

आमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 17

अंक-21

फरवरी-I, 2017

(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

8.00

श्रेष्ठ कर्म से बनते हम दीर्घायु

दीर्घायु का मतलब है लोगों की सेवा
निरोगी बनने की इससे अच्छी दवा कोई नहीं



दादी जानकी के 101वें जन्मदिवस पर उन्हें 101 फीट लम्बी गुलाब की माला पहनाते हुए। साथ हैं अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी।

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका **दादी जानकी** ने अपने शरीर के एक सौ एक वर्ष पूरे किये हैं। दादी ने कहा कि मनुष्य का जीवन लम्बा हो या छोटा, वो दूसरों के काम ना आये तो वो व्यर्थ है। देश और दुनिया से आये हुए हजारों लोगों को सम्बोधित करते हुए उन्होंने कहा कि मनुष्य को जीवन में हमेशा श्रेष्ठ कर्म करने चाहिए। मनुष्य जीवन में सर्वांगीण स्वास्थ्य सबकी दुआओं से प्राप्त होता है।

दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि दादी ने सिद्ध कर दिया कि राजयोग और आध्यात्मिक शक्ति से उम्र लम्बी होती है। परमात्मा हम सबका पिता है, इसलिए उससे हम सबको शक्ति लेनी ही चाहिए। ब्रह्माकुमारीज के महासचिव **ब.कु. निर्वैर** ने कहा कि दादी का जीवन नारियों

के कल्याणार्थ रहा। पूरे विश्व में दादी ने राजयोग और अध्यात्म का परचम हराराया।

इस अवसर पर संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी, अतिरिक्त महासचिव ब.कु. बृजमोहन, कार्यकारी सचिव ब.कु. मृत्युंजय, सूचना निदेशक ब.कु. करुणा सहित कई लोगों ने अपने अपने विचार व्यक्त करते हुए दादी के दीर्घायु की कामना की।

इस अवसर पर प्रमुख आकर्षण के रूप में एक सौ एक फीट लम्बी गुलाब की माला दादी जानकी को पहनाई गई। साथ ही साथ नन्हें बाल कलाकारों की प्रस्तुतियों ने दादी सहित सबको मंत्रमुग्ध कर दिया। इस कार्यक्रम में बीस हजार से भी अधिक लोग उपस्थित रहे।

आई.टी. व्यवसायियों में तकनीकी के साथ मेडिटेशन पर दिया ज़ोर



सम्मेलन में दादी जानकी के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए ब.कु. डॉ. निर्मला, ब.कु. निर्वैर, मुकेश शर्मा, आलोक अग्रवाल तथा अन्य।

शांतिवन। सूचना प्रौद्योगिकी की मदद से विश्व के किसी भी कोने में कुछ ही मिनटों में सूचना का आदान प्रदान संभव है, लेकिन मानवीय संवेदनाओं और सामाजिक विकास के लिए आध्यात्मिकता का महत्वपूर्ण स्थान है। उक्त विचार क्यूे इंफोटेक के संस्थापक तथा सी.ई.ओ. मुकेश शर्मा ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा आईटी व्यवसायियों के लिए आयोजित सम्मेलन में व्यक्त किये।

उन्होंने आईटी प्रोफेशनल्स का आह्वान करते हुए कहा कि मनुष्य को आंतरिक विकास और आंतरिक सूचना के प्रवाह पर सोचना चाहिए, क्योंकि

जब अंदर का प्रवाह ठीक रहता है तभी बाहर की संचार व्यवस्था भी सुचारू रूप से चलेगी। इसलिए राजयोग मेडिटेशन एक ऐसा शस्त्र है, जिससे ही इस तरह की आंतरिक प्रक्रिया को आगे बढ़ाया जा सकता है।

ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि सूचना प्रौद्योगिकी की पहुँच आज हर किसी के पास तक है, लेकिन मानवीय संवेदना की कमी चिंता का विषय है। हमें आध्यात्मिक शक्ति को व्यक्तिगत स्तर पर बढ़ाना चाहिए। दादी ने कहा कि परमात्मा ने हमें एक अच्छा अवसर दिया है, इसका सही उपयोग करना चाहिए।

इस अवसर पर संस्थान के महासचिव ब.कु. निर्वैर ने कहा कि आज मानव के पास आधुनिक तकनीकी से लैस मोबाइल और यंत्र है, जिससे वह हर कोने से जुड़ जाता है, लेकिन सूचनाओं के जाल में फँसकर उसका जीवन केवल पुतला बनकर रह गया है, इसीलिए आंतरिक सूचना तंत्र को बढ़ाने का प्रयास करना चाहिए।

कार्यक्रम में जैनपैक्ट उपाध्यक्ष तथा ग्लोबल ऑपरेटिंग लीडर आलोक अग्रवाल ने कहा कि आज गलत सूचनाओं का समाज पर बुरा असर पड़ रहा है। ऐसे में राजयोग का अभ्यास ज़रूरी है।

राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी मानवाधिकार रत्न से सम्मानित

शांतिवन। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी को मानवाधिकार रत्न अवॉर्ड से नवाजा गया। संस्थान के शांतिवन स्थित डायमंड हॉल के विशाल सभागार में आयोजित समारोह में केन्द्रीय मानवाधिकार संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष मिलिंड दहिवले ने प्रशस्ति पत्र तथा मोमेन्टो भेंटकर दादी को सम्मानित किया।

इस समारोह में सम्बोधित करते हुए संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष मिलिंड दहिवले ने कहा कि दादी को सम्मान देना गर्व की बात है। वास्तव में बुराइयों से रक्षा करना और और मूल्यों के लिए प्रेरित करना ही सही मायने में मानवाधिकार

बुराइयों से रक्षा करना ही सही मायने में मानवाधिकार: दहिवले

है। संस्थान के लिए सम्मान कोई बड़ी बात नहीं है, लेकिन ऐसे स्थान पर यह

दिया जा रहा है जहाँ से मानव मूल्यों की आभा प्रकट हो रही है।



दादी रतनमोहिनी को मानवाधिकार अवॉर्ड से सम्मानित करते हुए मिलिंड दहिवले। साथ हैं तेजकरण चौहान तथा मानवाधिकार संगठन के अन्य सदस्य।

इस अवसर पर राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने अपने आशीर्वचन में कहा कि लोगों की सेवा करना ही जीवन का लक्ष्य होना चाहिए। जिस मनुष्य के जीवन में सुख शांति और आनन्द नहीं है वह दूसरों की रक्षा नहीं कर पायेगा। सभी मानवाधिकार संगठनों को चाहिए कि वे एक मंच से मनुष्यों के अन्दर मूल्यों का संचार करें। इससे ही समाज का कल्याण होगा।

कार्यक्रम में संस्था के कार्यकारी सचिव ब.कु. मृत्युंजय, केन्द्रीय मानवाधिकार संगठन मध्य प्रदेश के राज्य प्रभारी तेजकरण चौहान, वरिष्ठ राजयोग

पहनायी गुलाब के फूलों की माला



इस अवसर पर मानवाधिकार संगठन के सदस्यों द्वारा दादी को पचास किलो गुलाब के फूलों की माला पहनायी गई।

शिक्षिका ब.कु. गीता ने भी अपने विचार व्यक्त किये। इस समारोह में भीनमाल की ब.कु. गीता, शांतिवन के मुख्य अभियन्ता ब.कु. भरत, ब.कु. त्रिवेणी समेत कई लोग उपस्थित थे।

कोरे कागज़ सा मन...

आध्यात्मिक आकाश टिमटिमाते अनेक सितारों से भरा है। यह एक-एक सितारा एक सूर्य या तो एक महासूर्य है, और हरेक के आसपास एक अपना अभामण्डल ग्रह नक्षत्र से भरा एक अद्भुत जगत है। यहां पर बुद्ध, कृष्ण, कबीर, मीरा, पतंजलि, गोरख, पालटु, जनक, अष्टावक्र, नानक और नागार्जुन आदि उपनिषद काल के अनेक ऋषि-महर्षि ऐसे शक्तिशाली सितारे, जिनको देखकर आंखे बंद हो जायें, ऐसी



- ब्र. कु. गंगाधर

महारोशनी से टिम-टिमाता ये जगत है। महाराष्ट्र में ऐसे ही एक त्रिपुटी संत हुए, जिनका नाम एकनाथ, निवृत्तिनाथ और मुक्ताबाई था। लोग अपार आदर और भक्ति भाव से उन्हें देखते थे।

एक बार ऐसा हुआ कि संत एकनाथ ने पत्र लिखा, पत्र में सिर्फ कोरा कागज़ था। कुछ भी लिखे बिना ही कोरा कागज़ लेकर संदेशवाहक निवृत्तिनाथ

के पास पहुँचा, कवर खोलकर कागज़ निकाला और अत्यंत रसपूर्वक उस कागज़ को पढ़ रहे हों ऐसा प्रतीत हो रहा था। शब्द तो उसमें कोई था ही नहीं, लेकिन शून्य में डूब कर आनंद-विभोर हो रहे हों उसी तरह की उनके चेहरे पर प्रसन्नता थी। स्वयं पत्र पढ़कर फिर उस पत्र को मुक्ताबाई को दिया और पढ़ने को कहा। तो मुक्ताबाई ने भी उस पत्र को आनंद और अहोभाव से पढ़ा। दोनों बहुत प्रसन्न हुए और फिर संदेशवाहक को कहा - उत्तर में एक यह हमारा पत्र भी लेकर जाइए। वही प्रतिकृति उन्होंने संदेशवाहक को दिया और कहा कि आप उन्हें वापिस पहुँचाएं।

संदेश ले जाने वाले को आश्चर्य हुआ, क्योंकि वो जैसा पत्र लाया था वैसा ही फिर कोरा कागज़ उसे मिला। बड़ी असमंजस की स्थिति है! यह कौन सा खेल चल रहा है! उसने सोचा कि जो पहले पत्र मैं लाया था तब मुझे ख्याल नहीं था कि यह एक कोरा कागज़ है। परंतु अपने सामने ही कवर खोलकर निवृत्तिनाथ और मुक्ताबाई को पढ़ते हुए देखा तो ख्याल आया कि उसमें लिखा तो कुछ भी नहीं था, तब भला इन लोगों ने क्या पढ़ा और किस तरह इतने प्रसन्न हुए! उससे रहा नहीं गया।

नम्रता के साथ उसने निवृत्तिनाथ को पूछा - 'महाराज, इस पत्र को लेकर जाऊँ उससे पहले मेरे मन की छोटी सी जिज्ञासा का समाधान करेंगे...?'

आप दोनों ने मेरे ही सामने पत्र खोला, पढ़ा तो मुझे ख्याल आया कि उसमें कुछ लिखा तो था ही नहीं, तो आपने उसमें आखिर पढ़ा क्या? पत्र को आप देख रहे थे तो आपके चेहरे का भाव देख मुझे लगा कि ज़रूर आप कुछ पढ़ रहे हैं लेकिन लिखा तो कुछ भी नहीं था उसमें! तो पढ़ा क्या? और आप अकेले ने ही नहीं परंतु मुक्ताबाई जी ने भी यह पत्र पढ़ा और वे भी प्रसन्न हुईं! और अब यही कोरा कागज़ जवाब के रूप में मेरे साथ वापिस भेज रहे हैं तो मेरे मन की जिज्ञासा चरम सीमा तक पहुँच गई, इसीलिए मैंने आपसे इसका समाधान पूछा। 'निवृत्तिनाथ ने कहा कि एकनाथ ने संदेश भेजा है कि परमात्मा को जानने के लिए अंतरतम को इस कोरे कागज़ जितना शुद्ध और खाली करना पड़ेगा। जब तक बाहर के संग्रहित ज्ञान, पंडिताई या अहंकार के भाव मौजूद हैं तब तक ईश्वर की अनुभूति संभव नहीं। अंतर जो दर्पण जैसा स्वच्छ और स्पष्ट बने तब ही ईश्वर का प्रतिबिंब उसमें अनुभव हो सकता है। यही उनके (एकनाथ) कहने का आशय है कि कुछेक बातें ऐसी हैं जो शब्दों द्वारा, कागज़ में लिखकर नहीं कही जा सकतीं, उसे कहने और समझने के लिए बाह्य जगत से व विकृतियों से शून्य होना पड़ेगा। आपको वैसे भी इस बात का संज्ञान होना चाहिए कि परमात्मा के अनुभव तो शब्दातीत हैं। शब्दों में वे आ ही नहीं सकते। हाँ, शब्दों द्वारा हम इतना इशारा तो कर ही सकते हैं। ग्रंथों के ग्रंथ भर दिए जाएं तो भी शब्दों में परमात्मा का अनुभव उतार नहीं सकते। उनके लिए तो कोरे कागज़ जैसे कोरे अंतर-मन रूपी आकाश में उतरना पड़े। अपने अंतर में उधार के ज्ञान का पार नहीं - शेष पेज 8 पर...

हमारा दर्पण है ब्रह्मा बाबा, उसमें देखो खुद को

जब बाबा हमारे साथ है तो कुछ भी हो जाये, चलायमान, डोलायमान न हो करके अचल अडोल अवस्था रहती है। बाबा ने इतनी शक्ति दी है जो हमारी लाइफ ही औरों को बतायेगी कि हमारा बाबा कौन है! सारे कल्प में ऐसी लाइफ नहीं होगी। शुरू शुरू में भाई ज्ञान में आये या बहन ज्ञान में आये, पति आये या पत्नी, पहले झगड़ा ज़रूर होता है। पर जब दोनों को ज्ञान मिल जाता, तो बहुत खुश होते हैं। तो ड्रामा वन्दरफुल है या बाबा वन्दरफुल है या आप वन्दरफुल हैं! ड्रामा में नूधा हुआ है और अभी बाबा हमारे साथ है तो उसकी शिक्षाओं का पालन करने से हमारा वो रक्षक भी है। उसकी छत्रछाया के नीचे रहने से बहुत फायदा है। कभी दुःख होता नहीं है। दुःख देना या दुःख लेना, माना सारे लाइफ की वैल्यू को कम करना।

मुरली आईना है, मुरली सुनते अपने आपको देखो बाबा क्या कहता है, मैं क्या करती हूँ? बाबा कहता है एक को बिन्दी लगाओ तो 10 हो जाता है। ज्यादा सोचो तो कमाई खलास, संगमयुग पर अगर कमाई करने की भावना है तो कर्म बड़े बलवान हैं, परमात्मा सर्वशक्तिवान है। और उससे जो शक्ति मिलती है, उसने हमें मुस्कराना सिखा दिया, इसलिए अभी हमें कोई भी बात मुश्किल नहीं है, न हुई है न होगी। तो अभी के यह दिन कितने प्यारे हैं, और जो दिन बीत गये वह भी बहुत प्यारे थे क्योंकि बाबा मिला ना। भूल

गये हैं मैं शरीर हूँ। आत्मा बिन्दी है, छोटा सा स्टार है। बाबा ज्ञान सूर्य है। जहाँ सूर्य और चन्द्रमा है वहाँ सितारे चमक रहे हैं। इस सभा में सभी सितारे चमक रहे हैं। ब्रह्मा बाबा दर्पण है, मैं कौन हूँ, मेरा कौन है और मेरे कर्म कैसे हैं? हमारे कर्म ऐसे हों जो कभी भी साधारणता न दिखाई दे।

अगर मेरे में धीरज न होता तो आज मैं कहाँ होती पता नहीं! धीरज के कारण ही प्रकृति हमारी दासी है। देखो, अभी भी क्लास में बाबा को मैं साथ लेके आयी या बाबा मुझे लेके आया। क्योंकि एक दो को देख सुख इलाही मिलता है, ऐसी सभा फिर कल्प के बाद ही मिलेगी। हमारी लाइफ ऐसी हो जो दूसरों को लाइट मिले। हथेली पे बहिश्त हो। इन हाथों से जैसे कर्म करेंगे, हमारी प्रालम्भ बनती और बढ़ती जा रही है। दिल में गैरंटी है बाबा के साथ ऊपर जायेंगे, अकेले नहीं जायेंगे। मेरा बाबा ऐसा है अव्यक्त होकर के भी सूक्ष्मवतन में बैठ हमको अपना बनाके कितना सुख दे रहा है। बाबा ने सुख दुःख, पाप पुण्य की इतनी अच्छी समझ दी है जो कोई कर्म ऐसा न हो जो कोई देखने वाला या सुनने वाला कहे यह क्या कर रहे हैं!

कभी हिम्मत नहीं छोड़ी है, जीवन भर में कभी भी आप हिम्मत छोड़के ऐसे ही नहीं बैठ जाओ क्योंकि हमको दौड़ी नहीं लगानी पर उड़ना है। तो उड़ना कैसे है वो भी बाबा ने बताया है। अपने दिल दर्पण में देखो ज़रा भी कोई

कमी होगी तो वो दिखाई पड़ेगी। कोई के घर में दर्पण न हो ऐसा हो सकता है! तो यह भी हमारा दिल दर्पण है, दिल साफ है तो भगवान हमारे

से खुश है। भगवान भाग्यविधाता है। वह भगवान मेरा साथी है तो क्या करेगा काज़ी इसलिए मैं डरती नहीं हूँ। यह भाग्य है। हम अपने मित्र आप हैं, फिर सभी मेरे मित्र हैं, कोई भी मेरा शत्रु नहीं है। भगवान को मित्र बनाया है तो मनुष्य कैसे नहीं बनेगा! भले कोई निंदा भी करता है पर मित्र है। हमारी दृष्टि वृत्ति में मित्रता भाव हो, तो भगवान भी देखता है यह भाग्यवान बच्चा है। शिवबाबा को भोलानाथ कहते हैं पर वो भोलानाथ का अनुभव ब्रह्मा बाबा से हुआ ना! बाबा को राजी करना हो तो बाबा की दृष्टि से इतनी अन्दर शक्ति आती है, वो शक्ति वायुमण्डल में चली जाती है। बाबा ने प्रकृति को भी ऑर्डर दिया है कि हमारी दासी होकर रहे। तन भी मदद करता है, मन भी मदद करता है। मन बिचारा और किसी जगह जाता ही नहीं है। जैसे आटे में पानी मिलाने के बाद फिर वो आटा अलग हो सकता है क्या! नहीं। फिर उसकी रोटी बन सकती है। ऐसे मन से वो अलग हो ही नहीं सकता है। बाबा बहुत मीठा है, दिन रात संकल्प और स्वप्न में भी वही आता है।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

योग की आदत बनाओ, नहीं तो समय पर योग नहीं लगेगा



दादी हृदयमोहिनी
अति. मुख्य प्रशासिका

प्यारा बाबा, अपने एक एक बच्चे को देख कितना खुश हो रहा है। हर एक के आगे बच्चों की कितनी महिमा करता

है। अभी टाइम ज्यादा नहीं है तो बाबा चाहता क्या है? दुनिया की सेवा तो कर ही रहे हो लेकिन साथ में अभी साथियों की भी सेवा करनी है। कड़ियों की तबियत खराब होती है और मौसम ऐसी है जो तकलीफ हो ही जाती। बाबा भी ऐसे टाइम पर हर एक बच्चे को जो तकलीफ में हैं उन पर अपनी दृष्टि से ऐसे नज़र डालता है, जो देखते ही लगता है कि यह नज़र उसे निरोगी वा निर्विघ्न बना रही है। बाबा की वह दृष्टि आपके सामने आ गई ना! आ गई! देख रहे हो! बाबा कितना प्यार से देख रहे हैं, बीमारी कैसी भी हो, ठीक होनी ही चाहिए, ऐसी भी कई बीमारियाँ हैं लेकिन बाबा की दवाई महापुण्यकारी है। दृष्टि देना बाबा का काम है लेकिन बाबा की दृष्टि का लाभ लेना, यह हम बहन भाइयों का काम है। बाबा के नयन उसके नयनों से मिलते हैं तो उसमें शक्ति आ जाती है।

बाबा की नज़र तो कहाँ भी पहुँच सकती है। चारों ओर उनकी लाइट जो फैलती है वो एक्वैरेंट जगह पर फैलती है और वो लाइट ऐसी है जैसे लाइट का फव्वारा उसी जगह पर फैलता है जहाँ किसी को आवश्यकता है। लाइट एक ही है लेकिन कमाल यह है जो सब तरफ फैल जाती है। जैसे यह लाइट जलती

है, उसके पहले बाबा द्वारा लाइट जो फैलती है, उसकी कार्यशीलता इस स्थूल लाइट से पहले ही छा जाती है। देखने में आता है कि वो स्थूल लाइट मेडिकली ही कुछ कर रही हो, लेकिन बाबा की लाइट ऐसी तेज़ है जो गुप्त अपना काम करती रहती है। इसमें आवाज़ कुछ नहीं लेकिन जिधर वह लाइट जाती है उधर सबके चेहरे बदल जाते हैं। जैसे आप अभी आराम से बैठे हैं ना! अगर किसी को कहीं दर्द है भी तो वह सब भूले हुए हैं। अभी वो कौनसी ताकत है! भले कोई डॉक्टर बनके आये हैं लेकिन वह डॉक्टर तो खुद ही पेशेंट है, उसको भी तो शक्ति चाहिए। आजकल पेशेंट खुद ही खुद से लाचार होता है, वो घड़ी देखता जाता है, कितना टाइम लगेगा? इतना हो गया बाकी इतना है वो गिनती करता रहता है। तो ऐसी हालत वाले पेशेंट को भी यह ज्ञान कितना काम करता है। वो अनुभव ऐसे ज्ञानी पेशेंट से सुन सकते हो। कोई भी बीमारी आये, उसमें हमको अशरीरी बनना पड़े, बाबा ने हमें जो अशरीरी बनने का तरीका सिखाया है उससे हम शरीर से परे हो जाते हैं। लेकिन इसके लिए बहुत समय का अभ्यास चाहिए। नहीं तो दर्द के समय अशरीरी बन नहीं सकेंगे।

शरीर खींचता है। इसके लिये डबल बटन दबाना पड़ता है, इसमें फुल पॉवर चाहिए। इसके लिए विशेष समय निकालकर योग में बैठना होता है। बीमारी में विशेष सबकी परीक्षा होती है। अगर योग की आदत नहीं होगी तो उस समय योग लगेगा नहीं। कमज़ोरी की ऐसी

ऐसी बातें सामने आ जाती हैं, जो बुद्धि भटक जाती है।

योग लगाना शुरू भी करते हैं, फिर थोड़े दिन के बाद चेक करते हैं तो कहते फायदा तो बहुत कम है। तो सबसे बड़ी दवाई कौनसी है? जैसे उन दवाइयों में कॉमन लोगों के लिये तो इंजेक्शन है, थोड़े समय के लिए आराम मिल जाता है। लेकिन बहुत समय की बीमारी थका देती है। शायद ही कोई ऐसा डॉक्टर मिलता है जो उनकी मुश्किल को सहज कर देता है। लेकिन सबसे सहज इलाज योग ही है। कई बार पेशेंट को उन दवाइयों का इतना इन्ट्रेस्ट आ जाता है जो वो छोड़ना ही मुश्किल है। तो अभी योग बल और मेडिकल बल दोनों ही चलाने की कोशिश करते हैं। लेकिन उससे टेम्परी टाइम फायदा लगता है। फिर दवाई का एक कोर्स पूरा करते हैं, थोड़े समय के बाद दूसरा कोर्स शुरू हो जाता है। फिर वह करते करते थक जाते हैं, इसीलिए बाबा कहता है, सब रोगों का इलाज है आध्यात्मिकता, जिससे वो रोग ही नहीं आये। इसमें पहले कन्ट्रोल चाहिए अपने ऊपर, वह भी सिर्फ बाहर का कन्ट्रोल नहीं चाहिए। ज्ञान योग का बल चाहिए। नियमों की भी पालना चाहिए। लेकिन कोई कोई नियम लोगों को ऐसे लगता है कि हम पालन नहीं कर सकते हैं, ऐसे समझके छोड़ देते हैं। योग की ड्रिल करने के लिये सवरे उठना भी कड़ियों को मुश्किल लगता है। तो बीमारी खत्म कैसे होगी! मन की बीमारी की दवाई कोई बाहर नहीं है, वह तो मन के अन्दर ही है।

कर्म में धर्म को समाहित करें

कोई शिक्षक है तो कोई विद्यार्थी है, कोई व्यापारी है तो कोई नौकरीपेशा वाला, कोई सैनिक है तो कोई गृहणी है। इस तरह जीवन के जितने भी रूप हैं उन सबका अपना-अपना कुरुक्षेत्र है, कर्मक्षेत्र है। प्रकृति ने, नियति ने मनुष्य को कुरुक्षेत्र तो दिया है, कर्मक्षेत्र तो दिया है, लेकिन इसे धर्मक्षेत्र हमें बनाना है।

श्रीमद्भगवद्गीता एक ऐसा पुनीत ग्रंथ है, एक ऐसा परम रहस्यमय ग्रंथ है, जिसमें वेदों का सार तत्व संग्रहित किया गया है। इसमें धर्म का उपदेश समाहित है, इसमें जीवन जीने की कला का ज्ञान है, इसमें मनुष्य के स्वधर्म का ज्ञान है। यह एकमात्र ऐसा ग्रंथ है, जो जीवन की हर परिस्थिति के लिए, हर काल के लिए प्रासंगिक है, शाश्वत है।

इस ग्रंथ में सबसे मुख्य उपदेश है - धर्म सहित कर्म करने का। आज मनुष्य का जीवन धर्म के मार्ग से भटक गया है। दुर्भाग्य यह है

संसार में कर्म करते हैं। कर्म तभी तक शुभ है, तभी तक पुण्यफलदायी है जब तक वह अध्यात्म युक्त है, अध्यात्म से प्रेरित है।

कर्म तो सभी करते हैं पर यहाँ पर उसकी दिशाएँ भिन्न-भिन्न हैं। एक दिशा है मामका: अर्थात् मोह की दिशा, धृतराष्ट्र की दिशा, वासनाओं की दिशा, लालसाओं की दिशा। मोह की दिशा भी एक नहीं, सैकड़ों हैं। धृतराष्ट्र के सौ पुत्र हैं, एक पुत्र नहीं है, पर एक के पीछे सौ चल देते हैं। उसी तरह अहंकार के पीछे हमारी सारी लालसाएँ, वासनाएँ चल देती हैं, इनकी संख्या

कहा - "राजपुरोहित जी! आप हमें श्रीमद्भगवद्गीता सुनाएँ व पढ़ाएँ।" अतः राजपुरोहित ने गीता पढ़ना शुरू किया। उन्होंने पहला श्लोक सुनाया...

धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे समवेता युयुत्सवः।

मामकाः पाण्डवाश्चैव किमकुर्वत संजय।।

इस श्लोक को सुन करके महारानी अभिभूत हो गई, मौन हो गई, शांत हो गई और कुछ बोली नहीं। ऐसे ही देर तक शांत बैठी रहीं। पंडित जी सोचने लगे कि महारानी कुछ जिज्ञासा करें तो हम उनका समाधान करें, वे कुछ प्रश्न उठाएँ तो हम उसका उत्तर दें। परन्तु महारानी होल्कर कुछ नहीं बोलीं। राजपुरोहित उन्हें उसी श्लोक का अर्थ बताते रहे, धर्म का अर्थ समझाते रहे, उसकी सूक्ष्म व्याख्याएं करते रहे, फिर वे बोले - "महारानी जी! क्या अब मैं अगले श्लोक की व्याख्या करूँ?"

महारानी बोलीं - "नहीं राजपुरोहित जी! अब भगवद्गीता हमको समझ में आ गई, अब बस, इतना ही हमारे लिए पर्याप्त है।" राजपुरोहित बड़े आश्चर्य में पड़ गए कि एक श्लोक से उनको पूरी भगवद्गीता कैसे समझ में आ गई? यह सोचते हुए वे बोले - "महारानी जी! मैं यह समझ नहीं पा रहा हूँ कि आप एक श्लोक से संपूर्ण श्रीमद्भगवद्गीता कैसे समझ गई?"

महारानी ने उत्तर दिया - "हमको तो इसके दो शब्द ही सारस्वरूप लगे हैं। आपने धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे कहा है और मैंने कुछ और सुना है।" राजपुरोहित बोले - "आपने क्या सुन लिया, मैंने तो यही कहा कि धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे।" महारानी ने कहा - "आपने कहा - धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे और मैंने सुना - क्षेत्रे क्षेत्रे धर्म कुरु। इसका मतलब यह हुआ कि भगवान कहते हैं कि जो भी क्षेत्र तुम्हें मिल गया है, बस, वहाँ धर्म करने का प्रयत्न करो। अधर्म करोगे तो भगवान तुम्हारे लिए नहीं है।"

इतना कहकर महारानी होल्कर आगे बोलीं - "नियति ने प्रकृति के हर जीव को अलग-अलग क्षेत्र में रखा है। किसी का कुरुक्षेत्र कहीं है, किसी का कुरुक्षेत्र कहीं है। कोई शिक्षक है तो कोई विद्यार्थी है। कोई व्यापारी है तो कोई नौकरीपेशा वाला, कोई सैनिक है तो कोई गृहणी है। इस तरह जीवन के जितने भी रूप हैं उन सबका अपना-अपना कुरुक्षेत्र है, कर्मक्षेत्र है। प्रकृति ने, नियति ने मनुष्य को कुरुक्षेत्र तो दिया है, कर्मक्षेत्र तो दिया है, लेकिन इसे धर्मक्षेत्र हमें बनाना है। उसमें धर्म की स्थापना हमें करनी है। हमको यह बात बड़ी गहराई से समझ में आ गई कि क्षेत्रे क्षेत्रे धर्म कुरु। यही भगवद्गीता है और हमारे लिए यही ज्ञान पर्याप्त है।"



कि आज धर्म के मार्ग से विमुख होकर वह जो कार्य करता है, उसे भी धर्म संगत ही समझता है। धर्म, वास्तव में हमें जीवन जीने का सही मार्ग बतलाता है। भगवान ने स्वयं ही कहा है - यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत।

अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम्।।

परित्राणाय साधूनां विनाशाय च दुष्कृताम्।

धर्मसंस्थापनार्थाय संभवामि युगे युगे।।

अर्थात् हे अर्जुन! जब-जब धर्म की हानि और अधर्म की वृद्धि होती है, तब-तब मैं ही अपने रूप को रचता हूँ अर्थात् साकार रूप से लोगों के सम्मुख प्रकट होता हूँ। साधकों का उद्धार करने के लिए, मनुष्य के दुष्कर्मों का, अर्थात् दुष्कृत्यों का विनाश करने हेतु और धर्म की स्थापना करने के लिए मैं प्रकट होता हूँ।

श्रीमद्भगवद्गीता का आरंभ ही 'धर्म' शब्द से हुआ है -

धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे समवेता युयुत्सवः।

मामकाः पाण्डवाश्चैव किमकुर्वत संजय।।

बड़ी विचित्र स्थिति है - धर्मक्षेत्रे कुरुक्षेत्रे और अगर हम इसे अपने जीवन में देखें, अपने व्यक्तित्व में देखें तो यह गीता का प्रथम श्लोक हमारे जीवन में भी घटित होता है। ये जो हमारा शरीर है - धर्मभूमि है। शरीर के माध्यम से हम

सैकड़ों हैं और एक तरफ पाण्डवाश्चैव अर्थात् पांडव हैं। ये पाँच पांडव, इनको हम कुछ भी मान सकते हैं। ये हमारे पंचमहाभूत हो सकते हैं, ये हमारे पंचप्राण हो सकते हैं और ये हमारी पंचइंद्रियाँ हो सकती हैं। ये पाँच ही हैं।

श्रीमद्भगवद्गीता का जो प्रथम श्लोक है, इसका जो आरंभ है, उसमें श्रीमद्भगवद्गीता की कथा का, उसके उपदेश का, उसके आख्यान का पूरा सार है। इससे संबंधित एक बड़ी प्यारी-सी कथा है। इंदौर की महारानी थीं - अहिल्याबाई होल्कर। बड़ी भक्त थीं, उत्तम कोटि की महिला थीं, पढ़ी-लिखी तो नहीं थीं, ज्यादा पांडित्य तो नहीं था उनमें, शास्त्रज्ञान भी नहीं था, लेकिन विवेकज्ञान था, भक्तिज्ञान था। उन्होंने होल्कर राजवंश के दौरान बहुत से शिवमंदिर बनवाए, प्रजा के कल्याण के कार्य किए, अनेकों शुभ कर्म किए, इसलिए जनता में वे बड़ी लोकप्रिय थीं।

एक बार महारानी को ऐसा लगा कि श्रीमद्भगवद्गीता तो धर्म का सार है, इसमें भगवान के वचन हैं और हमको तो संस्कृत पढ़ना नहीं आता तो हमको श्रीमद्भगवद्गीता समझने की कोशिश करनी चाहिए और इसके लिए उन्होंने अपने राजपुरोहित को बुलाया और



उना-गुज.। मुख्यमंत्री माननीय विजयभाई रुपानी को व्यवसनमुक्ति के स्टॉल पर समझाते हुए ब्र.कु. डॉ. डोनिका। साथ हैं ब्र.कु. हीरा, ब्र.कु. गीता, दीव तथा अन्य।



छोटा उदेपुर-गुज.। सात दिवसीय आध्यात्मिक मेले का उद्घाटन करते हुए गुजरात के आदि जाति विकास एवं वन मंत्री शब्द शरण तड़वी, संसदीय सचिव जयंतीभाई राठवा, ब्र.कु. सरला, ब्र.कु. राज दीदी, ब्र.कु. ओंकार, ब्र.कु. मोनिका व अन्य।



मंगलोर-हुबली। क्रिसमस तथा न्यू ईयर के कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. डॉ. बसवराज राजर्षि, सांसद तथा पूर्व केन्द्रीय मंत्री ऑस्कर फर्नांडिस, श्रीमति ब्लोजोम फर्नांडिस, प्रसिद्ध कन्नड़ फिल्म डायरेक्टर सी. अलवा, प्रसिद्ध यक्षगण आर्टिस्ट बास्कर राय कुक्कूवल्ली, वास्तु एक्सपर्ट एंड टैलेन्टेड आर्टिस्ट बसवराज शेटीगर, ब्र.कु. विश्वेश्वरी तथा अन्य।



नरसिंगपुर-म.प्र.। त्रिदिवसीय 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य शिविर' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. डॉ. प्रेम मसंद, एम.डी., ऑन्कोलॉजिस्ट, डॉ. श्रुति, न्यूट्रीशियन, ब्र.कु. कुसुम व अन्य गणमान्य जन।



भोपाल-म.प्र.। 'वैल्यू एज्युकेशन ट्रेनिंग रिचर्स सेंटर का भूमि पूजन करते हुए ब्र.कु. मृत्युंजय, माउण्ट आबू। साथ हैं ब्र.कु. अवधेश बहन, सांसद अलोक संजर, ब्र.कु. सुमन, ए.पी. सिंह, कोलोनल, आर्मी, एन.सी.सी., हर्ष नारंग, प्रसिद्ध आर्किटेक्ट, ब्र.कु. शैलजा, ब्र.कु. प्रतिभा, ब्र.कु. निर्मला, ब्र.कु. नीता, ब्र.कु. रीना, ब्र.कु. सरोज तथा अन्य।



बीजापुर-कर्नाटक। 'ओवरकॉमिंग स्ट्रेस इन बिज़नेस एंड इंडस्ट्री थू गॉइस पॉवर' कार्यक्रम में मंचासीन हैं बसनागोंडा आर. पाटिल, एम.एल.सी., ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. नीलू, ब्र.कु. गीता, माउण्ट आबू, ब्र.कु. कान्ता, गणपति लाल रुग्वाल, जीथो एसोसिएशन चेयर टॉप बिज़नेसमैन तथा विश्वनाथ भावी, प्रेसीडेंट, क्लोथ मर्चेन्ट एसोसिएशन एंड प्रेसीडेंट रेलवे समिति।



दुर्ग-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज आनंद सरोवर नेशनल हाइवे क्र.-6, बघेरा में सड़क निर्माण भूमिपूजन शिलान्यास का अनावरण करते हुए विधायक अरुण वीरा। साथ हैं अरुण यादव, पार्षद अलताफ अहमद, राजकुमार नारायणी, ब्र.कु. रीटा, ब्र.कु. रुपाली तथा अन्य।



राजगढ़-म.प्र.। 'स्वच्छ समाज, स्वस्थ समाज अभियान' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए एस.डी.एम. कमलेश भार्गव, नगर पालिका अध्यक्ष मंगला गुप्ता, लायन्स क्लब अध्यक्ष गोपाल विजयवर्गीय, समाज सेवा प्रभाग के ब्र.कु. ओंकार चंद, मंदसौर से ब्र.कु. सोमी, कोटा से ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. मधु तथा अन्य।



तलेन-म.प्र.। नगर में गुरु पूर्णिमा के पावन अवसर पर मंचासीन हैं डॉ. सरिता सहगल, शर्मा जी, जिला संयोजक, आर.एस.एस. तथा ब्र.कु. लक्ष्मी।



सारंगपुर-म.प्र.। स्थानीय तीर्थ स्थल कपिलेश्वर महादेव पर गीता जयन्ती के कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए आर.के. पाटिल, कॉलेज प्राचार्य, रमेश जोशी, प्राचार्य, शास्त्री हायर सेकेन्डरी स्कूल, महेश्वरी जी, अध्यक्ष ए.बी.वी.पी., ब्र.कु. मधु, ब्र.कु. भाग्यलक्ष्मी तथा अन्य।



सापुतारा-गुज.। आर्ट गैलरी का अवलोकन कराने के पश्चात् कलेक्टर एम.जे. ठक्कर तथा उनके परिवार के साथ ब्र.कु. मधु।



मलकापुर-शाहुवाडी(महा.)। नौजवानों को राजयोग शिविर कराने के पश्चात् समूह चित्र में कर्नल सुनील दास, ब्र.कु. वर्षा, ब्र.कु. वंदना तथा एन.सी.सी. कैम्प विद्यार्थी।

बात को छोड़ना अर्थात् स्वीकारना

- गतांक से आगे...

प्रश्न:- कुछ समय के लिए सचमुच में हमें फोकस रखने की आवश्यकता है और यह छोटे-से स्वार्थ में बदल जाता है। जैसा आपने कहा बाहर से लगातार आत्मसात करते रहते हैं, और हम कहते हैं कि हम तो न्यूट्रल एबजॉर्बर हैं।

उत्तर:- अगर आप किसी चीज को उससे अलग होकर देखो तो आपको परेशानी नहीं होगी। यदि आप ट्रैफिक जाम में खड़े हैं तो आपको बहुत सारी गलतियां दिखाई देंगी। कोई गलत तरीके से ओवरटेक कर रहा है, कोई कुछ कर रहा है तो कोई कुछ कर रहा है। लेकिन हमें इस संबंध में कुछ भी सोचने की आवश्यकता नहीं है। हमें सिर्फ यह सोचना है कि हरेक अपना-अपना रोल अपने-अपने अनुसार प्ले कर रहा है। यह ड्रामा चल रहा है, इसमें हरेक पार्टधारी है, इसमें किसी का दोष नहीं है। इसी तरह सामने वाला जो कुछ भी कर रहा होगा, चाहे वो गलत साइड से ओवरटेक कर रहा है, लाइन तोड़ रहा है, उसके पास उस समय कुछ न कुछ कारण होगा उसके लिए, और जैसे ही हम ये सोचना शुरू करते हैं तो हम स्वीकार कर लेते हैं परिस्थिति को, लोगों को, कि हरेक अपने अनुसार अपना-अपना रोल प्ले कर रहा है और एक्ज्यूट प्ले कर रहा है। यदि कोई आपसे सहायता मांग रहा है तो आप उसकी सहायता करो, लेकिन ये ध्यान रखो कि उस चीज के अंदर हम इतना न व्यस्त हो जायें कि उसके इमोशन का प्रभाव मुझ पर पड़ने लगे।

अब क्या होगा, जैसे आपने कहा, ये पैरेंट का रोल है, ये बॉस का रोल है, ये टीचर का रोल है, क्योंकि हमारा रोल है किसी तरह हम औरों के ड्रामा में थोड़ा सा इन्वॉल्वड हैं क्योंकि हम गाइड हैं, हम फैसिलीटेटर हैं। लेकिन वो रोल कहाँ थोड़ा सा भी खराब होता, जब वो दूसरे एक्टर का इमोशन हमारे ऊपर ओवर पावर कर जाता। बच्चा दर्द में है, मेरा रोल है उसके साथ बैठना, उसके दुःख का कारण जानना, उसके साथ शेर कराना, उसको सही सलाह देना और ये देखना कि कहाँ वो गलत जा रहा है, उसको ठीक करना। लेकिन अगर मैंने वैसा ही दर्द क्रियेट कर लिया तो हो सकता है कि मैं बच्चे से भी ज्यादा दर्द में चली जाऊं, तब मैं अपने रोल को सही तरह से प्ले नहीं कर पाऊंगी। क्योंकि जब यहाँ (मन) एक बार दर्द क्रियेट हो जाता तो वो समझने की क्षमता ही खत्म हो जाती है कि हमें क्या करना है, कैसे करना है और कैसे इसको ठीक करना है।

प्रश्न:- कई बार हम 'रोल प्ले' की बात करते हैं, तो ये सोचते हैं कि ये तो बड़ा मैकेनिकल हो जाता है। ये बिलीफ सिस्टम है कि ऐसे ही तो जीना है, ऐसे ही मुझे रोल भी प्ले करना है।

उत्तर:- रोल प्ले करना है, ये मैकेनिकल होने की बजाए क्रियेटिव हो जाता है। मशीन की तरह तो अभी तक चल रहे थे। मैकेनिकल क्या होता है - जहाँ विकल्प नहीं है कि बच्चा दर्द में है तो मैकेनिकल है कि पैरेंट को दर्द में जाना ही है। मैकेनिकल माना ऑटोमेटिकली माना बटन दबाया और हो गया।

उसने गुस्सा किया तो मेरा यहाँ बटन दबा, मुझे उदास होना ही है। यह पूरी तरह से मशीन की तरह हो जाता है। अब यह क्रियेटिव हो जाता है कि मेरे पास विकल्प है। वो दुःख में है, मैं स्टेबल रह सकती हूँ, मैं न्यूट्रल रह सकती हूँ, मैं और भी पॉजिटिव होकर और भी रचनात्मक बातें सोच सकती हूँ, लेकिन पहले तो मेरे पास कोई विकल्प ही नहीं था। तब हम कहते थे लगाव है। दुःखी के साथ दुःखी होना स्वाभाविक है। ये स्वाभाविक था और यह प्यार का चिन्ह है। अगर वो दर्द में है और मुझे भी दर्द हो रहा है, तो इससे यह पता चलता है कि हम एक-दूसरे को कितना प्यार करते हैं। - क्रमशः



ब्र. कु. शिवानी

स्वास्थ्य

इनको खाने से ये फायदे...

जैतून का तेल

(ऑलिव ऑयल)...

हृदय रोग से निजात मिलेगी...

जैतून के तेल का भोजन में प्रयोग करने से हड्डियाँ मज़बूत होती हैं। इससे हृदय संबंधी रोगों से निजात मिलती है। इसमें फैटी एसिड की पर्याप्त मात्रा होती है, जो दिल के रोगों से बचाता है। साथ ही मधुमेह के रोगियों की शुगर संतुलित रहती है। इसमें कैल्शियम भरपूर होता है, जिससे हड्डियों के रोग नहीं होते हैं।



पालक...

रूखी त्वचा नहीं होगी...

कुछ लोगों की त्वचा बेहद रूखी रहती है। तेल और क्रीम के बाद भी सूख जाती है, ऐसे लोग पालक का भरपूर प्रयोग करें। इसमें भरपूर आयरन के अलावा कैल्शियम, सोडियम, विटामिन ए, सी भी रहते हैं। इसके खाने से रक्तकणों में इजाफा होता है। चूँकि इसमें पर्याप्त एंटीऑक्सीडेंट होता है, इस कारण से त्वचा की झुर्रियाँ भी खत्म होती हैं।



शलजम...

अस्थिमा में राहत...

शीत ऋतु में अस्थिमा की तकलीफ बढ़ जाती है। यदि आप शलजम को अपने आहार में नियमित रूप से रखेंगे तो इससे राहत मिलेगी। इसमें एंटीऑक्सीडेंट बड़ी संख्या में पाए जाते हैं, जो अस्थिमा से निजात दिलाने में मददगार साबित होता है। इसमें प्रचुर फाइबर होता है। आँतों की सफाई भी करता है और शरीर की वायु भी नियंत्रित करता है।



आंवला...

किसी भी रूप में थोड़ा सा आंवला

हर रोज़ खाते रहें, जीवन भर उच्च रक्तचाप और हार्ट फेल नहीं होगा।



मखाना: एक मुट्ठी हर दिन

मखाना पोषक तत्वों से भरपूर है। मखाना किडनी और हृदय के लिए लाभप्रद है। मखाने में 9.7 प्रतिशत प्रोटीन, 76 प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट, 12.8 प्रतिशत नमी, 0.1 प्रतिशत फैट, 0.5 प्रतिशत मिनरल, 0.9 प्रतिशत फास्फोरस एवं 1.4 मिलीग्राम आयरन भी मौजूद होता है। इसमें कैल्शियम, अम्ल और विटामिन बी भी पाया जाता है। इसे बस मुट्ठी भर खाना बहुत फायदेमंद होता है।

1. मखाने से डायबिटीज़ जो उच्च रक्त शर्करा का स्तर है, नियंत्रित होता है। इसके बीज में स्टार्च और प्रोटीन होने के कारण यह डायबिटीज़ पर काबू के लिए बहुत अच्छा होता है।



2. किडनी और दिल की सेहत के लिए फायदेमंद है। यह स्लीन को डिऑक्सीफाई करके किडनी को मज़बूत बनाता है और ब्लड को साफ़ रखता है।

3. मखाने में बढ़ती उम्र के प्रभाव को रोकने की क्षमता होती है। झुर्रियाँ और बालों का सफेद होना भी मखाने से कम हो जाता है। मखाना एंटी-एजिंग के साथ एंटी-ऑक्सीडेंट से भी भरपूर होता है जो उम्र को रोकने में सहायता करता है। इस वजह से आप लंबे समय तक जवान बने रह सकते हैं।

4. मखाना में कैल्शियम भी होता है, इसलिए यह जोड़ों के दर्द, विशेषकर अर्थराइटिस के मरीजों के लिए काफी फायदेमंद होता है।

पहचाने मन की अद्भुत शक्ति को

जब हम अपने मन के रहस्य को समझते हैं, तो उसमें एक बात बड़ी फिक्स होती कि सबसे पहले आप कुछ भी चाहते हैं, तो उसे बड़ी शिद्दत से चाहो, या मांगो। इसके बाद उसपर पूरी तरह से आँख बंद करके विश्वास करो। इसके तीसरे पहलू में ये होता है कि उसे प्राप्त करने के लिए धैर्यपूर्वक इंतज़ार करो। इसको एक लाइन में कहते हैं, आस्क, बिलीफ एंड रिसीव। लेकिन



इस पूरे घटनाक्रम को अगर हम एक साथ देखें तो क्या ये कारगर सिद्ध होगा! क्या मांगने से सबकुछ मिलता है! या उसपर थोड़ा और काम करने की ज़रूरत है!

अब आप ध्यान से पूरे घटनाक्रम को देखो। साइंस कहता कि जो कुछ हम सोचते हैं, वो सारा कुछ पूरे वातावरण में क्वांटम फ़िज़िक्स के आधार से फैल जाता है। चलो एक तरह से ठीक है कि फैल जाता है, लेकिन उसमें हमारा क्या, हमारा तो वही फैलेगा ना जो हमारे अंदर होगा! देखिए होता क्या है, अगर आपको आई.ए.एस. ऑफिसर बनना है, या फिर आपको घर चाहिए, गाड़ी चाहिए, या पैसा चाहिए, तो उसके लिए

देखो आपको क्या चाहिए। आप अगर आई.ए.एस. बनना चाहते हैं तो करना क्या होगा, पढ़ाई ही करनी होगी। सारे विषयों का गहनता से अध्ययन करना होगा, अर्थात् विषयों की पकड़ हमारे उस पद के प्रति आकर्षण की शक्ति को बढ़ा सकती है। लेकिन बिना हम पढ़े, कुछ भी कैसे बन सकते हैं! वैसे ही आपको यदि गाड़ी

मन की शक्ति को लोग आकर्षण के सिद्धान्त के लिए भी इस्तेमाल करते हैं। सभी का एक ही विचार है कि आप जो चाहते हैं उसे आकर्षित कर सकते हैं। लेकिन आकर्षण का सिद्धान्त ऐसे काम नहीं करता, ऐसा हमारा मानना है। अगर ऐसा होता, तो लोग घर बैठे, बिना कुछ किए सबकुछ प्राप्त कर लेते। आकर्षण के सिद्धान्त के लिए लोग बातें सही कहते, लेकिन जब उसे उदाहरण के रूप में दूसरों के सामने रखते, तो कहीं न कहीं वो कारगर सिद्ध होता नज़र नहीं आता। उसके कारणों में चलते हैं।

चाहिए, तो गाड़ी आने से ही सबकुछ नहीं होगा, क्योंकि गाड़ी जब घर आती है, तो उसके बाद उसके मेन्टेनेंस का खर्चा बढ़ जाता है। हर समय आपकी गाड़ी में पाँच से दस हजार रुपये होने ही चाहिए, क्योंकि कभी भी कुछ भी हो सकता है। उसकी देखभाल, चलाने के लिए पेट्रोल, कितना कुछ बढ़ जाता है! सिर्फ गाड़ी आने से ही नहीं है, उसके बाद देखो कितना कुछ बढ़ जाता है! ऐसे

ही एक गरीब व्यक्ति जब गाड़ी को आकर्षण के सिद्धान्त से आकर्षित करने की कोशिश करेगा तो उसे सबसे पहले तो यह सोचना चाहिए कि मैं गाड़ी अगर ले आता हूँ तो रखूंगा कैसे! उसको मेन्टेन कैसे करूंगा! फिर किस लेवल की गाड़ी चाहिए आदि आदि। ऐसे बिना सबकुछ सोचे ही गाड़ी कैसे मिलेगी! इसीलिए जब कोई आकर्षण के सिद्धान्त का प्रयोग करता है और सफल नहीं होता तो उसका एक कारण है कि उन सारी चीज़ों को रखने के लिए एक पर्याप्त स्थान नहीं होता जिससे वो चीज़ उसको कभी नहीं मिलती और वो निराश हो जाता है।

कुल मिलाकर हम आपको ये समझाना चाहते कि आकर्षण का सिद्धान्त, जो मन के चमत्कारिक अनुभव के आधार से नहीं है, बल्कि हमारे अंदर की समझ, ज्ञान तथा उसके अनुभव के आधार से है। जब किसी चीज़ के बारे में हमारी समझ बढ़ती जाएगी, अनुभव बढ़ता जाएगा तो उस चीज़ के बारे में हमारा विश्वास पक्का होता जाता है, और हम उस चीज़ को प्राप्त कर लेते हैं। एक साथ अगर इसको कहना चाहें तो कह सकते हैं कि हमारे अंदर जब तक उस चीज़ के लिए, उस वस्तु के लिए योग्यता नहीं होगी, या हम पूरी तरह से उसको प्राप्त करने के लिए डिज़र्विंग नहीं होंगे, तब तक वो चीज़ हमको मिलने वाली नहीं है, चाहे हम कितना भी ज़ोर लगा लें। जैसे ही आप योग्य होंगे, हम आपकी तरफ से गैरंटी करते हैं कि आपको वो चीज़ निश्चित रूप से मिलनी ही है। तो हमें बस अपनी योग्यता को ज्ञान और अनुभव के आधार से बढ़ाते जाना है। तब हम मन की अद्भुत चमत्कारिक शक्ति का प्रयोग कुछ भी प्राप्त करने में कर सकते हैं।



राजनांदगांव-छ.ग.। मुख्यमंत्री डॉ. रमन सिंह के 13 वर्ष कार्यकाल पूर्ण होने पर उन्हें बधाई देते हुए ब.कु. पुष्पा, ब.कु. प्रभा व अन्य।



पाटन-गुज.। सेवाकेन्द्र के 43वीं वर्षगांठ पर कैडल लाइटिंग करते हुए ब.कु. सरला, राष्ट्रीय संयोजिका, ग्राम विकास प्रभाग, ब.कु. नीलम तथा अन्य ब.कु. भाई बहनें।



वरठी-भंडारा रोड(महा.)। 'किसान सशक्तिकरण सम्मेलन' के दौरान मंचासीन हैं मुख्य प्रशिक्षक महेन्द्रभाई ठाकुर, सरपंच संजय मिरासे, पूर्व सभापति चोपकर जी, पत्रकार तथागत मेश्राम, ब.कु. उषा, ब.कु. प्रेमलता, ब.कु. शक्ति तथा अन्य।



संगमनेर-महा.। नगर परिषद की नवनिर्वाचित नगराध्यक्षा दुर्गाताई तांबे एवं सभी नगरसेवक तथा नगर सेविकाओं का सम्मान करने के पश्चात् समूह चित्र में पुना सबजॉन ईचार्ज ब.कु. सुनंदा, ब.कु. शोभा, गोवा, ब.कु. भारती तथा ब.कु. पदमा।



दुर्ग-छ.ग.। ब.कु. ओमप्रकाश भाईजी की पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धा सुमन अर्पित करने के बाद उपस्थित हैं प्रसिद्ध मनोरोग चिकित्सक डॉ. प्रमोद गुप्ता, समाजसेवी नेतराम अग्रवाल, ब.कु. रीटा, ब.कु. रुपाली व अन्य।



पचोर-म.प्र.। क्रिसमस डे पर फादर सिब्वी जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. वैशाली।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहली-13-2017

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					31		32	
		33						

बनें विजेता : पहली 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 पहलियों में जिसका सबसे ज्यादा सही जवाब होगा उन्हें विजाताओं के लिस्ट में शामिल किया जाएगा और वर्ष के अंत में उन्हें आकर्षक ईनाम दिया जाएगा। इसलिए पहली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

पहली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहली 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 पहली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

- शंकर की पत्नी, पार्वती (2)
- ईश्वर, भगवान, अल्लाह (4)
- दिल की...में कलम डुबोकर बाबा तुम्हें (3)
- नासमझ, अनाड़ी (3)
- दवा, इलाज, औषधि (3)
- आने वाले...की तुम तकदीर हो (2)
- ...लुटाने वाले, सदज्ञान सुनाने वाले, आशीर्वाद (4)
- बाबा द्वारा स्थापित धर्म (6)
- ...उड़ के चले जाएं, मैं का बहुवचन(2)
- लक्ष्मी नारायण के स्वयंवर के पहले के नाम (2,2)
- नया युग, सतयुग, स्वर्ग (4)
- मगन, लीन, तल्लीन (2)
- नस, नाड़ी (2)
- चुनौति, चैलेन्ज (4)
- कटार, छोटी तलवार, सिक्ख धर्म की पाँच मुख्य निशानियों में से (3)
- वर्ण, रंगने के काम आने वाला पदार्थ (2)
- सम्पूर्ण, साड़ी (2)
- अन्तर, भिन्नता (2)

बायें से दायें

- बड़ा....हम पर किया, दया, एहसान (4)
- कुख्यात, बाप का कभी नाम....नहीं करना है (4)
- मारने की क्रिया, मारना (2)
- वचन, इकरार, प्रतिज्ञा (2)
- सबका....एक फिर क्यूँ बटा हुआ संसार है (3)
- ऐ....वासी तुम्हें बच्चे बुलाते हैं (3)
- अ से....प से परमात्मा ब से बाबा हमारे (2)
- तरंग, कंप, उमंग, उत्साह (3)
- सरसों, एक तिलहन अनाज (2)
- सारा....पढ़ाई पर है, अक (3)
- मेरे मन के मान....के ओ हंसा राणा (4)
- झुका हुआ, नम्र, नमन (2)
- बाप बच्चों पर...नहीं करते, दया (2)
- जोड़ी दार, जीवन साथी, युग्म (3)
- सतयुग का फर्स्ट प्रिन्स (2)
- लहर, कंप, उमंग (3)
- चीज़ों की संख्या, बहुमूल्य पत्थर (2)
- बिगुल, युद्ध की हुंकार (4)
- रुकना, विश्राम करना (4)

- ब.कु. राजेश, शांतिवन



भोपाल-म.प्र.। मुख्यमंत्री माननीय शिवराज सिंह चौहान को हैम रेडियो की सिल्वर ज्युबली फेस्टिवल की सूवनिर बुक भेंट करते हुए ब्र.कु. अवधेश बहन, ब्र.कु. दिलीप तथा ब्र.कु. रानी।



शांतिवन। दीपावली के अवसर पर चौबीस घंटे में 1 करोड़ 352 वाट्स एप यूजर्स को दीपावली का आध्यात्मिक संदेश भेजा गया। इसे 'बंडर बुक ऑफ रेकॉर्ड्स इंटरनेशनल, लंडन' में शामिल किया गया। वर्ल्ड रेकॉर्ड का सर्टिफिकेट ब्रह्माकुमारीज की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी को प्रदान करते हुए ब.कु. मृत्युंजय, ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके, ब्र.कु. शक्तिराज तथा अन्य।



वडोदरा-अटलादरा(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज तथा जिला खेतीबाड़ी पंचायत के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित 'किसान सशक्तिकरण दिव्य महोत्सव' का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. सरला, जिला विकास अधिकारी सोरभ पारधी, एम.के. कुरैशी, संयुक्त खेती नियामक-विस्तरण, विपिन भाई पटेल, महामंत्री, गुजरात राज्य किसान समाज, ब्र.कु. अरुणा, राजेश दवे, ब्र.कु. पूनम तथा अन्य गणमान्य जन।



उल्हासनगर-5(मह.)। सूफी संत दरबार में प्रजापिता ब्रह्मा बाबा की प्रतिमा का उद्घाटन करते हुए संत श्री अमर बाबा तथा ब्र.कु. सुनीता।



उस्लापुर-विलासपुर(छ.ग.)। प्रो. तीर्थेश्वर सिंह एवं उनकी धर्मपत्नी डॉ. वीना सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. फूल।



गोधरा-गुज.। समाजसेवा शिवदर्शन एक्सप्रेस ट्रेन यात्रा के शुभारंभ कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए एम.एस. गढ़वी, डिप्टी कलेक्टर एवं जिला पुरवठा अधिकारी, रमेशभाई पटेल, सी.ई.ओ., आर.बी.कार्स, मारुती ऑथोराइज्ड डीलर, ब्र.कु. सुरेखा, विद्या हरवाणी, प्रमुख, नगर सेवा सदन, भारत सिंह सोलंकी, सी.आर.सी., ब्र.कु. रतन तथा ब्र.कु. डॉ. निरंजना।

हर कार्य को उत्सव बना लें...

- ब्र.कु. गोविंद

आज किसी को भी हम पूछें तो कहेगा टाईम नहीं है, मैं कार्य में बहुत व्यस्त हूँ, अपने कार्यों में वह लगा रहता है, उन्हें पूरा करने में जुटा रहता है। कई बार वह अपनी व्यस्तता का प्रमाण भी देता है, अपने कार्यों का लेखा-जोखा भी रखता है। लेकिन ऐसा करने मात्र से कार्य समाप्त नहीं हो जाते, बल्कि एक कार्य समाप्त होने तक दूसरे अन्य कई कार्य सामने आ जाते हैं। इस तरह कार्य करने का अंतहीन सिलसिला जीवन भर चलता रहता है। लेकिन क्या ये कार्य हमारे उत्साह को, हमारे आनंद को बढ़ाते हैं या हमें तनाव से, परेशानी से भर देते हैं?

कार्य का जुनून हर व्यक्ति के दिमाग पर छाया रहता है, क्योंकि यदि कार्य नहीं किया जाएगा, तो न तो जीविकोपार्जन हो पाएगा और न ही व्यक्ति अपने जीवन में आगे बढ़ पाएगा। संसार में जीवित रहने के लिए उपार्जन करना ज़रूरी है और इस उपार्जन के लिए काम करना भी ज़रूरी है। अपनी इच्छाओं को पूरा करने के लिए भी कार्य करना ज़रूरी है। लेकिन कार्य की व्यस्तता और इससे उपजा तनाव आज हमारी जीवनशैली का एक अभिन्न हिस्सा बन गया है।

कार्य की व्यस्तता तो ठीक है, सकारात्मक है, लेकिन इससे उपजा तनाव नकारात्मक है। यह तरह-तरह की शारीरिक-मानसिक बीमारियों के उत्पन्न होने का एक प्रमुख कारण है। इससे न केवल हमारी शारीरिक व मानसिक क्षमता घटती है, बल्कि जीवन जीने का आनंद भी इसमें लुप्त हो जाता है। जीवन में हर कोई सुकून के पल चाहता है, खुशियाँ चाहता है, शांति चाहता है, लेकिन आज मनुष्य के कार्य करने का तरीका कुछ ऐसा है कि जिसके कारण उसके जीवन से सुकून, शांति व खुशियों के पल कोसों दूर होते जा रहे हैं। कार्य की व्यस्तता में वह स्वयं को भुला-सा बैठा है, स्वयं के विकास से अपरिचित-सा है। आज वह परिचित है तो केवल संसार के बाहरी आवरण से, उसके आकर्षण से, जिसे वह पाना चाहता है, लेकिन जिसे पाकर भी वह कभी तृप्त नहीं हो पाता है।

मनुष्य अपने जीवन में इतना श्रम करता है, लेकिन उसके बाद भी वह अपने जीवन से संतुष्ट नहीं हो पाता है। जीवन उसे वह खुशी नहीं दे पाता है, जो

स्थायी हो। वह बस, कुछ पलों की खुशी के लिए भटकता रहता है, कार्यों में उलझा रहता है। तो क्यों न हम अपने जीवन के कार्यों में ही खुशी तलाश लें। हमारा लक्ष्य यह हो जाए कि खुशी या आनंद प्राप्ति के लिए कोई कार्य नहीं करना है, बल्कि अपने हर कार्य में आनंद को ही महसूस करना है। यदि यह कला सीख ली जाए तो सचमुच हमारा जीवन खुशियों का स्रोत बन जाएगा।

बहुत से कार्य कर लेता है, जिन्हें वह रचनात्मकता के साथ भी पूरा करता है। उसका वह कार्य औरों को भी पसंद आता है और उसे स्वयं भी आनंद आता है।

जीवन में जो व्यक्ति उत्सव के लिए अलग से समय निकालते हैं, वो कार्य को एक तरह से बोझ मानते हैं और उस बोझ को हल्का करने के लिए उत्सव मनाते हैं। ऐसे लोगों के जीवन में तनाव-चिंता ज़्यादा होती है। क्योंकि कभी कार्य का यह बोझ हल्का होता है तो कभी बढ़ जाता है। इस तरह जब-जब कार्य का बोझ बढ़ता है, तब-तब इनका तनाव भी बढ़ता है। यदि कार्य को करने के पीछे का नज़रिया यह रहे कि यह एक बोझ है, जिसे हल्का करने के लिए अन्य तरीकों को आजमाने की आवश्यकता है तो कार्य कभी उत्सव में नहीं बदल सकता। कार्य को उत्सव में बदलने के लिए प्रत्येक कार्य को भगवान के द्वारा प्रदत्त एक उपहार मानकर उसे

सम्पूर्ण ज़िम्मेदारी के साथ पूरा करने की आवश्यकता है।

मनुष्य अपने जीवन में कार्य इसलिए करता है, ताकि जीवन में वह कुछ पल चैन से जी सके। भले ही आज-अभी कितनी भी मेहनत करनी पड़े, लेकिन उसके फलस्वरूप हो सकता है कि उसे भविष्य में थोड़ा आराम, थोड़ी शांति, थोड़ा सुकून, थोड़ा आनंद मिले। इस थोड़े को पाने के लिए वह बहुत मेहनत करता है, लेकिन थोड़े से वह तृप्त नहीं होता और अधिक पाने के प्रयास में लगा रहता है, परन्तु उसे हासिल नहीं कर पाता।

यदि इसे पाना है तो इसका एक ही तरीका है कि जीवन के हर पल में, हर कार्य में इसे खोज लिया जाए। जिस तरह जब हम उत्सव मनाते हैं, तो हर कार्य बहुत ही संजोकर करते हैं, बहुत अच्छे से करते हैं, मन में प्रसन्नता रहती है, किसी तरह

का मानसिक तनाव व दबाव नहीं लेते, बस, कार्य खुशी के साथ उत्सव मनाने के लिए करते हैं और इसका परिणाम यह होता है कि कार्य तो पूरा होता ही है, मन भी प्रसन्न व संतुष्ट रहता है। उत्सव मनाने का आनंद भी आ जाता है और अपने परिश्रम पर संतोष भी होता है।

ठीक उसी तरह यदि हम अपने कार्यों को उत्सव मनाने की तरह करें, उनमें तरह-तरह के सृजनात्मकता के रंग बिखेरें, कार्यों को नए ढंग से, नए तरीके से करें, जीवन के नए आयामों को खोलें, तो जीवन में कार्य करने का आनंद आ जाएगा और फिर हर कार्य जीवन में उत्साह बढ़ाएगा, उल्लास बढ़ाएगा न कि यह बोझ बनेगा।



यदि हम कार्यों में आनंद को महसूस नहीं करते तो वे हमारे लिए बोझ बन जाते हैं और हम उन्हें येन-केन प्रकारेण पूरा करने की सोचते हैं। कार्य करने का सही तरीका यह है कि प्रत्येक कार्य को उत्सव की तरह अपनाया जाए और उसे उसी उत्साह के साथ पूरा किया जाए। सामान्य ढंग से कार्य करने और उत्सव के भाव से कार्य पूरा करने के तरीके में फर्क है। सामान्य ढंग से जब हम कार्य करते हैं तो उसमें कोई आनंद नहीं होता, बे-मन से बस उस कार्य को पूरा करने के लिए कार्य किया जाता है। इसके विपरीत जब मन में उत्सव का भाव होता है तो उस उत्साह में व्यक्ति

सकारात्मक चिन्तन से बदलेगी परिस्थितियाँ

साधारणतया हमें वे परिस्थितियाँ अधिक याद रहती हैं, जिनसे हमें कष्ट-दुःख-पीड़ा मिली होती है, जैसे-किसी व्यक्ति ने हमें धोखा दिया हो, किसी परिस्थिति में हमसे गंभीर गलती हो गई हो आदि। इसके विपरीत जो परिस्थितियाँ हमें सुख देती हैं, हमें सुकून देती हैं, वे उन परिस्थितियों की तुलना में कम याद रहती हैं, जो हमें दुःख पहुँचाती हैं। वास्तव में हम सभी यही चाहते हैं कि हमारे जीवन में सुखद परिस्थितियाँ आएँ और दुःखपूर्ण कष्टपूर्ण परिस्थितियाँ चली जाएँ, परन्तु इसके लिए हमें इसके पीछे छिपे कुछ तथ्यों को गहराई से समझना होगा, तभी हमारे जीवन में ऐसा संभव होगा।

मनीषियों के अनुसार, जिस तरह के विचारों को हम अपने चिंतन में प्रश्रय देते हैं, उन्हीं से संबंधित परिस्थितियों को हम आकर्षित करते हैं और जिन महत्वपूर्ण विचारों की हम उपेक्षा करते हैं, उन पर ध्यान नहीं देते, वे हमारे जीवन में भी घटित नहीं होते। इसलिए जीवन में शुभ, मंगलकारी विचारों को अपने ध्यान का विषय बनाना चाहिए। इस शुभ चिंतन के परिणामस्वरूप होने वाले शुभकर्मों के फलस्वरूप ही तो शुभ परिस्थितियों का हमारे जीवन में आगमन होता है।

जिस तरह ज़मीन में बोए हुए बीजों को सींचा जाता है, अंकुरित होने पर उनकी देखभाल का ध्यान रखा जाता है और पौधा बन जाने पर उनके खाद-पानी व पोषण की व्यवस्था की जाती है, उसी तरह से हम जिन विचाररूपी बीजों को अपनी मानसिक ऊर्जा का पोषण देते हैं, उन पर अधिक ध्यान देते हैं -उन्हें विकसित होने का अवसर सरलता से मिल जाता है, भले ही फिर वे चाहे शुभ विचार हों या अशुभ विचार।

विधेयात्मक चिन्तन की बात तो हम सभी

करते हैं, लेकिन यह भली भांति जानते हैं कि यह इतनी आसानी से नहीं होता। चिंतन को शुभ, विधेयात्मक बनाने के प्रारंभिक प्रयासों में व्यक्ति कितना भी अच्छा सोचने, अच्छा करने का प्रयास करता है, पर फिर भी इन प्रयासों में बाधाएँ आती हैं जिनसे घबराकर, परेशान होकर हम इन प्रयासों को छोड़ बैठते हैं। जिस प्रकार से राह में आने वाले हर कंकड़-पत्थर को हम बीनकर नहीं हटा सकते हैं, लेकिन पाँवों को जूते

पानी, जो आगे नहीं बढ़ सकता, जिसके आगे बढ़ने के मार्ग को अवरुद्ध कर दिया गया है। हमारे जीवन में जो भी कड़वे अनुभव आते हैं, वे भी कुछ समय के बाद अतीत बन जाते हैं, वर्तमान में लंबे समय तक वे नहीं टिकते, फिर क्यों उन्हें लगातार याद करके हम अपने वर्तमान समय को दुःखमय बनाते हैं व उन्हें लंबे समय तक अपने साथ चलने का अवसर देते हैं। अतः ऐसे समय से सीख लेना चाहिए और व्यक्तियों व

की कला सीखनी चाहिए। हम दूसरों से कोई वचन लें या न लें, लेकिन खुद से एक वचन ज़रूर लेना चाहिए और वह यह है कि जीवन में चाहे जैसी भी कठिन परिस्थिति आए, हम अपनी सकारात्मकता को प्रभावित नहीं होने देंगे। जीवन में जो मिठास हमें मिलती है, उसे तो हम सहजता से स्वीकार लेते हैं, लेकिन जो वड्डुवाहट मिलती है, उसे स्वीकारना आसान नहीं होता। या तो हम बिना किसी परेशानी के उसे स्वीकारने का अभ्यास कर लें या फिर उस कड़ुवाहट को बिना किसी को आहत किए, अभिव्यक्त करने के तरीके ढूँढ़ें, जैसे -डायरी लिखना, किसी से बात करके अपना दुःख साझा करना आदि। यदि परिस्थितियाँ विषतुल्य हानिकारक हैं तो उनसे अपने जीवन व मन को

भी हमारे लिए हितकारी होती हैं। अतः हमें इन्हें अपनाना चाहिए, इनकी उपेक्षा नहीं करनी चाहिए, क्योंकि ये औषधि की तरह हमारे जीवन में अपनी भूमिका निभाती हैं और हमारे जीवन को सँवारती व निखारती हैं।

हमारा स्वभाव पत्थर की तरह कठोर नहीं, पानी की तरह नरम होना चाहिए, जो किसी भी परिस्थिति में आगे बढ़ने-बहने की राह बना ले। पत्थर अड़ियल किस्म का होता है, ज़िद्दी होता है, वह एक जगह स्थिर रहता है, आगे नहीं बढ़ सकता, लेकिन पानी अपने बहने के मार्ग में यदि छोटा-सा भी छिद्र है तो उससे निकलकर बह जाता है, रूकता नहीं है, अवरोध के हटने की प्रतीक्षा नहीं करता। यदि मन का संकल्प स्थिर नहीं होगा, कमज़ोर होगा तो किसी भी एक बात पर, एक निर्णय पर टिके रहना मुश्किल होगा और जीवन में हम जो चाहते हैं, उसे प्राप्त करना भी असंभव हो जाएगा। इसलिए व्यवहार करते समय तो पानी की तरह नरम रहें, किसी को भी चोट न पहुँचाएँ और सरलता के साथ आगे बढ़ें। लेकिन अपने मन के संकल्प को इतना मज़बूत बनाएँ कि कोई भी आघात-प्रतिघात उसे छिन्न-विच्छिन्न न कर सके।

मनुष्य परिस्थितियों का दास नहीं वरन उनका निर्माता व नियंत्रणकर्ता है। हमारे जीवन में ऐसा तभी संभव है जब हम परिस्थितियों को भली प्रकार समझ सकें, उनसे जूझने व उन्हें हल करने की कला सीख सकें, क्योंकि जो परिस्थितियों का अपने लिए निर्माण करता है वो निर्माता है, जो परिस्थितियों पर अपना पूरा नियंत्रण रखता है वो नियंत्रणकर्ता है और जिसके अधीन परिस्थितियाँ रहती हैं, वह उनका स्वामी होता है और जो परिस्थितियों के रूख में बहने के लिए विवश होता है, मजबूर होता है, वह दास होता है। परिस्थितियों को अपने अनुरूप बनाने के लिए मनःस्थिति को मज़बूत करना आवश्यक है। यही हमारे जीवन का मुख्य ध्येय होना चाहिए।



ज़िंदगी की राह में जब हम आगे बढ़ते हैं तो मार्ग में कहीं-न-कहीं हमें ठोकर लगती है, हम चोटिल होते हैं, दुःखी होते हैं। तरह-तरह की परिस्थितियाँ हमारे सामने ऐसी आ जाती हैं, जिनसे हमारी भावनाएँ आहत हो उठती हैं। ज़िन्दगी की ऐसी परिस्थितियों में ठहरना उचित नहीं है, बल्कि उनसे उबरकर आगे बढ़ना अत्यंत ज़रूरी होता है, अन्यथा हमारा आंतरिक विकास वहीं अवरुद्ध हो जाता है।

पहनाकर उनसे अपनी आसानी से रक्षा कर सकते हैं, ठीक इसी प्रकार जीवन में परेशान करने वाली हर बाधा को हम दूर नहीं कर सकते, परन्तु सूक्ष्म रूप से अपने मन-मस्तिष्क को इतना सशक्त बना सकते हैं कि ऐसी परिस्थितियाँ उन्हें चोटिल न कर सकें, हमारे आत्मविश्वास को पग-पग पर डिगा न सकें और हम अपने प्रगति-पथ पर बढ़ते रह सकें।

सामान्यतया वे बातें हम अधिक याद करते हैं, जो हमें चोट पहुँचाती हैं, लेकिन उन बातों में ही अटककर रह जाना कुछ ऐसा है, जैसे -ठहरा हुआ

परिस्थितियों को माफ करते हुए आगे बढ़ जाना चाहिए।

जिस तरह नाटक की कहानी में सभी तरह के पात्र होते हैं -नायक-खलनायक, अच्छे-बुरे-भले, इनके बिना न तो नाटक की कहानी आगे बढ़ती और न ही इनके बिना नाटक का आनंद आता है। उसी तरह से हमारा जीवन भी एक तरह का नाटक है, जिसमें स्वतः ही अच्छी-बुरी परिस्थितियाँ आती रहती हैं, और हमारे जीवन को सुखी व दुःखी करती रहती हैं। हमें इन्हें स्वीकारना आना चाहिए और इनसे कुछ सीखकर जीवन में आगे बढ़ने

प्रभावित होने से बचाने के लिए हर संभव प्रयास करना चाहिए, अन्यथा यह विष हमारे जीवन को ही समाप्त कर देगा, लेकिन यदि परिस्थितियाँ औषधि की तरह क्षणिक समय के लिए कड़ुवी व कष्ट देने वाली हैं तो इन्हें ग्रहण करने में संकोच नहीं करना चाहिए, क्योंकि ये हमारे लिए जीवनदायिनी हो सकती हैं। हमारी परेशानियों को दूर करने व बीमारियों से राहत दिलाने में हमारी मदद कर सकती हैं।

जीवन में कई छोटी-छोटी ऐसी बातें होती हैं जो हमें अच्छी नहीं लगतीं, लेकिन तब

...अनुभव... तेरे भाने सबका भला

दुनिया में भी आपने सुना होगा कि 'जाको राखे साइयां मारे सके ना कोय', इस कहावत को हमने चरितार्थ देखा अपने एक अनुभव में, जिसमें परमात्मा ने हम सभी को एक परिस्थिति से ऐसे निकाला जैसे मक्खन से बाल। सभी का अनुभव जैसा भी रहा हो, लेकिन हमने जीवंत देखा। मैं उसको आपके सामने एक अनुभव के माध्यम से रखना चाहूंगा।

65 ब्र.कु. भाई बहनें माउण्ट आबू परमात्म मिलन के लिए 27 दिसम्बर 2016 को सियालदाह-अजमेर एक्सप्रेस से माउण्ट आबू परमात्म मिलन कार्यक्रम हेतु आ रहे थे। कोहरे के कारण ट्रेन



- ब्र.कु. वेद प्रकाश मिश्र, एडवोकेट, हाईकोर्ट इलाहाबाद, उ.प्र.

11 घंटे विलम्ब से चल रही थी। सुबह सवा पाँच बजे का समय था, जिसमें हम सभी परमात्मा की याद में बैठे थे। तभी ट्रेन असहज रूप से डगमगाने लगी, हमें अनुभव हुआ कि ट्रेन दुर्घटनाग्रस्त होने वाली है। पंद्रह सेकण्ड में हमने देखा कि सभी अपने बर्थ से तेज़ी से नीचे गिरने लगे। अंधेरा होने के कारण कुछ दिखाई नहीं दे रहा था, खिड़कियाँ व दरवाज़े बंद थे। हमने परमात्मा को याद किया और देखा कि हम बिल्कुल सुरक्षित थे। सुरक्षित ही सभी का सामान भी बाहर आ गया था, लेकिन बाहर की बोगियाँ

और बाहर की स्थिति बड़ी भयावह थी। लेकिन सबसे बड़ी बात ये थी कि इसमें चालीस से पचास लोग घायल हुए लेकिन किसी का अंग भंग नहीं हुआ था और ना ही किसी के मौत की सूचना मिली। इस दुर्घटना की भयावह स्थिति के मध्य सभी को उसमें सुरक्षित पाकर हमने परमात्मा को धन्यवाद किया कि आपने इतनी बड़ी दुर्घटना को सूली से कांटा बना दिया। बार-बार दिल से यही निकल रहा था वाह! बाबा वाह!, फिर भी हमारा मन था कि हम मधुबन माउण्ट आबू जायें। तभी स्टेशन मास्टर ने बताया कि इंजन सहित आठ बोगियाँ अजमेर जायेंगी, फिर देर किस बात की थी, हम जल्दी-जल्दी एक बोगी जाकर बैठ गये और देखा कि हमारे सभी साथी आ गये। पत्रकारों को पता चला कि हम परमात्म मिलन के लिए तीर्थ यात्रा पर जा रहे हैं तो वे खुश हुए और उन्होंने टी.वी. न्यूज़ चैनल को भी बताया कि इन फरिश्तों के कारण ही सभी सुरक्षित थे। कोई अलौकिक शक्ति का ही ये चमत्कार है। धन्यवाद परमात्मा, धन्यवाद शिव बाबा।



शहारा-गुज.। समाजसेवा शिवदर्शन एक्सप्रेस ट्रेन के शहारा पहुँचने पर भव्य कार्यक्रम के पश्चात् एक्सप्रेस को हरी झंडी दिखाकर जन सेवार्थ गाँवों में रवाना करते हुए नगर सेवा सदन प्रमुख प्रेमलता बहन। साथ हैं ब्र.कु. सुरेखा, ब्र.कु. रतन, ब्र.कु. जया, ब्र.कु. ज्योत्सना तथा अन्य।



केशोद-गुज.। सेवाकेन्द्र के 33वें वार्षिकोत्सव के कार्यक्रम में अपनी बधाइयाँ देते हुए हास्य कलाकार रमझान भाई मोर, एस.बी.आई. के मैनेजर बाबुभाई राठोड, ब्र.कु. रूपा, ब्र.कु. मीता तथा ब्र.कु. गीता।



झाबुआ-म.प्र.। 'किसान सम्मेलन' के दौरान वन एवं उद्यानिकी राज्यमंत्री सूर्य प्रकाश मीणा को शाश्वत यौगिक खेती की पुस्तक सौगात रूप में भेंट करते हुए ब्र.कु. जयन्ती। साथ हैं ब्र.कु. ममता, जिला कलेक्टर, जिलाधीश डॉ. आशीष सक्सेना तथा अन्य।



रालेगन सिद्धि-महा.। सामाजिक कार्यकर्ता अन्ना हजारे को ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देते हुए ब्र.कु. उपेन्द्र, माउण्ट आबू तथा अन्य।



राजनांदगांव-छ.ग.। अंतर्राष्ट्रीय वृद्ध दिवस पर आयोजित दिव्य उद्बोधन समारोह में दीप प्रज्वलित करते हुए माउण्ट आबू से डॉ. महेश एन. हेमाद्रि, प्रसिद्ध उद्योगपति दामोदर दास मूंदड़ा, वार्ड पार्षद भगवान दास सोनी, ब्र.कु. पुष्पा तथा अन्य।



भरूच-गुज.। प्रसिद्ध टी.वी. कलाकार दिव्यांका त्रिपाठी के सेवाकेन्द्र में आने पर उनका स्वागत करने के पश्चात् उनके साथ ब्र.कु. सुनीला तथा ब्र.कु. उषा।



सक्ती-कोरवा.। 'रावत नाच महोत्सव' में आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी तथा नशा मुक्ति चित्र प्रदर्शनी के उद्घाटन पश्चात् समूह चित्र में नगर के प्रतिष्ठित व्यवसायी विमलकिशोर अग्रवाल, अधिवक्ता राम किशन देवांगन, डॉ. संजय पटेल, ब्र.कु. तुलसी, ब्र.कु. जितेश्वरी तथा अन्य।



दीव. दीव से अहमदाबाद साइकिल यात्रा के उद्घाटन कार्यक्रम में मंचासीन हैं सुपरिन्टेंडेंट ऑफ पुलिस रजनीश गुप्ता, दमन दीव कांग्रेस कमेटी प्रेसीडेंट विशाल टंडेल, ब्र.कु. दमयंती दीदी, ब्र.कु. कृति, ब्र.कु. हेमना, मेडिकल ऑफिसर महेश भाई, सरपंच विरजीभाई, बार समाज प्रेसीडेंट उमेशभाई तथा दयाराम भाई।

मनोवृत्ति परिवर्तन के लिए होता है अवतरण

- गतांक से आगे...

आज से तीस साल पहले, समाज में लोगों की मनोवृत्ति से, आज की दुनिया में समाज के लोगों की मनोवृत्ति के अंदर कितना परिवर्तन आ गया है। कहने का भावार्थ यह है कि समय एक तीव्र गति के परिवर्तन की गति को पकड़ चुका है। समय ये संकेत दे रहा है, कि अब हमें भी अपने अंदर परिवर्तन को तीव्र रूप से अपनाने की आवश्यकता है। नहीं तो हमें समय का शिकार होना पड़ेगा। इसलिए समय का शिकार न होना हो, तो कम से कम अपनी मानसिकता में उस परिवर्तन को अपनाएं जिससे आने वाले समय को पार करना सहज हो जाये। अगर समय के संकेत को समझे नहीं और उसके विपरीत दिशा में चलते रहेंगे, तो समय बड़ा बलवान है, वह किसी के भी अस्तित्व को समाप्त कर सकता है। इसलिए समय को दूसरे शब्दों में काल भी कहा जाता है।

अगर हमने समय के संकेत को समझते हुए परिवर्तन को नहीं अपनाया, तो समय हमें परिवर्तन करने के लिए मजबूर करेगा और वह समय बड़ा दर्दनाक होगा। क्योंकि भीतर से परिवर्तन करने की इच्छा है नहीं और यह समय की मजबूरी है कि परिवर्तन होना पड़ रहा है। वह समय बड़ा दर्दनाक होगा! उसके बावजूद भी अगर परिवर्तन को नहीं अपनाया तो क्या होगा? कहा जाता है कि समय काल का तो क्या महाकाल का रूप भी ले लेता है और वह उस व्यक्ति के अस्तित्व को मिटाकर रख देता

है। इसलिए हमें ये जानना होगा कि समय की गति किस तरह चल रही है? आपको समय क्या संकेत दे रहा है? किस प्रकार का परिवर्तन हम से चाह रहा है? क्योंकि यह युग परिवर्तन का है। काल परिवर्तन हो रहा है। तो अब ये काल भी हमसे एक परिवर्तन की ही चाहना रखता है। फिर भी हम बेफिकर की तरह चलते जा रहे हैं, तो हम समय का शिकार बनते जा रहे हैं।

भगवान ने कहा- परिवर्तन का समय जब आ जाता है, तब मैं इस धरा पर आता हूँ। "यदा यदा ही धर्मस्य...." तब परमात्मा कहते हैं कि जब मैं मनुष्य रूप में अर्थात् अति साधारण रूप में अवतरित होता हूँ। क्योंकि इस युग में यदि भगवान श्रीकृष्ण के रूप में अवतरित हों तो लोग उनको कार्य ही न करने दें। आज कई महान आत्मायें भी जो करना चाहते हैं, तो लोग ऐसे उनके पीछे लग जाते हैं, जो उनको अपना कार्य ही नहीं करने देते हैं। इसी तरह भगवान भी अगर श्रीकृष्ण के रूप में अवतरित होगा, तो लोग

उनकी पूजा करने के लिए ऐसे ही पीछे लग जायेंगे। पूजा कराते-कराते ही उनका समय बीत जायेगा तो वो अपना कार्य कब करेंगे! यह समझने की बात है। तो इसलिए कहा कि जब मैं मनुष्य रूप में अवतरित होता हूँ। तो मूर्ख मेरा उपहास करते हैं। क्योंकि वो भगवान को समझ नहीं पाते हैं। वो मुझ परमेश्वर के दिव्य रूप को नहीं जानते। क्योंकि वो मोहग्रस्त आसुरी स्वभाव वाले होते हैं।

यहाँ पुनः अर्जुन को ये संकेत दिया कि अभी तक भी तुम्हारा मोह दूर नहीं हुआ है और इसलिए तुम मेरे अवतरण होने का रहस्य समझ नहीं पा रहे हो। पुनः अर्जुन पूछता है, तो कौन जानता है? ये तीसरी बार अर्जुन ने भगवान से सवाल किया कि कौन आपको जान सकता है? जो रजो गुण स्वभाव वाले होते हैं वो मुझ परमात्मा को नहीं जान पाते हैं। दूसरी बार जब पूछा तो कहा जो मोह से ग्रस्त राग, द्वेष, काम, क्रोध के वश हैं वो मुझे नहीं जान पाते हैं। तीसरी बार जब अर्जुन ने पूछा, तो कौन जानते हैं। तो भगवान पुनः उसका उत्तर देते हैं - जो मोह से मुक्त, दैवी प्रकृति अर्थात् दैवी संस्कारों के आधार से जीने वाले हैं वे मुझे अनादि, अविनाशी स्वरूप में जानकर, अनन्य भाव से याद करते हैं, वह दृढ़ता पूर्वक नित्य योगयुक्त रहने का पुरुषार्थ करते हैं। इसलिए जितना व्यक्ति अपने मोह के जाल से मुक्त होता है, वही परमात्मा के अनादि स्वरूप को समझ पाता है, जान पाता है। - क्रमशः

कोरे कागज़ सा मन... - पेज 2 का शेष

है। थोड़ा-बहुत कहाँ से भी पढ़ा और दिमाग में थोड़ा-बहुत आध्यात्मिक शब्द भर दिया और मान लिया कि हम बहुत बड़े ज्ञानी हो गये। एकनाथ का कहना है कि शब्दों का तो चाहे कितना भी संग्रह हो, अपने पास तो ये व्यर्थ हैं। अंदर जब तक निःशब्द और शून्य न बनें तब तक परमात्मा के अनहद-नाद को अनुभव नहीं कर सकते। अंदर की अकुलाहट जब शांत हो तब ही यह संगीत सुन सकते हैं। अपने मन में और अंतर में राग-द्वेष, काम-क्रोध, मेरा-तेरा, अहंकार, वासनाओं का पार नहीं है। यह सब जिस घड़ी शांत होता है और खाली होता है, उसी घड़ी यह शून्य हुए कोरे (निर्दोष) अंतर में परमात्मा का अनुभव उतरता है। इस कोरे पत्र द्वारा संत एकनाथ ने हमें ऐसा ही संदेश भेजा है और इसलिए ही हम अनुग्रहित और आनंदित हैं।

संदेशवाहन ने पूछा, उन्होंने जो कोरा कागज़ भेजा यह तो समझ में आता है, लेकिन जवाब में आपने वैसा ही कोरा पत्र वापिस भेजा उसका क्या अर्थ?

इसका अर्थ इतना ही है कि जिस ऊंचाई से उन्होंने (एकनाथ) बात की है उसे हम समझ गये हैं। जो बात शब्दों में कहकर समझा नहीं सकते उसका जवाब भी निःशब्द होकर दिया जा सकता है। इसीलिए ही जवाब के रूप में हम भी कोरा कागज़ पत्र भेज रहे हैं। इसे संत एकनाथ ज़रूर पढ़ सकेंगे।

काल करे सो आज कर, आज करे सो अब।

पल में परलय होयगी, बहुरि करेगा कब।।

ख्यालों के आईने में...

जीवन का सबसे बड़ा अपराध - किसी की आँख में आंसू आपकी वजह से होना और जीवन की सबसे बड़ी उपलब्धि - किसी की आँख में आंसू आपके लिए होना।

ज़िन्दगी में दो चीज़ें हमेशा टूटने के लिए ही होती हैं: 'सांस और विश्वास' सांस टूटने से तो इंसान एक ही बार मरता है; पर विश्वास टूटने से इंसान पल-पल मरता है।

कथा सरिता



एक सेठ से लक्ष्मी जी रूठ गई और जाते वक्त बोलीं, 'मैं जा रही हूँ और मेरी जगह टोटा (नुकसान) आ रहा है। तैयार हो जाओ, लेकिन मैं तुम्हें अंतिम भेंट ज़रूर देना चाहती हूँ। मांगो जो भी इच्छा हो।

सेठ बहुत समझदार था। उसने हाथ जोड़कर विनती की कि टोटा आए तो आने दो, लेकिन मेरे परिवार में आपसी प्रेम बना रहे। बस मेरी यही इच्छा है। लक्ष्मी जी ने तथास्तु कहा। कुछ दिनों के बाद :-

सेठ की सबसे छोटी बहू खिचड़ी बना रही

थी। उसने नमक आदि डाला और अन्य काम करने लगी। तब दूसरे लड़के की बहू आई और उसने भी बिना चखे नमक डाला और चली गई। इसी प्रकार तीसरी, चौथी बहुएं आईं और नमक डालकर चली गईं। उनकी सास ने भी ऐसा ही किया।

शाम को सबसे पहले सेठ आया। पहला निवाला मुँह में लिया। देखा बहुत ज़्यादा नमक है, लेकिन वह समझ गया कि टोटा (हानि) आ चुका है। चुपचाप खिचड़ी खाई और चला गया। इसके बाद बड़े बेटे का नम्बर आया। पहला निवाला मुँह में लिया। पूछा, पिता जी ने खाना खा लिया। क्या कहा उन्होंने ?

जहाँ प्रेम वहीं सबकुछ

सभी ने उत्तर दिया- हाँ खा लिया, कुछ नहीं बोले।

अब लड़के ने सोचा, जब पिता जी ही कुछ नहीं बोले तो मैं भी चुपचाप खा लेता हूँ।

इस प्रकार घर के अन्य सदस्य एक-एक कर आए, पहले वालों के बारे में पूछते और चुपचाप खाना खा कर चले गए।

रात को टोटा (हानि) हाथ जोड़कर सेठ से कहने लगा - मैं जा रहा हूँ।

सेठ ने पूछा- क्यों?

तब टोटा (हानि) कहता है, आप लोग एक किलो तो नमक खा गए, लेकिन बिल्कुल भी झगड़ा नहीं हुआ। इसलिए मेरा यहाँ कोई काम नहीं।

इस कहानी से हमें ये शिक्षा मिलती है कि झगड़ा कमजोरी, टोटा नुकसान की पहचान है।

जहाँ प्रेम है, वहाँ लक्ष्मी का वास है।

सदा प्यार-प्रेम बांटते रहें। छोटे-बड़े की कदर करें।

जो बड़े हैं, वो बड़े ही रहेंगे। चाहे आपकी कमाई उनकी कमाई से बड़ी ही क्यों न हो!

एक बार एक अध्यापक कक्षा में पढ़ा रहे थे। अचानक ही उन्होंने बच्चों की एक छोटी सी परीक्षा लेने की सोची। अध्यापक ने सब बच्चों से कहा कि सब लोग अपने अपने नाम की एक पर्ची बनायें। सभी बच्चों ने तेज़ी से अपने-अपने नाम की पर्चियाँ बना लीं और टीचर ने वो सारी पर्चियाँ लेकर एक बड़े से डब्बे में डाल दीं।

अब सब बच्चों से कहा कि वो अपने

अपने नाम की पर्चियाँ ढूँढ़ें। फिर क्या था, सारे बच्चे डब्बे पे झपट पड़े और

अपनी अपनी पर्चियाँ ढूँढ़ने लगे और तेज़ी से ढूँढ़ने के चक्कर में कुछ पर्चियाँ फट भी गयीं, पर किसी को भी इतनी सारी पर्चियों में अपने नाम की पर्ची नहीं मिल पा रही थी।

टीचर ने पूछा-क्या हुआ, किसी को अपने नाम की पर्ची मिली? सारे बच्चे मुँह लटकाने लगे थे। टीचर हल्का सा मुस्कराये और बोले-कोई बात नहीं, एक काम करो, सारे लोग कोई भी एक पर्ची

परोपकार ही स्व-कल्याण

उठा लो और वो जिसके नाम की हो उसे दे दो। बस फिर क्या था, सारे बच्चों ने एक एक पर्ची उठा ली और जिसके नाम की थी आपस में एक दूसरे को दे दी, 2 मिनट के अंदर सारे बच्चों के पास अपने अपने नाम की सही सही पर्चियाँ थीं।

अध्यापक ने बच्चों को समझाया-कुछ देर पहले जब तुम लोग अपनी अपनी पर्चियाँ ढूँढ़ रहे थे, तो काफी समय बाद भी सही पर्ची नहीं पकड़ पाये और अगले ही पल जैसे ही मिलकर पर्चियाँ

ढूँढ़ी तो 2 मिनट के अंदर ही मिल गयी, इसी तरह हम लोग जीवन की भाग दौड़ में अकेले ही खुद के लिए भागते रहते हैं, लेकिन कभी खुशियाँ नहीं ढूँढ़ पाते। अगर हम मिलकर एक दूसरे का काम करें, एक दूसरे के दुःख और सुख बांटें तो खुश रहना बहुत आसान हो जायेगा। किसी महापुरुष ने कहा है कि अगर आप खुश रहना चाहते हैं तो कोशिश करें कि दूसरे लोग आपसे खुश रहें।

एक पिता ने अपने पुत्र की बहुत अच्छी तरह से परवरिश की। उसे अच्छी तरह से पढ़ाया, लिखाया तथा उसकी सभी अच्छी कामनाओं की पूर्ति की। कालांतर में वह पुत्र एक सफल इंसान बना और एक मल्टी नेशनल कंपनी में सी.ई.ओ. बन गया! उच्च पद, अच्छा वेतन, सभी सुख-सुविधाएँ उसे कंपनी की ओर से प्रदान की गईं।

समय गुजरता गया, उसका विवाह एक सुलक्षण कन्या से हो गया, और उसकी एक सुंदर कन्या भी हो गई।

पिता अब बूढ़ा हो चला था। एक दिन पिता को पुत्र से मिलने की इच्छा हुई और वो पुत्र से मिलने उसके ऑफिस में गया। वहाँ उसने देखा कि उसका पुत्र एक शानदार ऑफिस का अधिकारी बना हुआ है, उसके ऑफिस में सैंकड़ों कर्मचारी उसके अधीन कार्य कर रहे हैं। ये सब देख कर पिता का सीना गर्व से फूल गया। वो चुपके से उसके चेंबर में पीछे से जाकर उसके कंधे पर हाथ रख कर खड़ा हो गया, और प्यार से अपने पुत्र से पूछा...

'इस दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान कौन है?' पुत्र ने पिता से हँसते हुए कहा 'मेरे अलावा कौन हो सकता है पिताजी!'

पिता को इस जवाब की आशा नहीं थी, उसे विश्वास था कि उसका

सबसे शक्तिशाली इंसान

बेटा गर्व से कहेगा कि पिताजी इस दुनिया के सबसे शक्तिशाली इंसान आप हैं, जिन्होंने मुझे इतना योग्य बनाया!

उनकी आँखें छलछला आईं। वो चेंबर के गेट को खोल कर बाहर निकलने लगे। उन्होंने एक बार पीछे मुड़ कर पुनः बेटे से पूछा, एक बार फिर बताओ, इस दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान कौन है? पुत्र ने इस बार कहा, 'पिताजी आप हैं इस दुनिया के सबसे शक्तिशाली इंसान!'

पिता सुनकर आश्चर्यचकित हो गए, उन्होंने कहा 'अभी तो तुम अपने आप को इस दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान बता रहे थे, अब तुम मुझे बता रहे हो!'

पुत्र ने हँसते हुए उन्हें अपने सामने बिठाते हुए कहा, 'पिताजी, उस समय आपका हाथ मेरे कंधे पर था, जिस पुत्र के कंधे पर या सिर पर पिता का हाथ हो, वो पुत्र तो दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान होगा ना!'

बोलिए पिताजी! पिता की आँखें भर आईं, उन्होंने अपने पुत्र को कस कर के अपने गले लगा लिया।

सच ही है, जिसके कंधे पर या सिर पर पिता का हाथ होता है, वो इस दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान होता है।



विशाखापट्टनम। ब्र.कु. भाई बहनों के लिए आयोजित योग भट्टी कार्यक्रम में केक काटते हुए ब्र.कु. मीरा, मलेशिया। साथ हैं ब्र.कु. शिवलीला व अन्य।



सिवनी-म.प्र.। ब्र.कु. ओमप्रकाश भाई जी की प्रथम पुण्यतिथि के अवसर पर जिला अस्पताल में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'रक्तदान शिविर' में उपस्थित हैं सिविल सर्जन डॉ. पुष्पा तेकाम, डॉ. सूर्या, ब्र.कु. ज्योति तथा अन्य।



ग्वालियर-लक्ष्मण(म.प्र.)। नव वर्ष पर 'नववर्ष के प्रत्येक दिन की एक नव संकल्प से शुरुआत हो' विषयक कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु. आदर्श बहन, डॉ. ममता चौहान, उमा चौहान, सेक्रेट्री, अखिल भारतीय सोशल हेल्थ ऑर्गनाइजेशन, प्रदीप गर्ग, डिस्ट्रीक्ट कमिश्नर, भारत स्काउट गाइड तथा अन्य।



मौदा-नागपुर(महा.)। 'वाह जिनदगी वाह' कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करने के पश्चात् समूह चित्र में प्रो. स्वामीनाथन, नगर सेविका काटकर बहन, नगरसेविका मानकर बहन, वंदना मेश्राम, वानखड़े जी, पूर्व उपाध्यक्ष राजेश जी, ब्र.कु. प्रेमलता, ब्र.कु. सुरेखा तथा ब्र.कु. अर्चना।



राजकोट-गुज.। पुरुषार्थ युवक मंडल के तीसरे वार्षिकोत्सव में समाज में सामाजिक गतिविधियों का महत्व समझाते हुए अवधपुरी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रेखा। मंचासीन हैं पुरुषार्थ युवक मंडल प्रमुख किशोरभाई राठोड, लॉयर अभय भारद्वाज, पंडित अशोक भट्ट तथा अन्य।



मुम्बई-भायंदर। नव वर्ष के अवसर पर 'आत्मशक्ति सम्मन स्नेह मिलन-सम्मन समारोह' में मंचासीन हैं एस.एम. पब्लिक हाई स्कूल फाउण्डर एस.एम. मोरे सर, वार्ड ऑफिसर एम.बी.एम.सी. अविनाश जाधव, अमर ज्योति विद्यालय के संस्थापक चौबे सर, अग्रवाल हॉस्पिटल फाउण्डर डॉ. गीता अग्रवाल, बंगाली गायिका सीमा चैटर्जी, तथा ब्र.कु. दिव्यप्रभा।

हमारा मन एक पर्दे की तरह है। जिस पर्दे पर हर पल, हर क्षण नये-नये तरह की तस्वीरें आती रहती हैं। वो तस्वीरें अच्छी भी होती हैं, सुखदायी होती हैं, और देखने में भी मज़ा आता है। लेकिन कुछ तस्वीरें नकारात्मक होती हैं। इनके आने से हमारे अंदर उस तरह की ऊर्जा प्रवाहित होती रहती है। अब हमारा मन इतना ज़्यादा भरा रहता है, तो हम भारी रहते हैं। उदाहरण के रूप में जब हमारे कम्प्यूटर में बहुत सारे फोल्डर्स और फाइल्स हों तो वो कम्प्यूटर स्लो हो जाता है। वैसे ही अगर हमारे मन के अंदर स्पेस नहीं हो तो हमारा मन भी भारी हो जाएगा।

मन की स्लेट को साफ करो

हमारा लक्ष्य है कि हम अपने मन से सबको शुभ भावनाएँ-शुभ कामनाएँ सबको देते रहें। लेकिन हमसे या आपसे ये काम होते हैं बीच बीच में। कभी बहुत अच्छा लगता है सबके बारे में शुभ सोचना, कभी मन ही नहीं करता ऐसा करने का। इसका कारण क्या हो सकता है, उसकी तह तक चलते हैं।

होता क्या है, जब तक हम चेतन मन को पूरी तरह से समझ नहीं पायेंगे, तब तक हम अपने चेतन मन का सही इस्तेमाल वायब्रेशन्स फैलाने में नहीं कर सकते। इतने वर्षों के चित्र और चरित्र हमारे मन के अंदर या यूँ कहें कि हमने उनके बारे में कॉन्शियसली सोचा है, देखा है, जो हमारे अंतर्मन में जाकर पूरी तरह से बैठ चुका है। अंतर्मन या सब-कॉन्शियस माइंड बीच बीच में उन बातों को हमारे मन के स्लेट पर ले आता है। हमें कई बार पता भी नहीं चलता कि रात को दस बजे के बाद सबके साथ के अनुभव इसी माध्यम से मन के स्लेट पर आकर छप जाते हैं, अर्थात् उनके बारे में अच्छा या बुरा सोचने लग जाते हैं। ये हमारे साथ कितने सालों से चल रहा है, जिसके कारण हमारी स्थिति ऊपर-नीचे

होती रहती है। इसके कारण परमात्मा की जो हमारे से आश है, वो पूरी नहीं हो पा रही है। वो चाहता है कि हमारा मन रूपी स्लेट पूरी तरह से साफ हो। वो नहीं चाहता कि उस स्लेट पर पुरानी किसी भी तरह की दुःख, तकलीफ या परिस्थिति की कोई रेखा हो। इन रेखाओं



की वजह से ही हम सबके बारे में अच्छी सोच नहीं रख पाते।

स्लेट पूरी तरह से साफ कैसे हो, उसके लिए परमात्मा चार बातें करने के लिए कहते हैं।

1. शुभचिंतक बनो, 2. शुभ चिंतन, 3. शुभ भावना, 4. शुभ कामना, ये बातें जब तक हमारे अंतर्मन में सबके लिए नहीं जाएंगी, तब तक हमारे स्लेट में कोई

न कोई रेखा परेशानी की रहेगी ही रहेगी। देखिए होता क्या है कि, जब हम किसी के बारे में उसके चेहरे, उसके चलन को देखकर कोई भी विचार लाते हैं, तो वो कहीं न कहीं से परेशान तो करते हैं, चाहे वो अच्छी वाली ही ऊर्जा क्यों न हो, लेकिन हम उसे देखकर थोड़ा बहुत उल्टा सोचने लग जाते हैं अपने बारे में, कि अरे! ये कैसे ऐसा हो सकता है, मैं ऐसा क्यों नहीं हूँ!

लेकिन परमात्मा ने इसकी बहुत अच्छी विधि बताई कि सब आत्माओं के संस्कार में सातो गुण विद्यमान हैं, और आपके अंदर भी तो वही सारे गुण हैं ना! तो परमात्मा कहता कि जो चेहरा और चलन तुम उस व्यक्ति का इस समय देख रहे हो, वो उसके अपने द्वारा बनाये हुए संस्कार हैं, उनके खुद के संस्कार नहीं हैं। तभी तो आपको नहीं भासते।

आपका मूल संस्कार शांति, प्रेम, पवित्रता है, तो उनके अंदर भी वो है, लेकिन आपके स्लेट पर भी जो



डॉ. कु. अनुज, दिल्ली

आपने माता-पिता से, वातावरण से, इधर-उधर से बातें लेकर संस्कार नये बनाये हैं, वो बातें भी तो हैं ना! अब आप बताओ कि आप गलत हैं या वो गलत हैं। आपके अंदर ऐसे वायब्रेशन्स हैं जो उस वायब्रेशन्स को जल्दी कैच कर लेते हैं जो दूसरों के अंदर हैं। इसलिए परमात्मा ने कहा कि सबसे पहले अपने मूल संस्कारों का शुभ चिंतन करो और वैसे ही दूसरों के बारे में भी शुभ चिंतक बनो। सर्व आत्माओं के प्रति शुभ भावना-शुभ कामना रखो, तो किसी प्रकार के अवगुण आपके स्लेट को गंदा नहीं करेंगे। एक शब्द में कहें तो कह सकते हैं कि सबके लिए वृत्तियों का परिवर्तन करो कि सभी अच्छे ही हैं, तो आप सबके लिए समान हो जाएंगे। फिर आप परमात्मा द्वारा दिये गए अभ्यास अर्थात् कार्य को दूसरों हेतु कर पायेंगे, जब आप सबके लिए ऐसा सोचने लग जाएंगे।

उपलब्ध पुस्तकें



प्रश्न: जब मैं ज्ञान में आया तो मेरी पवित्रता प्रथम वर्ष में ही बहुत अच्छी हो गई थी। मुझे बीस वर्ष ज्ञान में हो गये हैं। अब अचानक अपवित्र संस्कार इमर्ज हो रहे हैं। मैं परेशान हूँ, ऐसा क्यों हुआ?
उत्तर: जब किसी भी आत्मा को ईश्वरीय ज्ञान मिलता है और आत्मा इस नशे में रहने लगती है कि मुझे तो भगवान मिल गये। मन में ये उमंग भी रहता है कि मुझे पतित पावन शिव बाबा की आज्ञा पर चलकर पवित्र बनना है और पवित्रता की दृढ़ प्रतिज्ञा कर लेते हैं तो पवित्रता सरल लगती है। परन्तु जैसा आप जानते हैं कि यह अपवित्रता 63 जन्मों की है। किसी में ज़्यादा है, किसी में कम।

आत्मा तब तक पवित्र नहीं बन सकती जब तक उसे सर्वशक्तिवान की शक्तियाँ न मिलें। सम्पूर्ण पवित्रता के लिए सम्पूर्ण योग होना आवश्यक है। योग का चार्ट चार घण्टे प्रतिदिन तो होना ही चाहिए। परन्तु अधिकतर ब्राह्मण यह योग की साधना नहीं कर पाते, इसलिए अपवित्रता दबी रह जाती है और बाह्य दूषित वातावरण के प्रभाव से या दूषित मनुष्यों के प्रभाव से वे संस्कार पुनः प्रकट होने लगते हैं। यही कुछ आपके साथ भी हुआ है।

अतः अमृतवेले अच्छी साधना करो। पांच स्वरूपों का अभ्यास सुबह-शाम करो, भोजन की पवित्रता पर अधिक ध्यान दो व दिन में कई बार इस स्मृति में रहो कि मैं पवित्रता का सूर्य हूँ। परेशान होने की बात नहीं। याद रहे, योग-साधना के बिना पवित्रता का सुख प्राप्त नहीं होगा।

प्रश्न: कृपया अष्ट रत्नों का स्पष्टीकरण कीजिए, ये आठ आत्माएं गद्दी पर बैठते हैं या ये सोलह आत्माएं हैं या चार युगल हैं?

उत्तर: हमारा यह ईश्वरीय विश्व विद्यालय है,

जिसका परम शिक्षक स्वयं ज्ञान का सागर है और इसमें चार विषय हैं - ईश्वरीय ज्ञान, राजयोग, श्रेष्ठ धारणाएं व ईश्वरीय सेवा। इस पढ़ाई में जो आत्माएं पास विद ऑनर होती हैं उनकी संख्या आठ है। ये ही चारों सब्जेक्ट में फुल मार्क्स लेती हैं।

ये आत्माएं ही सम्पूर्ण आत्माभिमानि अर्थात् सम्पूर्ण योग-युक्त व सम्पूर्ण पवित्र तथा सम्पूर्णतया बाप समान बनती हैं। ये ही पहले चार युगल अर्थात् विश्व-महाराजन व विश्व महारानी बनती हैं,



परन्तु पुनर्जन्म के बाद भी अपने टर्न पर इन्हें पुनः राज्य मिलता है। ये आठ सतयुग में राजा रानी बनते हैं, चाहे केन्द्र में चाहे राज्य में। सतयुग में भी एक केन्द्र होगा जिसके शासक को विश्व महाराजन कहेंगे, बाकि आठ राजाई साथ-साथ ही चलेगी अर्थात् लगभग एक लाख के ऊपर एक राजा होगा। आपको ख्याल रहे कि पूरे

सतयुग में सोलह से ज़्यादा गद्दी चलेगी, क्योंकि एक राजा अपनी आयु का लगभग आधा समय ही राज्य करेगा, न कि 150 वर्ष। ये एक सौ पचास वर्ष तो उनकी आयु है। पूरे सतयुग में 108 आत्माएं केन्द्र व राज्यों में राज्य करेंगी। इन 108 आत्माओं में पहली 25 आत्माएं बहुत महान हैं।
प्रश्न:- मैं एक साल से ज्ञान में हूँ। जब भी योग करता हूँ, सूक्ष्मलोक जाता हूँ तो कुछ ही देर में ब्रह्मा बाबा का बड़ा विकराल रूप दिखता है और कुछ ही देर में मैं नीचे गिर जाता हूँ। मेरी समझ में नहीं आता की मेरे साथ योग मे ऐसा क्यों हो रहा है? ब्रह्मा बाबा का ऐसा स्वरूप मुझे ना दिखाई दे, इसके लिए मुझे क्या करना चाहिए? कभी-कभी बाबा के ट्रांसलाइट में ब्रह्मा बाबा को देखता हूँ तो मुझे बहुत डरावनी आकृति दिखाई देती है।

उत्तर:- आपके इस योगाभ्यास में भटकती हुई आत्माएँ आपको परेशान कर रही हैं। सूक्ष्मलोक तक तो आप जाते ही नहीं, बीच में ही आपको ये भटकती आत्माएँ रोककर ऐसा स्वरूप दिखा देती हैं और बाबा के ट्रांसलाइट से भी आपको जो बुरी फीलिंग होती है, वो भी यही है। कोई भटकती हुई आत्मा आपके योग में व्यवधान डाल रही है।

आप योग इस तरह किया करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और सर्वशक्तिवान की मेरे सिर पर छत्रछाया है। साथ ही 21 दिन तक रोज़ 108 बार याद करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। उस आत्मा की मुक्ति के लिए 21 दिन तक 1 घण्टा रोज़ योगदान करो। योग से पूर्व दो स्वमान याद करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और मास्टर मुक्तिदाता हूँ। बस आप सदा के लिए इस समस्या से मुक्त हो जायेंगे।

देखिए 'अपना DTH' में प्री 24 घंटे 'पीस ऑफ़ 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/Auto, Mode = All/FTA

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें... 810477711/7014140133

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

कर्मयोग के सरल सिद्धांत

- ब्र.कु. विश्वनाथ

भगवान गीता में इसका उपाय बताते हैं - कर्मयोग एवं कर्मयोगी जैसा जीवन। गीता में स्वल्पमप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात् - ऐसा कहते हुए वे व्याख्या करते हैं कि थोड़ा-सा भी इस धर्ममार्ग का आचरण हमें जीवन-मरण के महान भय से त्राण दे देता है। भगवान

सभी व्याधियों की, सभी झंझटों की, सभी उलझनों की जड़ है, बीज है, उससे बहुत सारी परेशानियाँ, बहुत सारे शूल, बहुत सारे कंटक अपने आप उपजते हैं और इसीलिए हमें जीवन में कष्ट मिलते रहते हैं। आसक्ति कहीं पर भी हो और किसी भी रूप में हो, हम उसके कारण

कर्म हमें बांधता है, कर्म की अविराम श्रृंखला है, यह सर्वविदित है। जो कर्म हम करते हैं, उनका परिणाम भोगने के लिए हमें विवश होना पड़ता है। काल हमारे सामने परिणामों को रखता है, परिणाम शुभ हों या अशुभ हों लेकिन हमें उन्हें भोगने के लिए विवश होना पड़ता है। एक कर्म और फिर उसका परिणाम, फिर दूसरा कर्म और उसका परिणाम, इस तरह कर्मों की यह श्रृंखला जन्म-जन्मांतरों तक जारी रहती है, फिर ऐसा क्या हो कि कर्मबंधन से हमारी मुक्ति संभव हो ?



यह उपदेश देते हैं कि शरीर है तो कर्म होंगे ही, लेकिन कर्मों को इस ढंग से किया जाए कि कर्म करते हुए भी हम कर्मबंधन में न बंधें, यही कर्मयोग है। भगवान ने गीता में कर्मयोग करने के लिए कई तरह के दृष्टिकोण दिए हैं। जिनमें से कुछ आयामों की हम इस लेख में चर्चा करेंगे...

आसक्ति का त्याग

कर्म में हमारी आसक्ति नहीं होगी तो कर्म हमें नहीं बांधेगा। स्वामी रामकृष्ण परमहंस कहा करते थे कि हाथों से कटहल काटना है तो सरसों का कडुवा तेल लगाकर काटो। तेल लगाकर कटहल काटोगे तो काटते समय यह हाथों में चिपकेगा नहीं, अन्यथा बिना तेल के यह चिपक जाएगा। अनासक्तिरूपी तेल से भी कर्म चिपकेगा नहीं, इसलिए आसक्ति का त्याग करो।

रामचरितमानस में श्री गोस्वामी तुलसीदास जी ने कहा है -मोह सकल व्याधि कर मूला, तिन्ह ते पुनि उपजहिं बहु सूला। मोह यानी आसक्ति

कष्ट पाते हैं, भले ही हम अनेक शुभ कर्म कर रहे हों।

इसका उदाहरण है -भीष्म पितामह, महाभारत में इनका उल्लेख आता है। भीष्म पितामह प्रतिज्ञाओं से -वचनों की डोर से बंधते चले गए और इसके कारण कहीं सूक्ष्म में अपने वंश की, परिवार की आसक्ति से बंधते चले गए। भीष्म पितामह ने विवाह नहीं किया, राज्य का सुख भी नहीं भोगा, राजा भी नहीं बने, जबकि सर्वप्रथम राज्य पर उन्हीं का अधिकार था, लेकिन वंश की आसक्ति, पिता को दिए हुए वचन आदि के कारण भीष्म पितामह का पूरा जीवन कंटकाकीर्ण रहा और उनका अंत शरशय्या (बाणों की शय्या) पर हुआ। आसक्ति इसी तरह जीवन में हमें अनेक संकटों में डालती है। हम जितनी गहराई से आसक्ति होते हैं, उतनी ही अधिक तीव्रता से कर्मबंधनों में बंधते जाते हैं। आसक्ति न हो तो ये कर्मबंधन हमें बांधते नहीं हैं, कर्म के परिणाम हमें प्रताड़ित नहीं करते और पीड़ा भी नहीं देते।



अमरावती-महा.। नये वर्ष के अवसर पर सुंदर बगीचे का भूमिपूजन करते हुए महापौर रीना नंदा, स्थायी समिति सभापति अविनाश मारडीकर, लकी भैया नंदा, ब्र.कु. सीता तथा अन्य।

राग-द्वेष का त्याग

किसी को अपना बनाने, उससे अपनत्व जोड़ने की बात राग है। राग हमें बांधता है -व्यक्ति से, घटनाक्रम से और परिस्थितियों से, जबकि द्वेष में हम उससे दूर जाना चाहते हैं, उसके प्रति मन में वैर पालते हैं। भगवान कहते हैं कि प्रीति और वैर, ये दोनों ही हमें बांधते हैं -जन्म-जन्मांतर के लिए। ऐसा नहीं है कि राग अच्छा है, द्वेष बुरा है या द्वेष अच्छा है व राग बुरा है। अगर हमने किसी से वैर पाल लिया तो उस वैर को निभाने के लिए हम उसके पीछे-पीछे जन्म-जन्मांतर तक घूमते रहेंगे या वो हमारे पीछे-पीछे घूमेगा।

समत्व की भावना

कर्मयोग का एक आयाम यह भी है - समत्व। गीता में योग को परिभाषित करते हुए कहा गया है - समत्वं योग उच्यते। अर्थात् समता ही योग है। समता का उल्टा शब्द है- विषमता। समता होती है तो हम सबको एक रीति से देखते हैं और विषमता होती है तो हम सबको भिन्न-भिन्न मनोभावों से देखते हैं। इस कारण जिसके प्रति हम आसक्ति होते हैं, राग से भरे होते हैं, उसके प्रति हमारा सद्भाव होता है और जिसके प्रति हम द्वेष से पूर्ण होते हैं, उसके प्रति हमारा दुर्भाव होता है।

कुशलतापूर्वक कर्म का आचरण

भगवान कहते हैं - योगः कर्मसु कौशलम्, कर्म को कुशलतापूर्वक करना योग है। इसलिए कर्म में कुशलता लाना हमें सीखना चाहिए। कर्म तो हम करें, लेकिन बंधें नहीं। यह जो कर्म की कुशलता है, इसके द्वारा कर्म करते हुए हम मुक्त रहते हैं। सम आचरण करते हुए, असंग हो करके, अनासक्ति हो करके कर्म करें, यही कर्म की कुशलता है, कर्मयोग है।

कर्म भगवान को अर्पण करना

भगवान कहते हैं कि सर्वप्रिय - अर्थात् सबसे प्रिय मैं ही हूँ। भगवान से अधिक प्रिय और कोई नहीं है। इसलिए कहते हैं कि जो कुछ भी तेरे द्वारा किया जाता है, वो तू मुझे अर्पण कर दे। यही निष्काम कर्म है। इस तरह कर्म को कुशलतापूर्वक करके, कर्मयोग को अपना करके हम भगवद्प्राप्ति कर सकते हैं, चित्त को शुद्ध कर सकते हैं, इससे चित्त की मलिनताएँ, सारे विकार समाप्त हो सकते हैं। ●



अम्बिकापुर-छ.ग.। ब्र.कु. ओमप्रकाश भाई की प्रथम पुण्य स्मृति दिवस पर सेवाकेन्द्र में आने पर छत्तीसगढ़ के गृह जेल एवं लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी मंत्री रामसेवक पैकरा, भाजपा किसान मोर्चा के प्रदेश मंत्री भारत सिंह सिसोदिया, हस्तशिल्प बोर्ड के पूर्व अध्यक्ष मेजर अनिल सिंह तथा चेम्बर ऑफ कॉमर्स के प्रदेश उपाध्यक्ष बाबूलाल गोयल के साथ ज्ञानचर्चा करते हुए ब्र.कु. विद्या।



अमरावती-महा.। ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग द्वारा आयोजित 'मधुर मधुमेह' विषयक कार्यक्रम में मंच पर उपस्थित है डॉ. दिनेश वरे, सुपरीन्टेंडेंट, डैफ्रीन हॉस्पिटल, डॉ. श्यामसुंदर निकम, सुपरीन्टेंडेंट, सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल, डॉ. स्वप्निल शिरभाते, डॉ. अभिजीत देशमुख, डॉ. अजय दफाळे, डॉ. सुभाष ठाकरे, ब्र.कु. डॉ. वलसलन नायर, ब्र.कु. सीता तथा अन्य।



अमरावती-महा.। मेडिकल विंग, ब्रह्माकुमारीज द्वारा पिंपरी द्वारा डी.वाय. पाटिल मेडिकल कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में 'फ्रीडम फ्रॉम स्ट्रेस' विषय पर सम्बोधित करते हुए हेमंत भाई, मुम्बई।



छत्तरपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज एवं खेल युवा कल्याण विभाग के संयुक्त तत्वावधान में 'माँ तुझे प्रणाम' योजना के तहत एक युवा खिलाड़ियों के दल को भारत बांग्लादेश सीमा पर रवाना करने के अवसर पर उपस्थित है जिला खेल अधिकारी प्रदीप जी, ब्र.कु. माधुरी, जिला जूडो कोच एवं दल प्रभारी शंकरलाल रैकवार, सहायक दल प्रभारी धीरज चौबे, खेल अकाउंटेंट अनिल पटैरिया, ब्र.कु. रीना, ब्र.कु. रमा तथा अन्य।



ग्वालियर-म.प्र.। माउण्ट आबू से ब्र.कु. डॉ. सविता के सेवाकेन्द्र में आने पर विशेष कार्यक्रम के दौरान उनका मोमेन्टो, शॉल और श्रीफल देकर स्वागत करते हुए विभिन्न महिला संगठनों की गणमान्य महिलायें।



टेकनपुर-म.प्र.। बोर्डर सेव्योरिटी फोर्स एकेडमी के अधिकारियों हेतु आयोजित एक दिवसीय 'तनाव मुक्त प्रबंधन' विषयक प्रशिक्षण कार्यशाला के पश्चात् समूह चित्र में भारत के कई राज्यों से आये बी.एस.एफ. के अधिकारी कमाण्डेंट, एस.पी., एस.एस.पी., ट्रेनर्स, ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु. रानी, ब्र.कु. नीलम तथा अन्य।

‘प्रभु उपहार’ का मिला ओडिशा को उपहार



‘प्रभु उपहार रिट्रीट सेंटर’ का शिव ध्वजारोहण कर उद्घाटन करते हुए प्रदीप कुमार पानीग्रही, उपक्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.मंजू, ब्र.कु.बृजमोहन, ब्र.कु.आशा, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.कमलेश, ब्र.कु.माला व अन्य।

ब्रह्मपुर-ओडिशा। ‘प्रभु उपहार रिट्रीट सेंटर रामचंद्रपुर ब्रह्मपुर का उद्घाटन ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त सचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन तथा ओम शांति रिट्रीट सेंटर गुरुग्राम की डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. आशा के कर कमलों द्वारा हुआ।

इस अवसर पर ‘गॉड्स विज्डम फॉर वर्ल्ड ट्रांसफॉर्मेशन’ सेमिनार का भी आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि के रूप में प्रदीप कुमार

पानीग्रही, उच्च शिक्षा विज्ञान एवं

‘प्रभु उपहार रिट्रीट’ की उत्तम व्यवस्था आवास हेतु ‘ज्ञान निधि भवन’, ‘ज्ञान स्मृति भवन’ ‘ज्ञान सुधा, ज्ञान सिंधु भवन’ भोजनालय तथा मेडिटेशन हॉल।

आधुनिक सुविधाओं से लैस ‘प्रभु उपहार ऑडिटोरियम’ में एक साथ पंद्रह सौ लोगों के बैठने की व्यवस्था व पाँच भाषाओं में ट्रांसलेशन की भी सुविधा।

प्रौद्योगिकी मंत्री, ओडिशा ने अपने वक्तव्य में कहा कि आज कलियुग में हर तरफ अवसाद, मानसिक तनाव तथा बुरे संस्कार बहुतायत में बढ़ चुके हैं। इसको सिर्फ परमात्मा के ज्ञान और उसकी शक्ति से ही ठीक किया जा सकता है। बेहरामपुर यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर डॉ. राजेन्द्र ने कहा कि आज की शिक्षा लोगों की समस्याओं का समाधान करने हेतु काफी नहीं है, इसलिए ब्रह्माकुमारी विश्वविद्यालय तथा उनकी आध्यात्मिक ज्ञान की शिक्षा द्वारा हम नई दुनिया बनाने का कार्य कर सकते हैं।

प्रमुख वक्ता के रूप में ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि इस सत्य को हमें पहचानना चाहिए कि हम कौन हैं और कहाँ से आये हैं, और मैं और मेरे के अंतर को भी जानना है।

ब्र.कु. आशा ने सभी आये हुए अतिथियों को इस आध्यात्मिक ज्ञान तथा इस आध्यात्मिक रिट्रीट सेंटर का समय प्रति समय लाभ लेने की प्रेरणा दी।

इसी अवसर पर पच्चीस ब्रह्माकुमारी बहनों का समर्पण समारोह भी किया गया। इसमें पूरे भारत से लगभग पाँच हजार ब्र.कु. भाई बहनें उपस्थित थे।

बिना सोचे समझे सोशल मीडिया में जानकारी फारवर्ड न करें.. -सुमित



दीप प्रज्वलित करते हुए सुमित अवस्थी, ब्र.कु. कमला, ब्र.कु. हेमलता तथा अतिथिगण।

इन्दौर। स्वतंत्रता के बाद से मीडिया में बहुत बदलाव आया है। विशेषकर ट्वीटर, फेस बुक और व्हाट्स एप जैसे सोशल मीडिया के आने से हरेक अपने आपको पत्रकार समझने लगा है। हमें चाहिए कि कोई भी जानकारी आए तो उसकी जाँच करें फिर उसे किसी अन्य को भेजें। हमें अपनी ज़िम्मेदारी को समझना होगा। अन्यथा किसी का जीवन भी बरबाद हो सकता है। उक्त बातें वरिष्ठ पत्रकार सुमित अवस्थी ने ब्रह्माकुमारी ओमप्रकाश भाईजी की प्रथम पुण्य तिथि पर ‘मूल्य आधारित समाज के निर्माण में मीडिया की भूमिका’ विषय पर आयोजित मीडिया सम्मेलन में कहीं।

कुशाभाउ ठाकरे पत्रकारिता एवं जनसंचार विश्वविद्यालय रायपुर के कुलपति डॉ. मानसिंह परमार ने कहा कि चित्रों का हमारे मानस पटल पर गहरा प्रभाव पड़ता है, इसलिए इलेक्ट्रॉनिक्स मीडिया को अपनी ज़िम्मेदारी समझकर गम्भीरता के साथ काम करना होगा। क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. कमला ने कहा कि आज समाज में भौतिक सुख के अनेक साधन मौजूद हैं, लेकिन मानवीय मूल्यों का अभाव होने से जीवन दूभर होता जा रहा है।

जीवन में मानवीय मूल्य आध्यात्मिकता से आती है।

‘नई दुनिया’ के समूह सम्पादक आनंद पांडे ने कहा कि हमारी अस्मिता दो बातों पर टिकी है, एक तो अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता और दूसरा वैचारिक मंथन। अगर इन विषयों पर चर्चा हुई तो निश्चित ही मूल्यनिष्ठ पत्रकारिता संभव है। प्रो. कमल दीक्षित ने कहा कि समाज ने तकनीक क्षेत्र में बहुत तरक्की की है, किन्तु मानवीय मूल्य तिरोहित हो रहे हैं। उस ओर ध्यान देने की आवश्यकता है।

मीडिया सम्मेलन में बड़ी संख्या में प्रिन्ट, इलेक्ट्रॉनिक और सोशल मीडिया से जुड़े पत्रकार, संवाददाता, प्रसार माध्यम और टी.वी. चैनल से जुड़े मीडियाकर्मी तथा लेखक, कवि, चिंतक, विचारक और साहित्यकार उपस्थित थे।

सम्मेलन को इन्दौर प्रेस क्लब के अध्यक्ष अरविंद तिवारी, ई.टी.वी. छत्तीसगढ़ की प्रियंका कौशल, वरिष्ठ पत्रकार मधुकर द्विवेदी, इन्दौर ज़ोन की मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. हेमलता और भिलाई सेवाकेन्द्र की ब्र.कु. आशा ने भी सम्बोधित किया। ब्र.कु. अनीता से सभी का आभार व्यक्त किया।

सकारात्मक चिंतन सद्भावना से संभव...

ओम शांति रिट्रीट सेंटर में सुरक्षा अधिकारियों के लिए ‘नेशनल डायलॉग ऑन इंप्रिशनल लीडरशिप एंड सेल्फ एम्पावरमेंट’ विषय पर त्रिदिवसीय कार्यक्रम का सफल आयोजन



कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए आलोक कुमार पटेरिया, तुषार देशाई, एस.एस. चाहर ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. शुक्ला, ब्र.कु. अशोक गाबा व ब्र.कु. शिव।

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। वर्तमान समय लीडरशिप एक बहुत बड़ी चुनौती है। वैसे तो हरेक अपने को लीडर समझता है, लेकिन वास्तव में लीडर तो जन्म से ही पैदा होते हैं। उक्त विचार मध्य प्रदेश पुलिस के अतिरिक्त महानिदेशक आलोक कुमार पटेरिया ने व्यक्त किये।

उन्होंने कहा कि असली लीडर वो है, जो पहले स्वयं एम्पावर हो। दूसरों

को हम तभी प्रेरित कर सकते हैं, जब हम स्वयं अनुभवी होते हैं। आज सुरक्षा कर्मियों में तनाव बहुत बढ़ता जा रहा है। तनाव का असली कारण अपेक्षाओं को पूरा न कर पाना है।

ओ.आर.सी. की निदेशिका ब्र.कु. आशा ने भय का असली कारण स्वयं के अस्तित्व की सही जानकारी न होना बताया। वास्तव में हम तो एक अविनाशी ऊर्जा हैं। जब हमें स्वयं का आत्मिक

बोध हो जाता है, तो आत्मा की शक्तियाँ जागृत होने के कारण भय समाप्त हो जाता है।

ब्रह्माकुमारीज के सुरक्षा प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. शुक्ला ने कहा कि सफलता के लिए पहली सीढ़ी आत्म-विश्वास है। खुशनुमा जीवन जीने के लिए सम्बंधों में स्नेह और समरसता ज़रूरी है। ब्रह्माकुमारीज सुरक्षा प्रभाग के राष्ट्रीय अध्यक्ष अशोक गाबा ने सुरक्षा बलों और सेना के अधिकारियों व जवानों के लिए आयोजित किए जाने वाले कार्यक्रमों की जानकारी दी।

एअर कमोडोर तुषार देशाई एवं बीएसएफ के महानिरीक्षक एस.एस. चाहर ने भी कार्यक्रम के प्रति अपनी शुभकामनाएँ व्यक्त कीं। कार्यक्रम का संचालन कर्नल बी.सी. सती ने किया। कार्यक्रम में सेना एवं सुरक्षा बलों के अनेक अधिकारियों ने भाग लिया।

दस दिवसीय राजयोग शिविर का आयोजन



भिलाई नगर। मन, चित्त, बुद्धि, अहंकार, ये चार घोड़े हमें विचलित करते हैं, हमें इनका मालिक बनना है गुलाम नहीं। उक्त विचार नये वर्ष पर एक नई जीवन शैली की शुरुआत के लिए आयोजित ‘मन की शांति व शक्ति’ विषयक दस दिवसीय शिविर में मुख्य अतिथि शीलवर्तानंद स्वामी जी, योगनिकेतन, से.दस ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि मन की प्रसन्नता द्वारा ही हम शक्तियों को प्रयोग में ला सकते हैं। भिलाई सेवाकेन्द्रों की संचालिका ब्र.कु. आशा ने कहा कि आज मन को शक्तिशाली बनाने

की आवश्यकता है। ऐसे में ये राजयोग शिविर हमारे मन को शक्तिशाली बनाने के लिए लाभकारी सिद्ध होगा और हम अपने आपको व्यर्थ से मुक्त पायेंगे। ब्रह्माकुमारीज की ख्याति प्राप्त वक्ता ब्र.कु. प्राची ने कहा कि जहाँ शक्ति और शांति है वहाँ निरंतर खुशी है, कमज़ोर मन हमारी खुशी को गायब कर देता है। जैसे फूलों के बगीचे में जंगली घास अच्छी नहीं लगती, उसे उखाड़ देते हैं, वैसे ही हमारे मन से भी व्यर्थ के विचारों को निकाल देना है। शिविर का शहर के गणमान्य लोगों ने लाभ लिया।

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 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 13th Jan 2017

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