: प्रमुच्यते।।

शिवरात्रि के वास्तविक परिचय से लाभ

मनुष्य अपने जीवन में वही कार्य करना चाहता है जिससे उसे लाभ हो। अपनी हानि करने अथवा दिवाला निकालने वाला व्यक्ति बुद्धिमान नहीं माना जाता। जो व्यक्ति 'ज्ञानी' और 'योगी' कहलाता और जय-पराजय तथा हानि-लाभ में समान रहने का पुरूषार्थ करता है, जान-बूझ कर हानि तो वह भी नहीं करना चाहता। मान-अपमान में समान रहने वाला व्यक्ति भी जानबूझकर तो स्वयं को अपमानित करने वाला कार्य नहीं करता। इस बात को देखते हुए मनुष्य को यह सोचना चाहिए कि जो आध्यात्मिक बातें मैं सुनाता हूँ, वे भी तो कुछ ऐसी बातें हों कि जिनसे जीवन में लाभ हो। आध्यात्मिकता का उद्देश्य यही तो है कि जीवन में पवित्रता आए और सदाचार बढ़े, मन में शान्ति बनी रहे, बुद्धि की रूचि अच्छाई की ओर हो, चित्त प्रसन्न रहे, और आत्मा में आनंद की वृद्धि हो तथा अंतरात्मा इस बात की ग्वाही दे कि जो आध्यात्मिक बातें हम सुन रहे हैं, वे ठीक हैं। तभी तो हमारे जीवन में शान्ति, सुकून आएगा और ज़िंदगी सहज और सरल बनेगी। यही तो हम चाहते हैं ना!

परमात्मा अवतरित होते हैं...लेकिन कहाँ !!!

जीवन में दुःख, अशांति, भय, चिंता और परिस्थितियों में जब मनुष्य पूरी तरह से घिर जाता है, उस समय ज्योतिष या कोई और विद्या काम नहीं आती। अगर आती भी है तो थोड़ा अल्पकाल के लिए उसको कुछ समाधान मिलता है। लेकिन परमात्मा निराकार ज्योति बिंदु शिव हम सबके लिए मुक्ति और जीवनमुक्ति का दाता भी है। वो हम सभी को मुक्ति देता है चिंता से, भय से और जितने भी मनुष्य के जीवन के कष्ट हैं उनसे। लेकिन उस बात को अपने अंदर लाने के लिए उसको जानना भी तो चाहिए ना! तो वो कैसे कार्य कर रहा है, इसके लिए ही महाशिवरात्रि मनाई जाती है।

निश्चित रूप से सवाल बहुत सुन्दर है और अचूक भी है कि किसी चीज़ को ऐसे तो नहीं मान सकते! तो इसका उत्तर बहुत सहज है, सरल है। कहते हैं बीमारी दिखती नहीं है लेकिन उसके लक्षण दिखते हैं। वैसे ही परमात्मा है, वो आ चुका है और वो कार्य कर रहा है। इसका प्रमाण है, और वो प्रमाण ये है कि बहुत सारे ब्रह्मा वत्स परमात्मा के बच्चे उस निराकार की श्रेष्ठ मत को मानकर अपने आप को वैसा बना रहे हैं, और कितनों ने तो उस अवस्था को प्राप्त किया जो वो चाहते हैं। उनमें वो दैवीगुण, ईश्वरीय मर्यादा और धारणायें दिखती हैं। एक बार जब आप उस धवल, रोशनी का दर्शन चाहते हैं तो माउण्ट आबू के उस प्रागंण में ज़रूर पधारें, जहाँ पर लक्षण जैसा परमात्मा का है, वैसा सहज अनुभव होता है और वो प्रकट हो रहा है। कहा जाता है कि हर चीज़ का समय होता है लेकिन अब वो समय भी नज़दीक है और वो दिख रहा है।

कहा जाता है परमात्मा का गर्भ से जन्म नहीं होता, वो दिव्य जन्म लेते हैं। लेकिन दिव्यता को समझने के लिए या दिव्यता को जानने के लिए दिव्य तो बनना होगा ना! शास्त्रगत वर्णन भी है कि 'मैं ब्रह्मा के ललाट से प्रकट होता हूँ'। अब ये बात आपने सुन ली या पढ़ ली, लेकिन वो बात समझने के लिए ब्रह्मा को भी समझना पड़ेगा, परमात्मा को भी समझना पड़ेगा और अवतरण को भी समझना पड़ेगा। ये तीनों चीज़ें हैं, लेकिन दिव्य बुद्धि की सिर्फ कमी है।

तो परमात्मा आकर के हम सबको वो दिव्य नेत्र प्रदान करते हैं सबसे पहले, जिससे हम परमात्मा को जान पायें, देख पायें, समझ पायें। और उसी हिसाब से उससे जुड़ पायें। तो परमात्मा है तो सही, लेकिन गर्भ से जन्म लेने वाला व्यक्ति कभी भी आपको वो नहीं बता सकता जो इस दुनिया से परे और पार की चीज़ है। लेकिन जो इस दुनिया से बिल्कुल अलग है, शक्तिशाली है, मुक्त है, निर्बंधन है, वो हमको वो बतायेगा जो इस समय की मांग है। तो इस समय की मांग क्या है? हम सब सिर्फ और सिर्फ दुःखों से मुक्त होना चाहते हैं। तो वो दुःख हर्ता, सुख कर्ता पिता हम सभी का आह्वान कर रहा है, वो आ चुका है।

शास्त्रों और पुराणों में भी परमात्म अवतरण का ज़िक्र

नाहं प्रकाशः सर्वस्य, योगमायासमावृतः।
मूढ़ोऽयं नाभिजानाति, लोको माम् अजम् अव्ययम्।।

गीता के अध्याय 7, श्लोक 26 में परमात्मा के जन्म रहित और देह रहित होने का पूर्ण प्रमाण है। उसमें परमात्मा ने ही स्वयं बताया है कि अव्यक्त शक्ति से आवृत मैं परमात्मा सबको प्रत्यक्ष नहीं हूँ। अजन्मा, अशरीरी, अव्यय, अविनाशी, मुझ ईश्वर को ये मूढ़ आत्मायें अर्थात् ज्ञानहीन आत्मायें नहीं जानती हैं। इस तरह से परमात्मा ने बताया है कि मुझे जानने के लिए एक दिव्य नेत्र की आवश्यकता है, एक दिव्य बुद्धि की आवश्यकता है और वो स्वयं मैं ही प्रदान करता हूँ।

शिव पुराण में भी लिखा है कि -

भगवान शिव ने कहा - "मैं ब्रह्मा जी के ललाट से प्रगट होऊँगा।" आगे लिखा है कि "इस कथन के अनुसार समस्त संसार पर अनुग्रह करने के लिए शिव ब्रह्मा जी के ललाट से प्रगट हुए और उनका नाम ' रुद्र' हुआ।" शिव पुराण में यह भी लिखा है कि " जब ब्रह्मा जी द्वारा सतयुगी सृष्टि रचने का कार्य तीव्र गति से नहीं हुआ और इस कारण वह निरुत्साहित थे, तब शिव ने ब्रह्मा जी की काया में प्रवेश किया, ब्रह्मा जी को पुनर्जीवित किया और उनके मुख द्वारा सृष्टि रची।"

कैसे होगा मनुष्यात्माओं का उद्धार

मन्मना भव मदभक्तों, मद्याजी मां नमस्कुरु।
मामेवैष्यसि सत्यं ते, प्रतिजाने प्रियोऽसि मे।।

गीता के अध्याय 18, श्लोक 65 में परमात्मा ने बताया है कि मनुष्य आत्माओं का कैसे उद्धार होगा। कैसे वो मेरे पास आयेंगे, तो उसमें लिखा है कि मुझ परमात्मा ईश्वर में ही मन रखो। मुझ परमात्मा ईश्वर में ही प्रीत रखो। मुझ परमात्मा ईश्वर की ही आराधना करो। मुझ परमात्मा ईश्वर को ही नमस्कार करो तब मुझ परमात्मा को तुम आत्मा प्रिय होंगे। तुम प्रिय आत्मा को मैं ईश्वर प्रतिज्ञा कर सच कह रहा हूँ। मुझ परमात्मा को तुम आत्मा प्राप्त करोगे। ये परमात्मा के द्वारा ही कहा गया है कि अगर हम ऐसा करते हैं तो निश्चित रूप से परमात्मा के नज़दीक होंगे।

परमात्मा को कैसे पहचाना जाए...!!!

जैसे एक जौहरी के पास परखने की कसौटी होती है, जिस पर वो कसकर देखता है कि ये सोना कितने कैरेट का है। उसी प्रकार हम भी अपनी मान्यताओं के कसौटी पर कस करके तो देखें क्योंकि कल अगर सचमुच हमारे सामने भगवान आ भी जायें तो क्या उनको हम पहचान पायेंगे!

➡ जो सर्वधर्म मान्य हो- जिसको सभी धर्म वाले परमात्मा के रूप में स्वीकार करें उसको ही हम सत्य कहेंगे। ऐसा नहीं कि हिन्दुओं का भगवान अलग है, मुसलमानों व क्रिश्चियनों का भगवान अलग है, नहीं। भगवान एक ही है, और वो सर्व का पिता है। दस बातें हमारे सामने हों और हम कहें कि दसों ही सत्य हैं, ऐसा तो हो नहीं सकता ना! यदि दो बातें भी हमारे सामने हों तो भी हम कहते हैं- यह सच है, यह झूठ है। तो परमात्मा के विषय में भी सत्य एक ही होना चाहिए, चाहे नाम भिन्न-भिन्न हों।

➡ जो सर्वोच्च हो, जिसके ऊपर कोई न हो

जो सर्व का माता-पिता, बंधु, सखा, गुरू, शिक्षक व रक्षक हो। जिसका कोई माता-पिता न हो, जिसका कोई गुरू न हो, जिसका कोई शिक्षक न हो, जिसकी रक्षा करने वाला कोई न हो, उसको कहेंगे परमात्मा।

➡ जो सर्व से परे हो- तभी तो परमात्मा को अजन्मा कहा जाता है। अजन्मा के साथ-साथ उसने गीता में यह भी कहा है कि मैं कालों का भी काल अर्थात् महाकाल हूँ।

मुझे काल कभी खा नहीं सकता। जिसका जन्म होता है उसे कर्म भी करना पड़ता है और उसको कर्म का फल भी भोगना पड़ता है। जो कर्म और कर्मफल के चक्र में आ जाता है तो उसे हम परमात्मा नहीं कहेंगे, क्योंकि उसने स्वयं कहा है कि मैं अकर्ता तथा अभोक्ता हूँ, न करता हूँ न भोगता हूँ।

➡ जो सब कुछ जानता हो, सर्वज्ञ हो

इसी कारण से परमात्मा को 'त्रिकालदर्शी' कहा जाता है। जिसके पास तीनों कालों व तीनों लोकों का ज्ञान हो, जो त्रिनेत्री है तथा जो मनुष्यों को भी ज्ञान का दिव्यचक्षु प्रदान करने वाले हैं, उसे हम 'परमात्मा' कहेंगे।

➡ जो सर्व गुणों में अनंत हो

जिसकी महिमा के लिए कहा हुआ है कि यदि धरती को कागज़ बना दो, सागर को स्याही बना दो, जंगल को कलम बना दो और स्वयं सरस्वती बैठकर परमात्मा की महिमा लिखे तो भी उसकी महिमा लिखी नहीं जा सकती। तो यह है परमात्मा के वास्तविक स्वरूप को परखने की कसौटी। जिस कसौटी पर हमें अपनी मान्यताओं को भी कस कर देखना है कि क्या वह सत्य है!

देखो... आ गया वो तारनहार...परमात्मा शिव निराकार

हम सभी विद्वान हैं, पढ़े-लिखे हैं, समझदार हैं, तो निश्चित रूप से बातों को समझ लेते हैं लेकिन हमारा उसमें अपना मत ज़रूर होता है। हम कभी उदासीन या बिल्कुल बराबर तरीके से, समान तरीके से उस बात को नहीं समझते हैं। हम सोचते हैं कि ये मेरा सोचना है, ये मेरा अनुभव है ऐसा कहते हैं लेकिन जो भी धर्म, शास्त्र, पुराण, उपनिषद आदि लिखे गए परमात्मा के बारे में, जिसमें परिचय भी दिया गया। उस परिचय को अगर हम उसी हिसाब से समझने का प्रयास करें तो निश्चित रूप से वो परिचय सही अर्थ से निकल कर सामने आयेगा और कुछ कह जायेगा। जिसकी हम तलाश कर रहे हैं कि परमात्मा कौन है, वो कैसा है, कलियुग क्या है, उसका अंत, उसके अन्दर की भावना क्या है, ये सारी बातें समाहित हो जायेंगी।

गुरू ग्रंथ साहब ने की निराकार की पवित्र महिमा » गुरू ग्रंथ साहब ने देखो क्या कहा, सिक्खों केपवित्र ग्रंथ गुरू ग्रंथ साहब के जपजी साहब ने एक बहुत प्रसिद्ध पंक्ति है, जो परमात्मा के होने का अहसास कराती है। उसमें लिखा है- एकामाई, जगत विआई, तीन चेले परवान, इक संसारी, इक भंडारी, इक लाये दिवान अर्थात् एक ईश्वर को माँ की उपाधि दी गई। एकामाई, एक माँ से तीन चेले जिनको कहा जाता सृष्टि का निर्माण करना, उसकी पालना करना, उसका विनाश करना। उसी को हिन्दु धर्म में ब्रह्मा, विष्णु और महेश का टाइटल मिलता है, संदर्भ मिलता है। तो आप देखो कि अन्य धर्म भी परमात्मा को एक माँ के रूप में देख रहे हैं, एक ईश्वर के रूप में देख रहे हैं, इसीलिए उसमें सिक्खों के दसवें गुरू, गुरू गोविन्द सिंह ने बोला है कि दे बर मोहे शिवा ईहे, शुभ कर्मन ते कभुं न टरूं। तो वहाँ भी शिव का नाम लेते हैं। तो परमात्मा निराकार ने ज़रूर यहाँ आकर वो कार्य तो किया होगा ना, तभी तो नाम लिया जा रहा है। चाहे वो कोई भी संदर्भ क्यों न हो। तो हर धर्म बोल रहा है कि परमात्मा निराकार, ज्योतिबिन्दु ईश्वर को एक माना। एक ईश्वर माना।

क्या कह गये निराकार के बारे में गोस्वामी तुलसीदास » तुलसीदास जी कहते कि 'बिनु पग चलै सुनै बिनु काना। कर बिन कर्म करै विधि नाना'। 'आनन रहित सकल रस भोगी, बिनु बानी वक्ता बड़ जोगी'। परमात्मा का वर्णन किया कि पैर नहीं फिर भी चलता है, कान नहीं है फिर भी सुनता है, आनन अर्थात् जिसकी इन्द्रियां नहीं हैं, लेकिन सारे रसों का रसास्वादन करता है, और वाणी नहीं है फिर भी सबसे बड़ा स्पीकर है। इतना सुन्दर वक्ता है। तो न हाथ है, न पैर हैं, न कान हैं, न मुख है, तो किसका वर्णन किया स्वामी जी ने? उस निराकार परमात्मा का वर्णन किया।

कलियुग की मनोदशा का अंतिम वर्णन उत्तर कांड में » एक लाइन आती है कि 'कलिकाल बिहाल किए मनुजा, नहिं मानत कोई अनुजा-तनुजा' अर्थात् जब कलियुग का अंत होगा, कलियुग का समय आयेगा उस समय मनुष्य की स्थिति इतनी बेहाल होगी कि वो बहू और बेटियों के अन्दर भी अन्तर नहीं कर पायेगा। बेटी, बहू, बहन को नहीं पहचान पायेगा। उस समय परमात्मा का दिव्य अवतरण होगा। तो ये सारे धर्म, शास्त्र एक ही बात बोल रहे हैं कि परमात्मा ऐसे समय में आयेगा। क्या आपको नहीं लगता है कि ये वो समय है! तो अपनी बुद्धि और अपनी शक्ति को थोड़ा-सा अगर हम प्रयोग करेंगे तो निश्चित रूप से हम जान पायेंगे कि शायद ये वही समय है।

सर्व धर्मों का परमात्मा सिर्फ मैं निराकार हूँ...

सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज। अहं त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः।।

सर्वधर्मों के लिए परमात्मा ईश्वर एक है। गीता के अध्याय 18, श्लोक 66 में परमात्मा ने कहा है कि साकार मनुष्य जगत के सर्व धर्मों को परित्याग कर मुझ एक ही परमात्मा ईश्वर की शरण में आओ। तब मैं परमात्मा तुम आत्मा को सर्व पापों से मुक्त करूंगा, तू शोक मत कर। तो ये भी परमात्मा ने बोला है कि सर्व धर्मों का परमात्मा सिर्फ मैं हूँ, निराकार ज्योतिबिन्दु स्वरूप हूँ। और यही परमात्मा हमसे आह्वान भी कर रहे हैं।

परमात्मा शिव को क्या चढ़ाएं कि वो खुश हो जाए

शिवरात्रि जब आती है तो सभी शिवलिंग के ऊपर अलग-अलग चीज़ें चढ़ाते हैं- भांग, धतूरा, बेल पत्र, गन्ना, गुड़ आदि-आदि। लेकिन ये सारी चीज़ें जब आप चढ़ाकर आते हैं तो क्या आपने देखा कि वो चीज़ें गई कहाँ? वैसे ही पड़ी हुई हैं। हर साल हम ऐसे ही चढ़ा कर आ जाते हैं। तो क्या इसका कुछ औचित्य है? अगर हम परमात्मा को कुछ देना ही चाहते हैं तो हम अपना देहभान और देह अभिमान चढ़ा दें, अपना ईगो चढ़ा दें तो परमात्मा हमसे सदा के लिए खुश हो जाएगा। क्योंकि जब तक हमारे अन्दर अभिमान है किसी भी बात का, तब तक बुराइयां, चिंता और अपमान हम फील करते रहेंगे, महसूस करते रहेंगे।

इसलिए रियल तरीके से, सही तरीके से परमात्मा शिव को अपना सबकुछ देने के लिए आपको सिर्फ और सिर्फ उसको वो चढ़ाना है जो उसकी ज़रूरत है। उसकी ज़रूरत का मतलब उसकी ज़रूरत के लिए है, उसकी ज़रूरत की चीज़ है, वो है देह अभिमान। जैसे ही हमने अपने आपको बलिहार किया परमात्मा पर, आप समझो उसका सबकुछ आपका हो गया। तो आपको धतूरा, ज़हर आदि चढ़ाने की ज़रूरत नहीं है। आपको आपके अपने अन्दर जो ज़हर है- काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार का उसको चढ़ाने की आवश्यकता है। जिससे परमात्मा का बल और फल दोनों हम सबको प्राप्त होगा। और ये चीज़ें आगे आने वाले समय में आपको सुख देंगी। तो इस महाशिवरात्रि पर्व को सफल बनाने के लिए हम सबको ये कार्य अवश्य करना है।

CHANNEL NUMBER

AWAKENING

1084	Tata Sky	839	Hathway
1084	Jio TV	996	InDigital
578	GTPL	986	NXT Digital

Peace of Mind

1065	Tata Sky	1221	Videocon D2h
1065	Jio TV	678	Airtel Digital
1087	Dish TV	496	Sun Direct

स्थानीय सेवाकेन्द्र

सम्पर्क करें : ओमशान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़, आनंद भवन, शांतिवन,राज. - 307510, मो. - 9414154344, 9414172087, 9414006096, 7014986495, ई.मेल - omshantimedia@bkivv.org

इंदौर-ज्ञान शिखर(म.प्र.)। राजयोगी ब्र.कु. ओमप्रकाश जी की 9वीं पुण्यतिथि पर ओमशांति भवन में रक्तदान शिविर लगाया गया। उस दौरान उपस्थित रहे एमवाई हॉस्पिटल के ब्लड बैंक के डायरेक्टर एवं एमजीएम मेडिकल कॉलेज के डीन डॉ. अशोक यादव, सोडानी डायग्नोस्टिक की डायरेक्टर डॉ. साधना सोडानी, क्षेत्रीय भविष्य निधि आयुक्त अमित जैन, कस्टम विभाग के अपर आयुक्त दिनेश बिसेन, एमजीएम मेडिकल कॉलेज के डॉ. नरेंद्र वर्मा, श्रीमती उमा झंवर तथा क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी तथा अन्य भाई-बहनें।

गामदेवी-मुम्बई(महा.)। ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् हॉलीवुड के प्रसिद्ध अभिनेता, निर्देशक, निर्माता और अकादमी पुरस्कार विजेता फॉरेस्ट व्हिटेकर और उनकी बेटी सोनेट को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. निहा दीदी। साथ हैं वक्ता और मानसिक शक्ति प्रशिक्षक आनंद चुलानी एवं श्रीमती चुलानी।

FOR ONLINE TRANSFER

Pay Directly to: osmorerf@indianbk

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

Note:- AfterTransfer send detail on

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

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़,शान्तिवन,तलहटी,

पोस्ट बॉक्स न-5,आबू रोड, राज. 307510

संपर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088

Email-omshantimedia@bkivv.org

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

Website: www.omshantimedia.org

कथा सरिता

सृष्टि का नियम

एक दुकानदार जिसकी बहुत बड़ी दुकान गांव से बाहर थी, वह अपनी दुकान पर कई प्रकार की चीज़ें बेचा करता था। वह अपनी दुकान पर मक्खन भी बेचा करता था और वह मक्खन अपने गांव के ही एक व्यक्ति रामू से खरीदा करता था।

रामू रोज़ाना उस व्यक्ति की दुकान पर मक्खन देने के लिए आता था और वह ऐसा लगातार कई सालों से कर रहा था परंतु दुकानदार ने एक दिन सोचा कि मैं रामू पर आँखें बंद करके भरोसा कर रहा हूँ।

क्या यह सच में मुझे रोजाना 1 किलो मक्खन देता भी है या नहीं! दुकानदार ने मक्खन का वजन किया तो उसे समझ में आया कि रामू उसे धोखा दे रहा है, मक्खन सिर्फ 900 ग्राम ही है जिससे दुकानदार को बहुत गुस्सा आया क्योंकि वह रामू पर भरोसा करता था।

दुकानदार गांव की पंचायत में गया और रामू की शिकायत कर दी। गांव की पंचायत बैठी और रामू को बुलाया गया। सरपंच जी ने रामू से कहा कि तुमने दुकानदार के साथ धोखा किया है।

उसने तुम पर भरोसा किया परंतु तुमने उसे रोज़ाना सिर्फ 900 ग्राम मक्खन ही दिया और तुम ऐसा कई वर्षों से कर रहे हो मतलब कि तुमने दुकानदार का बहुत बड़ा नुकसान किया है।

क्या अब तुम अपनी सफाई में कुछ कहना चाहोगे? रामू ने कहा कि सरपंच जी मेरे घर पर वजन करने के उपकरण मौजूद नहीं हैं परंतु मैं वजन करने के लिए एक विधि का उपयोग करता हूँ, जब मैं दुकानदार को रोज़ाना मक्खन देकर आता हूँ, तब दुकानदार से 1 किलो चने खरीदकर लेकर आता हूँ और मैं उन्हीं चने को तराजू पर रखकर मक्खन को तौलता हूँ बाकी के जवाब आप दुकानदार से पूछिए क्योंकि यदि उसका मक्खन कम है तो सीधी सी बात है कि वह मुझे सिर्फ 900 ग्राम ही चने देता है। क्योंकि मैं चने के सहारे ही मक्खन का वजन करता हूँ। सरपंच को यह बात पता चली तो सरपंच ने दुकानदार को बहुत अपमानित किया एवं उसे धोखेबाज कहा।

दुकानदार जिसने बहुत मेहनत से सम्मान और इज्जत कमाई थी परंतु जब गांव वालों को पता चला कि वह धोखेबाज है तो पूरे गांव में सभी लोग उसे धोखेबाज कहके बुलाने लगे। इस प्रकार दुकानदार को अपमानित होकर, वह गांव छोड़कर जाना पड़ा।

सीख : इस कहानी से हमें यह सीख मिलती है कि जैसा हम दूसरों के साथ करते हैं हमारे साथ भी वैसा ही होता है। यह सृष्टि का नियम है कि जैसा करोगे वैसा पाओगे इसलिए हमें सदा प्रत्येक व्यक्ति के लिए ईमानदार एवं भला बनकर रहना चाहिए।

अव्यक्त मुरली 20-02-2001 (पहेली-09)2024 -25

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

पन्ना-म.प्र। नशा मुक्त भारत अभियान के अन्तर्गत नेशनल पब्लिक उ.मा विद्यालय, महारानी दुर्गा राज्यलक्ष्मी उ.मा. विद्यालय, शासकीय पॉलीटेक्निक कॉलेज सहित पुलिस लाइन में चल रहे स्वास्थ्य परीक्षण केन्द्र में नशा मुक्ति जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किए गए। कार्यक्रम में प्रतिज्ञा कराते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीता। साथ हैं ब्रह्माकुमारी बहनें तथा अन्य।

08/24- पहेली का उत्तर (अव्यक्त मुरली 04-02-2001)

ऊपर से नीचे: 1. महानता, 2. तार, 3. नजर, 4. एवररेडी, 6. मन, 7. जमा, 8. बांधा, 11. जल, 12. रीति, 13. निमित्त, 14. स्वराज्य, 15. नशा, 17. बलवान, 20. तन, 21. साधन, 22. भूमि। बायें से दायें: 1. मधुरता, 3. नक्शा, 5. रमज़बाज़, 9. नर, 10. ताजधारी, 16. राजी, 18. निशा, 19. अकालतख्त, 23. तूफान।

ऊपर से नीचे

1. तीनों लोको के नाथ, परमात्मा शिव (5)
2. ज्ञानी जीवन में विशेषता परमात्म देन है, परमात्मा की सौगात है। जब परमात्मा की देन को देह- ..... वश मैं-पन में लाते हैं, मैं ऐसा हूँ, यह रॉयल अभिमान बड़े-ते- बड़े 'मैं-पन' है।(4)
3. लोक ..... की सेवा करने वाले महान सेवाधारी आत्माओं को, आज के शिव जयन्ती की, हीरे तुल्य जयन्ती की, न्यारी और प्यारी जयन्ती की मुबारक हो, और दुआओं के साथ यादप्यार और नमस्ते।(3)
4. ज्ञानी जीवन में ..... परमात्म देन है, परमात्मा की सौगात है।(4)
5. फैमिली ... हो? आप गेस्ट नहीं हो, गेस्ट हो क्या? होस्ट हो।(3)
6. प्रातिष्ठा, इज्जत, समान।(2)
7. बच्चे कहते हैं याद तो क्या, हमारी तो नेचुरल जीवन ही ..... की हो गई। पवित्र आहार, पवित्र व्यवहार और विचार यह जीवन बन गई।(2)
9. ..... गुजरात से शुरू हुई है। ज्यादा हलचल गुजरात और विदेश में भी थोड़ा- थोड़ा शुरू है।(4)
11. माझी, नौकारोही।(3)
12. अभी दुःखी दुनिया को मुक्तिधाम में ..... धाम में भेजो। बहुत दुःखी है ना तो रहम करो, अब दुःख से छुड़ाओं।(5)
14. ..... बच्चों का जन्मसिद्ध अधिकार है।(4)
17. दिवस, सवेरा, प्रभात।(2)

बायें से दायें

1. आज ..... रचता शिव बाप अपने पूज्य शालिग्रामों से मिलने आये हैं। (3)
2. ज्ञान की जीवन में जागरण माना अन्धकार से रोशनी में आना। यह ..... जागरण सभी को अच्छा लगता है ना! (4)
5. कॉल ऑफ टाइम में पधारे हुए ..... से:- आप सभी को यह अपना घर लगता है? (4)
8. फोटो, छायाचित्र,चेहरा। (3)
10. परिवर्तन होना है ना। ..... नहीं, परिवर्तन होना है। सबमें वैराग्य वृत्ति उत्पन्न होनी है। (3)
13. गति, भ्रमण, कंपन।(3)
14. सरकार, शासन (2)
15. ब्रह्मणों की भी वृद्धि तीव्र होनी है। लेकिन साथ में जो ..... प्रिय सेवा की है, भिन्न-भिन्न प्रोजेक्ट द्वारा सेवा हो रही है, वह बहुत अच्छा है। (2)
16. आत्माओं को मानसिक परेशानियों से छुड़ाने के निमित्त बनो क्योंकि ..... की परेशनी आप मेडीटेशन से ही मिटा सकते हो। (2)
17. बाप हर ब्रह्मण बच्चे को अलौकिक जन्म की अरब-अरब से भी ज्यादा ..... की दुआओं के साथ मुबारक दे रहे हैं। (2)
18. पेन, लेखनी (3)
19. जैसे ब्रह्मा बाप अव्यक्त रूप में ..... है, और आप बच्चों को माइक बनाया, ऐसे आप ..... बनो और ऐसे माइक तैयार करो। (3)
20. बहुत भक्तों को ..... की राह दिखाई ना तो इसका फल भी मिलता है, क्योंकि अच्छा कार्य है। (2)

खुशी क्यों नहीं रहती...!!!

ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

आज से पहले हम सभी ने जब भी किसी भी विषय पर बात की तो उस विषय में हमने कुछ मोटे रूपों की बात की, कि खुशी हमारी गायब क्यों हो जाती है। बीच-बीच में अपने आपको सम्भालना पड़ता है। आज उसके एक और पहलू की तरफ हम चलते हैं, और देखते हैं कि खुशी गायब क्यों होती है।

जब भी हम कोई कर्म करते हैं तो उस कर्म के पीछे हमारे चार प्रमुख कारण हैं- पहला या तो संस्कार, दूसरा या तो स्वभाव, तीसरा या तो दबाव, चौथा या तो प्रभाव। ये चारों शब्द अपने आपमें परिपूर्ण हैं। जो हमारे कर्म की सही व्याख्या करते हैं। आपको बताते हुए ये बिल्कुल भी नहीं लग रहा है कि ये चारों शब्द कैसे हम सबकी ज़िंदगी को बदल देते हैं। जैसे, जब भी आपने देखा होगा, कोई बात करता होगा तो कहता है आपको पता है ये मेरे संस्कारों में है। सुबह से लेकर शाम तक परिवार की या किसी और व्यक्ति या किसी और परम्परा को लेकर वो बात करता है। तो आप सोचो- हर कर्म के पीछे, जो वो कर्म करने जा रहा है उसमें उसका संस्कार आड़े आ रहा है, और वो संस्कार के वश कर्म कर रहा है। तो उस कर्म का बंधन तो बनेगा, क्योंकि वो संस्कार के वश है। माना जो बनाया गया है, जो उसने कभी न कभी बनाया है, तो वो कर्म करने के बाद थोड़े दिन में, वो संस्कार के वश है तो वो बिगड़ भी जायेगा। जो चीज़ बनाई जाती है वो बिगड़ जाती है ना! तो ऐसे ही संस्कार के वश हम कर्म करेंगे तो वो कर्म आज नहीं तो कल बिगड़ेगा पक्का, क्योंकि उसमें बंधन है, उसका बोझ है और वो बोझ आपको तंग करेगा और सभी को पसंद भी नहीं आयेगा क्योंकि वो आपके संस्कार के वश है। ऐसे ही हमारा कोई भी स्वभाव, कोई भी नेचर, आपको आपके हिसाब से कर्म करने के लिए विवश करेगा। वो भी आपने बनाया है।

ऐसे ही किसी का आपके ऊपर बहुत जबरदस्त प्रभाव है, और उस प्रभाव के कारण आप उसको फॉलो करने लग गये। तो उसमें आपका कोई एफर्ट नहीं है। वो जो भी कर्म हो रहा है, उस कर्म में एक बंधन है और वो बंधनयुक्त कर्म आपको तंग करेगा। क्योंकि कर्म करने के बाद व्यक्ति याद आयेगा, न कि आपको अपनी स्थिति याद आयेगी। और किसी के दबाव वश, किसी का प्रेशर लेकर किसी ने आपके ऊपर दबाव डाला कि आपको ये कर्म करना ही है, तो वो तो नैचुरल-सा है कि उसमें आपके अन्दर वो वाली बात तो आयेगी ही आयेगी। ये चारों चीज़ें हमारे कर्म को पूरी तरह से बांध देती हैं, इसको हम बंधन कहते हैं। और जो भी कर्म हमारे बंधन बनाता है उस कर्म से हमको कभी खुशी मिल नहीं सकती। इसीलिए खुशी गायब हो जाती है। हर कोई व्यक्ति नैचुरल ज़रूर है लेकिन नैचुरल का अर्थ ये वाली नेचर नहीं जो उसने बनाया है। संस्कार, संसार में आके, नैचुरल संस्कार है हमारा, आत्मा के सातों गुण जिसको हम कहते हैं शांति, गुण, पवित्रता, प्रेम, आनंद ये नैचुरल संस्कार हैं। ऐसे ही स्वभाव भी हमारा नैचुरल प्रेम और शांति का ही रहा है।

अब जो व्यक्ति हमेशा इस हिसाब से जिया हुआ है उसपर अगर थोड़ा भी दबाव, प्रभाव कुछ भी होगा तो व्यक्ति हमेशा असहज महसूस करेगा। उसको अच्छा नहीं लगेगा। इसीलिए हम खुश नहीं रह पाएंगे, जब तक इसको जीतेंगे नहीं।

जो भी मेरे साथ जुड़ा हुआ है, मेरा स्वभाव, मेरा संस्कार, वो मेरा मैंने खुद बनाया है, वो मेरी खुद की नेचर है। चाहे वो सबको अच्छा लगे या ना लगे, लेकिन हम उसके वश कर्म करते हैं और वो कर्म आपको सुख नहीं दे सकता। वो सुख तब देगा, वो खुशी तब देगा जब हम उसको नैचुरल संस्कार के साथ करेंगे। इसलिए हमारा नैचुरल संस्कार क्या है, शांति, प्रेम, पवित्रता, इसके वश करके देखो, आपकी खुशी कभी गायब हो नहीं सकती। ये है फॉर्मूला अपनी खुशी को हमेशा बरकरार रखने का।

मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

अनुभव

एक बहन का अनुभव है, बहन के पति विधायक हैं। लगभग 14 वर्षों से ईश्वरीय विश्व विद्यालय से जुड़ी हुई हैं। और इनके पति भी पूरी तरह से सहयोगी हैं। उनका अन्न भी बहुत शुद्ध और सात्विक है, वो भी मेडिटेशन करते हैं और ईश्वर में आस्था रखते हैं, और राजनीति में भी वो इसलिए आए हैं ताकि वो समाज की सेवा कर सकें। उन्होंने अपना अनुभव सुनाया कि कुछ दिन पहले कुछ गुंडों ने उन्हें घेर लिया और उनकी कार पर लगातार फायरिंग करने लगे चारों ओर से। और एक जो गुंडा था वो उनके पास ही आ गया और पिस्टल उसके पास ही थी। बिल्कुल उन्होंने उनके कान के पास ही लगा दी थी। लेकिन आश्चर्य की ही बात थी कि वो पिस्टल कार्य नहीं कर पाई और वो पूरी तरह से सुरक्षित रहे। तो अपना अनुभव सुना रही थीं कि मैं लगातार मेडिटेशन करती हूँ। सबको, सारे संसार को शुभ भावनाओं का दान तो देती हूँ लेकिन विशेषकर राजनीति में आजकल ये जो घटनायें होने लगी हैं तो मैं अपने पति के लिए विशेष योग करती हूँ। वो भी योग करते हैं। और उन्होंने ईश्वर का लाख-लाख शुक्रिया किया जो वो पूरी तरह से सुरक्षित हैं। कहते हैं ना, जाको राखे साईंया मार सके न कोए। और ये बात भी कही जाती है कि ईश्वर जिस व्यक्ति की रक्षा कर रहा हो सचमुच सारे संसार में कोई भी व्यक्ति उसका कुछ भी बाल बांका नहीं कर सकता। और ये भी कहा जाता है कि यदि तुम ईश्वर का ध्यान करते हो तो ईश्वर का ध्यान स्वतः ही आपके ऊपर बना रहता है। तो क्यों न हम भी उसके ध्यान में मग्न रहें। और उसके ध्यान को अपने ऊपर बनाए रखें।

प्रश्न : मैं 18 साल का कुमार हूँ। मुझमें एक संस्कार है, ज़्यादा सोचने का। मेरे संकल्प रूकते ही नहीं हैं। मेरे पुरूषार्थ में तीव्रता नहीं आ रही है। कृपया आप मेरी मदद कीजिए।

उत्तर : आजकल लड़कों में ये टेंडेंसी बढ़ती जा रही है, और उसका कारण एक ही है जो हम सबको सावधान कर रहे हैं कि हम ऐसे पीरियड पर आकर खड़े हुए हैं कलियुग के, जहाँ पर सभी के मन बहुत कमज़ोर हो चुके हैं। उनकी शक्तियां जो कभी परफेक्ट थीं वो यूज़ होते-होते बहुत कम चार डिग्री पर आकर बची हैं। और हमारे बाहर भी निगेटिव एनर्जी बहुत ज़्यादा है। तो जब हम ही सेंसिटिव हैं, उनको सभी को ग्रहण करते रहते हैं इससे सबको बचना चाहिए। इसी के लिए राजयोग, अध्यात्म, अपने संस्कारों में कुछ परिवर्तन करना इसकी बहुत आवश्यकता है। ज़्यादा सोचने की आदत तो सचमुच में अनेक बीमारियों को जन्म देती है। और मनुष्य न जाने क्या-क्या सोचता है फिर सारा दिन। उसकी दिशा किधर चली जाती है और उसका इफेक्ट उसकी दशा पर आ जाता है। ये बहुत बड़ी समस्या हो गई है, लोग अपने विचारों पर कंट्रोल नहीं कर पाते। सोचना शुरू किया तो सोचते-सोचते पता नहीं कहाँ निकल जाते हैं। ये समस्या बहुत उग्र रूप लेती जा रही है। तो पहला तो यही संकल्प कि हमें इससे मुक्त होना है। हर व्यक्ति जिसे ये बीमारी लगी है वो ये समझ लें कि आगे चलकर भयानक साइकेट्रिक पेशेन्ट बना सकती है। इसीलिए इस बीमारी के बीज को हमें समाप्त करना है। अपने मन को बहुत स्ट्रॉन्ग करना है और यहाँ तक ले चलना है कि जो हम सोचना चाहें वही हम सोचें। जो हम नहीं सोचना चाहें वो हम न सोचें। इसके लिए पहली चीज़, मैं आपको सजेस्ट करूंगा, इस स्वमान से सभी परिचित हैं। सवेरे आपको थोड़ा जल्दी उठना चाहिए। अगर आप राजयोग करते हैं तो 4 बजे उठ जाना चाहिए। चार बजे उठकर सुन्दर माहौल में आप उठें और मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ इसका बहुत अच्छा अभ्यास करें या 108 बार लिख लें, ताकि आपका मन पॉवरफुल बने। क्योंकि उस समय सब्कॉन्शियस माइंड एक्टिव रहता है, वो जगा रहता है। तो अगर आप सच्ची फीलिंग के साथ संकल्प करेंगे, मैं बहुत शक्तिशाली हूँ। तो आपका सब्कॉन्शियस माइंड इसे एक्सेप्ट कर लेगा और आपकी इनर पॉवर बढ़ती जायेगी। और दूसरा, सवेरे उठकर कम से कम आधा घंटा मेडिटेशन आपको अवश्य करना है, ताकि एकाग्रता हो। आत्मिक स्वरूप पर, परमात्म स्वरूप पर एकाग्रता, सुन्दर विचारों पर एकाग्रता। अगर मान लो आप ये सोचें कि विचार आपके बंद होते नहीं तो आप अपने मन में सुन्दर विचार क्रियेट करें। एक ही तरह के विचार चलते रहें इसको भी एकाग्रता कहते हैं। सवेरे इन बातों से अपने आपको को चार्ज कर लेने से धीरे-धीरे काफी मदद मिलेगी। आप ये लक्ष्य बना लें कि तीन मास अच्छी साधना करनी है, अपने मन को साधने की। तीसरी बात, हमारे ईश्वरीय विश्व विद्यालय में जिन्हें हम अव्यक्त महावाक्य कहते हैं, जो स्वयं भगवान के महावाक्य हैं वो ज्ञान का खज़ाना है, असीम भंडार है वो। आपको रोज़ पंद्रह मिनट ज़्यादा नहीं, उनकी स्टडी करनी चाहिए। उनकी हमारे यहाँ बुक्स हैं, बिल्कुल पढ़ते ही कोई भी पढ़े तो लगेगा कि ये तो भगवान के अलावा लैंग्वेज, फिलॉसफी और किसी की नहीं हो सकती। तो उनको पढ़ने से आपको नये विचार मिलेंगे। और जो वेस्ट थॉट्स आते रहते हैं उसको आप रोक पाएंगे। ऐसे ही दिन में कुछ दिन तक तीन मास मैंने कहा पर उसके कुछ ही दिन पहले आप हर घंटे अपने को रोककर अपने मन पर ध्यान दें। यानी आपको अपने मन को ट्रेंड करना है कि मैं क्या सोच रहा हूँ। जो कुछ मैं सोच रहा हूँ क्या मुझे इसकी ज़रूरत है? उत्तर आयेगा, नहीं। तुरंत सात बार याद करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। मुझे तो इस संसार को अच्छे वायब्रेशन्स देने हैं। फिर धीरे-धीरे आपका ये मन अच्छी स्थिति में आने लगेगा। और इस महामारी से बच जायेंगे। एक छोटी-सी राय और आपको देता हूँ- पाँच सेकण्ड के लिए आत्मा को देखें। चमकती ज्योति, और एक संकल्प ले-लें मैं पीसफुल आत्मा हूँ, दूसरी बार ले-लें मैं पवित्र आत्मा हूँ। ऐसे तीन-चार संकल्प चेंज करेंगे। आत्मा को विज़ुअलाइज़ करें, आत्मा को देखें पाँच सेकण्ड। सोचने और देखने में पाँच सेकण्ड हो जाएंगे फिर परम आत्मा जो सुप्रीम सोल है उसको देखें पाँच सेकण्ड। उनके बारे में एक संकल्प ले-लें कि वो शांति के सागर हैं, फिर आत्मा को देखें, फिर परमात्मा को देखें। ऐसे दस बार करें। दस बार करने के बाद फिर इस समय को दस-दस सेकण्ड कर दें। दस सेकण्ड आत्मा को देखें चमकती ज्योति। मैं आत्मा पवित्र हूँ, परमपवित्र हूँ। संकल्प को रिपीट करते रहें ताकि मन भटके नहीं। शुरू में ये ज़रूरी होता है। इस संकल्प को भले दस सेकण्ड में तीन बार रिपीट कर दें फिर परमात्मा को देखें। महाज्योति, वो पवित्रता के सागर हैं। मेरे शिव बाबा पवित्रता के सागर हैं। वो देख रहे हैं और सोच रहे हैं फिर इस समय को पंद्रह सेकण्ड, बीस सेकण्ड कर दें और दस-दस बार करें। दस-दस मिनट अगर इसमें लगायेंगे शुरू में कभी सफलता मिलेगी, कभी नहीं। मन भटक सकता है, लेकिन घबरायें नहीं। बहुत दृढ़ता के साथ सफलता होगी ही। ये आप सुबह दस मिनट, दोपहर को दस मिनट और रात को दस मिनट कर सकते हैं।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

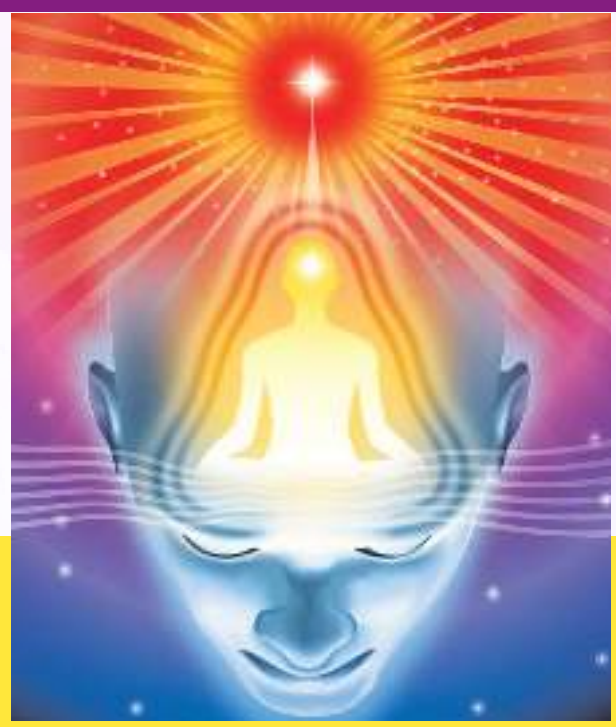
अविनाशी वैद्य शिव और उनकी दवाई - उनका सिमरण और याद

कौन हैं अविनाशी वैद्य शिव बाबा?

शिव बाबा को अविनाशी वैद्य कहा जाता है क्योंकि वे आत्मा की अमर शक्ति को पहचानते हैं और उसका इलाज करते हैं। वे हमें सिखाते हैं कि हम शरीर नहीं आत्मा हैं। उनकी शक्तियाँ और उनका ज्ञान हमारी आत्मा को पुनः ऊर्जा से भर देते हैं।

शिव बाबा की विशेषता - वह सुखकर्ता-दुःखहर्ता है, सुख देकर सभी के दुःखों को हरने वाला है।

आत्मिक शांति का स्त्रोत - शिव बाबा के सिमरण से आत्मा को शांति और शक्ति प्राप्त होती है।



दुःख का अंत - उनके सिमरण से आत्मा दुःखों के बोझ से मुक्त हो जाती है।
शुद्धता - शिव बाबा की याद आत्मा को शुद्ध और पवित्र बनाती है।
सच्चा सुख - जब हम शिव बाबा के करीब आते हैं तो हमें सच्चे सुख का अनुभव होता है, जो इस संसार में कहीं और नहीं मिलता।

अविनाशी वैद्य का उपहार...

शिव बाबा हमें सिर्फ दवाई ही नहीं देते, वे हमें यह भी सिखाते हैं कि जीवन में सुख और शांति कैसे बनाए रखें। उनकी दवाई- उनकी याद हमें बार-बार यही सिखाती है कि :-
"तुम आत्मा हो शरीर नहीं। हर समस्या का हल आत्मा की शक्ति और शांति में है।" शिव बाबा का सिमरण हमें यह अनुभव कराता है कि हमारे जीवन में हर चुनौति का हल उनके साथ जुड़े रहने में है।

हर रोग का इलाज होता है लेकिन कुछ बीमारियाँ ऐसी होती हैं जिनका इलाज इस दुनिया के साधनों से संभव नहीं। जब मन अशांत हो, आत्मा थकी हुई हो और जीवन में दुःखों का अंधकार छा जाए, तब हमें एक ऐसे वैद्य की आवश्यकता होती है जो सिर्फ शरीर का नहीं, आत्मा का भी इलाज कर सके। यही वैद्य है- अविनाशी वैद्य शिव बाबा।
शिव बाबा(परमात्मा) वह सर्वोच्च शक्ति है जो न केवल हमारे तन बल्कि मन और आत्मा को भी स्वस्थ कर सकते हैं। उनकी दवाई है उनकी याद, उनका सिमरण। यह दवाई न केवल हमें मानसिक और भावनात्मक शांति देती है बल्कि हमें हर प्रकार के दुःखों और अशांति से मुक्त करती है।

शिव बाबा की दवाई- उनका सिमरण और याद।

शिव बाबा की दवाई सरल है- उनका सिमरण और उनकी याद। जब हम उन्हें याद करते हैं तो उनके दिव्य गुण हमारे जीवन में समाहित हो जाते हैं। यह दवाई हर बीमारी का इलाज है।

1. मन की शांति - शिव बाबा के सिमरण से मन के विचार शुद्ध होते हैं। हर चिंता और तनाव धीरे - धीरे समाप्त होने लगता है।
2.अंहकार का अंत - उनका सिमरण हमें विनम्र और सरल बनाता है, अंहकार और गुस्से को दूर करता है।
3. भावनात्मक स्थिरता - शिव बाबा की याद आत्मा को मजबूत बनाती है, जिससे भावनात्मक चोटें और दुःख जल्दी ठीक हो जाते हैं।
4. शरीर पर सकारात्मक प्रभाव - जब आत्मा शांत होती है तो शरीर भी स्वस्थ रहने लगता है।

कैसे करें शिव बाबा का सिमरण?

शिव बाबा का सिमरण करना बहुत ही सरल है, लेकिन इसके लिए नियमितता और ध्यान आवश्यक है। प्रत्येक सुबह और रात-दिन की शुरूआत और अंत शिव बाबा को याद करके करें।

राजयोग ध्यान - राजयोग के माध्यम से शिव बाबा से जुड़ें। उनका प्रकाश और प्रेम आत्मा को भर देता है।

दैनिक अभ्यास - एक शांत स्थान पर बैठें और महसूस करें कि शिव बाबा का प्रकाश आपके अंदर भर रहा है। उनके गुणों को अपनाएं, उनकी याद के साथ उनके गुणों, शांति, प्रेम और करूणा को अपने जीवन में लाने का प्रयास करें।

शिव बाबा के सिमरण का प्रभाव?

शिव बाबा की याद सिर्फ एक मानसिक प्रक्रिया नहीं है; यह आत्मा के हर स्तर को बदलने वाली शक्ति है।

निष्कर्ष...

अविनाशी वैद्य,शिव बाबा की दवाई का कोई विकल्प नहीं है। यह दवाई हर आत्मा के लिए मुफ्त है और हर समय उपलब्ध है। बस, इसे अपनाने की आवश्यकता है। शिव बाबा की याद और सिमरण हमारी आत्मा को वह शक्ति, शांति और स्थायित्व देता है जो हमें हर प्रकार की बिमारी और दुःख से मुक्त कर सकता है।

आइए इस अनमोल दवाई को अपने जीवन का हिस्सा बनाएं और अपने मन, शरीर और आत्मा को स्वस्थ और शांत बनाएं। शिव बाबा की याद ही सबसे बड़ी दवाई है। इसे हर दिन लें और जीवन को दिव्य बनाएं।

ब्र.कु. स्वाति बहन, ज्ञान भवन,
स्कीम नंबर,विजयनगर,इंदौर

रायपुर-छ.ग.। इन्दौर ज़ोन की पूर्व क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. कमला दीदी की दूसरी पुण्य तिथि पर आयोजित कार्यक्रम में अपनी भावना व्यक्त करते हुए राज्य महिला आयोग की अध्यक्षा डॉ. किरणमयी नायक। मंचासीन हैं पार्षद अमर बंसल, राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी, कुशाभाउ ठाकरे पत्रकारिता एवं जनसंचार विश्व विद्यालय के कुलपति प्रो. बलदेव शर्मा, पूर्व कुलपति डॉ. मानसिंह परमार, अपर कलेक्टर उज्जवल पोरवाल व भाजपा नेता छगन मूंदड़ा।

छतरपुर-किशोर सागर(म. प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के मीडिया विंग द्वारा आयोजित 'आध्यात्मिक सशक्तिकरण द्वारा स्वस्थ एवं स्वच्छ समाज के निर्माण में मीडिया की भूमिका' कार्यक्रम में उपस्थित रहे ब्रह्माकुमारीज़ के मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक राजयोगी डॉ. ब्र.कु. शांतनु, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा दीदी, ब्र.कु. कल्पना, ब्र.कु. रीना, ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. रमा, जिला जनसंपर्क अधिकारी हिमांशी बजाज, वरिष्ठ पत्रकार सुरेंद्र अग्रवाल तथा अन्य।

खुशखबरी

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

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

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

नवनिर्मित भवन 'ज्ञान मानसरोवर' में बनी 3000 लोगों के बैठने और 300 लोगों के ठहरने की व्यवस्था

राजनांदगांव में हुआ 'ज्ञान मानसरोवर' का भव्य उद्घाटन

राजनांदगांव छ.ग.। मुख्यमंत्री विष्णु देव साय एवं विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह ने ब्रह्माकुमारीज़ राजनांदगांव द्वारा नवनिर्मित भवन 'ज्ञान मानसरोवर' के उद्घाटन अवसर पर मुख्यमंत्री ने कहा कि निश्चित रूप से इस भवन के माध्यम से राजनांदगांव के लोगों की बहुत अच्छी सेवायें होंगी। उन्होंने इसके लिए ब्रह्माकुमारीज़ परिवार को शुभकामनाएं दी। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ परिवार के कार्यक्रम में जाने में बहुत अच्छी अनुभूति होती है और वे चार बार माउण्ट आबू भी जा चुके हैं। जब भी ब्रह्माकुमारी बहनें राखी बांधने आती हैं तो बहुत खुशी होती है। यह संस्था अपनी मेहनत से समाज को संस्कारी और सेवाभावी बनाने का कार्य कर रही है। श्री साय ने कहा कि वर्तमान समय बहुत भागदौड़ वाला समय है। ऐसे समय में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सिखाया जाने वाला राजयोग मेडिटेशन बहुत लाभकारी है तथा दुनिया में बहुत लोकप्रिय हो रहा है। अब ध्यान को वैज्ञानिक भी मानने लगे हैं इस संस्था द्वारा निःशुल्क मेडिटेशन सिखाया जाता है। यह सच्ची मानवता की सेवा है। ब्रह्माकुमारीज़ अम्बाबाड़ी सबज़ोन अहमदाबाद की डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. शारदा दीदी ने कहा कि यहां आने वाले लोगों के मन में आध्यात्मिकता का दीप प्रज्वलित किया जाएगा। जिसके माध्यम से वे अपनी समस्याओं का समाधान ढूंढ पाएंगे। इंदौर ज़ोन की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. हेमलता दीदी ने कहा कि बाबा का कमाल है जो राजनांदगांव में इतना भव्य भवन बनकर तैयार हो गया। अब इस क्षेत्र के लोगों की आध्यात्मिक सेवाएं बहुत तेजी से होगी। ब्रह्माकुमारीज़ भिलाई क्षेत्र की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी व उज्जैन से राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी ने भी अपनी शुभकामनाएं दीं। राजनांदगांव सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. पुष्पा दीदी ने सभी अतिथियों का स्वागत किया। पूर्व सांसद मधुसूदन यादव ने भी अपनी शुभकामनाएं दीं। उल्लेखनीय है राजनांदगांव में नवनिर्मित ब्रह्माकुमारीज़ ज्ञान मानसरोवर राजयोग मेडिटेशन ट्रेनिंग सेंटर सर्व सुविधाओं से युक्त है। यहां एक बहुत बड़ा सभागार का निर्माण किया गया है जिसमें लगभग 3000 लोगों के बैठने की क्षमता है। जिसमें प्रतिमाह आध्यात्मिक कार्यक्रम होते रहेंगे। साथ ही इस भवन में बहुत बड़ा भोजनालय व किचन है तथा लगभग 300 लोगों की ठहरने की आवासीय व्यवस्था है। यहां एक ध्यान कक्ष भी बनाया गया है। भविष्य में यहां बहुत सुंदर कलात्मक मूर्तियों से सुसज्जित म्यूज़ियम तथा एक लेज़र शोरूम बनाने की भी योजना है, साथ ही राजनांदगांव शहर के सभी निवासी यहां आध्यात्मिक लाभ ले सकते हैं। यह एक ऐसा स्थल है जहाँ दुःख अशांति से परेशान लोग आएंगे और सुख-शांति की अनुभूति करेंगे।

पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमन सिंह ने मुख्यालय माउण्ट आबू का स्मरण सुनाया...

ब्रह्माकुमारीज़ ने पूरी दुनिया में निर्लिप्त भाव से समाज की सेवा करने का संकल्प लिया है। जिसके चलते विश्व के 145 देशों में 8000 से भी अधिक सेवाकेन्द्र संचालिका हैं। विधानसभा अध्यक्ष 2009 में जब प्रदेश के मुख्यमंत्री थे, तब अपने पूरे मंत्री मण्डल एवं पक्ष-विपक्ष के विधायकों सहित माउण्ट आबू गए थे, उन्होंने इसका स्मरण किया।

ब्र.कु. ओमप्रकाश भाई की 9वीं पुण्यतिथि पर...

समाज की तरक्की के लिए मीडिया कार्य करे

रायपुर-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज़ शांति सरोवर रिट्रीट सेंटर द्वारा आयोजित मीडिया परिसंवाद में अपने विचार रखते हुए कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता एवं जनसंचार विश्वविद्यालय के पूर्व कुलपति प्रो. मानसिंह परमार ने कहा कि आज सोशल मीडिया सबसे ज़्यादा अनसोशल हो गया है। जिसके भी हाथ में मोबाइल है वह पत्रकार बन गया है। जैसे प्रिंट मीडिया समझदारी से काम कर रहा है, वैसे ही इलेक्ट्रॉनिक मीडिया को भी अपनी ज़िम्मेदारी समझकर काम करना होगा। यह परिसंवाद ब्रह्माकुमारी संस्थान के मीडिया प्रभाग के पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष ब्र.कु. ओमप्रकाश भाई की 9वीं पुण्यतिथि पर आयोजित किया गया। उन्होंने कहा कि जिस प्रकार प्रिंट मीडिया के लिए देश में प्रेस कौंसिल ऑफ इंडिया बनाया गया है, फिल्मों के लिए सेंसर बोर्ड है, उसी तरह अब पूरे देश में प्रिन्ट मीडिया, विज्ञापन, फिल्म, इलेक्ट्रॉनिक मीडिया और सोशल मीडिया के लिए अखिल भारतीय स्तर पर एक प्रेस कौंसिल ऑफ इंडिया बनाने की ज़रूरत है जिसमें सिर्फ पत्रकारिता से जुड़े सम्पादकों या मालिकों को ही पदाधिकारी बनाया जाए। इन्दौर ज़ोन की क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. हेमलता दीदी ने कहा काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार के कारण समाज में विकृति पैदा हो रही है। ऐसे समय में मीडिया का दायित्व हो जाता है कि वह समाज को रचनात्मक बातें बतलाए। आध्यात्म हमें बताता है कि हम शरीर को चलाने वाली चैतन्य शक्ति आत्मा

- सभी प्रसार माध्यमों के लिए अखिल भारतीय स्तर पर प्रेस कौंसिल ऑफ इंडिया बनाने की ज़रूरत
- मीडिया में आध्यात्मिक मूल्यों को भी दें स्थान
- पाठकों में सकारात्मक चिंतन परोसे मीडिया

हैं। स्वयं को आत्मा समझकर परमात्मा को याद करने से हमारा जीवन मूल्यनिष्ठ हो जाता है। उज्जैन ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र की निदेशिका ब्र.कु. उषा दीदी ने कहा कि मीडिया पर बहुत बड़ी ज़िम्मेदारी है। मीडिया को ऐसी चीज़ें ही परोसनी चाहिए जिससे कि देखने व पढ़ने वालों में सकारात्मक चिंतन चले। एक समय था कि हमारा देश देवभूमि कहलाता था लेकिन दैवी गुणों के अभाव में आज मनुष्य दानव बन चुका है। मानवी मूल्यों की स्थापना में मीडिया अहम भूमिका निभा सकती है। महासमुन्द से आये पत्रकार आनन्द राम ने कहा कि इस समय जिसके भी पास देखो मोबाइल तो है, किन्तु चिन्ता की बात ये है कि फेसबुक, यू ट्यूब आदि डिजिटल माध्यमों की भरमार से हर व्यक्ति को अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता मिल गयी है। मीडिया को ब्लैकमेलिंग का ज़रिया बनाना चिंताजनक है। अमृत सन्देश के सम्पादक गिरीश वोरा ने कहा कि आजकल नशे से बहुत लोगों की मौत हो रही है। इसलिए लोगों को नशाखोरी से दूर करने के लिए मीडिया को जनजागृति लाने का कार्य करना होगा।

शुरूआत में परिसंवाद में उपस्थित अतिथियों का स्वागत करते हुए रायपुर ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सविता दीदी ने कहा कि कलम में तलवार से भी ज़्यादा ताकत है। मूल्यनिष्ठ समाज बनाने के लिए पत्रकार को अपनी लेखनी का उपयोग समाज और देश की तरक्की के लिए करना होगा।

सुनहरे भविष्य की चाबी आध्यात्मिक चिन्तन

सोनीपत-हरियाणा। जब मैं परेशान, दुःखी होती हूँ तो शिव बाबा का ध्यान करती हूँ। मुझे सुकून मिलता है। 27 वर्ष पूर्व मैं माउण्ट आबू गई थी और मन में संकल्प किया कि जब भी मौका मिलेगा, मैं यहां आऊंगी। मैंने वहां से यही सीखा कि मुझे खुद को बदलना है। शिवबाबा की याद से मैं खुद को उलझनों से मुक्त कर लेती

हूँ। मैं पुनः आबू ज़रूर आऊंगी। यह उद्गार कार्यक्रम की मुख्य अतिथि सोनीपत हल्का राई की विधायक कृष्णा गहलावत ने ब्रह्माकुमारीज़ के सेक्टर 19 स्थित विश्व कल्याण सरोवर आश्रम द्वारा आयोजित 'नया नज़रिया... नये नज़ारे' कार्यक्रम में रखे। दीप प्रज्वलन में मुख्य अतिथियों के साथ शहर के अनेक गणमान्य अतिथियों ने हिस्सा लिया। माउण्ट आबू से राजयोगिनी ब्र.कु. ऊषा दीदी ने अपने उद्बोधन में कहा कि जैसे-जैसे ये वर्ष अंतिम चरण में आ रहा है, वैसे-वैसे हम अपने नज़रिये को भी परिवर्तित करते जाएं। जीवन में तूफान तो बहुत आयेंगे लेकिन उसे तोहफा समझने से हम अनुभवी बन मैच्योरिटी से सॉल्व करते जायेंगे। किसी ने कमल में कीचड़ देखा तो किसी ने दाग। हमारे देखने का नज़रिया हमें बताता है कि समस्या को हमने किस रूप में देखा। समस्या को सकारात्मक रूप से देखें तो बड़े से बड़ा पहाड़ भी राई और फिर रूई बन जायेगी। 'देखो मगर प्यार से', 'बुरी नज़र वाले तेरा मुँह काला' इसमें दोनों वाक्य एक ही उद्घोष कर रहे हैं परंतु एक नकारात्मक रूप लिए हुआ है और दूसरा सकारात्मक। तो हम जीवन में आनंद से सकारात्मकता को अपनाएं। जीवन एक सफर है। सफर में तो उतार-चढ़ाव आते ही हैं। ज़रूरत दोनों की है। इसलिए दुःखी होने के बजाए जीवन का आनंद लीजिए। दुःख के बाद सुख आना ही है। आने वाले वर्ष के लिए अपने आप से कमिटमेंट करें कि हमें हर चीज़ को सुन्दर देखना है। एक सोच नज़रिये को बदल देती है जिससे नज़ारे बदल जाते हैं। हम अपनी चिन्तन की धारा को बदलें तो हम अपना भविष्य सुनहरा बना सकते हैं। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. लता ने किया तथा ब्र.कु. सतीश ने सभी का धन्यवाद किया।

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 Jan, 2025
स्वामी - आर.ई.आर.एफ, प्रकाशक, सम्पादक एवं मुद्रक- गंगाधर नरसिंघानी द्वारा कैपिटल ऑफसेट, L 801-I, Sector-28, GIDC Gandhinagar(Guj.) से मुद्रित एवं ओमशान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन,- 307510
See Latest News
www.omshantimedia.org