

# आमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 17

अंक-14

अक्टूबर-II, 2016

(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

8.00

## समाज में साहस के साथ संवेदना का वाहक बने मीडिया - पाटिल

त्रिदिवसीय मीडिया महासम्मेलन का आयोजन शांतिवन में



मीडिया महासम्मेलन में सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी। मंचासीन हैं डॉ. एन. लक्ष्मी पार्वती, प्रो. कमल दीक्षित तथा बासवराज पाटिल। सांस्कृतिक प्रस्तुति देते हुए कलाकार भाई बहनें।

**शांतिवन।** 'सामाजिक परिवर्तन के लिए आध्यात्मिक प्रज्ञा-मीडिया की भूमिका' विषय पर त्रिदिवसीय मीडिया महासम्मेलन का शुभारंभ ब्रह्माकुमारीज़ के शांतिवन परिसर में हुआ। भारत तथा नेपाल से आये सैंकड़ों पत्रकारों ने इस सम्मेलन में भाग लिया।

'यही एक ऐसा स्थान है जहाँ पत्रकारों के आंतरिक विकास एवं उनकी बेहतरी की चर्चा होती है। अन्यथा विश्व में कहीं ऐसा स्थान नहीं है जहाँ पत्रकारों के पारिवारिक से लेकर उनके सामाजिक हितों की बात की जाती हो' - रायपुर के वरिष्ठ पत्रकार मधुकर द्विवेदी।

मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. सुशांत ने कहा कि मीडिया में मूल्यों की धारणा और समाज के लिए प्रेरित करना ही ध्येय होना चाहिए, क्योंकि मीडिया के एक कदम से समाज की दशा और दिशा तय होती है।

'आपको अपने बारे में गहराई से सोचने

और उसके निराकरण के बारे में विचार करने का सही अवसर है। इससे ही हम अपने आपको जान और समझ पायेंगे' - मीडिया प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु. आत्म प्रकाश।

'अपने दायरे में रहकर ही मीडिया शांति और मूल्यनिष्ठ मीडिया होने का एक सफल उदाहरण समाज के लिए बन सकता है। साथ ही वर्तमान समय की परिस्थितियों पर मीडिया द्वारा हो रहे दुरुपयोग पर उन्होंने चिंता भी जताई' - महासचिव ब्र.कु. निर्वैर।

'आर्थिक विकास के साथ सामाजिक और बौद्धिक विकास के लिए मीडिया को पहल करनी चाहिए। समाज में अनेक प्रकार की चुनौतियाँ विद्यमान हैं, ऐसे में मीडिया को समाज में साहस और संवेदना का वाहक बनने का प्रयास करना चाहिए। ब्रह्माकुमारी संस्थान का यह प्रयास निश्चित तौर पर एक सकारात्मक परिणाम लायेगा'

- बासवराज पाटिल, राष्ट्रीय मंत्री, राष्ट्रीय स्वाभिमान आंदोलन। 'मीडिया सामाजिक परिवर्तन में हमेशा सहायक रहा है। वर्तमान परिवेश में भी यह लोगों की सोच, नज़रिया, विचारों को प्रभावित करने में सक्षम है। मीडिया कर्मियों सहित सभी वर्गों को ये समझना होगा कि शांति मनुष्य का मूल स्वभाव है। व्यर्थ की बातों पर ध्यान नहीं देंगे तो तनाव से बचना और कार्यक्षेत्र में शांति लाना संभव होगा' - ब्रह्माकुमारी संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी।

'पत्रकारिता के मापदण्ड बदलते जा रहे हैं। संवेदना मरती जा रही है। हाल की कुछ घटनाओं ने पूरे देश को झकझोर कर रख दिया है। संवेदनहीन होते समाज में मूल्यों की स्थापना के लिए प्रयास करना चाहिए। वर्तमान समय में मीडिया की विश्वसनीयता को बनाये रखने के लिए सकारात्मक पहल की ज़रूरत है'

- भारत सरकार के केन्द्रीय सूचना आयुक्त एवं कार्यक्रम के मुख्य अतिथि प्रो. एम श्रीधर।

'हमारा प्रयास है कि पत्रकारिता करने वाले लोग आंतरिक तौर पर इतने मज़बूत हों, ताकि वे चुनौतियों का सामना कर सकें' - ब्रह्माकुमारीज़ के मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा।

इस अवसर पर भोपाल के वरिष्ठ पत्रकार प्रो. कमल दीक्षित तथा राजस्थान विश्वविद्यालय के पत्रकारिता विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो. संजीव भानावत ने कहा कि हिन्दी पत्रकारिता के क्षेत्र में अब बहुत कुछ करने की ज़रूरत है, इसलिए सभी को एकजुट होना होगा।

हैदराबाद की पूर्व विधायिका डॉ. एन. लक्ष्मी पार्वती, मीडिया प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. शांतनु समेत कई लोगों ने अपने विचार व्यक्त किये।

**सांस्कृतिक संध्या का भी हुआ आयोजन**

ब्रह्माकुमारीज़ के मीडिया प्रभाग द्वारा आयोजित राष्ट्रीय महासम्मेलन की प्रथम सांस्कृतिक संध्या में विभिन्न प्रान्तों से आये कलाकारों ने आंचलिक संस्कृति से रूबरू कराते हुए इंद्रधनुषी रंग बिखेरे। बैंगलोर से आये शिव शक्ति सांस्कृतिक अकादमी के ब्र.कु. राजू व सहयोगी कलाकारों ने नृत्य प्रस्तुत किया तथा मेरठ के मनु चौहान ने गीत प्रस्तुत किया - मैं कभी बतलाता नहीं पर अंधेरे से...। साथ ही काजोल डांस ग्रुप आगरा के कलाकारों ने श्रीकृष्ण लीला नृत्य प्रस्तुत करके वृन्दावन की याद दिला दी। डिवाइन एंजिल ग्रुप बेलगांव ने देवी नृत्य प्रस्तुत किया। ओंकारेश्वर के कलाकार, पंजाब के लोक नृत्य गिद्दा तथा हैरी शैरी ग्रुप पटियाला ने नृत्य प्रस्तुत करके दर्शकों को नाचने पर मजबूर कर दिया।

## धैर्यता, संयम और शांति सेवा का आधार - डॉ. पिल्लई

**ओ.आर.सी.-गुरुग्राम।** डॉक्टर्स के लिए 'स्ट्रेस डिटोक्स एण्ड लीडरशिप' विषय पर दो दिवसीय कार्यक्रम में पद्मश्री डॉ. ए.मारठंडा पिल्लई, राष्ट्रीय संयोजक, आई.एम.ए. ने कहा कि जितना शांति एवं धैर्यतापूर्ण वातावरण होता है, कार्य उतना ही सरल और सहज हो जाता है।

उन्होंने कहा कि यहाँ का इतना सुंदर वातावरण हमें प्रेरित करता है कि हम भी अपने कार्य क्षेत्र को इस प्रकार बनाएं।



डॉक्टर्स के लिए आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए डॉ. पिल्लई। साथ में हैं ब्र.कु. आशा, डॉ. के.के. अग्रवाल तथा अन्य।

'जीवन में तनाव का कारण दूसरों से अधिक अपेक्षाएं रखना है। हमें चाहिए कि हम सदा दूसरों की मदद के लिए तैयार रहें। उन्होंने कहा कि चिकित्सा के क्षेत्र में आज हमने चाहे कितनी भी उन्नति क्यों न की हो, लेकिन हमारे वेदों में औषधियों का जो ज्ञान दिया गया है, उसका आज भी मुकाबला नहीं है' - सुप्रसिद्ध हृदयरोग विशेषज्ञ एवं हार्ट केयर फाउण्डेशन के अध्यक्ष डॉ. के.के. अग्रवाल।

'जीवन में सबसे बड़ी पैथी सिमैथी है। जितना हमारे अंदर रहम और करुणा होगी, उतना ही हम निःस्वार्थ सेवा कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि असली लीडर वही है जो सबको साथ लेकर चलता है। वो कभी किसी को रिजेक्ट नहीं करता, क्योंकि हरेक के अंदर कोई न कोई गुण अवश्य है - ओ.आर.सी. की निदेशिका ब्र.कु. आशा। इस अवसर पर 200 से भी अधिक डॉक्टर्स मौजूद रहे।

## अहंकार से मुक्त होने के लिए...

पत्नी घर के काम में व्यस्त है, पति बाहर से आता है, दरवाजे पर आकर डोर बेल का बटन दबाता है। लेकिन डोर बेल खराब होने के कारण उसकी आवाज़ पत्नी को सुनाई नहीं पड़ती। पति ज़ोर से आवाज़ कर कहता है 'मैं' हूँ! मैं कौन? - पत्नी को स्पष्ट आवाज़ न सुनाई देने के कारण वो पूछती है। पति का क्रोध आसमान पर पहुँच जाता है और



- ब्र. कु. गंगाधर

कहता है : 'पहले दरवाज़ा खोल, फिर मैं बताता हूँ कि 'मैं' कौन हूँ ! पत्नी भयभीत हो जाती है और दौड़ती-दौड़ती आकर दरवाज़ा खोलती है। पति सटाक कर एक थपड़ उसके गाल पर मारता है, और कहता है 'अब तुझे समझ आ गया 'मैं' कौन हूँ? 'कौन' कहते तुझे शर्म नहीं आई? ' पत्नी शान्त रहती है, परिस्थिति बिगड़

न जाये इसलिये।

स्वयं के अहंकार की गठरी सिर पर रख कर घूमने वाले पति-पत्नियों की दुनिया में कोई कमी नहीं। सिर्फ पति-पत्नी ही क्यूँ, मित्र, सगे-सम्बन्धी, दफ्तरों में उच्च अधिकारी आदि ऐसे ही अहंकार से पीड़ित रहते हैं। स्वयं के महत्त्व को स्थापित करने, सम्मानित होने के लिए मनुष्य स्वयं के 'मैं' यानि कि अहंकार को खिला-पिलाकर पुष्ट करते हैं।

यदि मनुष्य अन्दर से खाली, तो उसका अहंकार बहुत बड़ा। 'योगवशिष्ट' के अनुसार 'लोग मेरे गुणों को जानें, मेरी स्तुति करें, ऐसी इच्छा अहंकारियों को रहती है। जिसका मन समृद्ध हो, श्रेष्ठ विचारों से सम्पन्न हो, उसे ऐसा अहंकार नहीं होता'। हम ऐसा मानकर चलते हैं कि कुछ विशेष काम मैं ही कर सकता हूँ, दूसरा कोई कर नहीं सकता, ऐसे झूठे ख्याल मनुष्य के अहंकार को प्रोत्साहित करते हैं।

अपनी इस पृथ्वी से भी विशाल अनेक ग्रह आकाश में होते हैं। ऐसे महासागर के एक छोटे से बिन्दू जैसे हम, फिर अहंकार क्यूँ!

एक धनवान सेठ एक संत को अपने भव्य बंगले में खाना खिलाने के लिए आमंत्रित करता है। खाने के लिए सोने के बर्तन आदि तैयार रखता है।

संत जैसे ही वहाँ पहुँचे, सेठ ने कहा : 'खाना तैयार ही है, लेकिन मेरे बंगले जैसा बंगला आपने भाग्य से ही देखा होगा, देखिये, ये पच्चीस लाख रुपये की कारपेट मैंने स्वीटज़रलैण्ड से मंगवायी है, ये फर्नीचर एक करोड़ रुपये का है, मेरे बेडरूम की चादर भी बहुत महंगी है, सिर्फ टॉयलेट और बाथरूम को सजाने में मैंने दस लाख रुपये खर्च किये, और यह मेरा कॉन्फ्रेंस रूम, बड़े-बड़े संतों और नेताओं की तस्वीरें मैंने जड़ कर लगाई हैं। आखिर में मैं देश प्रेमी आदमी हूँ न! मेरी यह बहुत महंगी एकजीक्युटिव चेरर के पीछे के भाग में मैंने विश्व का मैप लटका के रखा है'।

संत मीठे मधुर स्मित से मुस्कराये, इसलिए सेठ खुश हो गया। उन्होंने सेठ से पूछा, 'ओ सेठ जी! यह विश्व का नक्सा है ना, उसमें 'भारत' कहाँ है, वो मुझे बताएंगे?'

सेठ ने महा-मुसीबत से नक्से में से भारत को ढूँढ निकाला। संत ने कहा: 'अब भारत में आपका राज्य कहाँ है, बताइये'। सेठ ने बहुत ढूँढने के बाद राज्य को ढूँढ निकाला। संत ने कहा : 'वाह ! सुन्दर, अब मुझे आपका छोटा सा शहर बताइये और उस शहर में आपके घर को दिखाइये'।

सेठ ने कहा : 'अरे महाराज! मेरा छोटा सा शहर और मेरा घर इस नक्से में हो सकता है क्या!'

संत ने कहा : 'यही बात तो आपको मुझे समझानी है कि धन, सम्पत्ति, सत्ता, आदि के कारण आप स्वयं को बड़ा मानते हैं, लेकिन इस ब्रह्माण्ड में, इस विश्व में अपना स्थान कितना! मुझे प्रभावित करने के लिए आप ऐसी धन-सम्पत्ति सूचक चीजों की बहुत प्रशंसा कर रहे हैं। इन सब के पीछे आपका अहंकार काम कर रहा था। बाकि तो सोने चाँदी के बर्तनों में खाने का शौक हम जैसे संतों को अखरता है। इसलिए जिस दिन आप सादे भोजन पात्र में खिलाएंगे, तब मैं भोजन करने आऊंगा।' 'ज्ञान सूत्र' के सूत्र 201 के एक प्रसंग के बारे में मैं यहाँ बताता हूँ - सेठ उत्सुकतापूर्वक सुनने के लिए बैठा तो संत ने कहा: 'भारत के प्रथम राष्ट्रपति डॉ. राजेन्द्र प्रसाद बहुत अध्यात्मिक व्यक्ति थे। एक बार वे राष्ट्रपति भवन में पूजा कर रहे थे, उसी दौरान एक विदेशी मित्र उनसे मिलने के लिए पहुँचा'। राष्ट्रपति के सचिव ने उनके आने का कारण

- शेष पेज 8 पर

## शुद्ध हृदय वाले ही भगवान की बातों को अच्छी तरह से समझ सकते हैं

शान्ति कितनी अच्छी लगती है, कितने लोग बैठे हैं परंतु लगता है शान्त में बैठे हैं। आवाज़ से परे हैं, वैकुण्ठ में जाना है, उसके पहले घर जाना है। घर भी यहाँ से सीधा नहीं जा सकते हैं, इसके लिए बाबा ने यज्ञ रचा है। बाबा हम बच्चों का संगठन देख बहुत खुश होता है। यह पढ़ाई है ना, 80 साल हो गये, अभी तक मैं स्टूडेंट हूँ। स्टूडेंट लाइफ अच्छी लगती है, स्टूडेंट लाइफ है परंतु न कोई पोथी है न पुस्तक। साकार बाबा ने कभी माइक पर बात नहीं की, फिर भी ऐसी बातें सुनाई जो आज इतनी रचना को देखकर के बहुत खुशी हो रही है।

हमारी ऐसी लाइफ है जो 21 जन्म की राजाई के लिए पढ़ रहे हैं, 21 जन्म राजाई होगी। अभी स्वराज्य अधिकारी माना स्व पर राज्य है, और किसी के ऊपर नहीं है क्योंकि ज्ञान योग धारणा सेवा, यह चारो नम्बरवार हैं। पहले ज्ञान मिला, किसका ज्ञान? मैं कौन हूँ, मेरा कौन है? पहले यह ज्ञान मिला है, आज दिन तक इसी को यूज करते हैं ना। मैं कौन हूँ, तो अंदर यहाँ अच्छा लगता है और बाबा की दृष्टि से सुख मिलता इलाही है। जो परमात्मा बाप सुख दे सकता है ऐसा सुख कोई देवता भी नहीं दे सकता है। हरेक देखे कोई सब्जेक्ट में मार्क्स कम न हो। ज्ञान माना ही है मैं कौन! मेरा कौन! देह, देह के सम्बन्ध से दुनिया में हैं लेकिन बुद्धियोग से हम 5 तत्वों से पार रहते हैं। 5 तत्व भी नम्बरवार बताते हैं- आकाश, वायु, अग्नि, जल,

पृथ्वी। तो यह शरीर 5 तत्वों का बना हुआ है। फिर अभी योग से पवित्रता, सत्यता, धैर्यता, नम्रता, मधुरता यह पाँचों विशेषतायें हमारे में एक्यूरेट हों। इम्युरिटी का अंश न हो। जब पवित्रता है तो सत्यता अपने आप आ जाती है, परमात्मा सत्य है, उसकी सत्यता पर हमारा अधिकार है। जिसका हृदय शुद्ध है वो भगवान के शब्दों को अच्छी तरह से समझ सकते हैं। कैसा भी शरीर हो, कहाँ पर भी रहता हो परन्तु कभी भी बाबा की याद के सिवाए और कोई की याद ना आये। ज़रूरत ही नहीं है क्योंकि देह से न्यारे, परमात्मा के प्यारे, आप भी हैं, यह मिलन मना रहे हैं। बड़ा अच्छा मिलन है। मैं समझती हूँ कई इसी अनुभव के आधार से बाबा का बनकर रहे हैं। जिसको यह अनुभव नहीं होता है उनकी बुद्धि बाहर भटकती है। यहाँ टिक नहीं सकती है।

मैं भी साक्षी हो करके देख रही हूँ, इतने साल हो गये, कैसे चल रहा है, यह लंगर दिन रात चलता रहता है, चाहे भण्डारे में भोजन की बात हो या ज्ञान योग की बात हो। बाबा की कमाल है! ऐसे हरेक महसूस करते हैं कि बाबा हमको जैसे कि प्रेर रहा है। बाबा को क्या चाहिए, शान्ति से काम लेने वाले बच्चे चाहिए। तो किसी को ज्ञान अच्छा तभी लगेगा जब योग अच्छा लगेगा। ज्ञान यहाँ सुनेंगे, ऐसे नहीं एक कान से सुनेंगे दूसरे से निकाल देंगे। जब सुनते हैं तो किसके महावाक्य सुन रहे हैं? कौन बोल रहा है?

बाबा बहुत मीठा है, तुम्हीं से सुनती रहूँ, फिर देखती हूँ उसके देखने में जैसे जादू है। कहाँ बुद्धि को जाने नहीं देते, बाबा



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

कहता है कहाँ भी बुद्धि इधर-उधर न भटके। यह सेवा हम सभी मिल करके करेंगे। मुख्य बात है जहाँ तहाँ देखो सफाई बहुत अच्छी है। यहाँ इतने आने जाने वाले होते हैं, इतनों का खाना बनता है, फिर भी भण्डारा ऐसा साफ हो गया। ये जो सेवा में भावना है, यज्ञ सेवा है, इसलिए थकावट नहीं होती है। जैसे बाबा अथक बनने का वरदान देता है। यह यज्ञ सेवा वन्दरफुल है। भक्तिमार्ग के यज्ञ ज्यादा से ज्यादा 8-10 दिल चलेंगे, वह तो विघ्नों को हटाने के उद्देश्य से करते हैं। शिव भोला भगवान ने यज्ञ रचा है तो यज्ञ का खाते हैं। कोई भी कमी नहीं है। इस यज्ञ में जो भी वस्तु है वो सब वैल्यूबल है।

हम एक के नाम से एकानामी से चलते हैं। बाबा करा रहा है इसलिए अच्छा ही हुआ है और अच्छा ही होगा, यह अंदर विश्वास वाली भावना है। मुझे किसी ने कहा तुम रिटायर नहीं होगी? कई हैं पहले जाँब करते थे, अभी रिटायर्ड हैं, पेंशन मिलती है। हम टायर्ड भी नहीं हैं तो रिटायर्ड भी नहीं। तो यह जो जीवन यात्रा है सदा खुश रहने की है।

## स्वयं को आत्मा समझ कर्म करो और न्यारे हो जाओ



दादी हृदयमोहिनी अति. मुख्य प्रशासिका

मैं आत्मा हूँ, इस शरीर की मालिक हूँ जब चाहूँ तब इस शरीर में प्रवेश करूँ, इसीलिए यह अभ्यास करना है कि मैं आत्मा इस शरीर से न्यारी हूँ, कर्मन्द्रियाँ अलग हैं और आत्मा अलग है। जैसे कर्मन्द्रियाँ हैं वैसे यह जो कर्मन्द्रियों के मालिक मैं आत्मा हूँ यह स्मृति में रखना है। मैं आत्मा इसका मालिक हूँ। शरीर मेरा है लेकिन मैं शरीर की मालिक हूँ। जब चाहूँ जैसे चाहूँ वैसे शरीर को चलाने वाली, तो आत्मा और शरीर यह दो चीज़ें अलग हैं, मैं आत्मा परमधाम निवासी ज्योति स्वरूप हूँ। जब चाहूँ तब इस शरीर में प्रवेश होती हूँ। जब चाहूँ तभी इस शरीर को छोड़के परमधाम में जा सकती हूँ और जाती हूँ, यह अभ्यास हमें शरीर में रहते हुए बीच-बीच में करना है, ताकि शरीर में होते हुए भी शरीर के भान से अलग, शरीर के भान में नहीं रहो। शरीर के भान में रहने से मैं कौन हूँ, वास्तव में यह भूल जायेगा इसलिए मैं आत्मा हूँ और इस शरीर में प्रवेश करती हूँ यह सिखाने के लिये बाबा हमको यह पाठ पढ़ा रहा है कि मैं आत्मा अलग हूँ, जब चाहूँ तब इस शरीर में आऊँ, जब नहीं चाहूँ तो इस शरीर से अलग आत्मा रूप में रहूँ। तो अभी हम जो योग में बैठे हैं तो आत्मा रूप में सब

शरीर के भान से अलग होके मैं आत्मा हूँ, इस स्मृति में बैठें। इससे यह प्रैक्टिस हो जायेगी कि शरीर अलग है और मैं आत्मा अलग हूँ। मैं आत्मा जब शरीर में प्रवेश होती हूँ तो उसका रूप बोलने चलने वाला बनता है। जब तक आत्मा नहीं आई शरीर में तब तक वो बोल या चल नहीं सकती है। तो अभी हम यह अभ्यास करते हैं कि मैं आत्मा शरीरधारी हूँ, शरीर धारण किया है तो शरीरधारी हूँ इसलिए शरीर द्वारा सुन भी सकती हूँ, बोल भी सकती हूँ, चल भी सकती हूँ। आत्मा के प्रवेश होने से शरीर में यह शक्ति आती है, नहीं तो इन सबसे न्यारी अलग है तो न्यारी है। शरीर में आती है तो बोलती भी है चलती भी है, यह भी अभ्यास हम लोग करते ही रहते हैं। पहले चुप रहते हैं अब फिर जब बोलने के लिये प्रवेश होते हैं तो फिर बोल सकते हैं। जितना समय बोलने चाहें, क्योंकि यह कर्मन्द्रियाँ जो हैं, यह बोलने चलने कर्म करने वाली हैं, लेकिन जब शरीर का साथ लेंगी, तभी बोल सकती हैं या कुछ भी कर सकती हैं। तो हम आत्मा इन कर्मन्द्रियों के आधार पर जब प्रवेश होते हैं, आत्मा कर्मन्द्रियों के आधार पर बोलती भी है, चलती भी है, सब कुछ करती है। बाकी आत्मा के रहने का स्थान जो है वो शान्त है। दोनों के सहयोग से ही कर्म कर सकते हैं। आत्मा प्रवेश होती है शरीर में और शरीर अलग पाँच

तत्व का बनता है, तभी हम आत्मा प्रवेश हुई हैं। तो हम कौन और कैसे आती हैं शरीर में? शरीर में आने के बाद ही उनमें बोलने की, सुनने की शक्ति आती है। मुख है बोलने के लिए। कान हैं सुनने के लिए। हर कर्मन्द्रिय का कार्य अपना है। तो हर कार्य करते यह भूल नहीं जायें कि मैं कौन हूँ। तो जब चाहें तब प्रवेश होके बोलें, जब चाहें तब साइलेंस में रहें, यह दोनों ही अनुभव अपने-अपने होते रहते हैं।

2) आजकल के समय के अनुसार बाबा हमें इशारा देते हैं कि अभी जो समय चल रहा है इसमें हरेक आत्मा को अपनी धारणाओं के ऊपर, अपने कर्मों के ऊपर अटेन्शन ज्यादा देना है। भले चारो ओर कितना भी टेन्शन हो लेकिन हमें अपने आप पर पूरा-पूरा अटेन्शन देना है क्योंकि बाबा मुरली में हमें रोज़ कोई न कोई बात के ऊपर अटेन्शन दिलाता है। तो हरेक को अपनी धारणाओं के ऊपर इतना अटेन्शन देना है, जो थोड़े टाइम में बहुत कुछ अपना बना सकें। हमने देखा, हरेक का अपने जीवन के ऊपर अटेन्शन है और अटेन्शन देने से हरेक की अवस्था भी बहुत अच्छी बेफ़िक्र बनती जा रही है क्योंकि समय अभी ऐसा है जो अपने ऊपर स्वयं अटेन्शन देना है, तो अटेन्शन देने से हमेशा अपने जीवन का जो लक्ष्य है वो बहुत स्पष्ट दिखाई देगा।



# ईश्वर प्राप्ति की लालसा सबमें देखने को मिली

राजयोगी ब्रह्माकुमार आत्मप्रकाश का ईश्वरीय सेवा के निमित्त अमेरिका, कनाडा सहित सेन्ट्रल अमेरिका के नौ देशों में जाना हुआ। यात्रा के दौरान कई कार्यक्रमों का आयोजन हुआ जहाँ वे वहाँ के लोगों से रूबरू हुए और उनके मन में उठे आध्यात्मिकता से जुड़े प्रश्नों के उत्तर दिये, जिसके कुछ अंश यहाँ प्रस्तुत हैं...

शिकागो (अमेरिका) में एक नामीग्रामी कम्पनी के अधिकारी ने पूछा कि -

**प्रश्न :** मेरे में बहुत कमियाँ और बुरी आदतें हैं, इसके बावजूद मैं आकर्षक व्यक्तित्व बनना चाहता हूँ। आध्यात्मिकता का इसमें क्या योगदान हो सकता है?

**उत्तर:** रियलाइजेशन के बाद ही परिवर्तन हो सकता है। लेकिन किसी भी कमी को मिटाने

हैं। विजय का जज्बा आ जाता है और निराशा के बादल छट जाते हैं।

न्यूयार्क (अमेरिका) में अथेड उम्र के व्यक्ति ने पूछा कि -

**प्रश्न :** आजकल यह मान्यता है कि सकारात्मक तनाव, जीवन में आगे बढ़ने की प्रेरणा देता है, इसमें आपका दिल क्या कहता है?

**उत्तर:** देखिये, तनाव तो तनाव ही है, रोग तो रोग ही है। ऐसे नहीं कह सकते कि 100 डिग्री बुखार चलेगा, 102 डिग्री हो तो दवाई लेना। वास्तव में सकारात्मक तनाव जैसी कोई चीज़ होती ही नहीं है। टेंशन से मुक्त होने के लिए हमें अटेन्शन की अति आवश्यकता है।

क्योटो इक्वेडोर में एक व्यापारी ने पूछा कि -

**प्रश्न :** प्राकृतिक आपदाओं के कारण हर समय अनिश्चितता का वातावरण बना रहता है, कृपया इससे निकलने का कोई उपाय बताएँ?

**उत्तर:** परिवर्तन प्रकृति का नियम है। कोई भी

करने की शक्ति है। राजयोग का अभ्यास इसमें काफी मददगार साबित हो सकता है। देह का भान है तो भय है, इसके विपरीत आत्मिक-भान भय से मुक्त करता है।

हेलिफॉक्स (कनाडा) में एक उद्योगपति ने पूछा कि -

**प्रश्न :** मेरे जीवन में सभी प्रकार की सम्पन्नता है, फिर भी स्थायी खुशी नहीं रहती। स्थायी खुशी रहने के लिए क्या करना आवश्यक है?

**उत्तर:** मनुष्य जीवन में खुशी अनुभव करने के लिए भौतिक साधनों का प्रयोग बहुत करता है, लेकिन देखा गया है, ज्यों-ज्यों साधन घर में बढ़ते जाते हैं, उतना ही खुशी का प्रतिशत दिन-प्रतिदिन घटने लगता है। इससे सिद्ध है कि साधनों के प्रयोग से स्थायी खुशी प्राप्त नहीं हो सकती! इसके लिए मूल्य आधारित जीवन जीने की अति आवश्यकता है। खुशी के लिए ऑब्जेक्ट की ज़रूरत नहीं है, बल्कि हमें अपने आपको बार-बार याद दिलाने की ज़रूरत है कि हम इन साधनों से बिल्कुल अलग हैं। इससे हमारी खुशी बढ़ जायेगी।

मांट्रियल (कनाडा) में एक युवा ने पूछा -

**प्रश्न :** क्या परमात्मा को याद करने के लिए गिरिजाघरों में जाना ज़रूरी है?

**उत्तर:** सर्वप्रथम यह जानने की ज़रूरत है कि ईश्वर से मेरा क्या सम्बन्ध है? वास्तव में परमात्मा मेरे जन्म-जन्मान्तर के अविनाशी पिता हैं तो फिर उन्हें कहीं भी याद किया जा सकता है। गिरिजाघर जाकर भी याद कर सकते हैं और घर को भी गिरिजाघर जैसा बनाया जा सकता है। बस भगवान को सच्चे मन से याद करना है। ईश्वर के समक्ष स्वयं को समर्पण करना ही उसकी सच्ची आराधना है।

कोस्टा रिका में एक शिक्षक ने पूछा कि -

**प्रश्न :** ब्रह्माकुमारीज़ में कौन-सी डिग्री प्रदान की जाती है? यह दूसरे विश्व विद्यालयों से कैसे भिन्न है?

**उत्तर:** यहाँ दुनिया की तरह उपाधियाँ नहीं दी जाती हैं, लेकिन जीवन को आदर्श बनाना, गुणी बनाना, चारित्रिक निर्माण आदि बातों पर विशेष ध्यान दिया जाता है। आधुनिक मनुष्य भौतिक शास्त्र, रसायन शास्त्र, जैव शास्त्र आदि पढ़ता है, लेकिन व्यवहार शास्त्र नहीं पढ़ता। राजयोग हमें व्यवहार कला सिखाता है। विद्यालय में भाषा-भेद, रंग-भेद, धर्म-भेद, जाति-भेद नहीं है, अपितु सभी के साथ समानता का व्यवहार किया जाता है, सभी के समग्र व्यक्तित्व का विकास किया जाता है। ●



अमेरिका-सैन फ्रांसिस्को। 'व्यक्तित्व विकास के लिए राजयोग' विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. आत्म प्रकाश, ब्र.कु. हेमा, ब्र.कु. एलिजाबेथ तथा अन्य।

के लिए और अच्छाई को धारण करने के लिए ज्ञान और योग अर्थात् शक्ति की ज़रूरत है। युक्ति और शक्ति से विकारों से मुक्ति और दिव्य गुणों की प्राप्ति सम्भव है। राजयोग के अभ्यास में ज्ञान-सूर्य परमात्मा के साथ बुद्धियोग जोड़ने से शक्तियाँ प्राप्त होती हैं।

टोरंटो (कनाडा) में एक खिलाड़ी ने पूछा कि -

**प्रश्न :** मैं बहुत अच्छा पहलवान हूँ, कुश्ती में प्रवीण हूँ, लेकिन मैदान में जाते ही हिम्मत हार जाता हूँ, जिसके कारण रियो-ओलम्पिक में मेरा चयन नहीं हो सका। तभी से मैं बहुत निराशा जीवन जी रहा हूँ, कृपया कोई उपाय बताएँ?

**उत्तर:** जय-पराजय जीवन के दो पहलू हैं। वास्तव में कोई भी हार स्थायी नहीं होती है। हर पराजय कोई पाठ पढ़ाने के लिए ही आती है। हार होने पर भी कभी हिम्मत नहीं हारनी है। शेर जब गुफा में सोया रहता है तो चूहा भी उसके ऊपर दौड़ता रहता है, लेकिन वही शेर जब जागृत अवस्था में होता है तो उसके पास फटकने की भी किसी की हिम्मत नहीं होती है। आप प्रातः उठकर अभ्यास करें कि - मैं विजयी आत्मा हूँ, विजय मेरा जन्म-सिद्ध अधिकार है...। दिन में कई बार इस स्वमान को दोहराने से आत्मा की सुषुप्त शक्तियाँ जागृत हो जाती

वस्तु सदैव एक जैसी नहीं रह सकती है। भूकम्प, बाढ़, सूखा आदि बाहर की बातें हैं लेकिन मेरी अवस्था अन्दर की चीज़ है। आज हमारी अन्दर की प्रकृति के तमोप्रधान होने के कारण उसका प्रभाव बाहर की प्रकृति पर भी पड़ रहा है। राजयोग का निरन्तर अभ्यास मेरे मन को शान्त करता है, मन शक्तिशाली बनता जाता है।

अल सल्वाडोर में एक गृहस्थी परिवार ने पूछा कि -

**प्रश्न :** गरीबी के कारण हमारे देश में चोरी-चकारी, लूटमार की घटनाएँ दिन-प्रतिदिन बढ़ती ही जा रही हैं, जिससे हम लोग भय से जीते हैं, कृपया भय से मुक्त होने का कोई रास्ता बताएँ?

**उत्तर:** देखिये चोरी की घटनाएँ हो रही हैं, उन पर मेरा कोई नियंत्रण नहीं है, लेकिन इन घटनाओं में घबराने के बजाय मुझे निर्भयता से इनका सामना करना है। मुझे ज़्यादा सतर्क रहने की आवश्यकता है। आध्यात्मिकता के प्रचार-प्रसार द्वारा यदि मन की निर्धनता को दूर कर दिया जाये तो लूटपाट की घटनाएँ कम होंगी। शुभकामनाओं में चोर के मन को भी परिवर्तन



मालिया हाटीना-गुज.। अलौकिक गणेश उत्सव आध्यात्मिक रहस्य कथा के उद्घाटन अवसर पर उपस्थित हैं तालुका प्रमुख जयदेव सिंह सिंधव, पी.एस.आई. कारगिया साहेब, अग्रणी सामाजिक कार्यकारी महेन्द्र गांधी, ब्र.कु. रूपा, ब्र.कु. मीता तथा अन्य।



विजयवाड़ा-आ.प्र.। आर्ट ऑफ लिविंग फाउण्डेशन के संस्थापक श्री श्री रविशंकर जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शांता। साथ हैं ब्र.कु. पद्मजा तथा ब्र.कु. राधा।



मुम्बई-विले पार्ले। विश्व की सबसे छोटी राखी ब्र.कु. दीपक हरके को बांधते हुए ओलम्पिक पदक विजेता साक्षी मलिक।



ग्वालियर-म.प्र.। कलेक्टर डॉ. संजय गोयल को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में कलेक्टर तथा उनके परिवार के साथ ब्र.कु. राधा तथा अन्य ब्र.कु. बहन व भाई।



इंदौर। न्यायविद एवं विधिवेत्ताओं के कार्यक्रम में अपने विचार व्यक्त करते हुए न्यायमूर्ति वी. ईश्वरैय्या। मंचासीन हैं हाई कोर्ट बार एसोसिएशन के अध्यक्ष पी.के. शुक्ला, ब्र.कु. पुष्पा, हाई कोर्ट के पूर्व चीफ जस्टिस रमेश गर्ग, ब्र.कु. शारदा, ब्र.कु. हेमलता तथा जिला कोर्ट बार एसोसिएशन के अध्यक्ष सुरेन्द्र वर्मा।



जबलपुर-कटंगा कॉलोनी। हाई कोर्ट के चीफ जस्टिस राजेन्द्र मेनन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. विमला।



इंदौर-अग्रवाल नगर। विधायक महेन्द्र हरदिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सावित्री।





**वर्धा-महा.**। सांसद रामदास तडस को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. ममता।



**सी.बी.डी. वेलापुर-महा.**। महानगर पालिका के कमिश्नर तुकाराम मुंडे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शिला। साथ हैं ब्र.कु. शुभांगी।



**भरूच-झाडेश्वर(गुज.)**। जिला कलेक्टर संदीप जे. सागले को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शिल्पी।



**अमरावती-महा.**। श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के अवसर पर कार्यक्रम के दौरान उपस्थित हैं महानगर पालिका आयुक्त हेमंत पवार, महानगर पालिका महापौर श्रीमती रीना नंदा, म.पा. स्थायी समिति सभापति अविनाश मार्डीकर, नगरसेवक प्रदीप हिवसे, ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. सीता, ब्र.कु. इन्द्रा, ब्र.कु. शिरभाते तथा अन्य।



**खुर्सीपार-भिलाई**। नगर निगम सभापति को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. नेहा।



**तासगांव-महा.**। महाराष्ट्र राज्य जिला परिषद लिपिकवर्गीय कर्मचारी संघटना के कार्यक्रम में 'तनाव प्रबंधन एवं राजयोग' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. डॉ. वैशाली। मंचासीन हैं सागर माळी, अध्यक्ष, संघटना तथा अन्य।

## कम से कम 5 मिनट निकालें खुद के लिए...

गतांक से आगे...

**प्रश्न:-** चेक करें कि हमारा अपने आपसे रिश्ता कहाँ तक है। जो बातें दूसरों के साथ, लोगों में दूढ़ रहे होते हैं, अपने साथ तो हमने उसे कायम ही नहीं किया!

**उत्तर:-** जब तक अपने साथ रिश्ता कायम नहीं करेंगे, तब तक हम बाहर कुछ नहीं पा सकते हैं। हम जब तक स्वयं से प्यार नहीं करेंगे तब तक हम दूसरों को प्यार नहीं दे सकेंगे। क्योंकि जब तक दिल में प्यार नहीं होगा तब तक हम दूसरों को प्यार नहीं दे सकेंगे। स्वयं से प्यार करने का मतलब कि मुझे क्या स्मृति है कि आई एम लवफुल बीइंग, देयर इज़ एनर्जी ऑफ लव, तो यही ऊर्जा प्रवाहित होती है। जब तक हमारे दिल में दर्द है, तब तक मैं दूसरों को प्यार नहीं दे सकती हूँ। यदि मैं ऐसा करती हूँ तो स्वयं के साथ चीटिंग तो करती ही हूँ और दूसरों के साथ भी करती हूँ। और मैं कहती हूँ कि आई रियली लव यू।

**प्रश्न:-** मैं कहती हूँ कि मैं अपने आपको भुलाकर ये काम करती हूँ।

**उत्तर:-** अपने लिए करना, यही तो बिलीफ सिस्टम बना लिया है, यह स्वार्थ है। दूसरों के लिए करना ये प्यार है। दूसरों के लिए करना प्यार है लेकिन वो होगा नहीं।

**प्रश्न:-** वो हो ही नहीं रहा है! तभी तो हमारे रिश्तों में कितना कुछ करने के बाद, थॉट्स भी देने के बाद लोग कहते हैं कि हाँ, मैं समझ चुका हूँ कि थॉट पर काम होता है। मैं उनको बहुत अच्छे पॉज़ीटिव थॉट देता हूँ, अगर मैं अपने अंदर ही पॉज़ीटिव नहीं हूँ तो।

**उत्तर:-** बहुत सारे लोग कहते हैं कि हाँ, मुझे समझ में आ गया है कि जो रिश्ते हमारे थोड़े से ऊपर-नीचे हैं, हमें बैठकर उनको शुभ भावना देनी है। जबकि खुद की स्थिति शुभ भावना देने की ही नहीं है।

**प्रश्न:-** वो अपने आप चली जाती है। हम तनाव में बैठकर दूसरों को शुभ भावना भेजते हैं।

**उत्तर:-** हाँ, यू आर ए लवफुल बीइंग, यू आर ए प्योर बीइंग, यू आर ए पीसफुल बीइंग, ये भेजने की चीज़ नहीं है। वायब्रेशन्स हैं जो मन में है, वह आप चाहो या न चाहो वह पूरे वातावरण में फैलता ही रहता है। राजयोग टीचर कहते हैं कि रिश्तों में कुछ मेहनत नहीं है, आप सिर्फ अपने आपकी संभाल करो, तो आप देखेंगे कि हर कोई आपकी संभाल करने लगेगा। उसके लिए हर रोज थोड़ा समय अपने लिए निकालें। सुबह का समय अपने आपके साथ पाँच या दस मिनट जरूर बैठें। यदि आप देर से भी उठे हो तो आप यह नहीं सोचें कि देर हो गयी है, वो देर अधिकतर हर दिन के बाद होती ही रहती है। लेकिन जैसे भले देर हो जाये, फिर भी फटाफट तैयार तो होते हैं, फटाफट नाश्ता तो करते हैं, ठीक इसी तरह ये समय भी उस समय के लिए निश्चित करना है। आप अपने रूटीन में पाँच मिनट का समय अपने लिए निश्चित कर लें जिससे कि अगले समय पर आपके ऊपर उसका प्रभाव न पड़े।

ये मुझे अपने आपको प्रेरणादायक करना पड़ेगा, इसे आप पाँच मिनट के समय से प्रारंभ कर सकते हैं। उस पाँच मिनट में आप अपने मन की थोड़ी सी प्रोग्रामिंग कर लें, अपने थॉट्स को क्रियेट करें। सारा दिन में देखना मुश्किल लग रहा है ना अवेयरनेस नहीं आ रही है। दिन की शुरुआत अच्छे थॉट से होनी चाहिए कि मैं शक्ति स्वरूप आत्मा हूँ, आज जो भी परिस्थितियाँ आयेंगी वो मेरे कंट्रोल में रहेंगी। आज का दिन मैं धैर्य और प्यार का अनुभव करना चाहता हूँ, आज चाहे कुछ भी हो जाये मैं हेरीटेड नहीं होऊँगी। आप इस थॉट के साथ अपने कार्य पर जायें। हम बार-बार यही याद रख रहे हैं, हम ह्यूमन इइंग्स नहीं बल्कि ह्यूमन बीइंग्स हैं।

देखो आप कितनी भी डायरी पर योजना बना लो कि आज ये करेंगे...आज ये करेंगे...आज ये करेंगे...अगर आपका मूड किसी चीज़ से खराब हो गया है तो आपका पूरा रूटीन ही बदल जायेगा। और अगर करोगे भी तो एट टू नाईन, नाईन टू टेन, टेन टू इलेवन, लेकिन वो मूड तो हर घंटे के ऊपर बहुत ही प्रभाव डालता है। और फिर वो पूरी मीटिंग्स, डिस्कशन जैसी होनी चाहिए थी वैसी नहीं होती है। क्योंकि आई वाज़ टैकिंग केयर वाट आई हैव टू डू। लेट्स स्टार्ट टैकिंग केयर हाऊ टू बी। बीइंग पार्ट की भी एक डायरी है, डायरी नहीं तो एक आन्तरिक डायरी तो लिखना शुरू करें और हर रोज कम से कम एक चीज़ अपने लिए निश्चित कर लें, क्योंकि वैल्यूज ऐसी चीज़ है, एक से सारे जुड़े होते हैं। आप एक चीज़ तय कर लो, आज चाहे कुछ भी हो जाये मैं हेरीटेड नहीं होऊँगी, आज मैं स्थिर रहूँगी। अब सुबह में आपने तय कर लिया, अपने आपको विजुअलाइज कर लो ये करते हुए, देख लो सारा दिन ड्राइवर के साथ, ऑफिस में, क्रियेट दैट सीन, दिस इज़ प्रोग्रामिंग फोर द माइंड, फिट कर दिया। अब आप निकले सारा दिन के लिए तो कई बार सुबह की बात थोड़ी सी भूल जाती है, तो फिर हर एक घंटे के बाद एक मिनट का ब्रेक लें। हर घंटे में एक मिनट अपने लिए निकालें। इसको हम भले बहुत बार सुन चुके हैं, बहुत बार बोल चुके हैं लेकिन अगर अभी तक नहीं करना शुरू किया है आपने। अब आप देखो हमने जो पिछली बार डिस्कस किया उसके बाद से आपने अलार्म लगाना शुरू किया, उसके पहले हमने कितनी बार डिस्कस किया, लेकिन जब तक अलार्म लगाना शुरू नहीं किया था तो वो नहीं होता है। हम सोचें हाँ, ठीक है हम कर लेंगे। वो नहीं होगा। - क्रमशः

## स्वास्थ्य

### कैंसर को करता कंट्रोल 'कटहल'



“

कटहल में प्रोटीन्स, विटामिन्स, कार्बोहाइड्रेट्स, कैल्शियम, राइबोफ्लेविन, आयरन, फाइबर का भंडार होता है। साथ ही इसके बीजों में थाइमीन और जिंक होता है। इसमें फैट और कैलोरी की मात्रा कम होती है जिससे वज़न कम करने में मदद मिलती है। सब्जी के तौर पर इस्तेमाल होने वाले कटहल से अचार, पकौड़ी और पापड़ भी बनाए जाते हैं।”

- कटहल की जड़ अस्थमा रोगियों के लिए अच्छी होती है। जड़ को पानी में उबालकर काढ़ा बना लें और एक तिहाई होने पर पीएं, आराम मिलेगा। इसमें कैंसर से लड़ने के गुण भी हैं। इसके लिए इसकी 4-5 पत्तियों को एक गिलास पानी में उबालकर काढ़ा बना लें। दिन में दो बार पीना कैंसर की कोशिकाओं के विकास को रोकता है।
- पके हुए कटहल के गूदे को अच्छे से मैश कर लें। इसके बाद इसे पानी में उबालकर ठंडा कर पीने से शरीर को एनर्जी मिलती है। यह मिश्रण टॉनिक का काम भी करता है।
- कटहल के छिलके से निकले दूध को गांठनुमा सूजन, कटी-फटी त्वचा और घाव पर लगाने से लाभ होता है।
- कटहल की कोपलों को कूटकर गोली बना लें। इन्हें दिन में तकलीफ बढ़ने पर चूसने से गले से जुड़ी दिक्कतों में फायदा होता है।
- कटहल की 5-6 पत्तियों को कूटकर रस निकाल लें। इसे पीने से डायबिटीज़ और हाई ब्लड प्रेशर के मरीजों को लाभ होता है।
- कब्ज रोग से परेशान व्यक्ति कटहल को सब्जी के रूप में खा सकते हैं। कटहल की जड़ के एक चम्मच चूर्ण को त्वचा संबंधी रोगों में प्रयोग कर सकते हैं।
- कटहल की पत्तियों की राख बना लें। एक चौथाई की मात्रा एक चम्मच शहद या एक कप ठंडे दूध के साथ पीएं। अल्सर में आराम मिलेगा।

- डॉ. पीयूष त्रिवेदी



# पहचाने मन की अद्भुत शक्ति को

**मन की अद्भुत शक्ति, उससे होने वाले चमत्कार को हम अपने अपने स्तर पर समझते हैं, लेकिन कुछ चीज़ें स्वयं सिद्ध होती हैं, उन्हें सिद्ध करने की आवश्यकता नहीं होती। अब हम जानेंगे मन के दो स्तरों के बारे में...**

सबसे पहले तो आप जाने कि हर विचार एक कारण है, तो हर परिस्थिति एक परिणाम है। इन्हीं कारणों से आप दुःखी व सुखी होते हैं। मन के दो स्तरों में पहला स्तर चेतन मन तथा दूसरा स्तर अवचेतन मन का है, इसको और अधिक स्पष्ट करने के लिए हम आपको यह भी बताना चाहेंगे कि ज़्यादातर वैज्ञानिक, मनोवैज्ञानिक इसे ब्रेन के साथ या ब्रेन को दो स्तरों के साथ जोड़कर देखते हैं, इसलिए इसमें आपको तंग नहीं होना है। बस यह जानना है कि मन ही है, उन्होंने उसे ब्रेन कहा, जानकारी के अभाव में। चेतन मन को कॉन्शियस माइंड भी कहते हैं, जो तार्किक, यथार्थवादी या रीयल होता है। इसका सम्बन्ध बाह्य वस्तुओं से, या उससे होता है, जिसे हम इन पाँचों कर्मेन्द्रियों से देख, सुन व छू सकते हैं। इसमें हम आपको एक शब्द में बतायें तो कह सकते हैं कि यह अनुभव और शिक्षा से ही प्रायः



सीखता है। प्रायः पुरुषों को इस भाव में ज़्यादा देखा जाता है। वहीं अवचेतन मन, जिसे हम अनकॉन्शियस माइंड भी कहते हैं। यह अतार्किक होता है, अर्थात् इसमें कोई भी तर्क काम नहीं करता है। उदाहरण के लिए छोटा बच्चा, उसे कोई भी एक चीज़ दो, उसे वो बिना सोचे ले लेगा। वहीं उससे यदि आप उस चीज़ को छुड़ाना

चाहो, जो पहले आपने उसे दिया है, तो वह, बिना सोचे पहली चीज़ को छोड़ दूसरी पकड़ लेगा। अर्थात् यह एक छोटा बच्चा है, वह चीज़ को वैसे ही स्वीकार करता है, जैसी वो चीज़ है। यदि एक वाक्य में कहें तो यह तर्क, तुलना या विरोध नहीं करता, न ही सोच सकता है।

यह सिर्फ चेतन मन द्वारा छोड़ी गई आदतों पर प्रतिक्रिया करता है। उसे जो दिया जाता है, उसे वह वैसे ही ले लेता है। चेतन मन द्वारा किए गए विचारों को अवचेतन मन ले लेता है। अवचेतन मन, विचारों अर्थात् चेतन मन द्वारा उत्पन्न बातों पर परिस्थितियाँ बनाता है। इसलिए हमें और आपको हम यह भी बताना चाहेंगे कि, यदि आपने मज़ाक में भी यह कहा कि मुझे

कुछ नहीं आता, तो वह बात को वैसे ही ले लेता है। जैसे मैं तो पागल हूँ, मूर्ख हूँ, मुझे कुछ नहीं आता है आदि-आदि। इसी को हम अंतर्मन भी कहते हैं। आपके जितने भी शारीरिक फंक्शन कार्य करते हैं, सब अवचेतन मन की ही तो हैं जो उसने पहले ही ली हैं, उसी अनुरूप सांस लेता है, आगे बढ़ता है, क्रियाएं आदि करता है।

एक बात हमें आज गांठ बांध लेनी है कि अवचेतन मन शक्तिशाली नहीं होता है। हमारा चेतन मन शक्तिशाली होता है। एक गार्ड है चेतन मन- जिसे चाहे अन्दर जाने दे, जिसे चाहे निकाल फेंके।

यह भी बात सच है कि दूसरों की बातों व सुझावों में हमें नुकसान पहुँचाने की थोड़ी भी ताकत नहीं है। एकमात्र शक्ति हमारे विचारों में है, हम अपने विचारों से ही दुखी व अशान्त हैं। आज आप जो हैं, जिसे आपने देखा, सुना व माना है; उसी के परिणामस्वरूप ही हैं। आपका चेतन मन ही तो कमज़ोर है। यदि उसे ठीक कर लें तो सब कुछ ठीक हो सकता है। बस आप मान के चलिये कि हम वो सभी कार्य कर सकते हैं, जो असम्भव हैं। अवचेतन मन यह नहीं देखता है कि आप क्या चाहते हैं? क्या नहीं चाहते। वो तो सिर्फ यह देखता है आप सोचते क्या हैं।



**रतलाम-म.प्र.**। राष्ट्रीय पत्रकार मोर्चा संगठन के अध्यक्ष राजेश शर्मा व महापौर सुनीता यार्दे शॉल व श्रीफल देकर ब्र.कु. सविता का सम्मान करते हुए।



**नवी मुम्बई-पनवेल**। बी.एस.एन.एल. ऑफिस में डी.जी.एम. को राखी बांधने के बाद ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. तारा।



**सैलाना-म.प्र.**। पुलिस कर्मियों को ईश्वरीय संदेश देने के बाद समूह चित्र में टी.आई. संजय पाठक, ब्र.कु. रजनी तथा पुलिसकर्मी।



**तासगांव-महा.**। स्वस्थ जीवन के लिए राजयोग कार्यक्रम में उपस्थित हैं कृष्णात पिंगले, उपविभागीय पुलिस अधिकारी, ब्र.कु. डॉ. वैशाली तथा अन्य।



**वारंगल-तेलंगाना**। रक्षाबंधन कार्यक्रम में राखी का आध्यात्मिक रहस्य समझाते हुए ब्र.कु. सविता। साथ हैं एन.नरेन्द्र, मेयर, वारंगल म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन, सूर्य प्रकाश रेड्डी, चीफ मैनेजर, बैंक ऑफ बड़ौदा, ब्र.कु. सुधाकर तथा अन्य।



**पुर्णा-परभणी**। रक्षाबंधन के कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में पुलिस निरीक्षक गाडेकर साहेब, प्रो. पाटील भाई, कांग्रेस की महिला राष्ट्रवादी नेता उज्ज्वला पाटील, ब्र.कु. प्रणिता तथा अन्य।

## ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-6

1				2		3			4
								5	
6	7					8			
9				10					
	11	12	13				14		15
			16				17		
	18			19	20				
21				22			23	24	
25				26	27	28			
				29					
						30			

**बनें विजेता :** पहेली के कॉलम को काटकर व पेपर पर चिपकाकर उसके साथ उसका जवाब लिखकर हमें इस मीडिया के पीछे लिखे हुए पते पर भेजें। एक वर्ष के भीतर पूछे गए सभी पहेलियों में जिसका सबसे ज्यादा सही जवाब होगा उन्हें विजाताओं के लिस्ट में शामिल किया जाएगा और वर्ष के अंत में उन्हें आकर्षक इनाम दिया जाएगा। इसलिए पहेली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहेली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

**पहेली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहेली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहेली का जवाब भेजें तो उस लिफाफे पर आप अपना भी पूरा पता अच्छी लिखावट में लिखें, अपना मोबाइल नम्बर और हो सके तो अपना ई.मेल आईडी भी लिखकर भेजें ताकि हमें पहेली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।**

### ऊपर से नीचे

1. ताकतवर, माया बड़ी... है (4)
2. देवताओं का राजा (2)
3. प्रमुख, मुख्य, मुखिया (3)
4. बाबा तुम बच्चों को अभी ज़िम्मेवारी के समय जमा की गई .... देते हैं, धीरज, ढ़ाढ़स (3)
5. साथी, हमसफर (4)
7. हाव-भाव, नाज़-अदा (3)
10. अधिक, ज़्यादा (2)
12. परेशानी, मुसीबत, समस्या पात (2)
13. कमल, पंकज, जलज (3)
14. प्रसिद्ध, प्राचीन, मशहूर (4)
15. भय, आतंक (4)
19. हमला, आक्रमण, प्रहार, (2)
20. ज़िम्मेदारी, अदालत में
- राशि (4)
21. वापस करने का भाव, लौटाना (3)
24. कड़ा, तेज़, तिनका, घास-
26. प्रीति, तुम्हारी... एक बाप से
- जुटी रहनी चाहिए (2)
28. गीलापन, आर्द्रता (2)

### बायें से दायें

1. दुर्गन्ध, बास (3)
2. देवता की सभा का नाम, पांडवों की राजधानी (4)
5. यह शरीर... है आत्मा रथी है (2)
6. अभी सबकी .... अवस्था है, वैराग्य (4)
8. शिक्षा, सावधानी, समझानी (4)
9. नाखून (2)
10. .... घर जाना है, अभी (2)
11. राज्य की नीति, नियम (4)
14. ब्रह्मा के पुत्र, भक्त शिरोमणि (3)
16. प्रत्येक, शिव, हरण (2)
17. .... जीत जगतजीत बनना है, प्रथम विकार (2)
18. बाबा बड़ा रजमू... है (5)
22. बड़ी दादी जी का नाम, लक्ष्मी (2)
23. नक्षत्र, सितारे, तारे, ग्रह (3)
25. पंख, डैना, ऊपर (2)
27. .... बट वन, क्रिश्चियन साध्वी (2)
29. याचना, चाह, इच्छा (2)
30. सभ्यता, अदब, शिष्टाचार (3)

- ब्र.कु. राजेश, शांतिवन।





**आणंद-गुज.** | रोहित भाई पटेल, राज्यकक्षा मंत्री, गुज. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता।



**पचोर-म.प्र.** | क्षेत्रीय सांसद रोडमल नागर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. वैशाली। साथ हैं ब्र.कु. प्रीति।



**राजनांदगांव-छ.ग.** | महापौर मधुसूदन यादव को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पुष्पा।



**जशपुर नगर-छ.ग.** | विधायक राजशरण भगत को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. नीलम। साथ हैं ब्र.कु. रुक्मिणी।



**जबलपुर-एकता नगर** | विश्व बंधुत्व दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं विश्व हिन्दू परिषद के महामंत्री रमेश जी, डॉ. लखन भाई, ब्र.कु. भूमि तथा अन्य।



**पाचोरा-महा.** | कौशलया लैब के डॉ. गोरख महाजन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मीरा।

# कैसे करती कार्य ... टेलीपैथी... ?

माना जाता है कि टेलीपैथी का इस्तेमाल सबसे पहले 1882 में फ्रेड्रिक डब्ल्यू.एच. मायर्स ने किया था।

## टेलीपैथी क्या है?

टेलीपैथी एक ऐसी शक्ति है जिससे दूर बैठे किसी भी व्यक्ति की मानसिक स्थिति से सम्पर्क किया जा सकता है। प्रचीन काल में सिद्धि स्वरूप लोग एक-दूसरे से वर्तालाप किया करते थे। टेलीपैथी को हिन्दी में दूरानुभूति कहते हैं। टेली शब्द से ही टेलीफोन, टेलीविज़न आदि शब्द बने हैं, ये सभी दूर के संदेश, चित्र को पकड़ने वाले यंत्र हैं। आदमी के मस्तिष्क में भी इस तरह की क्षमता होती है। बस उस क्षमता को पहचानकर उसका उपयोग करने की बात है।

कोई व्यक्ति जब किसी के मन की बात को जान ले या दूर घट रही घटना को पकड़ कर उसका वर्णन कर दे तो उसे पारोन्द्रिय ज्ञान से सम्पन्न व्यक्ति कहा जाता है। महाभारत काल में संजय के पास यह क्षमता थी, उन्होंने दूर चल रहे युद्ध का वर्णन धृतराष्ट्र को सुनाया था। भविष्य का आभास कर लेना भी टेलीपैथी विद्या के अन्तर्गत ही आता है।

इस विद्या में हमारी पाँच ज्ञानेन्द्रियों का इस्तेमाल नहीं होता, यानि इसमें देखने, सूँघने, छूने और चखने की शक्ति का इस्तेमाल नहीं किया जाता। यह हमारे मन और मस्तिष्क की शक्ति होती है, और यह ध्यान और योग के अभ्यास से हासिल की जा सकती है। कहते हैं कि जिस व्यक्ति में यह छठी ज्ञानेन्द्रिय होती है वह जान लेता है कि दूसरों के मन में क्या विचार चल रहे हैं।

टेलीपैथी एक बहुत ही शक्तिशाली पावर की तरह कार्य करती है क्योंकि इसको यूज़ करने के लिए हमें किसी साधन की आवश्यकता नहीं होती है। यह अभी के बुद्धिजीवी मनुष्य की एक खोज है, परन्तु वास्तव में यह तो इस दुनिया में हजारों सालों से विद्यमान है, अपितु समय की गिरावट और आगे बढ़ने की के कारण भौतिकता की होड़ में इन सबको भूलते गये।

उसी आध्यात्मिक ज्ञान के अनुसार टेलीपैथी वह प्रक्रिया है जिसमें हम अपने संकल्पों की शक्ति को इतना पावरफुल बना देते हैं कि हमारे मन-बुद्धि के वायब्रेशन्स इतने शक्तिशाली हो जाते कि हमने किसी से बात करने का या कुछ संदेश देने का सोचा और अपनी एकाग्रता कि अवस्था में स्थित होकर आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर उस आत्मा के प्रति संकल्प किया तो हमारे से पाँवरफुल वायब्रेशन्स उस आत्मा को टच करेंगे, उस आत्मा को ये अनुभव होगा कि मुझे किसी के वायब्रेशन्स आ रहे हैं, और वह भी एकाग्र होकर उसको कैच करेगा। इस प्रकार ऐसे भी हम टेलीपैथी का यूज़ करते हैं।

जिस प्रकार इसकी विधि बुद्धिजीवी मनुष्यों के द्वारा बताई गई, उसी प्रकार संकल्पों की शक्ति को यूज़ करने के लिए हमारी बुद्धि साफ और परमात्म प्यार में समायी हुई हो। क्योंकि हमें बाबा से ही पावर मिलती है, क्योंकि वह है ही सर्वशक्तिमान विश्व पावर

हाउस।

इस प्रक्रिया के द्वारा हम किसी को मानसिक रूप से ठीक कर सकते हैं या इस टेलीपैथी का उपयोग होता है जैसे...

- Thought reading..
- Case studies..
- Parapsychology..
- Scientific receptions
- Psychiatrist Deeefo...

कभी-कभी ऐसा होता है ना कि हम किसी के बारे में कुछ सोच रहे हैं, तो सामने वाले के मन में भी विचार चलते हैं और जब हम फोन से बात करते हैं तो एक-दूसरे के विचारों की सच्चाई से भी अवगत हो जाते हैं। कई बार तो सामने वाले का फोन तक आ जाता



**टेलीपैथी का तात्पर्य होता है- टेली-पैथी। टेली का मतलब होता है डिस्टेंस या दूरी और पैथी का मतलब होता है फीलिंग, परसेप्शन अर्थात् ट्रांसमिशन, एक स्थान से कहीं भी सूचनाओं का स्थानांतरण अर्थात् मनुष्य का एक दूसरे से कॉन्टेक्ट बनाना।**

है; तो वहीं हम भी सामने वाली आत्मा को फोन करते हैं, तो वह यही कहती है कि हम आपको ही याद कर रहे थे। जैसे हम फोन से बात करते हैं और टीवी में देखते हैं, वैसे ही हम मन से सामने वाली आत्मा से बात (बिना तार के) करते हैं और बुद्धि द्वारा उसे देखते हैं, और सामने वाली आत्मा भी ऐसा ही अनुभव करती है। तो इसको ही विज्ञान की भाषा में 'टेलीपैथी' कहते हैं।

प्राचीनकाल के ऋषि-मुनि भी दूसरों की मन की बातों को जान लेते थे और उसके आदि-मध्य-अन्त को जान लेते थे। जिसे दुनिया में दिव्य दृष्टि, त्रिकालदर्शी, रिद्धि-सिद्धि (चमत्कार) के नाम से जाना जाता था और आज उसे ही विज्ञान में टेलीपैथी के नाम से जानते हैं।

पाँच ज्ञानेन्द्रियों के अलावा जब हमारी छठी इन्द्रिय जागृत हो जाती है तो हमें कई वर्तमान और भविष्य की घटनाओं का ज्ञान होने लगता है, इस इन्द्रिय को विज्ञान ने अतीन्द्रिय ज्ञान (एक्स्ट्रा सेंसरी पर्सेप्शन) का नाम दिया है। अब इस शब्द की महत्ता को केवल अध्यात्म ही

नहीं बल्कि विज्ञान ने भी मान लिया है।

वैज्ञानिकों का मानना है कि टेलीपैथी के सिद्धांत पर ऐसी टेक्नोलॉजी विकसित हो जायेगी जो हमारे लिये सम्पर्क का एक साधन बन जायेगी। इंग्लैण्ड के रैडिंग विश्वविद्यालय के केपिल वॉरिक का शोध इसी विषय पर चल रहा है कि किस तरह एक व्यवहारिक उपकरण तैयार किया जाये जो मानव के स्नायु तंत्र को कम्प्यूटरों से जोड़े।

## कैसे कार्य करती है टेलीपैथी

अमेरिका व अन्य देश के मनोवैज्ञानिकों ने मस्तिष्क में उठ रही तरंगों पर काफी शोध किया है, फलस्वरूप वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि अवचेतन मन को यदि क्रियाशील बनाया जाये तो बिना किसी आधुनिक उपकरणों, बिना किसी संचार माध्यमों के मन की तरंगों को पढ़ कर कार्य करने को बाध्य कर सकता है।

इसी आधार पर मनोवैज्ञानिकों ने अतीन्द्रिय शक्तियों पर परीक्षण कर पता लगाया है कि मनुष्य के मन मस्तिष्क में विचार उत्पन्न होते ही सारे मंडल में अल्फा तरंगों के रूप में फैलती जाती है जिसे कोई भी व्यक्ति अपने अंतर्मन को जागृत कर उन अल्फा तरंगों को पकड़ कर किसी व्यक्ति के मन में उठ रहे विचारों को पढ़ सकता है। दूर घट रही घटना को स्पष्ट देख सकता है। भूत, भविष्य व वर्तमान की जानकारी दे सकता है।

## टेलीपैथी की साधना

मानव मस्तिष्क में छिपी हुई रहस्यमयी शक्तियों पर शोध कर पता लगाया गया है कि मनुष्य के अवचेतन मन में अलौकिक अविश्वसनीय और अकल्पनीय शक्तियाँ विद्यमान हैं। यदि अवचेतन मन की शक्तियों को योग आदि क्रियाओं द्वारा जागृत कर लिया जाये तो अनेकानेक चमत्कार खुद-ब-खुद होने लगते हैं। वह स्वतः ही किसी के मन तक पहुँच जाता है चाहे वह पास हो या दूर, ऐसी चमत्कारी घटनाओं को अतीन्द्रिय शक्ति का चमत्कार कहा जाता है।

इस शक्ति का उपयोग करने के लिए आत्मिक बल या कर्हें गुण, शक्तियों की आवश्यकता है, पवित्रता की शक्ति प्रमुख है, पवित्रता माना मन्सा, वाचा, कर्मणा विकार व व्यर्थ मुक्त स्थिति। इसमें ब्रह्मचर्य व खान-पान की शुद्धि भी अनिवार्य होती है, जितना-जितना हम पवित्रता बढ़ाते जाते हैं, टेलीपैथी उतना ही प्रखर व स्पष्ट कार्य करती है। जैसे कि हम जानते हैं कि कोई भी एनर्जी में 3 पावर्स होती हैं:-

- Magnetic power
- Radiation power
- Vibration power

पवित्रता इन 3 पावर्स को बढ़ाती है। क्योंकि जब हम कोई संकल्प करते हैं तो ये तीनों एनर्जी एक साथ ट्रैवल करती हैं।

शिवबाबा द्वारा सिखाया जा रहा राजयोग टेलीपैथी ही है या ऐसा कह सकते हैं कि टेलीपैथी पर आधारित है। ●



कार्तिक की अमावस्या को भारतवर्ष के घर-घर में प्रकाश दीप जगमगा उठते हैं और बाल-वृद्ध आनन्द से भर जाते हैं। सभी अपने-अपने घरों की तथा कपड़ों की सफ़ाई करते हैं। व्यापारी वर्ग इस शुभ दिवस पर पुराने खाते बन्द कर नया खाता खोलते हैं। मान्यता है कि धन की देवी श्री लक्ष्मी इस रात्रि में भ्रमण करती हैं और अलौकिक गृहों को धन-धान्य से परिपूर्ण कर देती हैं। अपने भाग्य की परीक्षा लेने के लिए लोग जुआ भी खेलते हैं। रात्रि के अन्तिम प्रहर में माताएं सूप की कर्कश ध्वनि से दरिद्रता को निकालती हैं तथा गाँव के बाहर सामूहिक रूप से उसे जला देती हैं।

क्या आपने कभी विचार किया है कि श्री लक्ष्मी के स्वागत के लिए प्रति वर्ष दीपमाला जलाकर भी भारतवर्ष क्यों दरिद्र हो गया है? जगमगाते दीपों को देखकर भी श्री लक्ष्मी हमसे क्यों रूठ गयी हैं? जलते हुये दीप उनको आकृष्ट क्यों नहीं कर पाते? वे कौन-सा दीप जलाना चाहती हैं? वस्तुतः आत्मा ही सच्चा दीपक है। विकारों के वशीभूत हो जाने के कारण आत्मा का प्रकाश आज मलिन हो गया है। मनुष्य की अन्तरात्मा

तमसाच्छन्न है। ऐसे विकारी मनुष्यों के बीच श्री लक्ष्मी का शुभागमन कैसे हो सकता है? लेकिन कितनी विडम्बना है कि आत्म-दीप प्रज्वलित कर कमल पुष्प सदृश्य अनासक्त बन कमलाशीन श्री लक्ष्मी का आह्वान करने की जगह हम मिट्टी का दीप जलाकर बच्चों का खेल खेलते रहते हैं। मन-मंदिर की सफ़ाई की जगह हम बाह्य सफ़ाई से ही खुश हो जाते हैं। तभी तो श्री लक्ष्मी हमसे रूठ गयी हैं। कमल सदृश्य बन हम कमला को प्राप्त कर सकते हैं।

अमावस्या की रात्रि की तरह आज चतुर्दिक घोर अज्ञान अंधकार छाया हुआ है। कहीं कुछ सूझ नहीं रहा है। मत-मतान्तर के जाल में मानव भ्रमित है। सभी आत्माओं की ज्योति आज बुझ चुकी है। ऐसे समय में सदा जागती ज्योति निराकार परमपिता परमात्मा शिव

## कैसी हो हमारी दीपावली...?

- ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

आत्माओं की ज्योति जगाने के लिए कल्प पूर्व की भाँति इस धराधाम पर अवतरित हो चुके हैं और प्रायः लोप गीता ज्ञान तथा सहज राजयोग की शिक्षा दे रहे हैं। निर्विकारी बन सदा उस जागती ज्योति से अपनी आत्मा का दीपक जगा कर ही हम सच्ची दीपावली मना सकते हैं। तब ही इस देव-भूमि भारतवर्ष पर



श्री लक्ष्मी-श्री नारायण के दैवी स्वराज्य की पुनर्स्थापना होगी जहाँ रत्न जड़ित स्वर्ण महल होंगे और घी-दूध की नदियाँ बहेगी। इस युगान्तकारी घटना की पावन स्मृति में ही हम दीपावली का त्योहार मनाते हैं। इस अवसर पर सदा जागती ज्योति निराकार परमात्मा शिव का प्रतीक एक बड़ा दीप जलाया जाता है और उसी से ही अन्य दीपकों की ज्योति जलाई जाती है। अन्य किसी देवता के मंदिर में सदा दीप नहीं जलता, लेकिन आज भी भगवान विश्वनाथ के मंदिर में अनवरत दीप जलता रहता है क्योंकि एक मात्र निराकार परमात्मा शिव ही सदा जागती ज्योति हैं।

निराकार परमपिता परमात्मा शिव के साकार माध्यम प्रजापिता ब्रह्मा के मुख से ईश्वरीय ज्ञान तथा सहज राजयोग की शिक्षा प्राप्त कर जब हम निर्विकारी बनते हैं तो हमारा एक

नया जन्म 'मरजीवा जन्म' होता है। हमारे पुराने आसुरी स्वभाव, संस्कार और सम्बन्ध समाप्त हो जाते हैं तथा नये दैवी स्वभाव-संस्कार और सम्बन्ध बनते हैं। इसी की स्मृति में व्यापारी पुराने खाते को बंद कर नया खाता खोलते हैं। अवढ़र दानी, भोलेनाथ भगवान शिव के साथ व्यापार करने वाले आध्यात्मिक साधकों का परम कर्तव्य है कि अब वे आसुरी अवगुणों का खाता बंद कर दैवी गुणों की लेन-देन का खाता खोलें जिससे आगामी सतयुगी सृष्टि में वे श्री लक्ष्मी का वरण कर सकें। दीपावली के आध्यात्मिक रहस्यों को न जानने के कारण आज मनुष्य उसे सामाजिक उत्सव के रूप में ही मनाते हैं और आध्यात्मिक उन्नति से वंचित रह जाते हैं। कहां यह ईश्वरीय जुआ और कहाँ वह स्थूल जुआ जिसके कारण न जाने कितने लोगों को जेल की यातना सहनी पड़ती है।

आइये, अब हम प्रतिज्ञा करें कि ईश्वरीय ज्ञान और सहज राजयोग की शिक्षा द्वारा मन-मंदिर की सफ़ाई कर सदा जागती ज्योति निराकार परमात्मा

शिव से आत्मा की ज्योति प्रज्वलित करेंगे, आसुरी अवगुणों और संस्कारों का खाता बंद कर दैवी-गुण सम्पन्न बनेंगे तथा अपने तन-मन-धन को मानव मात्र के आध्यात्मिक उत्थान में लगा देंगे। फिर तो इस पुण्यभूमि भारतवर्ष पर श्री लक्ष्मी-श्री नारायण के दैवी स्वराज्य की पुनर्स्थापना हो जायेगी जहाँ दुःख, अशान्ति का नामोनिशान नहीं रहेगा। शेर-बकरी एक घाट पर जल पियेंगे और अखुट धन-सम्पत्ति से नर-नारी मालामाल हो जायेंगे। इतना महान् अन्तर है मिट्टी के जड़ दीप जलाने और चैतन्य आत्मा की ज्योति प्रज्वलित करने में।

आत्म-ज्ञान का दीप जलायें, नित्य मनायें प्रभु मिलन। दिव्य गुणों की दीपावली से, चमक उठे हर घर-आँगन। •



**अमरावती-महा.** । श्री संत गाडगेबाबा अमरावती विद्यापीठ के कुलगुरु डॉ. मुरलीधर चांदेकर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. सीता।



**पुणे-सदाशिव पेठ** । राजीव गांधी नगर में रक्षाबंधन के कार्यक्रम में क्षेत्रे पाटील, संपादक को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लता। साथ हैं ब्र.कु. वंदना, ब्र.कु. शामकांत तथा अन्य।



**धमतरी-छ.ग.** । दादी प्रकाशमणि जी के पुण्य स्मृति दिवस पर दादी को श्रद्धांजलि अर्पित करने के पश्चात् उपस्थित हैं शहर के समाजसेवी एवं राजनेता विनोद जैन, सुधीर बल्लाल, परमानंद वासानी, सी.एल. साइ तथा ब्र.कु. सरिता।



**कोजेली-कोल्हापुर(महा.)** । रक्षाबंधन कार्यक्रम के पश्चात् चित्र में विनय कोरे, अध्यक्ष, वारणा उद्योग समूह एवं पूर्व विधायक, एन.एच. पाटील, अध्यक्ष, सुराज्य फाउण्डेशन, ब्र.कु. उद्धव पाटील, ब्र.कु. रामा व अन्य।



**नौगांव-म.प्र.** । श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के अवसर पर लगाई गई झाँकी में उपस्थित हैं नगरपालिका अध्यक्ष बहन अभिलाषा शिव हरे जी, रानी सा, गीता सर्वाणी, ज्योति सिंह तथा ब्र.कु. नन्दा।



**महुधा-नडियाद** । युवा स्नेह मिलन कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. पूर्णिमा। मंचासीन हैं मामलतदार अरविंद भाई पटेल, ब्र.कु. जागृति, ब्र.कु. तृषा तथा ब्र.कु. रीना।



**संग्रामपुर-बुरहानपुर(म.प्र.)** । थानेदार गीते साहब को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया भेंट करते हुए ब्र.कु. उषा। साथ हैं ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. शेठे सर तथा अन्य पुलिस अधिकारीगण।



**हुवली-गांधीनगर** । आर.पी.एफ. के पुलिस जवानों को राखी बांधने के पश्चात् उनके साथ समूह चित्र में ब्र.कु. लता, पुलिस इंस्पेक्टर रामू जी, सीनियर पुलिस इंस्पेक्टर वेंकटेश जी व अन्य।



**हुवली-गांधीनगर** । रेलवे स्टेशन के कुली भाइयों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लता।





**उदगीर-महा।** श्री श्री 1008 जगद्गुरु डॉ. चन्द्रशेखर महाराज को माउण्ट आबू में धार्मिक महासम्मेलन में आने का निमंत्रण देने के पश्चात् उनके साथ ब्र.कु. महानंदा व ब्र.कु. कोमल तथा मंदिर के अध्यक्ष रामेश्वर निडरे व उनकी धर्मपत्नी सविता निडरे।



**नवी मुम्बई-पनवेल।** खादेश्वर पुलिस चौकी में ईश्वरीय संदेश देने के बाद समूह चित्र में ब्र.कु. शकुंतला, ब्र.कु. प्रतापकुंवर, ब्र.कु. संजय डेकाटे, अमोल मोरे, पी.एस.आई., पी.एन.आई., पगारे।



**नवी मुम्बई-वाशी।** रक्षाबंधन के अवसर पर युनिवर्सल सॉम्पो जेनरल इश्योरेन्स कम्पनी में रक्षाबंधन का आध्यात्मिक रहस्य बताते हुए ब्र.कु. शुभांगी। साथ हैं सीनियर जेनरल मैनेजर राजीव कुमार सिंह, ब्र.कु. शीला, चीफ मार्केटिंग ऑफिसर विश्वेश्वरी सिंह, ब्र.कु. नीलम तथा ब्र.कु. प्रीति।



**श्रीरामपुर-महा।** विधायक भाऊ साहेब कांबले को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मंदा। साथ हैं शिर्डी संस्थान के अध्यक्ष जयंतराव ससाने, बांधकाम समिति के प्रमुख दिधे साहेब, सुशीला माता जी, ब्र.कु. कोकोट भाई तथा अन्य।



**बड़ौदा-अटलादरा।** प्रशासक वर्ग का अभियान शहर में पहुँचने पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. ख्याति, ओ.आर.सी. गुडगांव, ब्र.कु. अरुणा तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनों के साथ अतिथिगण।



**इन्दौर-रामवाग।** इंजीनियर्स डे पर आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए दत्तात्रय खरे, सिविल इंजीनियर, जयन्त चौधरी, कार्यपालन यंत्री जल संसाधन विभाग, मोहन शर्मा, मेघना खेर, ब्र.कु. छाया, ब्र.कु. चन्द्रकला तथा अन्य।

## अपने भीतर झाँककर करो परमात्म साथ व प्यार का अनुभव

- गतांक से आगे...

हे अर्जुन! जो ज्ञानी ब्रह्मचर्य व्रत का आचरण करके, सर्व इंद्रियों को बाह्य भौतिक जगत से समेटकर, मन को योगयुक्त और हृदय में अनन्य भावयुक्त होकर, भृकुटि के मध्य, बुद्धि को आत्म स्वरूप में स्थित कर, ओंकार का उच्चारण करते हुए परमात्मा की स्मृति में रहने का निरंतर अभ्यास करता है, वह अंत काल में सर्व दुःखों से मुक्त होकर, दिव्यता और परमसिद्धि को प्राप्त कर लेता है। फिर से योग की विधि बतायी, ध्यान की विधि बतायी कि अपने हृदय के अंदर अनन्य भाव भरना है। अनन्य भाव माना इतना अनंत प्रेम ईश्वर के प्रति हो। जब वो अनंत प्रेम ईश्वर के प्रति होता है तो परमात्मा भी उसका प्रत्युत्तर देता है।

एक बार एक व्यक्ति को स्वप्न आता है और स्वप्न में अपनी जीवन-यात्रा को देखता है। जब जीवन यात्रा को देखता है तो ऐसे लगता है कि समुद्र के किनारे-किनारे चल रहा हो। जब वह ध्यान से देखता है, तो कहीं-कहीं दो पैरों के निशान थे। कहीं-कहीं चार पैरों के निशान थे, वह और ध्यान से देखता है। जब उसके जीवन के सुख भरे दिन थे, उत्साह भरे दिन थे, तब चार निशान दिखाई देने लगते हैं। और जब उसके जीवन के दुःख भरे दिन थे, कष्टों भरे दिन थे, दर्द भरे दिन थे, तो सिर्फ दो निशान दिखाई दिए। वह मन ही मन भगवान से बातें करने लगा। भगवान में समझता था कि तुम हर वक्त मेरे साथ हो। जीवन भर मेरे साथ रहे हो। लेकिन आज क्या देखता हूँ - मेरे सुख के दिन में तुम साथ-साथ चलते रहे। ये दो तेरे पैरों के निशान और ये दो मेरे पैरों के निशान लेकिन जब मेरे जीवन

में दुःख आया, कष्ट आया, दर्द आया, जब मुझे तेरी सबसे ज्यादा आवश्यकता थी। तब तुम मुझे छोड़कर कहाँ चले गये।

भगवान मुस्कराते हैं, और कहते हैं कि नहीं बेटा तब भी मैं तेरे साथ था। तेरे सुख भरे दिन में मैं तेरी अंगुली पकड़कर चल रहा था, इसीलिए तुझे चार निशान दिखाई दिए। दो तेरे और दो मेरे।

लेकिन तेरे दुःख भरे दिन में, तेरे कष्टों भरे दिन में तेरा दुःख और दर्द मुझसे भी सहन नहीं हुआ और इसीलिए मैं तुझे और ज्यादा चलने का कष्ट नहीं देना चाहता था, तो तुझे अपनी बाहों में उठा लिया। ये जो दो निशान दिखाई दे रहे हैं वो तेरे नहीं, वो मेरे हैं। ये है ईश्वर का प्यार। लेकिन इस प्यार का अनुभव तब हो सकता है, जब हमारे हृदय में भी ईश्वर के प्रति उतना ही प्यार हो और जब हम इतने अनन्य भाव से परमात्मा को याद करें तो मन कहीं भी विचलित नहीं हो सकता है। जो इतना प्यार हृदय में लेकर बैठते हैं, भगवान को याद करते हैं, फिर देखो भगवान हर वक्त किस तरह हमारा साथ देते हैं। रोज सुबह उठता है। थोड़ा सा अगर अपने जीवन में भीतर झाँककर देखें कि हमारे जीवन में जब भी कष्ट आया, दुःख, दर्द आया, कई समस्याएँ ऐसी

आयी, जहाँ इतनी

परेशानी बढ़

गयी। दुनिया के लोग आ करके सहानुभूति के दो शब्द कह करके चले जायेंगे, लेकिन जो अदृश्य शक्ति मिलती है, वो कहाँ से मिलती है? उस समस्या को पार करने की जो शक्ति आती है, बुद्धि आती है वो कहाँ से आती है? भगवान हर वक्त देखते हैं। हम भले उसको प्यार करें या ना करें लेकिन वो इतना प्यार करते हैं कि हमें उसका अहसास ही नहीं है और कई बार लौकिक में भी कहते हैं, कोई बच्चा अपने मात-पिता को कह दे कि भई आपने हमारे लिए किया तो उसमें कौन सी बड़ी बात थी। ये तो आपका फर्ज था। उस समय आपको कैसा लगेगा। वैसे भगवान के इतना प्यार करने के बाद भी अगर उस प्यार को महसूस करने की शक्ति नहीं होती है, अगर मनुष्य भी ये कह दे कि अगर भगवान ने मदद की तो उसमें कौन सी बड़ी बात थी। ये तो उनका फर्ज था। कैसा लगेगा! कई बार अपने जीवन में अनुभव किया होगा कि रात को सोते वक्त सुबह में अगर कोई कारणवश जल्दी उठना होता है। कोई प्लेन पकड़ना होता है, कोई ट्रेन पकड़नी होती है तो अलार्म लगाकर सोयेंगे। लेकिन अलार्म बजने से पांच मिनट पहले ही आँख खुल जाती है। अनुभव किया है ना! पांच मिनट पहले खुल जाती है और ऐसा महसूस होता है जैसे किसी ने खटिया हिलाकर उठाया हो। ये किसने उठाया। -क्रमशः

आपके लिये खुशखबरी !!!

ओमशान्ति मीडिया अब आपके हाथों में...

अपने मोबाइल पर Q.C. कोड स्कैन करें या गूगल प्ले पर सर्च करें "OM SHANTI MEDIA" एवं इंस्टॉल करें...



### अहंकार से मुक्त... - पेज 2 का शेष

समझकर इंतज़ार करने को कहा। लेकिन राष्ट्रपति के मित्र ने सचिव से कहा : 'पूर्व-निश्चित किये कार्यक्रम के अनुसार मुझे दिल्ली से बाहर जाना है, इसलिए राष्ट्रपति जी के साथ मुलाकात हो जाये तो बहुत अच्छा होगा। आप एक बार उनसे पूछकर तो आओ'। उसके बाद राष्ट्रपति राजेन्द्र बाबू ने अपने उस मित्र को बुला लिया। पूजाघर के एक कोने में माटी के पड़े हुए ढेर को देख मुलाकात करने वाले मित्र ने कहा : 'आप इतने बड़े विद्वान और उच्च शिक्षित हो, तो भी आपने इस व्यर्थ, निरर्थक माटी के ढेर को अपने पूजा घर में रखा है, उसका कारण क्या है?' डॉ. राजेन्द्र प्रसाद ने गर्व से उनके सवाल का जवाब देते हुए कहा : 'ईश्वर द्वारा दी हुई यह अमूल्य भेंट मेरे देश की यह पवित्र मिट्टी है। हम इस मिट्टी से सब कुछ बना सकते हैं। हम न जाने कितनी चीज़ें बना सकते हैं, लेकिन मिट्टी नहीं बना सकते, जिसके कारण मैंने इस देश की मिट्टी को अपने पूजा घर में स्थान दिया है'। निरर्थक लगती ये मिट्टी डॉ. राजेन्द्र बाबू के मन में कितना ऊँचा स्थान रखती है, ये देख वो विदेशी मित्र आश्चर्य-चकित हो गया। संत ने कहा: 'सेठ! निर-अभिमानता

और अहंकार शून्यता का जीवन में कितना महत्व है, ये आप समझ गये होंगे। सेठ संत के चरणों में गिर गया और संत विदाई लेकर चले गये। मनुष्य छोटा हो या बड़ा, वो अहंकार वश प्रदर्शन-प्रियता के रोग से पीड़ित रहता है। अहंकार नम्रता को दूर निकाल देता है। आज ज़रूरत है हर प्रकार के भेदभाव, अहंकार को भूल, माटी की महिमा के लिए 'एक' और 'नेक' बनने की। घर की शान्ति या देश की शान्ति अहंकार मुक्ति पर ही निर्भर है। **मन को अहंकार मुक्त बनाने के लिए -**

- (1) जीवन में सकारात्मकता, नम्रता और अभिमान शून्यता को चुस्त रीति से पालन करना।
- (2) अहंकार या क्रोध मन को कब्जे में करता है तब स्वयं में क्षमाभाव का स्मरण करना।
- (3) घर के जन एवं नौकरी धन्धे के साथी कर्मचारियों के स्वमान और सम्मान की रक्षा करना।
- (4) स्वयं विद्वान, सर्वज्ञ और बड़े सत्ताधारी हैं, ऐसा ख्याल मन में प्रवेश होने न देना।
- (5) जब खुद का अहम् अभिमान मन में जन्म ले, तब मौन को धारण करना। ●

### ख्यालों के आईने में...



**पृथ्वी पर कोई भी व्यक्ति ऐसा नहीं है, जिसको समस्या न हो, और पृथ्वी पर ही कोई समस्या ऐसी नहीं है, जिसका समाधान न हो।।**





# कथा सरिता

एक बार पचास लोगों का ग्रुप, किसी मीटिंग में हिस्सा ले रहा था। मीटिंग शुरू हुए अभी कुछ मिनट ही बीते थे कि स्पीकर अचानक ही रुका और सभी पार्टिसिपेंट्स को गुब्बारे देते हुए बोला, "आप सभी को गुब्बारे पर मार्कर से अपना नाम लिखना है" सभी ने ऐसा ही किया। अब गुब्बारों को दूसरे कमरे में रख दिया गया। स्पीकर ने अब सभी को एक साथ कमरे में जाकर पाँच मिनट के अन्दर अपना नाम वाला गुब्बारा ढूँढ़ने के लिए कहा। सारे पार्टिसिपेंट्स तेजी से रूम में घुसे और पागलों की तरह अपने नाम वाला गुब्बारा ढूँढ़ने लगे। पर इस अफरा-तफरी में किसी को भी अपने नाम वाला गुब्बारा नहीं मिल पा रहा था... पाँच मिनट बाद सभी को बाहर बुला लिया गया। स्पीकर बोला, "अरे! क्या हुआ, आप सभी खाली हाथ क्यों हैं? क्या किसी को अपने नाम वाला गुब्बारा नहीं मिला?" "नहीं! हमने बहुत ढूँढ़ा पर हमेशा किसी और के नाम का ही गुब्बारा हाथ आया..." एक पार्टिसिपेंट कुछ मायूस होते हुए बोला। "कोई बात नहीं, आप लोग फिर एक बार कमरे में जाइये, पर इस बार जिसे जो भी गुब्बारा मिले, उसे अपने हाथ में ले और उस व्यक्ति को दे दे जिसका नाम उस पर लिखा हुआ है", स्पीकर ने निर्देश दिया।

## देना ही है पाना...

एक बार फिर सभी पार्टिसिपेंट्स कमरे में गए, पर इस बार सब शान्त थे, और कमरे में भी किसी तरह की अफरा-तफरी नहीं मची हुई थी। सभी ने एक-दूसरे को उनके नाम के गुब्बारे दिए और तीन मिनट में ही बाहर निकल आये। स्पीकर ने गम्भीर होते हुए कहा, "बिल्कुल यही चीज़ हमारे जीवन में भी हो रही है, हर कोई अपने लिए ही जी रहा है, उसे इससे कोई मतलब ही नहीं है कि वह किस तरह औरों की मदद कर सकता है, वह तो सिर्फ पागलों की तरह अपनी खुशियाँ ढूँढ़ रहा है, परन्तु बहुत ढूँढ़ने के बाद भी उसे कुछ नहीं मिलता। हमारी खुशी दूसरों की खुशी में छिपी हुई है। जब हम औरों को उनकी खुशियाँ देना सीख जायेंगे तो अपने आप ही हमें हमारी खुशियाँ मिल जाएंगी, और यही मानव जीवन का उद्देश्य भी है।

एक गुरुजी हमेशा ईश्वर के नाम का जाप किया करते थे। वे काफी बुजुर्ग हो गये थे। उनके कुछ शिष्य साथ में ही पास के कमरे में रहते थे। जब भी गुरुजी को शौच; स्नान आदि के लिए जाना होता था; वे अपने शिष्यों को आवाज़ लगाते थे और शिष्य ले जाते थे। धीरे-धीरे कुछ दिन बाद शिष्य दो तीन बार आवाज़ लगाने के बाद भी कभी आते, कभी और भी देर से आते। एक बार रात को निवृत्त होने के लिए जैसे ही गुरुजी आवाज़ लगाते हैं, तुरंत एक बालक आता है और बड़े ही कोमल स्पर्श के साथ गुरुजी को निवृत्त करवा कर बिस्तर पर लेटा जाता है। अब ये रोज़ का नियम हो गया। एक दिन गुरुजी को शक हो जाता है कि, पहले तो शिष्यों को तीन चार बार आवाज़ लगाने पर भी देर से आते थे। लेकिन ये बालक तो आवाज़ लगाते ही दूसरे ही क्षण आ जाता है और बड़े कोमल स्पर्श से सब निवृत्त करवा देता है। एक दिन गुरुजी उस बालक का हाथ पकड़ लेते हैं और पूछते हैं कि सच बता तू कौन है? मेरे शिष्य तो ऐसे नहीं हैं! वो बालक के रूप में स्वयं ईश्वर थे; उन्होंने गुरुजी को स्वयं का वास्तविक रूप दिखाया।

## प्रभु स्मृति ही आधार...

गुरुजी रोते हुए कहते हैं : हे प्रभु! आप स्वयं मेरी निवृत्ति के कार्य कर रहे हैं। यदि मुझसे इतने प्रसन्न हो तो मुक्ति ही दे दो ना। प्रभु कहते हैं कि, जो आप भुगत रहे हैं वो आपका प्रारब्ध है। आप मेरे सच्चे साधक हैं; हर समय मेरा नाम जप करते हैं इसलिए मैं आपका प्रारब्ध भी आपकी सच्ची साधना के कारण स्वयं कटवा रहा हूँ। गुरुजी कहते हैं कि क्या मेरे प्रारब्ध आपकी कृपा से भी बड़े हैं; क्या आपकी कृपा मेरे प्रारब्ध नहीं काट सकती है। प्रभु कहते हैं कि, मेरी कृपा सर्वोपरि है; ये अवश्य आपके प्रारब्ध काट सकती है; लेकिन फिर अगले जन्म में आपको ये प्रारब्ध भुगतने फिर से आना होगा। यही कर्म नियम है। इसलिए आपके प्रारब्ध स्वयं अपने हाथों से कटवा कर इस जन्म-मरण से आपको मुक्ति देना चाहता हूँ। ईश्वर कहते हैं: प्रारब्ध तीन तरह के होते हैं, मन्द, तीव्र तथा तीव्रतम। मन्द प्रारब्ध मेरा नाम जपने से कट जाते हैं। तीव्र प्रारब्ध किसी सच्चे संत का संग करके श्रद्धा और विश्वास से मेरा नाम जपने पर कट जाते हैं। पर तीव्रतम प्रारब्ध भुगतने ही पड़ते हैं। लेकिन जो हर समय श्रद्धा और विश्वास से मुझे जपते हैं; उनके प्रारब्ध मैं स्वयं साथ रहकर कटवाता हूँ और तीव्रता का अहसास नहीं होने देता हूँ।

एक बार कंपनी में ऑटोमोबाइल इंजीनियर ने एक वर्ल्ड क्लास कार डिज़ाइन की। कंपनी के मालिक ने कार की डिज़ाइन बेहद पसंद की और इंजीनियर की खूब तारीफ की। जब पहली बार कार की टेस्टिंग होनी थी तो कार को फैक्ट्री से निकालते समय उसे अहसास हुआ कि कार शटर से बाहर निकल ही नहीं सकती थी, क्योंकि कार की ऊँचाई गेट से कुछ इंच ज़्यादा थी। इंजीनियर को निराशा हुई कि उसने इस बात का ख्याल क्यों नहीं किया। इसके दो उपाय सूझे:

## थोड़ी हवा निकाल दो

अगर आप मुझे मौका दें तो शायद मैं कुछ हल निकाल सकूँ। मालिक ने बेमन से उसे स्वीकृति दी। गाई ने चारो पहियों की हवा निकाल दी, जिससे कार की ऊँचाई 3-4 इंच कम हो गयी और कार बड़े आराम से बाहर निकल गई। किसी भी समस्या को हमेशा एक्सपर्ट की तरह ही न देखें। एक आदमी की तरह भी समस्या का बढ़िया हल निकल सकता है। कभी कभी किसी दोस्त के घर का दरवाज़ा हमें छोटा लगने लगता है, क्योंकि हम अपने आपको ऊँचा समझते हैं। अगर हम दिमाग से थोड़ी सी हवा (ईगो) निकाल दें, तो आसानी से हम अंदर जा सकते हैं। ज़िन्दगी सरलता का ही दूसरा नाम है।



**मुम्बई-विले पार्ले।** विश्व का सबसे बड़ा गुलाब के फूलों का गुलदस्ता ओलम्पिक पदक विजेता साक्षी मलिक को भेंट करते हुए ब्र.कु. क्रिना, ब्र.कु. तपस्विनी तथा आयोजक ब्र.कु. दीपक हरके।



**कटनी-सिविल लाइन।** गृहस्थ संत पं. देव प्रभाकर शास्त्री को ईश्वरीय संदेश देने के बाद ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी व ब्र.कु. दुर्गा।



**उज्जैन-म.प्र.।** 'स्वच्छ और श्रेष्ठ भारत के पुनः निर्माण में शिक्षकों की भूमिका' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मनीष परमार, सी.ए., डायरेक्टर, ग्लोब इंस्टीट्यूट, प्रो. विवेक बनसोड, डायरेक्टर, एम.आई.सी.टी. कॉलेज, प्रो. राजेश शर्मा, प्रिन्सिपल, अल्पाइन कॉलेज तथा ब्र.कु. उषा, निदेशिका, उज्जैन सम्भाग।



**सतारा-कूपर कॉलोनी।** 'अलविदा डायबिटीज़' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए रवि साळुंखे, उपाध्यक्ष, जिला परिषद, अमृत नाटेकर, प्रांताधिकारी, डॉ. मनोज लोखंडे, कैन्सर तज्ञ, ब्र.कु. डॉ. श्रीमंत साहू, डायबिटीज़ विशेषज्ञ, ग्लोबल हॉस्पिटल, माउण्ट आबू, ब्र.कु. उषा, डॉ. शिवाजी चव्हाण, पूर्व पत्रकार, ब्र.कु. कांचन व अन्य।



**चुरहत-म.प्र.।** उच्च माध्यमिक विद्यालय के टॉपर छात्रों को डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम अवॉर्ड देते हुए ब्र.कु. अरुणा तथा ब्र.कु. कृष्णा। साथ हैं डॉ. प्रभाकर तिवारी, कार्यक्रम के आयोजक, प्रिन्सिपल डॉ. एम.एस. यादव, डॉ. डी.एस. मिश्रा तथा एल.के. शुक्ला।



**सुरत-बालाजी रोड।** रोटरी क्लब में कार्यक्रम के दौरान मंचासीन हैं ब्र.कु. फाल्गुनी, क्लब के प्रेसीडेंट देवेन्द्र जी, सेक्रेट्री मनीष जी तथा अन्य।



**जब तक कोई विशेषता कार्य में नहीं लगती तब तक वो विस्तार को नहीं पा सकती। कई बार विशेषता को कार्य में भी दिया जाये, यदि वो नाम व मान के लिए है, तो उससे जो फल मिलेगा वो दुःखदायी होगा। क्योंकि हमेशा तो आपको वह फल नहीं मिलेगा ना। आप हमेशा डरे रहेंगे। क्योंकि सफलता और असफलता हमारे हाथ में है ही नहीं, हमारे हाथ में सिर्फ काम करना है। यदि उस विशेषता को हमने सेवा में लगाया, निःस्वार्थ भाव से किया तो जो कुछ भी मिलेगा, उससे आप पूर्णतया संतुष्ट होंगे। समझा, क्योंकि विशेषता के बीज का सबसे श्रेष्ठ फल है “संतुष्टता”।**

आपने देखा होगा, जो लोग विशेष होते हैं, उनका उठना, बैठना, खाना, पीना, चलना, सब कुछ एक आइकन की तरह इस्तेमाल होता है। आज भी कुछ लोग हैं दुनिया में जिन्हें लोग कॉपी कर, आगे बढ़ रहे हैं। उस विशेषता को अपने अंदर लाकर कुछ नया कर रहे हैं। शास्त्रगत उल्लेखों की बात करें तो लोग हर एक देवी-देवताओं को भी उनकी एक विशेषता के कारण ही विशेष नाम देते हैं। श्रीकृष्ण उनमें से एक हैं, जिनपर कवियों ने उनकी हर एक भाव-भंगिमा को अपनी कलम से शब्दों द्वारा अनेकानेक नए नाम दिए हैं। क्योंकि विशेषता है ही ऐसी चीज़, जिसमें सब कुछ यानि सारी बुराइयाँ सिमट कर नष्ट हो जाती हैं सबकी नज़रों में...।

परमात्मा भी हर बच्चे को अपना महान कार्य कराने हेतु नित्य प्रति नये नये टाइटल से सजाते हैं। उनकी नज़र भी विशेष है। भगवान के लिए हर बच्चा महान है, पूज्य है, पुरुषोत्तम है।

आप देखिए, जिनके अंदर जो हुनर है, उसे तो सबसे पहले पहचानना मुश्किल है, कि मैं सबसे अच्छा कर सकता हूँ। किस इच्छा, किस भावना के साथ आगे बढ़ूँ। मुझे यही नहीं समझ आ रहा है कि मैं क्या कर सकता हूँ, तो हम क्या करेंगे!

लेकिन भगवान हम सबको अपना बनाकर कह रहे हैं कि आप विशेष हैं, महान हैं। उस विशेषता को कार्य में लगाकर उसे बढ़ाओ। उदाहरण, किसी

## कुछ विशेष करो...

ने मेडिकल कॉलेज में डॉक्टर बनने की पढ़ाई की, तो क्या वह डॉक्टर पढ़ने से बनेगा, या फिर उस अपनी विशेषता की प्रैक्टिस करेगा, उसे औरों की सेवा में लगायेगा, तब आगे बढ़ेगा! तभी उससे लोग अपना इलाज करायेंगे। यहाँ भी यह है कि यदि आप किसी से कहो कि मैं यह कर सकता हूँ, यह कर सकता हूँ,

तो मैं मानने को तैयार नहीं होते, वो वास्तव में ज़रा डेमो हमें

दिखाओ, अर्थात् प्रदर्शित करो। अर्थात् किसी फील्ड का ज्ञान होना ही काफी नहीं है, उस फील्ड का अनुभव भी चाहिए, तभी आपका विश्वास पक्का होगा और आपका बिलीफ बन जायेगा।

इसलिए जब तक कोई विशेषता कार्य में नहीं लगती तब तक वो विस्तार को नहीं पा सकती। कई बार विशेषता को कार्य में भी दिया जाये, यदि वो नाम व मान के लिए है, तो उससे जो फल मिलेगा वो दुःखदायी होगा। क्योंकि हमेशा तो आपको वह फल नहीं मिलेगा ना। आप हमेशा डरे रहेंगे। क्योंकि

सफलता और असफलता हमारे हाथ में है ही नहीं, हमारे हाथ में सिर्फ काम करना है। यदि उस विशेषता को हमने सेवा में लगाया, निःस्वार्थ भाव से किया तो जो कुछ भी मिलेगा, उससे आप पूर्णतया संतुष्ट होंगे। समझा, क्योंकि विशेषता के बीज का सबसे श्रेष्ठ फल है “संतुष्टता”। यदि हमारे में यह भाव

हो कि मैं इस विशेषता को संतुष्ट रहने व संतुष्ट करने में लगाऊंगा, तो आप सफलता और असफलता

से ऊपर निमित्त मात्र, ट्रस्टीपन की भावना से जीवन बिना हार-जीत व दुःख-सुख के बितायेंगे, सच्चे आनंद के साथ। इसको तो हम प्रकृति से भी सीख सकते हैं। प्रकृति का हर एक तत्व अपनी विशेषता का भरपूर इस्तेमाल करता है, लेकिन लोगों को सुख पहुँचाने के लिए। पानी को कोई भी पिये, उससे उसे कितना सुख मिलता है, पानी इसके बदले में आपसे कुछ नहीं मांगता, सिर्फ देता है। यह है निःस्वार्थ, सच्ची व संतुष्टता वाली सेवा। अर्थात् सेवा करना, फल को छोड़ना और आगे बढ़ना।

आज हम अपने को विशेष नहीं समझते हैं, इसलिए तो दुःखी हैं। इसीलिए परचिंतन है, बुराई है, दुःख है। आप देखिए, कोई भी वी.आई.पी. हो, उसके लिए लोग कितना ध्यान रखते हैं कि कुछ बुरा ना मुँह से निकले, कुछ उल्टा-पुल्टा ना निकले। आप जब स्वयं को साधारण समझेंगे तो लोग आपसे साधारण व्यवहार करेंगे। आप देखिए, साधारण लोग कैसी बातें करते, स्वयं की कमजोरी, औरों की कमजोरी, साथ-साथ झूठी कीर्तन मंडली बनाकर उसका विस्तार करते हैं।

तो अब क्या करना है, साधारणता को छोड़ कर विशेषता को पहचानना है, कुछ हमें विशेष करना है, जो विश्व कल्याण प्रति हो। साधारण बातें तो लोग करते ही हैं, लेकिन असाधारण करने के लिए हमें इन लोगों के मध्य से निकलना ही होगा। इसलिए जो विशेष होगा, वह दूसरे में विशेषता देखकर, उसे अपनी विशेषता में जोड़ेगा। सभी को उसी खुद की विशेषता से आगे बढ़ने का मौका देगा। उसके पास सिर्फ सीखने के लिए ही होगा। फालतू बातों के लिए उसके पास टाइम ही नहीं होगा। समझा क्या करना है। ●



डॉ. कु. अनुज, दिल्ली



### उपलब्ध पुस्तकें



**प्रश्न -** बाबा बार-बार अशरीरी होने को कहते हैं। हमने तो जान लिया है कि हम आत्मा हैं फिर बार-बार इसके अभ्यास की क्या ज़रूरत है। इससे क्या लाभ होगा व इसका अभ्यास कैसे करें? बार-बार यह सोचने से बोरियत होती है।

**उत्तर -** यह ज्ञान तो शास्त्रों में भी है कि हम शरीर नहीं आत्मा हैं। गीता का दूसरा अध्याय आत्मा का पूरा ज्ञान देता है, परन्तु किसी ने भी अशरीरी होने का अभ्यास नहीं किया। मात्र ज्ञान से कुछ नहीं होता, साधना ज़रूरी है। अशरीरी होने से हम सबके प्यारे बनते जाएंगे। हमारे मनोविकार दूर होते जाएंगे, चित्त शुद्ध होता जाएगा। अशरीरी होने से एकाग्रता बढ़ेगी। व्यर्थ स्वतः ही समाप्त होता जाएगा और योग-अभ्यास सरल होता जाएगा। अशरीरी होने से मन गहन शान्ति का अनुभव करेगा। इस अभ्यास से बोरियत नहीं, मन आनन्दित होगा। अशरीरी होने से बौद्धिक शक्ति व कार्य शक्ति में बहुत वृद्धि होगी। हमें यह अनुभव करना है कि ये देह अलग है और मैं आत्मा अलग हूँ। इसके लिए अशरीरी होने के अलग-अलग अभ्यास करें -

1. मैं आत्मा इस तन में अवतरित हुई हूँ।
2. मैं आत्मा इस तन में मेहमान हूँ। मुझे यह तन छोड़कर घर जाना है।
3. मैं आत्मा भृकुटि सिंहासन पर हूँ, स्वराज्य अधिकारी हूँ।
4. मैं परम पवित्र आत्मा हूँ, शक्तिशाली हूँ।
5. मैं आत्मा बहुत तेजस्वी हूँ। मेरा प्रकाश दूर तक फैल रहा है।
6. मैं आत्मा परमधाम में हूँ, चैन व विश्राम में हूँ।
7. मैं आत्मा प्रकाश के शरीर में हूँ, फरिश्ता हूँ। यदि कुछ दिन प्रति घण्टा तीन बार इनमें से कोई

भी अभ्यास करें तो कमाल हो जाए।

**प्रश्न-** मैं बहुत समय से योग करती हूँ, परन्तु मुझे यह स्पष्ट नहीं है कि योग में क्या करना चाहिए? कई बार तो सब कुछ कल्पना सा लगता है।

**उत्तर-** राजयोग संसार की अति गुह्य विद्या है। यह अति सरल भी है। इसमें एक है अपने परमपिता से सम्बन्ध जोड़ना व दूसरा है मन-बुद्धि उनसे लगाना। सम्बन्ध तो हमारा उनसे पिता व पुत्र का ही है परन्तु हम इस सम्बन्ध में रहते नहीं हैं। हम



**मन की बातें**  
-डॉ. कु. सूर्य

तो भक्त बनकर याचना करते रहते हैं। हमें यह स्वीकार कर लेना है कि वह मेरा पिता है, वह मेरा है। उससे अपनापन बढ़ायें। उससे अपनों जैसा प्यार करें, अपनों जैसा व्यवहार करें। यह नशा हो जाए कि भगवान मेरा है। जो भाग्य विधाता है वह मेरा है... जो सर्वशक्तिवान है वह मेरा है, उसका सब कुछ मेरा है, उस पर मेरा अधिकार है।

दूसरा है- मन व बुद्धि उस पर लगाना। मन संकल्प शक्ति है व बुद्धि तीसरा नेत्र है। मन में पहले आत्मा के बारे में विभिन्न संकल्प करते हुए उसके स्वरूप पर बुद्धि को स्थिर करें जितना समय आप कर

सकें। तत्पश्चात् मन में परमात्मा के बारे में श्रेष्ठ संकल्प करते हुए उसके स्वरूप पर बुद्धि को स्थिर करें व महसूस करें कि उनकी एनर्जी मुझमें समा रही है। धीरे-धीरे मन के संकल्प शान्त होंगे व बुद्धि परमात्म-स्वरूप पर स्थिर हो जाएगी। यह योग की सर्वोत्तम बीज रूप स्थिति है।

**प्रश्न -** हमारे मन में यह भी प्रश्न रहता है कि परमधाम में योग लगाएं या सूक्ष्मवतन में या ब्रह्मा बाबा के तन में शिव बाबा को याद करें? शिव बाबा के चित्र पर ध्यान एकाग्र करें- क्या करें? कल्पयूजन रहता है।

**उत्तर -** ये राजयोग आत्मा व परमात्मा का मिलन है। जबकि हमें भी देह से न्यारा होना होता है, तब भला किसी देहधारी का योग में स्थान कैसे हो सकता है। हमें निराकार आत्मा बनकर निराकार परमात्मा से परमधाम में योगयुक्त रहना है। बाबा मुरलियों में कहते हैं कि ब्रह्मा के बिना तुम्हें कुछ भी नहीं मिलेगा। इसका अर्थ है ज्ञान नहीं मिलेगा, दृष्टि नहीं मिलेगी, वर्सा नहीं मिलेगा। परन्तु शिवबाबा ने ब्रह्मा मुख द्वारा राजयोग सिखाया और कहा कि मुझे मेरे घर में याद करो। तो पढ़ाई व वर्से की बात अलग है, व योग की अलग। योग में चित्रों से हमारा कोई लेना-देना नहीं। न ब्रह्मा बाबा के चित्र के मस्तक में शिवबाबा को याद करना है, न कॉस्केट (शिव बाबा की लाइट) पर ध्यान लगाना है।

हाँ सूक्ष्मवतन में ब्रह्मा के सूक्ष्म शरीर में महाज्योति को याद कर सकते हैं व उनसे रूह-रिहान कर सकते हैं, व उनसे वरदान ले सकते हैं। जब आप बाबा के कमरे में भी योग में बैठें तो प्रथम दृष्टि में तो बाबा ही दिखाई देगा परन्तु आप सूक्ष्मवतन में या तो ब्रह्मलोक में ही योग लगाएं।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

देखिए 'अपना DTH' में प्री 24 घंटे 'पीस ऑफ माइंड चैनल'  
...उसके साथ 100 अन्य चैनल भी प्री  
अपने डी.टी.एच. डिश के डायरेक्शन का करें परिवर्तन...  
Satellite Position = 75° East, Satellite = ABS-2  
LNB Frequency = 10600/10600, Frequency = 12226/12227  
Polarization = H, Symbol = 44000  
System = MPEG-2(DVB-S) / MPEG-4(DVB-S2)  
FEC = 3/4, 22K = On/Off, Mode = All/FTA  
अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें... 8104777111/7014140133



# कैसे बढ़ायें एकाग्रता की शक्ति...?

**मल्टि-टॉस्किंग में कभी भी एकाग्रता हासिल नहीं की जा सकती। जब आपके सामने काम का अंवार होगा तो आप जो काम कर रहे हैं उस पर ध्यान नहीं लगाएंगे।**

### लक्ष्य पर फ़ोकस करें

जो लक्ष्य जीवन में लेकर चल रहे हैं, उस पर सम्पूर्ण रूप से ध्यान दें। जो बात बीत गई हो उसे छोड़ दें, अपना प्रेज़ेंट अच्छा से अच्छा करें। व्यर्थ देखने का सुख हमें एकाग्र होने नहीं देता।

### शोर शराबा न हो

ये काफ़ी महत्वपूर्ण है कि आप जहाँ काम कर रहे हैं, वहाँ ज़्यादा शोर-शराबा न हो, इससे आप काम पर ध्यान केंद्रित कर सकते हैं।

### आहार और व्यायाम

एकाग्रता हासिल करने में संतुलित आहार और व्यायाम की भी अहम भूमिका होती है। ज़रूरी पोषक तत्व के अभाव से आप में थकान और आलस्य आ सकता है। इसलिए विटामिन से भरपूर बादाम और फल को अपने आहार में शामिल करें। साथ ही रूटीन के तहत व्यायाम भी करें।

### काम को समझें

अगर आपको यह अच्छी तरह से मालूम न हो कि आप को करना क्या है, तो ऐसे में काम के प्रति एकाग्र होना और मुश्किल हो जाता है।

### टाल-मटोल न करें

टाल-मटोल की आदत कभी न डालें। यह एकाग्रता पर गहरा असर डालता है। जब तक आप बोझिल कामों को निपटा न लें, अपनी सीट से न उठें।

### सकारात्मक रहें

जब भी आपको काम पर ध्यान केंद्रित करने की ज़रूरत है तो अपने आप से बार-बार कहें कि आप ध्यान लगा सकते हैं, यह आपके अन्दर एकाग्रता बढ़ाने में मददगार साबित होगा।

### काम को बाँटे

जिस काम का कोई स्पष्ट आरम्भ और अंत न हो वह आपके ध्यान को भटका सकता है। अगर आपके पास कोई बहुत बड़ा प्रोजेक्ट हो तो एक रास्ते का चयन करें, जिससे आप उस काम को शुरू कर सकें।

एकाग्रता से हमारा मतलब किसी चीज़ को लेकर हमारा फ़ोकस। जो एकाग्रता में रहते हैं उनके संकल्पों में बहुत बल होता है।

### अनुशासन

अपने आप को अनुशासन में रखना काफ़ी ज़रूरी होता है। साथ ही प्रभावी काम के लिए ज़रूरी है कि आप उसमें ज़्यादा समय दें। इसलिए छोटे काम से शुरुआत करें और अगर आप आसानी से ध्यान नहीं लगा पा रहे हों तो काम को पूरा समय दें।

### अच्छी नींद लें

अपने सोने का समय सुनिश्चित करें। अगर आप अच्छी नींद नहीं ले रहे हो तो, आप पर थकावट और आलस्य हावी रहेगा। ऐसे में आप किसी भी काम पर ध्यान नहीं लगा पाएंगे।

इसके अलावा एकाग्रता के अभ्यास के लिए छोटी-छोटी चीज़ें फॉलो करना जैसे अपनी श्वास पर ध्यान केंद्रित करना, अपने मन की चेकिंग करना, अपने दिल की धड़कन को सुनना आदि।

जहाँ एकाग्रता होगी वहाँ संकल्प, बोल, कर्म का व्यर्थ समाप्त हो जाता है और समर्थपन

आ जाता है। समर्थपन होने के कारण सबसे सिद्धि आ जाती है (28-12-1979)

### साइलेंस का महत्व क्यों है?

जब प्रयोग में आती है तब सब समझ लेते हैं, हाँ साइंस अच्छा काम करती है, तो साइलेंस की पॉवर का प्रयोग करने के लिए एकाग्रता की शक्ति चाहिए। एकाग्रता का मूल आधार है-मन की कंट्रोलिंग पॉवर, जिसमें मनोबल बढ़ता है, मनोबल की बहुत बड़ी महिमा है। रिद्धि-सिद्धि वाले भी मनोबल द्वारा अल्पकाल के चमत्कार दिखाते हैं। आप तो विधिपूर्वक, रिद्धि - सिद्धि नहीं विधिपूर्वक कल्याण के चमत्कार दिखाएंगे, जो वरदान बन जायेंगे। आत्माओं के लिए यह संकल्प शक्ति का प्रयोग वरदान सिद्ध हो जाएगा। (15-12-1999)

एकाग्रता बढ़ाने के लिए मन के श्रेष्ठ विचारों का होना अति आवश्यक है। बुद्धि को शुद्ध करें, नीचे दिये गए स्वमान का अभ्यास करें। रात को सोने से पहले 108 बार 21 दिन तक लिखें:

मैं एकाग्रचित्त आत्मा हूँ।

मैं एक महान आत्मा हूँ।

मैं एक परमपवित्र आत्मा हूँ।

संकल्प करें... मैं मास्टर सर्वशक्तिमान आत्मा हूँ... मेरे पास सभी शक्तियाँ हैं... मेरे पास एकाग्रता की शक्ति भी है। परमात्मा जो सर्वशक्तियों का सागर है, दाता है, उसे जानें और उससे अपना कनेक्शन जोड़ें। उसकी शक्तियाँ आपके अन्दर आने लगेंगी और आपका मन शांत हो जाएगा। एकाग्रता बढ़ती जायेगी और मानसिक डिस्टर्बेंस समाप्त हो जायेगी।

व्यर्थ देखना जैसे टीवी, इन्टरनेट, कुदृष्टि आदि। व्यर्थ सुनना, व्यर्थ बोलना, अनावश्यक सोचना आदि पर नियंत्रण करने से 90 प्रतिशत तक एकाग्रता को बढ़ाया जा सकता है। ●



**भिलाई नगर।** शिक्षक दिवस के अवसर पर जिला शिक्षा अधिकारी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. आशा तथा ब्र.कु. गीता।



**मुंदरा-कच्छ(गुज.)।** स्नेह मिलन कार्यक्रम के पश्चात् चित्र में एम.आई.सी.टी. पोर्ट के सी.ई.ओ. सुमेश भाई एवं उनकी युगल, एम.आई.सी.टी. पोर्ट के असिस्टेंट मैनेजर नंदनी बहन एवं उनके युगल, ब्र.कु. सुशीला तथा अन्य।



**अलिवाग-महा।** गणेश चतुर्थी के अवसर पर श्री सदगुरु वृद्धाश्रम में ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् कम्बल, बर्तन और भोजन बाँटते हुए ब्र.कु. भारती व ब्र.कु. विनयाजाधव। साथ है आश्रम संचालक जयेन्द्र गुजल तथा अन्य।



**हिंगोली-गोविंद नगर(महा.)।** पुलिस अधीक्षक कार्यालय में रक्षाबंधन कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में पुलिस निरीक्षक राठोड़ जी के साथ ब्र.कु. अर्चना, ब्र.कु. पदमा तथा अन्य पुलिस कर्मचारीगण।



**विजयवाड़ा-भवानीपुरम(आ.प्र.)।** शिक्षक दिवस पर कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए एन.सूर्य. राव गुरू, डायरेक्टर, गौतम स्कूल, सुनीला बहन, प्रिन्सीपल, रविन्द्र भारती स्कूल, ब्र.कु. शांता, ब्र.कु. पद्मजा, ब्र.कु. उमा तथा अन्य।



**राजकोट-मेहुलनगर।** गणेश उत्सव पर लगाई गई आध्यात्मिक झाँकी में उपस्थित है ब्र.कु. चेतना।



**नवी मुम्बई-वाशी।** रक्षाबंधन के कार्यक्रम में युनिवर्सिटी के वाइस चांसलर डी.वाय. पाटील को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शीला।



**पुर्णा-परभणी।** नगराध्यक्ष विशाल कदम को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रणिता।



**मलकापुर-महा।** कोकरूड कॉलेज के प्रिन्सीपल प्रदीप कुलकर्णी को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. वंदना।



**खिलचीपुर-म.प्र.।** जन्माष्टमी के कार्यक्रम में जनपद अध्यक्ष जगदीश दांगी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम।



**जगदलपुर-छ.ग.।** जेल अधीक्षक अमित शांडिल्य को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मंजूषा।



**जावरा-रतलाम(म.प्र.)।** उपजेल में कैदी भाइयों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सावित्री तथा ब्र.कु. शिवकन्या।



# ‘पावर ऑफ द पास्ट, फोर्स ऑफ द फ्यूचर’

● त्रिदिवसीय 10वीं सर कॉन्फ्रेंस का आयोजन। ● सात सौ से भी अधिक उच्च पदों पर आसीन व पी.एच.डी. होल्डर्स ने लिया भाग।

**ज्ञान सरोवर।** ब्रह्माकुमारीज़ एवं आर. ई.आर.एफ. के स्पार्क विंग के संयुक्त तत्वावधान में एक अखिल भारतीय सम्मेलन का आयोजन हुआ। सम्मेलन का मुख्य विषय ‘पावर ऑफ द पास्ट, फोर्स ऑफ द फ्यूचर’ था।

‘भूतकाल की हमारी शक्ति है हमारे आचार्य, वैज्ञानिक, शिक्षक और ऋषि-मुनि आदि। हमेशा हम उनसे ही सीखते आये हैं। शिक्षकों का कार्य है संसार को और खास कर अपने विद्यार्थियों को हर क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करना। हमारा शरीर और इसके विभिन्न अंग भी हमें गहराई से प्रेरित करते हैं’ - **पद्म भूषण डॉ.एम. एम. शर्मा।**

‘हिस्ट्री ही हमारे पास्ट के विषय में बताती है। हमारा गौरवमय इतिहास था, बाद में अनाचार का दौर आया जिसमें हमारे ऋषि-मुनियों को सताया गया। आज 50 प्रतिशत लोगों को जीने के साधन तक नहीं हैं। उनके बारे में भी हमें विचार करना होगा कि अध्यात्म के द्वारा हम अपने समाज को कैसे विकसित करें’ - **न्यायमूर्ति श्री सिंह।**

‘मैं यहाँ मुख्य अतिथि के रूप में नहीं बल्कि डेलिगेट के रूप में आया हूँ। मैं भी एक सामाजिक कार्यकर्ता हूँ, स्पार्क



सम्मेलन में सम्बोधित करते हुए डॉ. एम.एम. शर्मा। मंचासीन हैं ब्र.कु. सरोज, ब्र.कु. अल्का, न्यायमूर्ति रविन्द्र सिंह, ब्र.कु. अम्बिका तथा अन्य।

की कोर टीम से मिलकर बहुत खुशी हुई, इस संस्थान की सेवा वृत्ति महान है, अध्यात्म के आधार पर समाज सेवा का कार्य महान कार्य है। इतिहास से जो प्रेरणा मिलती है वह है हमारी विगत की पावर, इससे हमारी जीवन-शैली विकसित होती है’ - **मुख्य अतिथि बासवराज पाटिल, नीति आयोग के सदस्य।**

‘मेरा यहाँ का अनुभव अति उत्तम है, यहाँ मैं खुद प्रेरित हो रहा हूँ, अध्यात्मिकता से परिपूर्ण है यहाँ का वातावरण। उन्होंने कहा कि प्रगति करने

के लिए ईमानदारी आज हर व्यक्ति के लिए ज़रूरी है। चात्रक होना भी एक बड़ी शर्त है, इसके बिना विकास संभव नहीं है, अध्यात्म हमें यह सभी बातें सिखाता है’ - **पद्म श्री डॉ. आर.बी. हसुर, सी.बी.इ.एस.एटॉमिक एनर्जी तथा मुम्बई विश्वविद्यालय के निर्देशक।**

‘शक्ति का अर्थ धन-शक्ति, शारीरिक-शक्ति, राजनैतिक-शक्ति आदि माना जाता है, मगर इन शक्तियों ने लोगों को क्या दिया है? कुछ नहीं। शक्ति दरअसल है शांति की शक्ति, प्रेम की शक्ति, आनन्द की शक्ति और

सहयोग की शक्ति। इन शक्तियों की प्राप्ति के लिए आध्यात्मिक प्रयोग किये जाने चाहिए’ - **शिक्षा प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु. मृत्युंजय।**

डी.आर. डी. ओ. दिल्ली में वैज्ञानिक सुशील चंद्र जी ने स्पार्क के बारे में चर्चा की। उन्होंने बताया कि वे 1995 से ही कार्यरत हैं। इस विंग में आध्यात्मिकता से सम्बंधित प्रयोग किये जाते हैं जो मानव और समाज को श्रेष्ठ बनाते हैं।

‘यह सम्मेलन मेरी आँखें खोलने वाला है, इसके लिए मैं आपका आभार व्यक्त करता हूँ, ज्ञान एक बहुत बड़ी शक्ति है।

विगत से सीख कर भविष्य का निर्माण किया जाना चाहिए। सम्मेलन की थीम काफ़ी सुन्दर है’ - **विशिष्ट अतिथि प्रो.रजत मूना, डी.जी., सी. डी.ए.सी, मुम्बई।**

‘स्पार्क विंग की राष्ट्रीय संयोजिका राजयोगिनी ब्र.कु. अम्बिका के द्वारा अतिथियों का हार्दिक स्वागत करते हुए सम्मेलन की विषय-वस्तु पर प्रकाश डाला गया तथा उन्होंने कहा कि हमें पास्ट को भुलाकर ईश्वरीय शक्तियों की मदद से भविष्य में आध्यात्मिक शक्तियों को पूरा-पूरा ग्रहण करना चाहिए एवं जीवन को मूल्यों से भरना चाहिए।

आध्यात्मिक स्वास्थ्य को नहीं समझने के कारण ही हम अभी तक सभी के लिए स्वास्थ्य प्राप्त नहीं कर पाए हैं। राजयोग के प्रयोग से बंद धमनियाँ खुल जाती हैं, ये मैंने देखा है’ - **डॉ. सुमन वाला शर्मा, एन.आई.पी.एस., पंजाब की प्रिंसिपल।**

स्पार्क, दिल्ली ज़ोन की संयोजिका ब्रह्माकुमारी सरोज बहन ने आए हुए अतिथियों का स्वागत किया। स्पार्क विंग की ज़ोनल संयोजिका ब्रह्माकुमारी अल्का ने योगाभ्यास करवाया।

## ब्रह्माकुमारीज़ ने बनाया वर्ल्ड रिकॉर्ड

**डॉ. स्वर्णश्री द्वारा इस प्रकार का विश्व का यह पहला वर्ल्ड रिकॉर्ड**

**अहमदनगर-महा।** पच्चीस अगस्त को दादी प्रकाशमणि के स्मृति दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा अहमदनगर के न्यू

आर्ट्स कॉलेज के विशाल मैदान पर 15903 बच्चों को राखी बांधकर नया विश्व कीर्तिमान स्थापित किया गया।

ब्रह्माकुमारीज़ के इससे पहले बीस वर्ल्ड रिकॉर्ड करने वाले ब्र.कु. दीपक हरके के संकल्प से इस वर्ल्ड रिकॉर्ड का आयोजन किया गया। महाराष्ट्र का नम्बर वन मराठी न्यूज़ पेपर सकाळ साक्षी था।

क्रिकेट के इतिहास में एक पारी में हजार से ज़्यादा रन बनाने वाले विश्व के एकमात्र खिलाड़ी युवा क्रिकेटर प्रणव धनवडे को पहली राखी बांधकर इस वर्ल्ड रिकॉर्ड का उद्घाटन हुआ। इस समय मराठी फिल्म प्रोड्यूसर तथा उद्योगपति नरेन्द्रजी फिरोदिया, सकाळ न्यूज़पेपर के एडिटर बाळासाहेब बोठे उपस्थित थे।

ब्रह्माकुमारीज़ अहमदनगर सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. राजेश्वरी के साथ एक सौ पचास बहनों ने 15903 बच्चों को राखी बांधी तथा ब्र.कु. राजेश्वरी ने रक्षाबंधन का महत्व बतलाया।



वंडर बुक ऑफ रिकॉर्ड्स इंटरनेशनल, लंडन के भारत के कोऑर्डिनेटर डॉ. स्वर्णश्री तथा बिंगी नरेन्द्र गौड़ ने वर्ल्ड रिकॉर्ड का सर्टिफिकेट ब्र.कु. राजेश्वरी तथा ब्र.कु. दीपक हरके को प्रदान किया।

## श्रेष्ठ प्रशासन जागृति अभियान का शुभारंभ



**राज्य में तीन अभियान का शुभारंभ**

- गांधीनगर से दमन
- गांधीनगर से गोधरा
- गांधीनगर से राजकोट



**गांधीनगर-गुज.।** ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशासक प्रभाग द्वारा ‘श्रेष्ठ प्रशासन जागृति अभियान’ के उद्घाटन अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. कैलाश ने कहा कि प्रशासनिक कला के लिए अच्छा शासक होना बहुत ज़रूरी है। अच्छा शासक वही है जो स्वयं की भावनाओं को नियंत्रित कर सके। उन्होंने सभा में आये हुए सभी प्रशासक वर्ग से जुड़े लोगों को श्रेष्ठ प्रशासन के लिए प्रतिज्ञा भी कराई।

इस अवसर पर प्रशासनिक प्रभाग की अध्यक्षा ब्र.कु. आशा ने अवेकनिंग एडमिनिस्ट्रेटर फॉर एक्सीलेंट एडमिनिस्ट्रेशन विषय पर बहुत ही प्रभावशाली ढंग से अपने विचार रखे जो सभी को प्रशासनिक व्यवहार में बहोपयोगी साबित होंगे।

गुज. राज्य की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. सरला तथा डॉ. जे.एन.सिंह, मुख्य सचिव, गुज. राज्य सहित कई राज्यों के प्रशासनिक विभाग से जुड़े लोगों ने भी हिस्सा लिया।

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स नं.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510. सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088, Email- omshantimedia@bkivv.org, mediabkm@gmail.com, Website- www.omshantimedia.info

सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 190 रुपये, तीन वर्ष 570 रुपये, आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क ‘ओमशान्ति मीडिया’ के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/15-17, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)  
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2015-17, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 4th Oct 2016

संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ.) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।