

ओमशान्ति मीडिया



मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 13

अंक - 15

नवम्बर - 1, 2012



(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

मूल्य 7.50 रु.

वैश्विक समस्याओं के समाधान के लिए जरूरी है आपसी सामंजस्य - झा



शांतिवन। 'स्वर्णिम भारत' प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए नेपाल के उपराष्ट्रपति परमानंद झा, ब्र.कु.मृत्युंजय, ब्र.कु.राज बहन तथा अन्य।

शांतिवन। आज जिस तरह से पूरे विश्व में अशांति एवं हिंसा का वातावरण बनता जा रहा है वह किसी भी दृष्टिकोण से समाज के लिए हितकारी नहीं है। यदि हमें इन समस्याओं का समाधान चाहिए तो आपसी सामंजस्य और सौहार्द को बढ़ाना होगा।

उक्त उद्गार नेपाल के उपराष्ट्रपति परमानंद झा ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'प्लेटिनम जुबली' के स्वागत सत्र को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि विश्व एक परिवार और एक ईश्वर के सिद्धांत से पूरी दुनिया में अमन और शांति का

वातावरण बनाया जा सकता है। उन्होंने कहा कि हमें जातिधर्म के भेद से ऊपर उठकर एक श्रेष्ठ समाज की संरचना को मानव धर्म के रूप में अपनाया चाहिए। यह विश्व का ऐसा स्थान है जहां से पूरे विश्व में शांति एवं सद्भाव की तरंगें प्रवाहित हो रही हैं।

क्या निर्माण नहीं हो सकता है, यह ब्रह्माकुमारीज संस्था ने कर दिखाया है। संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि ब्रह्मा बाबा ने 75 वर्ष पूर्व जो सपना देखा था वह आज साकार होता दिख रहा है। इसमें सभी लोगों को सहभागी बनकर विश्व को श्रेष्ठ बनाने का प्रयास करना चाहिए। दादीजी ने कहा कि लोगों को अनेकों को याद करने की आदत है वो एक समय में अनेकों को याद करते हैं हमें इस आदत को छोड़नी है और एक को याद करनी है तभी हमें भगवान का आशीर्वाद प्राप्त होगा।

बीकानेर के सांसद अर्जुन मेघवाल ने कहा कि आज के अनिश्चितता भरे माहौल में मानव के प्रवृत्ति को नियंत्रण कर देवत्व प्रवृत्ति को विकसित करने का आश्चर्य-जनक कार्य यह संस्था ने कर दिखाया है। सूचना एवं प्रौद्योगिकी के इस युग में विश्व एक गांव बन गया है। जबकि ब्रह्मा बाबा ने 75 वर्ष पूर्व इसी सिद्धांत को लेकर नारी शक्ति को आगे रखकर इस संस्था की स्थापना की थी।

इस अवसर पर भिन्न-भिन्न देशों के प्रतिनिधियों ने अपने-अपने देश के राष्ट्रीय ध्वज के साथ एवं ब्रह्माकुमारीज

के विभिन्न प्रभागों के प्रतिनिधियों ने भी इस मार्च पास्ट में भाग लिया।

इस कार्यक्रम को राजस्थान कांग्रेस कां.प्रेस कमिटी के महासचिव नीरज डांगी, मीडिया प्रवक्ता ब्र.कु.करुणा, ब्र.वु.भारतभूषण, डॉ.जी.भक्तवत्सलम, ब्र.वु.भू.पाला, थाईलैण्ड की राष्ट्रीय वार्गो आर्गिनेटर ब्र.कु.ला, अमेरिका की ब्र.कु.जेना ने भी सम्बोधित किया। काठमाण्डू (नेपाल), सिक्किमबाद व केरल से आये हुए कलाकारों ने लोकनृत्यों द्वारा लोगों को मंत्रमुग्ध कर दिया। मंच का कुशल संचालन ब्र.कु.शशि ने किया।



शांतिवन। शिवध्वजा रोहण करते हुए नेपाल के उपराष्ट्रपति परमानंद झा, दादी रतनमोहिनी तथा अन्य।

मीडियाकर्मी आत्म-निरीक्षण कर स्वयं अपनी भूमिका सुनिश्चित करें - त्रिवेदी

शांतिवन। पत्रकार की समाज के प्रति क्या भूमिका है इसे गहराई से जानने व समझने की आवश्यकता है, क्योंकि समाज का उत्थान काफी हद तक पत्रकारिता पर निर्भर करता है। इसलिए पत्रकारों को आत्म निरीक्षण कर स्वयं अपनी भूमिका सुनिश्चित करना चाहिए।

उक्त उद्गार गुजरात के पूर्व गृहमंत्री तथा पवित्र यात्राधाम के अध्यक्ष महेन्द्र भाई त्रिवेदी ने ब्रह्माकुमारीज के मीडिया प्रभाग द्वारा आयोजित 'राष्ट्रीय मीडिया महासम्मेलन' में देशभर से आये पत्रकारों को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए।

उन्होंने कहा कि समाज में कई ऐसे कार्य हैं जो समाज के उत्थान में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। आज लोग सफल होने के लिए गलत रास्ते का

चयन कर रहे हैं जो किसी भी दृष्टिकोण से लोकहित में नहीं है। पूर्व में पत्रकारिता ने ऐसे आयाम तय किए हैं जो आज के लिए मिसाल है। उन्होंने कहा कि सकारात्मक विचारों से प्रतिबद्ध होकर ही नये समाज की स्थापना का प्रयास करना चाहिए।



शांतिवन। मीडिया सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए गुजरात के पूर्व गृहमंत्री महेन्द्र भाई त्रिवेदी, दूरदर्शन के उपमहानिदेशक सी.सुब्रमह्यम, ब्र.कु.मोहिनी, ब्र.कु.निर्वेर, ब्र.कु.करुणा, ब्र.कु.ओमप्रकाश, ब्र.कु.शांतनु तथा अन्य।

संस्था की सयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी ने कहा कि मीडिया समाज का वह वर्ग है जिसे सबसे ज्यादा जागरूक एवं विश्वसनीय कहा जाता है। यदि मीडियाकर्मी अपने जीवन में मूल्यों को अपना लें तो समाज का सर्वांगीण विकास करना संभव हो पायेगा।

दूरदर्शन के उपमहानिदेशक सी.सुब्रमह्यम ने कहा कि आज सात सौ चैनल हैं जिसमें कई ऐसे चैनल हैं जो समाज में फैली अव्यवस्था को बढ़ावा देते हैं। इसलिए आपलोगों को ही इस पर अंकुश लगाने का कार्य करना होगा। इंडिया न्यूज के समाचार संपादक ने कहा कि आज मीडिया के क्षेत्र में प्रतिस्पर्धा इतनी बढ़ गई है कि जिसके कारण मीडिया का व्यवसयीकरण हो गया है।

माखनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता विश्वविद्यालय के पत्रकारिता विभाग के पूर्व विभागाध्यक्ष प्रो.कमल दीक्षित ने कहा कि अब समय आ गया है कि पत्रकारों को निजी स्वार्थों से ऊपर उठकर समाज के कल्याण के लिए कार्य करना चाहिए। उन्हें ऐसे रास्तों का चयन करना चाहिए जिससे पत्रकारिता श्रेष्ठ समाज के निर्माण में अपना महत्वपूर्ण

योगदान दे सके। संस्था के महासचिव ब्र.कु.निर्वेर ने कहा कि जिस तरह से पूर्व में मीडिया ने अपनी भूमिका को समझते हुए समाज को एक नई दिशा दी है। ऐसे में अब भी जरूरत है कि वह अपने दायित्वों का निर्वहन करें।

मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु.ओमप्रकाश ने कहा कि आज मीडिया इतना शक्तिशाली हो गया है कि उसकी एक आवाज आम लोगों की आवाज बन जाती है। मीडिया प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु.करुणा ने कहा कि आज मीडिया किस दिशा में जा रही है इसका अवलोकन करना जरूरी हो गया है।

इस कार्यक्रम को ग्राम विकास की अध्यक्ष ब्र.कु.मोहिनी एवं ब्र.कु.शीलू ने भी अपने-अपने विचार व्यक्त किए तथा मंच का कुशल संचालन जयपुर

एक विद्वान चिंतक के पास जिज्ञासु जीवन का मर्म समझने के लिए पहुंच गया। उसने नौकरी से एक मास की छुट्टी निकाली और जीवन लक्ष्य के बारे में समझने चाहता था। उनका परिचय पूछने के बाद चिंतक ने मात्र दो शब्द कहे - 'रूको' और 'मुक्त हो जाओ', ऐसा बोलकर और कहा आप जा सकते हैं। और जिज्ञासु को विदा किया।

जिज्ञासु की मूख बढ़ गई। वह बेचैन हो रहा था। पूरे उन्तीस दिन जीवन के कर्म के बारे में विचार करते रहा। किन्तु 'रूको' और 'मुक्त हो जाओ' यह शब्द उनका पीछा नहीं छोड़ रहा था।

और वह व्यक्ति भोजन के समय पुस्तक के पेज पलट रहा था, उसी वक्त उनकी पत्नी बांस बेचने वालों को कह रही थी कि अब बांस - बेचते-बेचते 'रूको', बांस में से एक बार सुंदर बांसुरी बनाईए तो आपको मुंह-मांगी कीमत मिलेगी।

और वह जिज्ञासु को पत्नी की बात से जीवन संदेश मिल गया।

संसार को विषमय से अमृतमय बनाने के मार्ग

-डॉ. कु. गंगाधर

जिंदगी माना ही बांस में से बांसुरी बनाने की कला सिखने का ईश्वर प्रदत्त अवसर।

जिंदगी माना ही बांस में से बांसुरी बनाने की कला सिखने का ईश्वर प्रदत्त अवसर। जिंदगी माना ही बांस में से बांसुरी बनाने की कला सिखने का ईश्वर प्रदत्त अवसर। जिंदगी माना ही बांस में से बांसुरी बनाने की कला सिखने का ईश्वर प्रदत्त अवसर। जिंदगी माना ही बांस में से बांसुरी बनाने की कला सिखने का ईश्वर प्रदत्त अवसर।

हम अपनी जात के पास ही 'अटक' जाते हैं। इसलिए संसारिकता हमें घेर लेती है। संसार के आकर्षण इतने मजबूत होते हैं कि हम उसमें से 'मुक्त' नहीं हो सकते। संसार चक्र हमें फंसाता है, ऐसा हम कहते हैं, हकीकत में हम ही संसार में फंसे हैं। संसार को हराने के लिए जन्म लिए मनुष्य, संसार के आगे कारमी हार खा लेता है। राग और त्याग संसार के दो चक्र के बीच मनुष्य पिसता रहता है। परिणामस्वरूप न ही वह सच्चा 'राग' बन पाता और न ही सच्चा 'त्याग' कर सकता।

अपने को 'रूकना' नहीं आता, अपने से जुड़े ख्यालों से, भ्रामक सिद्धांतों से, मिथ्या तर्क से, भ्रष्ट मान्यताओं से, खतरनाक आदतों से रूकने के विषयक अज्ञान और भटकने के विषयक की उत्सुकता यही मानव जीवन की पहचान है? जिंदगी स्वयं में ही एक 'विडियोग्राफर' है। आपकी वाणी, वर्तन, कृति और प्रवृत्ति इन सबका रिकॉर्डिंग किया करता है। इसलिए ही मृत्यु के बाद भी दुष्टकर्म मनुष्य का पीछा नहीं छोड़ता। जो 'रूक' सकता है, वही मुक्त हो सकता है, अन्यथा मात्र भटक ही सकता है। 'संसार' किताब में लिखा है उनके अनुसार श्रीनागार्जुन नाम के गुरु, बड़े पंडित, लेकिन पोथी पंडित नहीं, अहंकारी नहीं, सच्चे ज्ञानी। उनके पास एक गडेरिया शिष्य आया। उसने गुरु नागार्जुन को कहा कि 'गुरु' यह संसार मेरे से छूटता नहीं है।

उनकी बात सुनकर नागार्जुन ने कहा - 'तेरे से मेरा प्रश्न अलग है। संसार कैसे भी करके पकड़ में क्यों नहीं आता? तुझे सच में संसार छोड़ना है? तो जो मैं कहूँ वैसा ही कर! मुझे यह बता कि तुझे सबसे प्यारा कौन लगता है? गडेरिया ने कहा कि मुझे तो मेरी भैंसे ही बहुत प्यारी लगती है।' नागार्जुन ने कहा कि तू एक गुफा में तीन दिन निरंतर जाप कर। तू अपने मन को बताया कर कि 'मैं भैंस हूँ, मैं भैंस हूँ'।

शिष्य गडेरिया ने उसी अनुसार ही किया तीन दिन बाद नागार्जुन ने कहा कि अब तू गुफा से बाहर आ जा। गडेरिया शिष्य ने कहा कि मैं बाहर कैसे आ सकता हूँ? गुफा का द्वार छोटा है और मेरे सींग बड़े हैं। नागार्जुन खुद गुफा में गये और शिष्य को भान में लाये, दर्पण दिखाया। शिष्य ने स्वयं का चेहरा दर्पण में देखा तो सींग तो थे ही शेष पृष्ठ 4पर...

श्रीमत पर चलने से कल्पयुजन खत्म हो जाती है



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

हर दिन मुरली से कई बातें सीखने को मिलती है, कई प्रश्नों का उत्तर मिल जाता है, कई कमजोरियों को खत्म करने की शक्ति मिल जाती, कई समस्याओं का समाधान मिल जाता है। मुरली ब्राह्मण जीवन में खुराक भी है तो मेडिसिन भी है। सिर्फ दवाई मिले, खुराक न मिले तो हेल्दी नहीं बन सकते, खुराक मिलती है तो दवाई भी मिलती है। ये कमाल है बाबा की, जो हर बच्चे की नब्ब अनुसार हर रोज खुराक वा दवाई दे देता है। जब हम साकार में बाबा की मुरली सुनते थे, तो मुरली सुनने के बाद बाबा से कहते थे - बाबा, आपने ये मुरली मेरे लिए चलाई। ऐसा भासना आती थी कि बाबा न सिर्फ सामने बैठने वालों के लिए मुरली चला रहा है लेकिन सारे विश्व भर की आत्माओं को याद करता है। कईयों को बाबा का साक्षात्कार हुआ है। जब बाबा का साक्षात्कार होता है तो खुशी होती है यह तो मेरा बाबा है। आत्मा में जान आ जाती है। बिन्दू को मेरा कहना थोड़ा कठिन है। जब ये सामने आता है तो लगता है - ये मेरा है, ये मेरा अच्छा गाइड बन सकता है, फीलिंग आती है। कई हैं जिनको कोर्स नहीं कराया है, पहले दिन से ही

मुरली सुनते ब्राह्मण बन गये हैं। हमको किसी ने कोर्स नहीं कराया है। एक सखी ने पूछा कि लक्ष्मी बनेगी? हमने कहा - हाँ, हमने सोचा कि ये ऑफर तो अच्छी है, ये ऑफर मन ने स्वीकार कर ली। जो कल्प पहले वाली आत्मा है, उनसे कहो देवता बनेंगे? तो फौरन उनका विचार चलेगा कि कैसे बनेंगे? परमात्मा का वारिस बनने से देवता बन जायेंगे। वारिस बनने में एक तरफ मेहनत है, दूसरे तरफ कोई मेहनत नहीं है। मेहनत तब लगती है जब श्रीमत का पालन नहीं करते हैं। श्रीमत का पालन करते-करते मेहनत से छूट जाते हैं। प्रीत बुद्धि से विजयन्ती हो जाते हैं। श्रीमत को पालन करने से कल्पयुजन खत्म हो जाती है। अनेकों की मत पर बुद्धि को भटकाने की आदत से छूट जाते हैं। श्रीमत पर चल बोझ बाबा को दे देते हैं। वर्षा बाबा से लेना है, तो कोई बोझ नहीं है। वह वसं का अधिकारी है। वारिस वह बनेगा जो अपने को बच्चा समझेगा। उसको संभालने वाला कौन? एक ही बाप। वही बाप टीचर है, सतगुरु है। गोद में एक ने लिया, पढ़ाये दूसरा, गुरु बने तीसरा, नहीं, यह बड़ा सहज हो गया - जिसने अपना बनाया, रावण की दुनिया से छुड़ाया। खींचा। रावण के वसं ने दुःखी-अशांत बना दिया था। उससे निकालने के लिए, बचाने के लिए बाबा ने फट से बांधे पसार कर गोद में ले लिया - आओ मेरे बच्चों, और हमको भी खींच होने लगी। हर एक अपने अनुभव को देखें - कैसे खींच से बाबा के बने हैं। उस समय जाति,

धर्म, देहभान छूट जाता है। रूहानी बाप रूहों को खींचता है, जैसे चुम्बक सुई को खींचता है। खींचती है तो दिल चाहता है - तुम्हीं से बोलूँ, तुम्हीं से सुनूँ, तुम्हीं को देखूँ।

बाबा को प्र प्र लिखते ही मन हल्का हो जाता है। जवाब मुरली में मिल जाता है। रूह-रिहान बाबा से करो तो जवाब मिल जाता है। प्र लिखते-लिखते जवाब मिल जाता है। जिसकी बाबा से रूहरिहान करने की आदत पड़ जाती है वो कभी मुरझाते नहीं। वारिस वो बनेगा जो कभी मुरझायेगा नहीं। जो मुरझाता है वह वारिस नहीं बन सकता है। कोई भी समस्या आई तो मुरझाने की क्या बात है। बाबा संभाल लेता है। हर हालत में हर्षित रहने के लिए बाबा ने ज्ञान और योग दोनों सिखा दिया है। यदि ज्ञान काम नहीं कर रहा है या बुद्धि तक काम कर रहा है तो योग लगा लो, योग हर्षित बना देगा, उदासी खत्म कर देगा। उदास होना माना पद कम कर लेना। पद को कमी हो जाती है। कोई कैसी भी हालत में उदास नहीं हो सकते। दुःख भी बात है तो भी उदासी नहीं आ सकती, उदासी आई माना उस समय बाबा हमको कैसे देखेगा। बाबा के जो वारिस हैं, सपूत हैं, उनके आगे समस्यायें आयेंगी, चली जायेंगी। बाबा बच्चे को उदास नहीं होने देता। समस्या बड़ी या बाबा की मिलकियत बड़ी? बाबा कहता है मेरी सारी मिलकियत के तुम वारिस हो। उसको क्यों भूलें। कभी न भूलें। दूसरा बाबा ने कहा दे दान तो छूटे ग्रहण।

मुरली का महत्व तथा सुनने की विधि



दादी इन्द्रजीति, अति. मुख्य प्रशासिका

मुरली सुनने के समय आप यह लक्ष्य रखो कि जो प्वाइंट बाबा सुना रहा है, मानो बाबा ने शान कर्नी प्वाइंट शुरू की, ज्ञान की प्वाइंट सुनाते-सुनाते बाबा धारणा को प्वाइंट में चले जाते हैं फिर धारणा के प्वाइंट के बाद सेवा के प्लैन में चले जाते हैं। तो जैसे एक ही टाइम हम चक्कर लगा रहे हैं। तो सिर्फ मुरली सुनने के टाइम हमारे को मुरली सुनने की विधि आनी चाहिए। सिर्फ प्वाइंट्स सुन रहे हैं, यह नहीं। सुनते-सुनते कभी थकावट हो सकती है, बोर भी हो सकते हैं, जैसे बच्चे को नींद में सुलाने के लिए माँ लोरी देती है तो नींद न भी आनी हो तो भी आ जाती है। यदि थकावट है और मुरली सिर्फ सुन रहे हैं तो यह मुरली कभी-कभी लोरी का काम कर देती है, नींद ले आती है। लेकिन वास्तव में मुरली सुनने की जो विधि है उसी प्रमाण सुनो। बाबा के एक-एक बोल को सुनते उसमें अपनी बुद्धि को बिजी कर दो, अनुभव करते जाओ। मानो बाबा स्वर्ग की स्मृति दिला रहा है तो हम सुनते हैं - ठीक है, सतयुग में एकता थी, एक धर्म था, एक राज्य था और वहां दुःख नहीं था, अशांति नहीं थी, सुन तो

लिया। रिपीट भी कर लेंगे। लेकिन सिर्फ सुनो नहीं। बिल्कुल उस सतयुग के समय में आप पहुंच जाओ। अनुभव करो - हाँ, हमारा राज्य था। बाबा क्या याद दिला रहा है और हमारी आत्मा में यह संस्कार तो हैं ही, हम सतयुग में कितनी बार राज्य करके आये हैं। बहुत बार राज्य किया है। हमारी आत्मा में राज्य के संस्कार भरे हुए हैं। इमर्ज करना चाहो तो हो जाते हैं। आज टेप रिकार्ड में भी गीत भरा हुआ होता है तो हम जो भी लाइन सुनना चाहते हैं, सुन सकते हैं। हमारी आत्मा का टेपरिकार्ड जो है उसमें आप जो बजाना चाहो वह बज सकता है ना। इसीलिए जिस समय बाबा कोई ज्ञान की बात सुनाते हैं उस समय सिर्फ सुने नहीं, वहां पहुंच जाओ। कभी बाबा कहते हैं परमधाम में शिवबाबा के साथ तुम आत्माएं निराकार थी, बिन्दू थी तो परमधाम पहुंच जाओ। बाबा कह रहा है परमधाम और आप वहां अनुभव कर रहे हो। आत्मा परमधाम में एकदम बिन्दू स्टार माफिक थी, सूक्ष्म थी तो हो जाओ सूक्ष्म, अनुभव करो आत्मा का। बुद्धि रूपी विमान राकेट से भी तेज है। मुरली सुनते-सुनते सिर्फ सुनो नहीं, लेकिन अनुभव की सैर करो। परमधाम घूम कर आयेगे, स्वर्ग घूम कर आयेगे, संगमयुग घूम कर आयेगे, तो कलियुग दुःखधाम भी घूम कर आयेगे। सारा ही चक्र एक मुरली में बाबा हमको लगवाता है। तो उस अनुभव में चले जाओ। जैसे बाबा कहते हैं स्वर्गदर्शन चक्रधारी बनो। तो स्वर्गदर्शन चक्र माना

क्या सिर्फ यह रिपीट करना कि सतयुग में हम ऐसे थे, हमारे 8 जन्म हुए, फिर 12 हुए, फिर द्वार कलियुग में 63 जन्म हुए। सतयुग में एक धर्म था फिर द्वार में और धर्म आये? तो स्वर्गदर्शन चक्र को रिपीट करने में कितना टाइम लगा? एक मिनट! तो क्या यही स्वर्गदर्शन चक्रधारी बनना है। क्या यही रिपीट करते रहें? इसको स्वर्गदर्शन चक्र थोड़ेही कहा जाता है, अनुभव करो - सतयुग में 8 जन्म थे तो सतयुग में क्या हमारी स्टेज थी, आत्मा की स्टेज क्या थी? गोल्डन एज क्यों कहा जाता है? वहां एक धर्म, एक राज्य क्यों था, कारण क्या था - उस अनुभूति में चले जाओ।

दूसरा कहते भी हैं कि मुरली में एक जादू है, है तो सारा जादू लेकिन एक जादू विशेष मुरली में है - जैसे आपके सामने कोई समस्या आई, वैसे तो सारा संसार ही समस्याओं का सागर है और सागर में लहरें नहीं हो तो उसे सागर नहीं, नदी कहेंगे, सागर माना ही लहरें, वह तो होना ही है, तो समस्यायें भिन्न-भिन्न रूप से आती हैं, कभी तन की, कभी मन की, कभी धन की, फिर सम्बन्ध-सम्पर्क में भी कई बातें आती हैं, लौकिक परिवार में भी आती हैं तो ब्राह्मणों में भी आती हैं और ब्राह्मणों द्वारा माया और भी ज्यादा आती है। ब्राह्मण जीवन में ही समस्याओं के क्वेश्चन आते हैं। इसलिए बाबा कहते हैं कि ये तो समस्यायें आनी ही हैं और जितना-जितना आगे बढ़ेंगे उतने ही क्वेश्चन महीन होते जायेंगे।

अपने जीवन में बहुत सी यात्रा की होंगी और उस दरम्यान हासिल हुई सुखद स्मृतियों की भी जेहन में संजोया होगा, लेकिन कभी मौन की यात्रा पर निकले हैं? मौन की यात्रा स्वयं की जानने की यात्रा है, जिसमें आपकी असीम आनंद और सुख की अनुभूति होगी। मौन की यात्रा सभी यात्राओं का संगम स्थल है। जिसने मौन की साधना कर कर ली, उसे अन्य तीर्थ स्थलों पर जाने की आवश्यकता नहीं।

एक बार किसी प्रांत के राजा यात्रा के दौरान एक संत के आश्रम के पास से गुजर रहे थे। संत के प्रति सम्मान प्रकट करने और ज्ञान प्राप्ति की इच्छा से वे आश्रम में गए। उन्होंने संत से कहा, राज्य को देखभाल करने में मेरा लगभग पूरा समय लग जाता है। मैं सत्संग आदि में भाग नहीं ले सकता, क्या आप मेरे जैसे व्यस्त आदमी के लिए एक या दो वाक्यों में धर्म का सार बता सकते हैं? अवरय महामहिम, संत ने उत्तर दिया - 'मैं आपके हित के लिए इसे केवल एक ही शब्द में बता सकता हूँ। अदभुत! और वह शब्द क्या है? 'मौन', और मौन किसकी ओर ले जाता है? योग और योग क्या है? 'मौन'।

मौन के जरिए संसारिक और आध्यात्मिक जीवन में अनेक सफल प्रयोग हुए हैं। इससे ऋषि-मुनि और मनीषियों ने ही नहीं, विद्वानों और सत्ताधारियों ने भी शक्ति प्राप्त की है। मौन संचित ऊर्जा का उपयोग हमारे वैदिक ऋषि-मुनियों के अनुसार, मौन साधना से वे सिद्धियों मिल जाती है, जो अन्य कठिन योग साधनाओं से भी प्राप्त नहीं हो पाती है। प्राचीन काल में मौन का महत्व समझते थे। प्रकृति की आवाज सुनने के लिए अपनी आवाज को कुछ समय के लिए विराम देते थे।

मौन के लिए संसारिक और आध्यात्मिक जीवन में अनेक सफल प्रयोग हुए हैं। इससे ऋषि-मुनि और मनीषियों ने ही नहीं, विद्वानों और सत्ताधारियों ने भी शक्ति प्राप्त की है, मौन व्यक्ति से आती.... पृष्ठ 12 का शेष आत्मा का मौलिक गुण है।

ओ.आर.सी, गुडगांव की निदेशिका ब्र.कु.आशा ने कहा कि जब व्यक्ति दुःख व अशांति से घिरा होता है तभी वह शांति की मांग करता है। आज के तनावयुक्त वातावरण में शांति से रहने के लिए अपने मंसा द्वारा शांति के वायब्रेन्स फैलाने की आवश्यकता है। जिससे शांति की तरंगें चारों ओर फैलेगी और मानव मन शांति को अनुभूति कर सकेगा।

मन मौन

ब्र.कु.प्राची...

संचित ऊर्जा का उपयोग हमारे वैदिक ऋषि वरदान और शाप के रूप में करते थे। ऋषि-मुनियों के अनुसार, मौन साधना से अन्य कठिन योग साधनाओं से भी प्राप्त नहीं हो पाती है। प्राचीन काल में लोग मौन का महत्व समझते थे। प्रकृति की आवाज सुनने के लिए अपनी आवाज को कुछ समय के लिए विराम दे देते थे।

अंतर्मन का स्वरहीन संगीत है 'मौन' - हे सागर, तेरी भाषा क्या है?

अनंत प्रश्न की भाषा है आकाश, तेरे उत्तर की भाषा क्या है? अनंत मौन की भाषा।। -रवीन्द्रनाथ टैगोर

संसार में हर मनुष्य की पहचान उनकी बोली और व्यवहार से की जाती है। विचारों का सशक्त माध्यम भाषात्मक विज्ञान और कला माना जाता है, लेकिन मौन की अपनी भाषा है। संसारिक भाषाएं जहां सीमित शब्दों में बंधी हैं, वहीं मौन की भाषा में अनंत शब्द अंतर्निहित हैं। शोर्गुल, बोली का प्रभाव या आवाज का बंद हो जाना सिर्फ मौन नहीं है, बल्कि मौन है - अपने बजूद में खो जाना। मौन और चूपी में फर्क है। चूपी बाहर होती है और मौन भीतर घटता है। चूपी में हमारी वाणी पर नियंत्रण होता है, लेकिन दिमाग और मन का संवाद निरंतर

भी विसर्जन हो जाता है, क्योंकि मन का स्वभाव है अशांति, उसका भोजन है अतीत की यादें, भविष्य के सुनहरे पल और सपने। डर, जलन, द्वेष, प्रतिस्पर्धा, तनाव, कुछ मिलने और होने की कामना है मन। इस तरह के मन जहां हैं, वहां वासना, असंतोष, शोक, जलन, प्रतिशोध, प्रति हिंसा, दुःख, क्रोध और हिंसा है। मौन में इनके अस्तित्व को मिटाना अनिवार्य है। मौन के दौरान जब आप शांति और प्रेम के विशाल दायरे में होते हैं, तब आपके भीतर तरंगे प्रवाहित होती हैं। ये तरंग आपके भीतर तालमेल लाने के साथ ही सृष्टि की सभी सूक्ष्म परतों को भी प्रभावित करती है। मौन को जीवन का हिस्सा बनाने के बाद मनुष्य वह नहीं रह जाता। जो पहले था। वह मुनि बन जाता है और उसे सम्पूर्ण पृथ्वी का अपना अंग होने का एहसास होने लगता है। जब मनुष्य पूरी दुनिया को अपना हिस्सा समझने लगता है तो दुनिया और उसके बीच प्रेम पनपने लगता है। इस प्रेम से अपने जीवन में आई विपत्तियों को दूर करने में मदद मिलती है। क्रोध और निराशा जैसी भावनाएं उससे कोसों दूर चली जाती हैं। वह भूतकाल में जीना छोड़ वर्तमान में जीने लगता है। उसके भीतर से ये सभी व्याधियां दूर होते ही उसका जीवन उत्सव बन जाता है। जीवन के हर क्षेत्र के व्यस्त लोग रोजाना - ध्यान, योग के कुछ पलों के लिए शुकुगुजार होते हैं, जो उन्हें तरोताजा कर देते हैं। अपने भीतर गहरे जाकर देखिए और मौन को उत्सव बना गुनगुनाइए।

सच्ची चाहत तो सदा वेजुबानी होती है - मौन आत्मा की भाषा है, जिसे संसारिक कोलाहल के बीच सुनना संभव नहीं है, दूसरे शब्दों में कहें तो व्यक्ति के अंतर्मन की यात्रा का नाम है मौन। एक कहावत है - वाणी चांदी है, मौन सोना है, वाणी पार्थिव है मौन दिव्य। मौन भाषा बोली और बंधनों को मिटाकर स्व से जोड़ता है और जीवन में पूर्णता लाता है। रवीन्द्रनाथ टैगोर के शब्दों में कहें तो जिस तरह घोंसला सोती हुई चिड़िया को आश्रय देता है, उसी तरह मौन तुम्हारी वाणी को आश्रय देता है, मानसिक तनाव, व्याकुलता और अशांति के पलों में मौन शांति का प्रकाश पुंज है। यह वाणी को मर्यादित करने का अमोघ अस्त्र भी है। क्योंकि वाणी द्वारा ही हम किसी को अपना मित्र या शत्रु बनाते हैं। मौन एक तरह का व्रत व साधना है। इसका सोधा सा मतलब है - अपनी जुबान को सोच समझकर इस्तेमाल करना अर्थात् अपने मन को नियंत्रित करते हुए चूप रहना। मौन का एक अर्थ यह भी है कि अपनी भाषा शैली को ऐसा बनाएं, जो दूसरों को प्रिय लगे। मौन का हस्तांतरण पति-पत्नी, बाप-बेटे, भाई-भाई के बीच बिल्कुल ऐसे घट सकता है और उनके सम्बन्धों में शांति, गरिमा और प्रेम की मधुर धारा प्रवाहित हो सकती है। किसी ने ठीक ही कहा है, मौन ही ऐसा वृक्ष है, जिस पर शांति और सुख के फल लगते हैं।

इस कार्यक्रम को मीडिया स्टीडिज के अध्यक्ष भास्कर राव, नई दिल्ली के डॉ.ए.के.मरचेंट, पत्रकार डॉ.एन.के.ट्रिका, दिल्ली के चीफ कमिश्नर राकेश मेहता, ब्र.कु.अलोक शर्मा ने भी अपने-अपने विचार व्यक्त किए। ब्र.कु.शांति ने सभी को मेडिटेशन के द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराई। ब्र.कु.स्मिता ने स्वागत गीत प्रस्तुत किया तथा इस अवसर पर कोलकता की टीम द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किया।



सेनफ्रांसिस्को। महिलाओं के लिए आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में है ब्र.कु.डॉ.सविता बहन तथा अन्य।



कजान। 'स्नेह-मिलन' के पश्चात् समूह चित्र में रशिया में सेवाकेंद्रों की संचालिका ब्र.कु.चक्रधारी तथा अन्य भाई-बहनें।



कडपा। 'सर्वधर्म सम्मेलन' का उद्घाटन करते हुए रामकृष्ण मिशन के सचिव स्वामी आत्माविडानंद, डॉ.सिद्धप्पा गौरव, ब्र.कु.रामनाथ, ब्र.कु.पद्मा बहन तथा अन्य।



रांची। 'ज्योतिष सम्मेलन' का दीप प्रज्ज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.निर्मला बहन तथा ज्योतिषाचार्य।



नांगलोई, दिल्ली। विधायक मनोज शौकीन को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.आदेश बहन।



किच्छा, वरेली। नगरपालिका अध्यक्ष अंजू जायसवाल को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सरोज।



वेलगांव। 'हिन्दी दिवस' के अवसर पर ब्र.कु.विद्या बहन को 'गुलदस्ता' भेंट कर सम्मानित करते हुए ज्योति कॉलेज के प्रिंसिपल अरूणा लाड।



भटिंडा। 'आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी' का उद्घाटन करने के पश्चात् सांसद हरसिमरत कौर बादल को 'ईश्वरीय सौगात' भेंट करते हुए ब्र.कु.कैलाश बहन तथा अन्य।



चोपड़ा। 'तनाव मुक्त जीवन' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए विधान सभा अध्यक्ष अरूणभाई गुजराती, विधायक कैलास पाटील, ब्र.कु.डॉ.प्रमोद मसंद, ब्र.कु.मोनाक्षी बहन एवं ब्र.कु.मंगला बहन।



चूरु। 'कन्या बचाओ' झांकी का उद्घाटन करते हुए जिनंदल चैरिटेबल ट्रस्ट के मुख्य ट्रस्टी बी.डी.अग्रवाल, ब्र.कु.सुमन बहन।



हांसी। 'अपराध मुक्त समाज' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए नरेन्द्र म्याणा जी, बी.एल.महेश्वरी, ब्र.कु.पुष्पा बहन, ब्र.कु.पला बहन तथा बार एसोसिएशन के सदस्य।



श्रीनगर। जम्मू काश्मीर के सिंचाई मंत्री गुलाम हसन मोर को 'रक्षा-सूत्र' बांधते हुए ब्र.कु.सुदर्शन बहन।

ऐसा दशहरा मनाओ अबकी बार



घुस आये मन में पाँच विकार
मचा रहे ये सर्वत्र हाहाकार
हर नर-नारी पर इनका अधिकार
गिरावट में जा रहा सब संसार
ये रुलाने वाले रावण इनका यादगार
लो हाथ में तुम ज्ञान की तलवार
परमात्म याद की लगाओ इसमें धार
कूद पड़ो करने पंच भूतों का संहार
खाली न जाये तुम्हारा कोई वार
कागज के पुतले जलाने से क्या होगा
ऐसा दशहरा मनाओ अबकी बार
ईश्वरीय शक्ति बनी तुम्हारा आधार
मत भूलो विजय जन्मसिद्ध अधिकार
पुरानी दुनिया तो है जाने को तैयार
स्वर्गिन दुनिया को है अब तुम्हारा इंतजार
फिर होगी घर-घर में सच्ची दीपावली
इन एडवांस मुबारक हो बार-बार
-ब्र.कु.अनु, अलवर

संसार को विषमय ... पृष्ठ 2 का शेष

नहीं। नागार्जुन ने सार रूप में कहा कि हम जो नहीं है वे ही देखते रहते हैं। और भ्रम को दुनिया में जीते हैं। संसार भी ऐसा ही है। सौंग है ही नहीं और तू समझ बैठा है कि सौंग है। संसार भ्रम है और तू कहता है कि संसार छूटता नहीं है। संसार किसका हुआ है जो तेरा भी हो सकता? संसार पकड़ने से पकड़ में नहीं आता। इसलिए भ्रम को दुनिया से बाहर आना जरूरी है।

इसलिए वह चिंतक ने 'मुक्त हो जाओ' ये बात बाहर निकलने की बात सत्य। मनुष्य छूटने चाहता है और जीवन उसे बांधना चाहता है। यह खेल मनुष्य जब तक जीता है तब तक चलता ही रहता है। जीवन को मात्र कलात्मक रूप से देखने की जरूरत है। जीवन एक साधना है। उपासना है इसलिए जीवन में मिली हुई प्रत्येक क्षण सुंदरता पूर्वक जीकर शक्ति से जीना यही जीवन की सार्थकता है।

मानो की संसार विषमय है, तब भी उसे अमृतमय कैसे बनाना है यही मानव के समक्ष चुनौति है। जीवन को विषमय संसार से अमृतमय संसार बनाने का नये मार्ग कौन से है?

1. दुनिया भल बेईमान हो आप अपनी जात के प्रति इमानदार रहें।
2. मुझे कोई दुःखी कर नहीं सकता सिवाए की मेरा स्वभाव और दृष्टिकोण, यह बात याद रख दुःख से डरना नहीं।
3. दुनिया बदलने वाली नहीं, इसलिए मेरा स्वभाव बदलना चाहिए, क्योंकि सुख की चाबीमेरे स्वभाव के प्रत्येक परिस्थिति में प्रसन्न रहने की वृत्ति के हाथ में है। आपको जात को बदलने का अवसर दीजिए।
4. मनुष्य के स्वभाव को पहचान कर उनके साथ आपके वर्तन और व्यवहार शैली तय करें। सद्भाव शुभभाव को बिना मूल्य वितरण करें, क्रोध पर विजय पाकर।

दुःख के समय शांति के वायब्रेशन्स क्रियेट करें

प्रश्न:- सच में मैं वही बात तो कह रही हूँ ना! वो परिस्थिति जिस मुझे पर हम थे उस परिस्थिति में जो कहीं और हो रही थी, उसमें पूरी तरह से, जो पूरे लोग टी.वी. देख रहे थे, उन सबके मस्तिष्क का अपहरण ही तो कर लिया।

उत्तर - अगर हम देख भी रहे हैं और इन्फॉर्मेशन ले भी रहे हैं, लेकिन उसके बाद मेरे माइंड में तुरंत ही आना चाहिए कि अब मेरी जिम्मेवारी क्या है।

मैं ब्रह्माकुमारीज के बारे में एक बहुत सुंदर घटना बताती हूँ, मैं ये कह नहीं रही हूँ कि ऐसा होना चाहिए। कहीं भी दुनिया के किसी भी हिस्से में ऐसा कुछ ऊपर-नीचे हो जाता है, चाहे वो प्राकृतिक आपदा के रूप में हो या ऐसी कोई घटना घटित हो गयी हो, तो तुरंत ही हमारे हर सेंटर पर जितने भी भाई-बहनें हैं, वो सामूहिक रूप से मेडिटेशन करते हैं। हम सब इकट्ठे मिलकर अलग-अलग अपनी रीति से घर पर तो करते ही हैं। लेकिन सामूहिक रूप से एक निश्चित समय निर्धारित करके हम सब सेंटर पर इकट्ठे मिलकर शांति और प्यार के वायब्रेशन्स क्रियेट करते हैं और वहां तक पहुंचते हैं, इसे हम मनसा सेवा कहते हैं। क्योंकि परमात्मा हमेशा ये कहते हैं कि दर्द तो ऑलरेडी वहां है, आप दर्द के बारे में चर्चा करते हो, दर्द को खबरें सुन रहे हो, इससे और ही दर्द बढ़ता जा रहा है। उस समय आपकी जिम्मेवारी क्या होती है? वहां दर्द है तो हमें क्या भेजना है? वहां हमें प्यार भेजना है, शांति भेजनी है, लेकिन वो कब भेज पायेंगे? जब हम डिटैच होंगे। लेकिन अगर मैं ही दर्द में चली गयी, हाय! ये क्या हुआ, कैसे हुआ, तो इससे दर्द और ही बढ़ता है और वो शक्ति नहीं बनती है।

प्रश्न - हम अनजाने में ही उस दर्द को और ही भेजे जा रहे हैं!

उत्तर - हमें तो लगता है कि ओह! मैं तो दिल्ली में बैठी हूँ, दुर्घटना तो बम्बई में हुई, तो मैं वहां कैसे भेज सकती हूँ, लेकिन यह सत्य नहीं है।

शुशानुमा
जीवन जीने
की कला
(अवेकनिंग विथ ब्रह्माकुमारीज से)



-ब.कु.शिवानी

यह सामूहिक रूप से वायब्रेशन है।

प्रश्न:- ब्र.कु.शिवानी, ये बात तो समझ में आती है, लेकिन जब हमारे विपरीत चीजें हो रही होती है सोसायटी के, हिंसा के, अमानवीय व्यवहार के, तो हम ही तो हैं, इंसान ही तो है जिन्होंने अपनी आवाज पर रस कर लिया है। अगर हम स्टेबल होकर देख रहे हैं या स्वीकार कर रहे हैं उस चीज को कि ऐसा नहीं होना चाहिए।

उत्तर - तो क्या व्यक्ति निष्क्रिय हो जाता है!

प्रश्न - हाँ। मतलब कि आप बहुत सुस्त हो जाते हैं। आपको अपनी बात कहने का भी तो जरूरिया चाहिए।

उत्तर - लेकिन अपनी बात कहने का जो तरीका है, एक तो वो महत्वपूर्ण है और दूसरा अपनी बात कहने के लिए पहले आपकी सोच में बहुत स्पष्टतः होनी चाहिए। हम जिस अटैक के बारे में बात कर रहे हैं उस समय मुख्य रूप से तीन आवेग वातावरण में बहुत हावी थे - गुस्सा, दर्द और आघात। एक पूरा दुःख का माहौल हर जगह क्रियेट हो गया। जब हम इन तीनों भावनाओं के वशीभूत हो जाते हैं तो क्या हमारे थॉट्स में स्पष्टतः रहेगी? क्या हम उस समय सही दिशा में सोच पायेंगे? सही बात को बोल पायेंगे? अब इसी स्पेसिफिक बात को भी अगर हम देख लें। जितनी दिन वो न्यूज में था, हम देख रहे थे क्या हो रहा है उस समय हर कोई गुस्से में था, हर कोई उस संबंध में ही बात कर रहा था, ये प्रश्नचिन्ह है कि हमने उस समय में क्या किया?

प्रश्न - ये तो एकीकृत रूप से क्रोध का रूप था!

उत्तर - एकीकृत क्रोध था। लेकिन इसका परिणाम...? यदि आप अपने विचार प्रगट करना ही चाहते हैं तो इसके लिए हमारे थॉट में बहुत ही स्वच्छता की जरूरत होती है, हम यह सोचते हैं कि क्रोध और प्रतिक्रिया से मिश्रित आवाज ज्यादा प्रभावी होती है। आप जानते हैं कि यह जैसे साधारण सी बात भी है तो बड़ी बात भी है। छोटी बात भी ऑफिस में भी हम देखते हैं या घर पर भी मैं जोर चिल्लाकर बोलूंगी ना तो आपको ज्यादा ठीक से समझ में आयेगा। (क्रमशः)

दीपावली का रहस्य

बड़े आश्चर्य की बात है कि दीपावली का त्योहार भारतवर्ष में बहुत ही महत्वपूर्ण त्योहार माना जाता है। इसे हम सभी भारतवासी हर वर्ष बड़ी ही धूमधाम से मनाते हैं। लेकिन हर वर्ष त्योहार मनाते हुए भी हम जिस बात की कामना रखते हैं कि हमारे घरों में लक्ष्मी आयेगी, जिसके लिए हम लोग अपने घरों की सफाई करते, दीपक जलाते तथा पूजन कर लक्ष्मी का आह्वान करते हैं परन्तु विचार करने की बात है कि जब उल्लूको रोशनी में कुछ दिखाई ही नहीं देता तो लक्ष्मी आयेगी कैसे? वह तो हमसे दूर भाग जायेगी।

अब परमपिता परमात्मा शिव आकर हम सभी को दीपावली का सच्चा-सच्चा रहस्य समझाते हैं कि हे वत्सो! तुम द्वापर से लेकर हर वर्ष दीपावली मनाते आये हो। लेकिन बजाय सम्पन्न होने के और ही कंगाल होते आये हो। अतः परमपिता परमात्म शिव अब कहते हैं कि बच्चों, घरों की सफाई करना या दीपक आदि जलाना तो साधारण सी बात है। परन्तु परमपिता परमात्मा शिव कलियुग के अंत और सतयुग के आदि के बीच के वर्तमान कल्याणकारी पुरुषोत्तम संगमयुग पर दीपावली का वास्तविक रहस्य समझाते हैं कि हे बच्चों! यदि वास्तविक लक्ष्मी को बुलाना चाहते



हो या श्री लक्ष्मी और श्री नारायण के राज्य की स्थापना करना चाहते हो तो तुम्हें लक्ष्मी के समान दैवी गुण अपने जीवन में धारण करने होंगे। इसी के लिए परमपिता परमात्मा हमें समझाते हैं कि हे वत्सो, तुम्हारी आत्मा में 63 जन्मों से 5 विकारों रूपी मैल चढ़ा हुआ है। जब तक तुम बच्चे अपने आत्मा रूपी घरों से इन 5 विकारों रूपी मैल को नहीं निकालते अर्थात् जब तक आत्मा को ज्ञान प्रकाश नहीं मिलता तब तक श्री लक्ष्मी और श्री नारायण का राज्य स्थापन नहीं हो सकता और सही अर्थों में दीपावली नहीं हो सकती है।

सच्ची दीपावली - कार्तिक की अमावस्या को भारतवर्ष के घर-घर में प्रकाश दीप जगमगा उठते हैं और बाल-वृद्ध आनंद से भर जाते हैं। सभी अपने-अपने घरों की तथा कपड़ों की सफाई करते हैं। व्यापारी वर्ग इस शुभ दिवस पर पुराने खाते को बंद कर नया खाता खोलते हैं। मान्यता है कि धन की देवी श्री लक्ष्मी इस रात्रि में भ्रमण करती हैं और अलौकिक गुहों को धन-धान्य से परिपूर्ण कर देती हैं। अपने भाग्य की परीक्षा लेने के लिए लोग जुआ भी खेलते हैं। रात्रि के अंतिम प्रहर में माताएं सूप की कर्कश ध्वनि से दरिद्रता को निकालती हैं तथा गांव 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 क्यों हमसे रूठ गयी है? जलते हुए दीप उनको आकृष्ट क्यों नहीं कर पाते? वे कौनसा 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 अंतरात्मा 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 सदृश अनासक्त बन कमलासीन श्री लक्ष्मी का आह्वान करने की जगह हम मिट्टी के दीप जलाकर बच्चों का खेल खेलते रहते हैं। मन-मंदिर की सफाई करने की जगह बाह्य सफाई से ही हम खुश हो जाते हैं। तभी तो श्री लक्ष्मी हमसे रूठ गयी है। कमल सदृश बनकर हम कमला

को प्राप्त कर सकते हैं। अमावस्या की काली रात्रि की तरह आज चतुर्दिक घोर अज्ञान अंधकार छाया हुआ है। कहीं कुछ सूझ नहीं रहा है। मत-मतांतर के जाल में मानव मात्र भ्रमित है। सभी आत्माओं की ज्योति बुझ चुकी है। ऐसे समय में सदा जागती ज्योति निराकार परमपिता परमात्मा शिव सर्वात्माओं की ज्योति जगाने के लिए कल्प पूर्व की भांति इस धराधाम पर अवतरित हो चुके हैं और प्रायः लोप गीता ज्ञान तथा सहज राजयोग की शिक्षा दे रहे हैं। निर्विकारी बन उस सदा जागती ज्योति से अपनी आत्मा का दीपक जगाकर ही हम सच्ची दीपावली मना सकते हैं। तब ही इस देवभूमि भारतवर्ष पर श्री लक्ष्मी-श्री नारायण के दैवी स्वराज्य की पुनर्स्थापना होगी जहां रत्न जड़ित स्वर्ण महल होंगे और धी-दूध की नदियां बहेगी। इस युगांतरकारी 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 अन्य दीपकों की ज्योति जलाई जाती है। अन्य किसी देवता के मंदिर में सदा दीप नहीं जलता है 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 इस दिन पुराने खाते को बंद कर नया खाता खोलते हैं। अबरद दानी, भोलानाथ भगवान् शिव के साथ व्यापार करने वाले आध्यात्मिक साधकों का परम कर्तव्य है कि अब वे आसुरी अवगुणों का खाता बंद कर दैवी गुणों के लेन-देन का खाता खोलें जिससे आगामी सतयुगी सृष्टि में वे श्री लक्ष्मी का वरण कर सकें।

दीपावली के दिन जुआ खेलने का बहुत महत्व है। कहते हैं कि जो इस दिन जुआ नहीं खेलता है उसकी अधम-गति होती है। इसका भी आध्यात्मिक रहस्य है। जुए में कुछ सम्पत्ति हम दांव पर लगाते हैं जो कई गुना होकर हमें मिलती है। पावन सतोप्रधान सतयुगी सृष्टि की स्थापनार्थ जब पतित पावन परमात्मा शिव इस सृष्टि पर अवतरित होते हैं तो वे हम जीवात्माओं को आदेश देते हैं कि अपने कौड़ी तुल्य तन-मन-धन को ईश्वरीय सेवा में

लगा दो तो 21 जन्मों के लिए तुमको कंचन काया, सतोप्रधान मन और अखुट धन-सम्पत्ति की प्राप्ति होगी। धन्य हैं वे नर-नारी जो इस कल्याणकारी पुरुषोत्तम संगमयुग पर ऐसा ईश्वरीय जुआ खेलते हैं। बाकी तो सभी 'विषय-सागर' में गोता खाने वाले अधम और पशु-तुल्य हैं। दीपावली के आध्यात्मिक रहस्यों को न जानने के कारण आज मनुष्य उसे सामाजिक उत्सव के रूप में ही मानते हैं और महान् आध्यात्मिक उन्नति से वंचित रह जाते हैं। कहां यह ईश्वरीय जुआ और कहां वह स्थूल जुआ जिसके कारण 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 सफाई 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 जहां दुःख-अशांति का नामोनिशान भी नहीं रहेगा। शेर-बकरी एक घाट पर जल पियेगे और अखुट धन-संपत्ति से नर-नारी मालामाल हो जायेंगे। इतना महान् अंतर है मिट्टी के जड़ दीप जलाने और चैतन्य आत्मा की ज्योति प्रज्वलित करने में।



उदयपुर। भारतीय सेना के अधिकारियों के लिए आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते हुए ब्र.कु.अशोक गावा।



नाभा। रोटरी क्लब में आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं रोटरी के प्रधान जसपाल जनेजा, ब्र.कु.गुलशन बहन तथा अन्य।



श्रीगंगानगर। परमहंस स्वामी ब्रह्मदेव को 'आत्म-स्मृति' का तिलक देते हुए ब्र.कु.विजय बहन।



सिरसा। एस.एस.पी. यादव जी को 'रक्षा-सूत्र' बांधते हुए ब्र.कु.विन्दू बहन।



मिरज, सांगली। दादीजी की 'स्मृति-दिवस' पर श्रद्धांजली देते हुए विधायक सुरेश खाडे, मकरंद देशपांडे, ब्र.कु.अरूणा बहन।



वाढ। एन.टी.पी.सी के डी.जी.एम एस.ए.मेहदी को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् 'ओम शांति मीडिया' भेंट करते हुए ब्र.कु.ज्योति बहन।



नवावगंज। उपजिलाधिकारी शंभू कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.रेखा बहन।



मडगांव, गोवा। उच्च न्यायालय के न्यायाधीश नुतन सरदेसाई को 'ओम शांति मीडिया' भेंट करते हुए ब्र.कु.राखी बहन।



पट्टी, पंजाब। जेल में बंदी भाईयों को 'रक्षा-सूत्र' बांधते हुए ब्र.कु.पूनम बहन।



पानीपत। उपायुक्त मोना श्रीनिवासन को 'ईश्वरीय सौगात' भेंट करते हुए ब्र.कु.कविता बहन एवं ब्र.कु.भारतभूषण।



मीरा रोड, मुंबई। ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में है महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री पृथ्वीराज चौहान, राज्यमंत्री राजेंद्र गावीत, ब्र.कु.रंजन बहन तथा अन्य।



कौशाबी। नवनिर्मित सेवाकेंद्र के उद्घाटन समारोह में जिला सूचना अधिकारी जे.एन.यादव को 'ईश्वरीय सौगात' भेंट करते हुए ब्र.कु.कमला बहन।

रक्तचाप रहित खुशहाल जीवन जीये

हैं सुखी वही इस जीवन में, हो रोग न जिसके तन-मन में

निम्न रक्तचाप - निम्न रक्तचाप (हाइपोटेंशन) वह दाब है जिससे धमनियों और नसों में रक्त का प्रवाह कम होने के लक्षण या संकेत दिखाई देते हैं। जब रक्त का प्रवाह काफी कम होता है तो मस्तिष्क, हृदय तथा गुर्दे जैसे महत्वपूर्ण इंद्रियों में ऑक्सीजन और पौष्टिक पदार्थ पहुंच नहीं पाते हैं। जिससे ये इंद्रियां सामान्य रूप से काम नहीं कर पाती हैं। इससे यह स्थायी रूप से क्षतिग्रस्त हो सकती है। उच्च रक्तचाप के विपरीत, निम्न रक्तचाप की पहचान मूलतः लक्षण और संकेत से होती है, न कि विशिष्ट दाब संख्या से। किसी-किसी का रक्तचाप 90/50 होता है, लेकिन उसमें निम्न रक्तचाप के कोई लक्षण दिखाई नहीं पड़ते हैं और इसलिए उन्हें निम्न रक्तचाप नहीं होता है। तथापि ऐसे व्यक्तियों में जिनका रक्तचाप उच्च है और उनका रक्तचाप यदि 100/60 तक गिर जाता है तो उनमें निम्न रक्तचाप के लक्षण दिखाई देने लगते हैं।

यदि किसी को निम्न रक्तचाप के कारण चक्कर आता हो या मितली आती हो या खड़े होने पर बेहोश होकर गिर पड़ता हो तो उसे आर्थोस्टैटिक उच्च रक्तचाप कहते हैं। खड़े होने पर निम्न दाब के कारण होने वाले प्रभाव को सामान्य व्यक्ति शीघ्र ही काबू में कर लेता है। लेकिन जब पर्याप्त रक्तचाप के कारण चक्र्रीय धमनी में रक्त की आपूर्ति नहीं होती है तो व्यक्ति को सीने में दर्द हो सकता है या दिल का दौरा पड़ सकता है। जब गुर्दों में पर्याप्त मात्रा में खून की आपूर्ति नहीं होती है तो गुर्दे शरीर से यूरिया और क्रिएटाइन जैसे अपशिष्टों को निकाल नहीं पाते जिससे रक्त में इनकी मात्रा अधिक हो जाती है।

आघात - यह एक ऐसी स्थिति है जिससे जीवन को खतरा हो सकता है। निम्न रक्तचाप की स्थिति में गुर्दे, हृदय, फेफड़े तथा मस्तिष्क तेजी से खराब होने लगते हैं।

उच्च रक्तचाप क्या है? - 130/80 से ऊपर का रक्तचाप उच्च रक्तचाप या हाइपरटेंशन कहलाता है। इसका अर्थ है कि धमनियों में उच्च रक्तचाप (तनाव) है। उच्च रक्तचाप का अर्थ यह नहीं है कि अत्यधिक भावनात्मक तनाव हो। भावनात्मक तनाव व दबाव अस्थायी तौर पर रक्त के दाब को बढ़ा देते हैं। सामान्यतः रक्तचाप 120/80 से कम होना चाहिए और 120/80 तथा 131/81 के बीच का रक्त दबाव पूर्व उच्च रक्तचाप (पी हाइपरटेंशन) कहलाता है। और 140/90 या उससे अधिक का रक्तचाप उच्च समझा जाता है।



उच्च रक्तचाप से हृदय रोग, गुर्दों की बीमारी, धमनियों का सख्त हो जाना, आँखें खराब हो जाना और मस्तिष्क खराब हो जाने की संभावना बढ़ जाती है। युवाओं में ब्लड प्रेशर की समस्या का मुख्य कारण उनकी अनियमित जीवनशैली और गलत खान-पान होते हैं। रक्त वाहिकाओं में तरल पदार्थ की मात्रा बहुत अधिक होने के कारण उच्च रक्त चाप हो सकता है। उच्च रक्तचाप वाले व्यक्तियों को नियमित रूप से अपने डॉक्टर से परामर्श लेना आवश्यक है।

यदि चक्कर आये, सिर दर्द हो, श्वास में तकलीफ हो, नींद न आए, शीथिलता रहे, कम मेहनत करने पर श्वास फूलने लगे और नाक से खून गिरे इत्यादि लक्षण हो तो चिकित्सक से तुरंत ही जांच कराये। ये हो सकता है कि उच्च रक्तचाप के कारण हो। अधिकांश लोगों के शरीर में उच्च रक्तचाप के कारण कोई लक्षण प्रतीत नहीं होते हैं। अगर कोई व्यक्ति ब्लड प्रेशर कफ के जरिए किसी व्यक्ति की जांच करता है तभी उच्च रक्तचाप का पता चल पाता है।

उच्च रक्तचाप के निम्नलिखित कारण संकेत हैं:-

- चिंता, क्रोध, ईर्ष्या, भय आदि मानसिक विकार।
- कई बार या बार-बार आवश्यकता से अधिक खाना।
- मैदा से बने खाद्य सामग्री, चीनी, मसालें, तेल-घी, आचार, मिठाइयां, मांस, चाय, सिगरेट व शराब आदि का सेवन।

शेष भाग पृष्ठ 10 पर

ज्ञान के माध्यम से स्वयं में परिवर्तन लायें

व्यक्ति के भीतर भी अथाह शक्ति और क्षमता है। लेकिन जब तक वो अपनी शक्ति और क्षमता को जानता नहीं है, उसे बाहर लाता नहीं है, तब तक वो भी आध्यात्मिक रूप से गरीब है और आध्यात्मिक खजानों से वंचित है। लेकिन जब वह आध्यात्मिक ज्ञान के माध्यम से अपनी वास्तविकता को जान लेता है और अपनी सुषुप्त शक्ति को उजागर कर लेता है तो उसके जैसा समृद्ध इस संसार में कोई नहीं होता है। भावार्थ यह है कि हमें भी स्वयं की डिलिंग करने की आवश्यकता है। वह डिलिंग कोई स्थूल डिलिंग की बात नहीं है बल्कि आध्यात्मिक ज्ञान और मेडिटेशन के माध्यम से हम स्वयं के अंदर जायें और अपनी शक्ति को उजागर करें। जितना हम उन शक्तियों को बाहर लाने में समर्थ होते हैं उतनी ही श्रेष्ठ गति को हम प्राप्त कर सकते हैं। यही बात भगवान अर्जुन को स्पष्ट करना चाहते हैं। इस प्रकार यहां पर तेरहवां अध्याय समाप्त हो जाता है।

चौदहवें अध्याय में प्रकृति के तीन गुणों के आधार से किस तरह मनुष्य का जीवन होता है, उसे बताया गया है। परमात्मा सतो, रजो और तमो के रहस्य को स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि किस प्रकार प्रकृति से प्रत्येक व्यक्ति प्रभावित होता है। गुणातीत व्यक्ति के लक्षण तथा आचरण क्या होते हैं?

पहले श्लोक से चौथे श्लोक तक ज्ञान की महिमा और प्रकृति पुरुष से

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-वसिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब्र.कु.उषा



जगत की उत्पत्ति के रहस्य का वर्णन किया गया है।

पाँचवें श्लोक से आठवें श्लोक तक सतो, रजो, तमो की अभिव्यक्ति की गई है और उन्नीसवें श्लोक से सत्ताइसवें श्लोक तक गुणातीत पुरुष का आचरण, लक्षण एवं उससे परे होने की विधि स्पष्ट की गई है। भगवान बताते हैं कि ज्ञान के आधार पर मनुष्य मेरे जैसे दिव्य प्रकृति अर्थात् दिव्य स्वभाव को प्राप्त कर सकता है। ज्ञान के माध्यम से हम अपने स्वभाव के अंदर परिवर्तन को लाते हुए, अपनी प्रकृति को दिव्य प्रकृति बना सकते हैं। फिर भगवान कहते हैं कि हे अर्जुन! मेरा स्थान महात्त्व अर्थात् ब्रह्मत्त्व है। जिसको कहा जाता है अनंत शांति का धाम। भगवान इसे और स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि मैं इस संसार के कण-कण में व्यापक नहीं हूँ। मेरा स्थान महत्त्व, अनंत शांतिधाम है और उसमें मैं गर्भ धारण करता हूँ। अब यहां पर यह समझने की बात है कि सृष्टि को रचने के लिए भगवान किस प्रकार का गर्भ धारण करते हैं। इसलिए कहा जाता है कि भगवान को जब सृष्टि रचने का संकल्प उत्पन्न हुआ तो वो उसके लिए गर्भ था। ये गर्भ किसको दिया, तो कहा गया कि ये संकल्प ब्रह्मा जी को दिया। ब्रह्मा जी ने संकल्प से सृष्टि का निर्माण किया। इस तरह से भगवान कहते हैं कि मैं उस अनंत शांतिधाम में निवास करता हूँ। मैं उसमें गर्भ धारण करता हूँ अर्थात् उसमें मैं सृष्टि के होने का संकल्प स्फुटित करता हूँ। फिर प्रकृति के संयोग से सब शरीरों की उत्पत्ति होती है। तो प्रकृति गर्भ धारण करने वाली माता है और मैं बीज को स्थापन करने वाला पिता हूँ। इस तरह पुरुष, प्रकृति और परम पुरुष के बीच में ये खेल चलता है कि किस प्रकार परम पुरुष वह संकल्प को स्फुटित करता है और प्रकृति के संयोग से शरीरों की रचना होती है। तब वो आत्मा उस शरीर के अंदर प्रवेश होकर प्रकृति के संयोग में ही वो खेल के मध्य से अपना कार्य करते हैं। फिर भगवान कहते हैं कि प्रकृति से उत्पन्न होने वाले सतो, रजो, तमो ये तीन गुण अविनाशी हैं जो देहि अर्थात् आत्मा को देह के बंधन में बांधते हैं। इस प्रकार शरीर की उत्पत्ति होती है और आत्मा उसमें प्रवेश करती है। जब तक शरीर तैयार नहीं होता है, तब तक आत्मा उसमें प्रवेश नहीं करती है। शरीर बनने के पश्चात् जब आत्मा उसमें प्रवेश करती है तो जिस प्रकार के गुण से वो शरीर बना होता है वह सात्त्विक प्रकृति से, राजसी प्रकृति से या तामसिक प्रकृति से बना है तो उसी प्रकार के उसके गुणधर्म होते हैं। अब वो प्रकृति कैसे निर्मित होती है? जिस प्रकार का सात्त्विक भोजन करता है उसी प्रकार का उसका शरीर तैयार होता है। जैसे:- सात्त्विक भोजन करता है तो उससे सात्त्विक प्रकृति का शरीर तैयार होता है। राजसिक भोजन करता है तो उससे राजसिक प्रकृति का शरीर तैयार होता है और जब तामसिक भोजन करता है तो तामसिक प्रकृति का शरीर तैयार होता है। अगर हम तामसिक भोजन करने के बाद इच्छा करें कि हमें सात्त्विक गुण का बच्चा मिले, यह बात तो उसी प्रकार की हो गई कि जैसे कि हम बीज बोये नोम का और आम के पौधे की आशा करें। जिस प्रकार से ये नहीं हो सकता है उसी प्रकार से वह भी नहीं हो सकता है। यह प्रकृति का नियम है कि हमने जैसा खाया है, जैसी प्रकृति आपने अंदर डाली है, उसी प्रकृति कि वो शरीर तैयार होने वाला है। - क्रमशः

स्वयं को परिस्थिति अनुसार परिवर्तित होना सिखाता है राजयोग



जबलपुर कटंगा। आज की दुनिया में ऐसे कई सारे व्यक्ति हैं, जिनके पास बहुत सारी सुख सुविधायें हैं, बहुत डिग्रियां हैं, बहुत सारे टैलेंट हैं, फिर भी उनके चेहरे पर स्वाभाविक खुशी दिखाई नहीं देती। वे कहीं न कहीं अपने क्रीटीसिडिजस के रिमाकों की प्रतिक्रिया स्वरूप भय और आशंका से ग्रसित रहते हैं। रिमार्केबल काम करने के लिये रिमाकों से अभिभावित रह कर के अपने आपको स्वयं ही चेक और चेज करके आगे बढ़ाने का लक्ष्य अपने सामने

पिछले अंक में आपने पढ़ा कि लोगों द्वारा लक्ष्य तय न किये जाने की कई वजहें होती हैं, जैसे कि 1. निराशावादी नजरिया, 2. असफलता का डर, 3. सफलता का आतंक, 4. अभिलाषा की कमी, अब इससे आगे... 5. अस्वीकार करने का डर - इस बात की चिंता कि अगर मैं सफल नहीं हो पाया, तो लोग क्या कहेंगे? 6. टालमटोल - "कभी न कभी तो मैं अपना लक्ष्य तय करूंगा।" इस सोच में महत्वाकांक्षा की कमी होती है। 7. घटिया दर्ज के आत्म-सम्मान - इंसान अपनी अंदरूनी प्रेरणा से काम नहीं करता और उसके जीवन में प्रेरणा का अभाव होता है। 8. लक्ष्य का महत्व न समझना - किसी ने उन्हें इसके बारे में सिखाया नहीं, और उन लोगों ने कभी लक्ष्य के महत्व को समझा ही नहीं। 9. लक्ष्य तय करने का तरीका न जानना - लोग लक्ष्य तय करने के तरीकों को नहीं जानते। उन्हें हर कदम के लिए गाइड की जरूरत होती है, ताकि वे एक

रखकर अपने आपको तराशने का अवसर हमें राजयोग की साधना प्रदान करती है। उक्त विचार इन्दौर से पधारी स्वप्रबंधन विशेषज्ञ ब्र.कु. वासुमति बहन ने व्यक्त किये। आप जबलपुर कटंगा कालोनी स्थित ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र में आयोजित "प्रेरना से परिवर्तन" कार्यक्रम के प्रथम दिन संबोधित कर रही थीं। आपने आगे कहा कि राजयोग के अभ्यास से ही अपने असली स्वरूप को पहचानकर अपने को परिवर्तन

लक्ष्य साफ नहीं है, लक्ष्य चूस्त (smart) होने चाहिए।

अगर आप लोगों से जिंदगी का कोई एक बड़ा मकसद बताने को कहें तो वे शायद आपको अस्पष्ट जवाब देंगे, जैसे कि 'मैं सफल होना चाहता हूँ, खुश रहना चाहता हूँ, अच्छा जीवन गुजारना चाहता हूँ' बस यही पर रूक जायेंगे। ये सब कोरे स्वप्न हैं, इनमें से कोई भी लक्ष्य साफ नहीं है। लक्ष्य चूस्त (Smart) होने चाहिए। Smart शब्द का विवरण करें तो -

S - Specific (स्पष्ट) - मिसाल के तौर पर 'मैं वजन घटाना चाहता हूँ', यह सिर्फ एक इच्छा है। यह लक्ष्य तब बनता है, जब हम यह

करना सहज हो जाता है। अनेकों व्यक्तियों द्वारा ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा संचालित सहज राजयोग का अभ्यास कर अपने जीवन को परिवर्तित किया है।

इसके पूर्व आईजी होमगार्ड राजेश चावला जी, ज्ञानवाणी चैनल आकाशवाणी के डायरेक्टर विमलकान्त पाण्डे जी, महिला गृह उद्योग लिज्जत पाण्डे की डायरेक्टर बहन पुष्पा बेरी जी, सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. विमला बहनजी तथा ब्र.कु. वासुमति बहन ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया।

आई जी होमगार्ड राजेश चावला जी ने कार्यक्रम के प्रति शुभकामना देते हुये कहा कि संसार में परिवर्तन ही एक मात्र उत्तरेक है जो कि मनुष्य को अपनी क्षमताओं के नित्य नये प्रतिमानों को प्राप्त करने हेतु प्रेरित करता है। अगर परिवर्तन की प्रक्रिया बंद हो जाये तो संसार की प्रगति भी रुक जायेगी। ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा चरित्र निर्माण हेतु किए जा रहे कार्यों की प्रशंसा करता हूँ।

T - Time-bound (समयबद्ध) - काम से शुरू और अंत की एक निश्चित समय सीमा होनी चाहिए। लक्ष्यों या मंजिल को कई तरह की समय सीमा हो सकती है जैसे -

1. कम समय सीमा [short term] - एक साल
2. मध्यम समय सीमा (mid term) - तीन साल
3. लंबी समय सीमा (long term) - पांच साल

लक्ष्य पांच साल से भी ज्यादा समय के हो सकते हैं, लेकिन तब वे जीवन का उद्देश्य बन जाते हैं। जीवन का उद्देश्य होना जरूरी होता है, क्योंकि इसके बिना हमारा देखने का

नजरिया तंग हो जाता है, और फिर हम जीवन में लक्ष्यों को हासिल करने तक ही सीमित रह जाते हैं, और उद्देश्यों को भूल जाते हैं। लक्ष्यों को छोटे-छोटे हिस्सों में

बांट दिया जाए, तो उन्हें हासिल करना आसान हो जाता है।

'जिंदगी में लंबे कदम बढ़ाना भले मुश्किल हो, पर इंच-इंच बढ़ाना आसान है।'

लक्ष्य संतुलित होने चाहिए - हमारी जिंदगी एक चाहिए की तरह है जिसमें मुख्य रूप से छः तिलियां लगी होती हैं।

1. पारिवारिक - हमारे प्रियजन ही हमारे जीने और जीविका कमाने का मकसद है।
2. आर्थिक - हमारा कैरियर और वे चीजें जिन्हें पैसों से खरीदा जा सकता है।
3. शारीरिक - हमारी सेहत, जिसके बगैर किसी चीज का कोई मायने नहीं है।
4. मानसिक - हमारा ज्ञान और हमारी बुद्धि।

शेष पृष्ठ संख्या 8 पर



इन्दौर। सांसद सज्जन सिंह वर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. हेमलता बहन, ब्र.कु. अनिता बहन।



दुर्ग। दूरसंचार विभाग के अधिकारियों को तनाव मुक्त जीवनशैली पर उदबोधन करते हुए ब्र.कु.रूपाली बहन।



राजगढ़। म.प्र.विधानसभा के विधायक हेमराज कलपोनी को राजयोग के विषय में जानकारी देते हुए ब्र.कु. मधु बहन।



खाचरोद। ग्रामवासियों को गणेशोत्सव में गणेश जी का आध्यात्मिक रहस्य बताते हुए ब्र.कु.सविता बहन।



इन्दौर, प्रेमनगर। 7 वर्ष की आयु से भागवत कथा वाचिका परमपूज्य देवी चित्रलेखा जी को ईश्वरीय सौगत भेंट करते हुए ब्र.कु. यशवती बहन



बेलपहार। शिक्षक दिवस पर शिक्षकों को आध्यात्मिक शिक्षण की जानकारी देते हुए ब्र.कु. तारिका बहन।



-ब्र.कु.प्रीति...

अपना लक्ष्य अपनी मंजिल

तय कर लेते हैं, 'मैं 90 दिन में दस किलो वजन घटाऊंगा।'

M - Measurable (मापा जा सके) - जिसकी सही माप की जा सके। अगर हम माप नहीं सकते, तो हम हासिल भी नहीं कर सकते। मापना ही वही रास्ता है, जिससे हम अपनी तरक्की पर नजर रख सकते हैं।

A - Achievable (हासिल करने के काबिल) - हासिल करने के काबिल होने से मतलब है कि यह चुनौति भरा और मुश्किल तो हो, लेकिन नामुमकिन न हों, क्योंकि असंभव लक्ष्य हमें निराश ही करेगा।

R - Realistic (वास्तविक) - एक इंसान यदि 30 दिन में 25 किलो वजन घटाना चाहे, तो यह लक्ष्य बिल्कुल अवास्तविक है।

तय कर लेते हैं, 'मैं 90 दिन में दस किलो वजन घटाऊंगा।'

M - Measurable (मापा जा सके) - जिसकी सही माप की जा सके। अगर हम माप नहीं सकते, तो हम हासिल भी नहीं कर सकते। मापना ही वही रास्ता है, जिससे हम अपनी तरक्की पर नजर रख सकते हैं।

A - Achievable (हासिल करने के काबिल) - हासिल करने के काबिल होने से मतलब है कि यह चुनौति भरा और मुश्किल तो हो, लेकिन नामुमकिन न हों, क्योंकि असंभव लक्ष्य हमें निराश ही करेगा।

R - Realistic (वास्तविक) - एक इंसान यदि 30 दिन में 25 किलो वजन घटाना चाहे, तो यह लक्ष्य बिल्कुल अवास्तविक है।

परिस्थितियों के प्रति दृष्टिकोण सकारात्मक बनाये



इन्दौर। ज्योतिरादित्य सिंधिया केंद्रीय उद्योग राज्य मंत्री को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.हेमलता बहन, ब्र.कु.उषा बहन एवं ठाकुर सिंह मकवाना।



धमतरी। ब्र.कु.सरिता बहन को 'आत्म अनुभूति तपोवन' में वृक्षारोपण करने के पश्चात् 'स्मृति चिन्ह' भेंट कर सम्मानित करते हुए महिला क्लब की महिलायें।



सीतामऊ। संस्था के अमृत महोत्सव ब्र.कु.प्रभा मिश्रा, मंदसौर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. समिता सीतामऊ सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु.कृष्णा, डॉ.सेठिया, नगर पंचायत उपाध्यक्ष दीपक राठौर, विधायक राधेश्याम पाटीदार एवं जनपद अध्यक्ष दशरथ सिंह।



रतलाम। पुण्यपाद स्वामी श्री चिदंबरानंद जी महाराज को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.सविता, ब्र.कु.संगीता, ब्र.कु.आरती एवं राजेन्द्र पोरवाल।



कोटा। नवनिर्मित भवन (शक्ति सरोवर) में गृह प्रवेश के अवसर पर केक काटते हुए इन्दौर ज़ोन के क्षेत्रीय निदेशक ब्र.कु.ओमप्रकाश भाई जी



ओंकारेश्वर। ओंकारेश्वर मंदिर के मुख्य ट्रस्टी रावदेवेन्द्र सिंह को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.अंजु बहन।

रायपुर। राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी प्रियंका ने कहा कि सफलता पाने के लिये हरेक घटना के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण रखना जरूरी है। परिस्थितियां कैसी भी क्यों न हो, उनसे विचलित होने के बजाये अपने मन को शांत रखने का प्रयत्न करना चाहिये। चूंकि परिस्थितियों को बदलना हमारे लिये सम्भव नहीं, अतः हमें परिस्थितियों के प्रति अपने दृष्टिकोण को बदलना होगा।

ब्रह्माकुमारी प्रियंका पं.जवाहर लाल नेहरू स्मृति मेडिकल कालेज के प्रिवेन्टिव मेडिसीन विभाग के छात्रों को सकारात्मक दृष्टिकोण विषय पर सम्बोधित कर रही थी। राजयोगा एज्युकेशन एण्ड रिसर्च फाउंडेशन के मेडिकल विंग के द्वारा शांति सरोवर में आयोजित कार्यक्रम में बड़ी संख्या में मेडिकल के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया।

ब्रह्माकुमारी प्रियंका ने आगे कहा कि जीवन में हमें अनेक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। कई परिस्थितियां ऐसी भी आती हैं, जो कि हमें विचलित होने के लिये मजबूर कर देती हैं। ऐसी परिस्थितियों में सफलता इस बात पर निर्भर करती है कि हम उसका सामना किस तरह से करते हैं। चूंकि परिस्थितियां हमारे वश में नहीं होती अतः परिस्थितियों के प्रति हमारे दृष्टिकोण को बदलना होगा।



उन्होंने आगे कहा कि हमेशा यह सोचें कि दुनियां में जो कुछ भी हो रहा है, वह कल्याणकारी है, उसके पीछे कुछ न कुछ कल्याण समायो हुआ है। ऐसा सोचने से तनाव कम हो जायेगा। उन्होंने कहा कि जीवन एक यात्रा के समान है और इस यात्रा में हम ईश्वर को अपना साथी जरूर बनायें। इससे हमारा आत्मविश्वास बढ़ेगा और चिंता व भय से मुक्त हो सकेंगे।

ब्रह्माकुमारी प्रियंका ने कहा कि जीवन के प्रति हमारा जैसा दृष्टिकोण होता है, वह हमारे विचारों को प्रभावित करता है। उन्होंने एक प्रेरक वृत्तांत सुनाते हुये कहा कि एक बार एक आदमी ने साधु से पूछा कि हमारे जीवन का उद्देश्य क्या होना चाहिये?

जवाब में कुछ कहने के बजाये साधु उसे एक ऐसे घर ले गया जहां पर एक व्यक्ति की मृत्यु हो गई थी और लोग अपने-अपने तरीके से उसे याद कर रहे थे। एक ने कहा क्यों चला गया, बहुत अच्छा आदमी था। दूसरे ने कहा बहुत अच्छा सहयोगी था। उसके जाने से मुझे व्यक्तिगत रूप से बहुत नुकसान हुआ है। तीसरे ने कहा बहुत अच्छा हुआ चला गया, बहुत रोब झाड़ता था। साधु ने उस व्यक्ति से पूछा कि तुम सोचों, उस व्यक्ति की जगह तुम होते तो अपने बारे में लोगों से क्या सुनना पसंद करते? बस वही तुम्हारे जीवन का लक्ष्य होना चाहिये। अर्थात् हम ऐसा कर्म करें जो इस संसार से जब जाये तो पीछे अपनी छाप छोड़कर जाएं।

समाचार पत्रों को बनना चाहिए सदाचार पत्र

झालावाड। ज्ञानोदय भवन में मूल्यानिष्ठ मीडिया संगोष्ठी का आयोजन किया गया। अक्षय सक्सेना न्यूज चीफ दैनिक भास्कर, शादान, ब्यूरो चीफ राजस्थान पत्रिका एवं दिनेश सक्सेना अध्यक्ष प्रेस क्लब कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि थे। कार्यक्रम की अध्यक्षता स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्रह्माकुमारी मीना बहनजी ने की।

दिनेश सक्सेना ने अपने उद्बोधन में कहा कि एक जमाना था जब मीडिया एक मिशन था, परन्तु आज के समय में तो मीडिया पर व्यावसायिकता हावी है। उन्होंने बीच का रास्ता निकालने की वकालत की। मौजूदा हालात में पत्रकारिता में गिरते मूल्यों का समाधान आध्यात्मिकता के द्वारा ही संभव है। अक्षय सक्सेना ने मीडिया की मौजूदा चुनौतियों का हवाला देते हुये कहा कि आज मीडिया में सच्चाई, निष्पक्षता एवं निर्भीकता को स्थान देना मुश्किल होता जा रहा है। एक तरफ हमारे मूल्य हैं तो दूसरी ओर विभिन्न प्रकार के दबाव। ऐसे में मीडियाकर्मी तनाव एवं अंतर्द्वंद का अनुभव करते हैं। ऐसे में मेडिटेशन के द्वारा तनावमुक्त जीवन कैसे बनाये यह सीखने की जरूरत है।

शादान ने कहा कि आज मीडिया अपने जन कल्याण के लक्ष्य से भटक चुका है। आध्यात्मिकता के समावेश से तनावमुक्त जीवन एवं जनोपयोगी पत्रकारिता के लक्ष्य की पूर्ति होगी। ब्र.कु.मीना ने मूल्यों के महत्व को स्पष्ट करते हुये कहा कि जीवन मूल्य एक दिशा सूचक यंत्र की तरह मनुष्य को सही राह दिखाता है। इन पर चलने से ही सुख शांतिमय जीवन की मंजिल पर पहुंच सकता है। मीडिया अपने सामाजिक दायित्वों का सही निर्वाह तभी कर सकता है जब वह मूल्यों पर आधारित होगा। कलम की शक्ति तलवार से भी ज्यादा है। मीडिया समाज का आइना है एवं विश्व परिवर्तन का एक सशक्त माध्यम है। परन्तु मूल्य विहीन मीडिया पथभ्रष्ट एवं



अप्रासंगिक है। मीडियाकर्मी भी समाज का एक अंग है। अतः वे भी समाज में गिरते नैतिक मूल्यों से अछूते नहीं हैं। आध्यात्मिक ज्ञान द्वारा स्वयं का वास्तविक परिचय एवं अपनी आन्तरिक शक्तियों को जानने से आत्मिक शक्ति का विकास होता है एवं मूल्यों पर आधारित जीवन हमें हर परिस्थिति में निर्भय बनाता है। तनाव मुक्त जीवन के लिये राजयोग मेडिटेशन की उपयोगिता पर उन्होंने प्रकाश डाला। आपने समाचार पत्रों को सदाचार पत्र बनाने की अपील की। उन्होंने बताया कि नकारात्मक समाचारों का मन पर

गहरी दुष्प्रभाव पड़ता है। ऐसे में सकारात्मक पत्र, सकारात्मक खबरों को ही उचित स्थान देकर समाज को सन्मार्ग पर लाने के लिये प्रेरक बन सकते हैं। समाचार पत्रों की जनमत तैयार करने में गहरी भूमिका है। ब्र.कु.डॉ.मानस शर्मा ने बताया कि एक ओर जब मौजूदा सामाजिक ढांचे की जरजर अवस्था है ऐसे में ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की इस वर्ष की थीम समय की पुकार परमात्म शक्ति द्वारा स्वर्णिम युग की स्थापना द्वारा मानवता को एक आशा का संदेश दे रहे हैं।



कोटा। हाड़ोती क्षेत्र के निवासीयों को नगर आगमन पर ईश्वरीय संदेश देते हुए इन्दौर ज़ोन के क्षेत्रीय निदेशक ब्र.कु.ओमप्रकाश भाई जी।

कथा चरित्रा

एक गिलास पानी और दुनिया

बात उस समय की है, जब सिकंदर आधी दुनिया जीतकर भारत आया था। एक दिन वह एक गांव से गुजर रहा था। अचानक उसकी नजर रास्ते के किनारे खड़े एक बूढ़े की ओर गई। उसकी दृष्टि देखकर सिकंदर को उस पर दया आ गई। उसने मंत्री को इशारा करके बुलाया और कहा, उस बूढ़े से पूछिए कि उसे क्या चाहिए। उसे जो चाहिए वह तुरंत दीजिए। आदेश के अनुसार मंत्री बूढ़े के पास आए और बोले, तुम्हें जो चाहिए मांग लो। आखिर चक्रवर्ती का आदेश है यह। चक्रवर्ती? कौनसा चक्रवर्ती? कहाँ का चक्रवर्ती? तुम नहीं जानते? वे चक्रवर्ती सिकंदर हैं। आधी दुनिया जीती है उन्होंने। वह भी केवल बत्तीस साल की उम्र में। आधी ही दुनिया जीती है न? और बची हुई आधी कब जीतेगा? बूढ़े का वाक्य सुनकर सिकंदर

तिलमिला गया। बोला, क्या आधी दुनिया जीतना कोई हंसी-खेल है? बूढ़े ने बोला, जरा सोचो कि तुम अपने इसी लश्कर के साथ शिकार पर गए हो। शिकार के लिए दौड़-धूप करके, दोपहर के समय तुम्हें बड़ी तेज प्यास लगती है। पास में पानी की बूंद नहीं। प्यास इतनी तेज है कि उसके बिना जान जाती-सी लगती है। उस समय मैं तुम्हें एक गिलास पानी पिलाता हूँ। बताओ, उस एक गिलास पानी के बदले, आप क्या दोगे मुझे? चक्रवर्ती ने हंसकर कहा, यह तो दूर की कौड़ी लाने वाली बात है। फिर भी ऐसी स्थिति में, मैं अपना आधा राज्य दे देता तुम्हें। वाह! तुम समझते हो कि आधे राज्य के लिए मैं कीमती, गिलास भर पानी देता तुम्हें? चक्रवर्ती जो कीमत बढ़ाए। तभी वह पानी मिलेगा तुम्हें। थोड़ी देर सोचकर सिकंदर ने कहा, अगर मैं बिना पानी के मरने की स्थिति में रोना पड़ेगा। इसलिए मैं तो एक छोटासा कंकड़ उठाकर जब मैं रख लेता हूँ। दूसरा बोला कि

होता तो तुम्हें पूरा राज्य दे देता। क्योंकि मरने के बाद मेरा राज्य मेरे किस काम आता? मैं उस गिलास भर पानी के लिए तुम्हें अपना पूरा राज्य दे देता। अब समझे, तुम्हारी जीती हुई आधी दुनिया का क्या मोल है? केवल एक गिलास पानी। और उसके लिए तुमने इतने लोगों की हत्या की? हजारों गांवों को उजाड़ा? हजारों बच्चों को अनाथ किया? 'पर वह तो...' सिकंदर ने कुछ बोलने की कोशिश की। पर उसे रोकते हुए वह बूढ़ा फिर बोला, मेरी तरफ देखो। मैंने पूरी दुनिया जीती है। मैं दुनिया बनाने वाले को शरण में गया हूँ। उसने मुझे अपना लिया है। दुनिया बनाने वाला ही जब मेरा हुआ तो यह पूरी दुनिया ही मेरी हुई।

बूढ़े की बात सुनकर चक्रवर्ती सिकंदर अवाक हो गया। उसने घुटने टेक कर भारत की उस आध्यात्मिक शक्ति को प्रणाम किया। था - 'हे यात्री, तुमने जो पत्थर देखे थे, वे अमूल्य हीरे थे। यदि तुमने कुछ उठा लिये थे, तो उनको बेचकर धन और यश दोनों प्राप्त कर लो। याद रखना जो अवसर तुमने गंवा दिया, वह अब वापस नहीं मिल सकता।' जिसने एक भी 'पत्थर' नहीं उठाया था वह जोर से रोने लगा कि हे प्रभु मेरे कपड़ों में इतनी जेबें, पीठ पर इतने बड़े थैले थे लेकिन मैंने एक भी पत्थर नहीं उठाया। जिस चीज की चाह थी, उसे पहचान न पाया। जिसे थैलों में भर सकता था, उसे जब तक मैं नहीं भरा। लेकिन जिसने एक छोटासा कंकड़ उठाया था वह इस बीच विकसित हो चुका था। इस सोच से कि उसने केवल एक कंकड़ ही क्यों उठाया।

अवसर की पहचान

जब दोनों हालत में रोना ही है, तो क्यों यह वजन पालू? बीच-बीच में सड़क अच्छी हो जाती और कहीं-कहीं बोर्ड दिखाई पड़ते। यात्रा कठिन थी, लेकिन रोते-धोते आखिरी चरण पर पहुंचते तो सड़क एकदम अच्छी हो गई। कुछ आगे चले होंगे कि बड़े अक्षरों में 'यात्रा-समाप्त' लिखा दिख गया। उसके नीचे छोटे-अक्षरों में काफी कुछ लिखा था। वह इस प्रकार

और दार्शनिक थॉमस एक्विनास का जन्म एक अभिजात्य परिवार में हुआ था। बाल्यकाल से ही उनकी प्रवृत्ति आध्यात्मिकता की ओर थी। जब थॉमस 17 वर्ष के हुए तो उन्होंने साधु जीवन जीने की इच्छा प्रकट की। उनके भाईयों ने यह सुनते ही नाराज होकर उन्हें एक कमरे में बंद कर दिया। इस दौरान उन्हें हर तरीके से समझाया गया, अनेक प्रलोभन दिए गए, किंतु थॉमस अपने निर्णय पर अटल रहे। यहां तक कि इस कैद के दौरान भी अपने समय का उपयोग उन्होंने प्रार्थना और स्वाध्याय में किया।

आखिरकार परिजनों ने हार मान ली। थॉमस डोमिनिकन संप्रदाय के सदस्य बने और जल्द ही अपने समय के श्रेष्ठ संत और धर्मशास्त्री बन गए। पाश्चात्य संस्कृति की दार्शनिक धरोहरों में काफी महत्वपूर्ण मानी जाने वाली पुस्तक 'सम्मा थियोलाजिका' की रचना थॉमस एक्विनास ने की। कथा का सार यह है कि गहन समर्पण और विश्वास होने पर व्यक्ति लक्ष्य प्राप्ति में अवश्य सफल होता है। विरोधी व्यक्ति या परिस्थितियां भी तब पराजित होकर उनका मार्ग छोड़ देती हैं।

विश्वास व समर्पण के बल पर पाया संतत्व

मुण्डू लक्ष्य निर्धारित करता है और उन्हें पाने के लिए प्रयास भी करता है, लेकिन नाममात्र को ही लक्ष्य प्राप्ति में सफल होते हैं। जो असफल रहते हैं, वे अवसर और साधनों की कमी, भाग्य का साथ न देना जैसे कई कारण गिना देते हैं, किंतु जो सफल होते हैं, उनके आचरण में एक बात समान रूप से दिखाई देती है। वह है - लक्ष्य के प्रति पूर्ण समर्पण और विश्वास। ईसाई धर्म के महान संत

ऐश्वर्य व भोग-विलास का पर्याय बना लिया था। किंतु सुख व संतोष उसके जीवन में नहीं थे। इसके विपरीत आस्तिक मित्र अपनी निर्धनता में ही परम सुखी था। वह कम साधनों में संतुष्ट रहता और हमेशा ईश्वर की भक्ति में रमा रहता। एक दिन नास्तिक मित्र उसके घर मिलने आया और उसका साधारण-सा घर देखकर बोला - तुम्हारे त्याग की जितनी प्रशंसा की जाए, कम है। तुमने तो भगवान की भक्ति में सारी दुनियादारी छोड़ दी। फिर भी खुश कैसे रह लेते हो? यह सुनकर वह बोला - मित्र! मैं अपनी निर्धनता में बहुत प्रसन्न और संतुष्ट हूँ, सुनवाई समाप्त हो गई, तो उनकी नींद खुली और उन्होंने उस व्यक्ति को दंडित करने का निर्णय सुनाया। निर्णय सुनकर वह व्यक्ति बोला, महाराज, गलत निर्णय हुआ है। मैं इसके विरुद्ध अपील करूंगा। उसकी बात सुनकर राजा मुस्कराते हुए बोले, मेरा निर्णय तो अंतिम

किंतु त्याग तो तुम्हारा मुझसे भी बड़ा है क्योंकि तुमने तो दुनिया के लिए ईश्वर को ही छोड़ दिया। तुम कहो, प्रसन्न तो हो न? अपने मित्र की बात सुनकर नास्तिक को गहरा झटका लगा और उसे अपने असंतोष का कारण भी समझ में आ गया। उसी दिन से उसके जीवन की दिशा बदल गई और उसका हृदय ईश्वर की ओर उन्मुख हो गया।

कथा का सार यह है कि ईश्वर ही परम सत्ता है, जिसे अनुकूल और प्रतिकूल दोनों ही स्थितियों में याद रखा जाना चाहिए। उसकी कृपा से सदैव कल्याण ही होता है। होता है, तुम अपील किससे करोगे? वह व्यक्ति बोला, मैं जाग्रत राजा फिलिप से सोए हुए राजा फिलिप के खिलाफ अपील करूंगा। उस व्यक्ति का उत्तर सुनकर राजा फिलिप से कुछ कहते नहीं बना और बाद में अपने निर्णय में सुधार करते हुए उसे माफ कर दिया।

नास्तिक की दिशा बदल गई

दो मित्र थे। एक बहुत धार्मिक प्रवृत्ति का था और सदैव प्रभु चिंतन में लगा रहता था, किंतु दूसरा घोर नास्तिक था। वह न कभी मंदिर जाता और न ही घर में पूजा-पाठ करता। दान-पुण्य में उसका कोई विश्वास नहीं था। उसने अपने जीवन का एकमात्र लक्ष्य अधिक से अधिक धन अर्जित करना बना रखा था। वह दिन-रात पैसे कमाने में लगा रहता और भौतिक सुख-सुविधाओं से उसने अपना जीवन

राजा सो गया

सिकंदर महान के पिता राजा फिलिप दरबार में किसी मुकदमे की सुनवाई कर रहे थे। लेकिन, सुनवाई के दौरान ही उन्हें नींद आ गई। इधर, सुनवाई भी चलती रही। जब



आगरा, म्यूजियम। जिलाधिकारी अजय चौहान को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.मधु बहन।



हरदुआगंज। समाज सेवा प्रभाग के कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए पूर्व मंत्री जगवीर सिंह, राजेश यादव, राहुल गुप्ता, ब्र.कु.आशा बहन, ब्र.कु.सुंदरी बहन तथा अन्य।



असंध। 'राष्ट्रीय खेल दिवस' के अवसर पर प्रथम विजेता टीम के कोच को ट्रॉफी प्रदान करते हुए हरिचंद्र विटली।



अयोध्या। 'सर्व धर्म सम्मेलन' का उद्घाटन करते हुए रामजन्म भूमि के पुजारी महंत देवेन्द्र प्रसादाचार्य, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.सुरेन्द्र, ब्र.कु.रामनाथ, ब्र.कु.विद्या बहन तथा अन्य।



वयाना। राजस्थान पशुधन विकास बोर्ड के अध्यक्ष बुजेंद्र सिंह सूपा को 'निमंत्रण कार्ड' भेंट करते हुए ब्र.कु.बबिता बहन।



सेक्टर - 7, आगरा। 'आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी' का उद्घाटन करने के पश्चात् 'प्रभु स्मृति' में खड़े हैं विधायक जगन प्रसाद गर्ग, पार्षद फौजी, ब्र.कु.सरिता बहन तथा अन्य।

परमात्म संदेश योजना

संस्थान की प्लेटिनम जुबली देश-विदेश में धूमधाम से मनाई गई, इसकी सबको मुबारक हो। परमात्मा इस धरा पर अवतरित होकर निराकार सो साकार द्वारा पुनः आत्म-स्वमान द्वारा स्वर्णिम दुनिया बना रहे है। दूसरी ओर जहां चारों ओर दुःख, अशांति व समस्याओं से घिरा मानव जिसे जीवन में एक पल की भी शांति नसीब नहीं है। ऐसे में जिन्होंने परमात्मा को छत्रछाया के आंचल के मध्य अपनी शक्तियों को जाना और पहचाना है। और परमात्मा के साथ का अनुभव संजोये ईश्वरीय सेवा कर रहे हैं। अब बाबा की आशा है कि आप सभी पूर्वज आत्माएं लोगों को दुःखों से मुक्त करो। और उन्हें यह संदेश दो कि जिसे आप याद कर रहे हैं वह स्वयं इस धरा पर आकर 'स्वर्णिम दुनिया' को स्थापना का दिव्य कर्तव्य कर रहे हैं।

ऐसे में आप सभी 'ओम शांति मीडिया' से जुड़े हर पाठक व ब्राह्मण आत्मा जो लाभ रहे हैं और अपने जीवन में खुशी, शक्ति तथा व्यवहार में सहजता का अनुभव कर रहे हैं। आप सभी इस लाभ को अपने पड़ोसी, दफ्तर, स्कूल, कॉलेज, सामाजिक संगठन, मित्र-सम्बन्धी, लौकिक परिवार को ईश्वरीय कर्तव्य का बोध कराना

हमारा नीजी कर्तव्य बन जाता है। तो प्रिय पाठकों आपसे इस सेवा-कार्य को अपना उत्तरदायित्व समझ कर कम से कम पांच व्यक्तियों को सदस्य अवश्य बनाएं और ईश्वरीय संदेश को जन-जन तक पहुंचाएं। ऐसी हमारी शुभ भावना व कामना है। यह बाबा ने कहा है कि आपके पड़ोसी तथा जहां भी आप रहते हैं शहर, गांव, कस्बे में परमात्मा का संदेश देकर आप इस ईश्वरीय कार्य में सहयोगी बनाएं। इसमें आप सिर्फ पाठक ही नहीं वरन् ईश्वरीय सेवा करने के निमित्त बन हर आत्मा को दिव्य ईश्वरीय कार्य के व्यापक समाचार तथा विचारों को प्रसारित करने में सहयोगी बनें। और सम्बन्ध-सम्पर्क तथा खास आज तक जितने भी वी.आई.पी., आई.पी., मधुवन कॉन्ग्रेस में तथा राजयोग शिविर में जो भाग लिए हैं, उन्हें बाबा के कार्य और सेवाओं की जानकारी सदा मिलती रहे।

आप सभी पाठकों का सुझाव व आपके ईश्वरीय जीवन के सुंदर अनुभव आमंत्रित है।

सहयोग के लिए धन्यवाद!

ईश्वरीय सेवा में

संपादक

ओम शांति मीडिया

शत्रुता पूर्ण हो जाएंगे। उसी समय चारों ओर दूषित वातावरण के कारण क्या होगा? काम वासना का छुपा अंश पुनः चिंगारी के प्रज्वलित होने जैसा हो जायेगा और साधारण योगी उसके वश हो जाएंगे। न चाहते भी मन अशान्त रहेगा, तनाव बढ़ता जायेगा। इनसे बचने के लिए राजयोग की बहुत साधना करें। पवित्रता को बढ़ाये व निष्ठाप बनें... अशरीरीपन व आत्मिक-दृष्टि का अच्छा अभ्यास करें। धुन लगे कि मुझे मायाजीत विजयी रत्न बनना ही है। साक्षीभाव व क्षमाभाव को अपनी नेचर बनाये तो आप सेफ रहेंगे।

प्रश्न - हमने ईश्वरीय महावाक्यों में सुना कि भयानक परिस्थितियों को केवल मास्टर सर्वशक्तिवान स्थिति वाले ही पार कर सकेंगे। परिस्थितियां उन्हें उमंग-उत्साह दिलाने वाली होगी। ये मास्टर सर्वशक्तिवान की स्थिति क्या है व इसे प्राप्त करने के लिए क्या-क्या करें?

उत्तर - राजयोग की सबसे शक्तिशाली स्थिति मास्टर सर्वशक्तिवान की है। इसका अर्थ है कि हम सर्व शक्तियों के मालिक बन जाते हैं, उन पर हमारा अधिकार हो जाता है, वे हमारे आदेश का पालन करती हैं। इसमें आत्मा निर्भय, बहुत शक्तिशाली, साक्षीदृष्टा व सरलचित्त हो जाती है।

जब हम मास्टर सर्वशक्तिवान का अभ्यास करते हैं तो शक्तियों की किरणें हमसे चारों ओर फैलती हैं, वे प्रकृति से मिलकर परिस्थितियों को हमारे अनुकूल बना देती हैं। इसके बार-बार के अभ्यास से परिस्थितियां नष्ट हो जाती हैं। हम स्वीकार कर लें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, सर्वशक्तिवान बाप की समस्त शक्तियां मेरे पास हैं। इसकी स्मृति व नशे में रहें तो चारों ओर का वातावरण चार्ज होता रहेगा। प्रतिदिन सबेरे व रात्रि में सोने से पूर्व दस-दस बार ये अभ्यास करें - मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ... परमात्म-शक्तियां मेरे पास हैं... ये शक्तियां मेरी हैं, इन पर मेरा अधिकार है, मैं माया से अधिक शक्तिशाली हूँ, विजयी रत्न हूँ, मैं परिस्थितियों से अधिक शक्तिशाली हूँ। उठते ही व सोते समय ये पावरफुल स्मृति लाने से मास्टर सर्वशक्तिवान की स्थिति बनती जायेगी।

प्रश्न - बाबा ने ये भी कहा कि ऐसे विनाश के विकराल काल में ही विजयी रत्न प्रत्यक्ष होंगे। कृपया इसे और स्पष्ट करें।

उत्तर - इस सृष्टि की रचना अति सुंदर है। इसमें बाबा ने एक सौ आठ महानात्माओं को विभिन्न स्थानों पर रखा है। भारत में ये रत्न बहुत हैं, विदेशों में बहुत कम। आज भी उनकी अपने स्थान पर उपस्थिति, वहाँ की ईश्वरीय सेवाओं में वृद्धि का मुख्य आधार है। क्योंकि सेवा वृद्धि योग की व पवित्रता की शक्ति से ही होती है और ये विजयी रत्न इन दोनों में सम्मन होते हैं। ये अभी तक गुप्त हैं। विनाशकाल में विभिन्न स्थानों पर ये महान रत्न इष्ट देव-देवियों के रूप में दृष्टिगोचर होंगे, इनसे इष्ट देव-देवियों के साक्षात्कार होंगे। सभी अनुभव

रक्तचाप रहित....

पृष्ठ 6 का शेष - नियमित खाने में रेशे, कच्चे फल और सलाद आदि का अभाव।

- श्रमहीन जीवन, व्यायाम का अभाव।

- पेट और मूत्र सम्बंधी पुरानी बीमारी।

उच्च रक्तचाप का निदान महत्वपूर्ण है। क्योंकि इसके ठीक रहने से शरीर के सभी अंग सुचारू रूप से कार्य करते हैं। उच्च रक्तचाप धीमे जहर की तरह कार्य करता है। जिसके कारण शरीर के सभी अंग धीरे-धीरे

करेंगे कि हमारे इष्ट देव आ गये, हमारे सहारे दाता आ गये, हमारे मुक्तिदाता आ गये। इनसे किसी को फरिश्तों के साक्षात्कार होंगे, किसी को ब्रह्मा-विष्णु-शंकर के। तब हाहाकार के साथ जयजयकार भी होगी।

अष्ट रत्न इनमें अग्रणी हैं। अष्ट रत्न माना बाप समान व निरंतर योगी। विजयी रत्न वे बनेंगे जो सम्पूर्ण पवित्र, सम्पूर्ण निरहंकारी, मैं व मेरेपन से मुक्त, सरलचित्त व संतुष्ट, सम्पूर्ण निर्भय व आठ घण्टा प्रतिदिन योगयुक्त रहेंगे।

प्रश्न - ईश्वरीय महावाक्यों में हमने ये भी सुना कि जो सम्पूर्ण निर्विकारी (वाइसलेस) व पापरहित बनेंगे वे ही विनाशकाल में बाबा की प्रेरणा को स्पष्ट कैच कर सकेंगे। परन्तु हमारे तो व्यर्थ संकल्प ही बहुत चलते हैं। हमारी कर्मन्द्रियां भी शीतल नहीं हुई हैं। हमें ये स्थिति प्राप्त करनी है व व्यर्थ से मुक्त होना है। हम इसके लिए सबकुछ करने को तैयार हैं, कृपया हमें गाइड करें।

उत्तर - सम्पूर्ण निर्विकारी व पाप रहित स्थिति बहुत सुंदर है। ये शब्द ही कितने आकर्षक हैं। माया के सभी स्वरूपों से मुक्त, ईश्या-द्वेष, दुर्भावना, घृणा-नफरत से मुक्त, जिसका चित्त शुभभावना सम्पन्न निर्मल हो गया है व जिसकी बुद्धि सद्ज्ञान से भरपूर है वे ही निर्विकारी हैं, वे निष्कल हैं, निष्काम हैं, सदा तृप्त हैं। इसके लिए लम्बाकाल की योगसाधना आवश्यक है।

अब अपने लक्ष्य को दृढ़ करें। केवल वही करना है जो केवल अब ही किया जा सकता है। हम वह सब कुछ कर लें, जो हम कर सकते हैं। हमें वही करना है जो अब ब्राह्मण बनकर हमें नहीं करना चाहिए - यह चिन्तन करें।

स्वदर्शन चक्रधारी बनें और अपने पांचों स्वरूपों का अभ्यास करें। इससे परदर्शन, परचिन्तन व अनेक व्यर्थ की बातों से बच जाएंगे। कम से कम पांच बार सबेरे व पांच बार शाम को ये अभ्यास अवश्य करें। इससे मन इतना आनंदित हो जाएगा कि उसका अन्यत्र कहीं आकर्षण ही नहीं रहेगा।

स्वयं को व्यर्थ से बचना अपने हाथ में है। यह रहस्य भी याद रहे कि यदि अब यह बढ़ता रहा तो विनाश काल में ये दस गुणा हो जाएगा। तब इसे रोका नहीं जा सकेगा और ये धर्मराज की सजाओं का अनुभव करायेगा।

इसके लिए ज्ञान का बल, अमृतवेल के सुखद अनुभवों का बल, ईश्वरीय महावाक्यों का सुख व त्यागवृत्ति। दूसरों को देखना, टीवी देखना, फिल्म देखना, व्यर्थ बातें, करना बंद कर दें। यदि ये सब भी करते रहे तो ईश्वरीय सुख सिर्फ कल्पना बनकर ही रह जायेगा। याद रहे कि व्यर्थ व साधारण संकल्प भी अपवित्रता ही है। इन दोनों से मुक्त सदा एक के आकर्षण में रहने वाली आत्मा ही सम्पूर्ण निर्विकारी है व ऐसी पवित्रता ही पाप रहित है जो मन में भी किसी के लिए बुरा नहीं सोचती। लम्बी साधना से व अशरीरीपन से कर्मन्द्रियां शीतल होंगी। हमारा मन व्यर्थ से मुक्त स्वस्थिति में रहेगा तब हम बाबा के इशारों को कैच कर सकेंगे। यदि मन व्यर्थ में व्यस्त रहेगा तो ईश्वरीय प्रेरणाएं प्राप्त ही नहीं होंगी।

खराब हो जाते हैं। कोलोन विश्वविद्यालय, जर्मनी में हुई एक शोध के अनुसार चॉकलेट खाने और काली व हरी चाय पीने से रक्तचाप नियंत्रण में रहता है। कनाडा के शोधकर्ता रॉस डी.फेल्टमैन के अनुसार उच्च रक्तचाप के रोगियों की विशेष देखभाल और जांच की जरूरत होती है। इससे दिल के दौरे को आशंका एक-चौथाई कम हो सकती है। वहीं मस्तिष्कघात की भी संभावना 40 प्रतिशत से कम हो सकती है।

- क्रमशः

भगवान कौन? के संदर्भ में हुई खुली चर्चा पर विशेष अगले अंक में..



सूचना

आप सभी भाई-बहनों की मांग पर राजयोग प्रदत्त माला की पुस्तक 'राजयोग मेडिटेशन' नवीन संस्करण के साथ गीता सार, हेपितेस इन्डक्स, कथा साहिता उपलब्ध है। इसे आप ओम शांति मीडिया, शांतिवदन कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं।

सूचना

ओम शांति मीडिया में दो सेवाधारी की आवश्यकता है। जो कि कंप्यूटर तथा हिन्दी व अंग्रेजी भाषा का ज्ञान होना जरूरी है। वे शीघ्र त्रे शीघ्र अपना बायोडाटा नीचे दिए गये ई-मेल पर भेजे या सम्पर्क कर सकत हैं। मोबाईल नंबर - 08107119445

Email:mediabkm@gmail.com

प्रश्न - बाबा के महावाक्यों में हमने सुना कि विनाशकाल में पाँचों विकार व पाँचों तत्व फुल फोर्स से आक्रमण करेंगे, हम इसका स्पष्टीकरण चाहते हैं तथा यह भी जानना चाहते हैं कि हम इनके उत्पात से कैसे बचे रह सकेंगे?

उत्तर - विनाश के दृश्य अति भयावह होंगे। पाँचों तत्व एक साथ वार करेंगे, विचार करें - मुसलाधार बरसात हो रही हो, तेज तूफान भी चल रहा हो, जहाँ-तहाँ बिजली फेल हो जाए। घर में भोजन बनाने के लिए अग्नि या गैस आदि भी न रहे, घर से बाहर न निकल पायें तो क्या हाल होगा! आकाश से अग्नि बरसने लगे, बादल फटने लगे, भूकम्प, विनाश का ताण्डव नृत्य करने लगे, ऊँची-ऊँची इमारतें ताश के पत्तों की तरह गिरने लगे और मलबे में दबे लोग कई दिन भूखे-प्यासे, तड़फते हुए मृत्यु का इंतजार करते रहें। तब क्या होगा?

अधिक कष्ट उन्हें होगा जिन्होंने पाप बहुत किये हैं और जो विषय विकारों में बहुत आसक्त रहे हैं। उन्हें भगवान की भी मदद नहीं मिलेगी। मदद उन्हें मिलेगी जिनका पुण्य का खाता भरपूर होगा, जो ईश्वरीय आज्ञा का पालन करते होंगे, जिन्होंने ईश्वरीय कार्यों में बहुत मदद की होगी व जिनके पास स्वमान का व योग का बल होगा।

अभी से आप प्रकृति को प्रतिदिन दस मिनट पवित्र वायुब्रह्मसन् दें। विधि है - स्वयं को दो स्वमान में स्थित करें - मैं पवित्रता का फरिश्ता हूँ व प्रकृति का मालिक हूँ। बाबा से पवित्रता की सफेद किरणें मुझ पर पड़ रही हैं व मुझसे चारों ओर फैल रही हैं, प्रकृति उन्हें ग्रहण कर रही है। यदि आप प्रकृति की यह सेवा करेंगे तो प्रकृति आपको कष्ट नहीं देगी व विकराल काल में सब कुछ प्रदान करेगी।

पाँचों विकारों को जीतने के लिए बहुत योगाभ्यास करने की आवश्यकता है। विनाश काल में, वातावरण में काम वासना का प्रकोप होगा, मोह सतायेगा, क्रोध व अहंकार में वृद्धि हो जायेगी, लोभ मनुष्य को पीड़ित करेगा। ये सब मनुष्य को न सोने देंगे न सुख-चैन की श्वांस लेने देंगे। इनके कारण सम्बन्ध में कड़वाहट व

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

ज्वालामुखी योग

प्रथम सप्ताह

स्वमान - मैं ज्वालास्वरूप शक्तिशाली तपस्वी हूँ।

- तपस्या ही हमारे जीवन का श्रृंगार है। तपस्या ही सर्वगुणों व शक्तियों को हममें भरेगी। तपस्या ही हमारी सम्पन्नता और सम्पूर्णता को समीप लायेगी। इसलिए हम अपनी तपस्या को बढ़ाएं। अपने योग को ज्वालामुखी योग बनाएं।

योगाभ्यास - पांच स्वरूपों का अभ्यास करते हुए स्वयं को किसी एक स्वरूप पर एकाग्र कर लें और शक्तिशाली ज्वाला स्वरूप अवस्था का अनुभव करें...

- मैं महातपस्वी विश्व के गोले के ऊपर बैठकर तपस्या कर रहा हूँ... मैं परमधाम की बीजरूप ज्वाला स्वरूप स्थिति में स्थित हूँ... और विश्व को सुख-शांति व पवित्रता की शक्तिशाली किरणें दे रहा हूँ...

- मैं फरिश्ता अंतरिक्ष में हूँ... सभी ग्रह मेरे चारों ओर परिक्रमा कर रहे हैं... पवित्रता के सागर बाबा से मेरे ऊपर पवित्र किरणें आ रही हैं जिससे मैं सूर्य की तरह तेजस्वी होता जा रहा हूँ... और मुझसे पवित्रता का प्रकाश सभी ग्रहों को जा रहा है... सभी ग्रह पावन होकर अपनी मूल स्थिति में आते जा रहे हैं...

धारणा - व्यर्थ संकल्प और व्यर्थ समय से मुक्त बनें।

- बाबा ने इस सीजन में हमें बार-बार संकल्प और समय के खजाने को सफल करने की प्रेरणा दी है। संगमयुग के अपने इन अमूल्य खजानों को यदि हम व्यर्थ गंवायेंगे तो इसका खमियाजा हमें ही भुगतना पड़ेगा। इसलिए परम सद्गुरु की आज्ञा मानें और व्यर्थ से स्वयं को पूर्णतः मुक्त कर लें।

चिंतन - व्यर्थ की सम्पूर्ण आहुति

- कहां-कहां अब तक व्यर्थ हमारे अंदर जिंदा है?

- व्यर्थ के अब तक मेरे अंदर जिंदा रहने के क्या कारण है?

- व्यर्थ से मुझे क्या-क्या नुकसान हो रहा है?

- कैसे हो व्यर्थ की सम्पूर्ण आहुति?

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! प्यारे बापदादा ने कहा है कि आप जो सकाश देने की सेवा कर रहे हो, वह आत्माओं तक पहुंचने लगी है, लेकिन अभी उन्हें यह स्पष्ट नहीं हो रहा है कि ये किरणें कहां से आ रही हैं इसलिए अब अपने योग को ज्वालामुखी योग बनाओ। बाबा की प्रेरणानुसार हम अपने योग की ज्वाला को और प्रज्वलित करें और विश्व के कोने-कोने तक अपनी लाइट और माइट की किरणें पहुंचायें।



रक्सौल। गोपीराम धनोठिया को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.पूनम बहन एवं ब्र.कु.सोनी बहन।



सतारा। 'विश्व शांति अभियान' का उद्घाटन करते हुए पुलिस अधीक्षक अमोल तांबे, डॉ.किशोरी कोट्रे, ब्र.कु.कांचन बहन एवं ब्र.कु.शांता बहन।

दूसरा सप्ताह

स्वमान - मैं तीव्र पुरुषार्थी हूँ।

- जब वक्त कम हो और मंजिल दूर हो तो एक समझदार व्यक्ति अपनी गति बढ़ा देता है ताकि समय रहते वह अपनी मंजिल पर पहुंच जाए। इसके विपरीत यदि व्यक्ति लापरवाह बना रहे, आलसी और अलबेला बना रहे, अपने चिरपरिचित मंथर गति से ही चलता रहे तो पाश्चाताप के सिवाए और कुछ भी हासिल नहीं होगा।

योगाभ्यास - सारे कल्प तो हम साकार लोक में ही रहे हैं और आगे भी रहेंगे... अब हम ऊपर रहे सूक्ष्मवतन में और मूलवतन में... सूक्ष्मवतन में अपनी ब्रह्मा माँ के साथ बातें करें... सैर करें... खेलें और उनसे संपन्न-सम्पूर्ण फरिश्ता बनने के टिप्स लें... इसी प्रकार मूल वतन में अपने प्राणेश्वर पिता के साथ अपने अनादि स्वरूप का अनुभव करें... स्वयं को सर्वगुणों, शक्तियों व वरदानों से भरपूर करें...

इन दोनों लोकों में रहने से अर्थात् ऊपर रहने से पुरुषार्थ का ग्राफ भी ऊपर जायेगा, तीव्र होगा...

- पुरुषार्थी शब्द के अर्थ स्वरूप में स्थित हों... मैं आत्मा पुरुष इस देह रूपी रथ पर विराजमान हूँ... मैं इस रथ का मालिक हूँ... यह रथ मेरा मालिक नहीं है... मैं जहां चाहूँ... जैसे चाहूँ... इस रथ को चलाऊँ... रथ मुझे नहीं... लेकिन मैं रथ को चलाने वाला हूँ... मन-बुद्धि रूपी लगाम मेरे हाथ में है... मैं सूक्ष्म और स्थूल कर्मन्द्रियों से सजे इस शरीर रूपी रथ का राजा हूँ... मैं श्रेष्ठ पुरुषार्थी और तीव्र पुरुषार्थी हूँ...।

धारणा - व्रत से वृत्ति परिवर्तन - जैसे भक्तिमार्ग में हम अन्न और जल का व्रत रखते थे और चाहे कितनी भी भूख व प्यास क्यों न लगे, हम अन्न और जल को ग्रहण नहीं करते थे, क्योंकि व्रत रखा हुआ होता था। मन में रहता था कि यदि अन्न व जल को ग्रहण करेंगे तो व्रत भंग हो जायेगा और हमारी मनोकामना पूर्ण नहीं होगी। वैसे ही अब व्यर्थ

संकल्पों और अपनी कमी-कमजोरियों से दूर रहने का व्रत लें तभी वृत्ति परिवर्तन होगी और पुरुषार्थ में तीव्रता आयेगी।

चिंतन - तीव्र पुरुषार्थ क्या है?

- वर्तमान समय तीव्र पुरुषार्थ की आवश्यकता क्यों है?

- द्वीले पुरुषार्थी, साधारण पुरुषार्थी और तीव्र पुरुषार्थी किसे कहेंगे? तीनों में अंतर क्या है?

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! पिछले सीजन की सभी मुरलियों में बाबा ने जिस एक बात के लिए हमें लगातार प्रेरित किया है वो है - तीव्रपुरुषार्थ। बाबा ने कहा - 'किसी भी आत्मा को कोई सहयोग चाहिए, वह दिल से सहयोग दे, तीव्र पुरुषार्थी बनाते चलो। हर बच्चा तीव्र पुरुषार्थी हो। नंबरवार नहीं, तीव्र पुरुषार्थी। कम से कम अपने सम्पर्क में रहने वाले, आने वाले हर स्थान तीव्र पुरुषार्थी स्थान हो। यही संकल्प हर एक रखे और फिर बापदादा इसकी रिजल्ट देखेंगे।' तो तीव्र पुरुषार्थ को अंडरलाइन करें।



सीतामढ़ी। 'ट्रेवल एवं टूरिज्म प्रभाग' द्वारा आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करने के पश्चात् पर्यटक मंत्री सुनील कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.मधु बहन एवं ब्र.कु.कमलेश बहन।



वालाजी रोड, सुरत। 'स्नेह-मिलन' के पश्चात् समूह चित्र में हैं पुलिस अधिकारियों के साथ ब्र.कु.नीरू बहन एवं ब्र.कु.स्मिता बहन।



विकाराबाद। एल.आई.सी. के अधिकारियों को राजयोग का प्रशिक्षण देते हुए ब्र.कु.मधु बहन



सिद्धपुर। ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में हैं ब्र.कु.विजय बहन, ब्र.कु.जसु बहन तथा अन्य।

अपना लक्ष्य... पृष्ठ 7 का शेष

5. सामाजिक - हर व्यक्ति और संगठन को कुछ सामाजिक जिम्मेदारियाँ हैं, जिनको न किए जाने पर समाज टूटने लगता है।

6. आध्यात्मिक - हमारे जीवन मूल्य नैतिकता और चरित्र को दर्शाते हैं।

इनमें से कोई भी तिली जगह से छिंसक जाये तो हमारे जीवन का संतुलन डगमगा जाता है। थोड़ा समय निकालकर सोचिए, अगर इन छह में से कोई एक तोलिन न रहें तो जीवन कैसा होगा?

संतुलन - सन् 1923 में दुनिया के सबसे अमीर व्यक्तियों में से आठ लोग मिले। अंदाजा लगाया गया कि उनकी संपत्ति का जोड़ अमरीकी सरकार को उस समय की कुल संपत्ति से भी ज्यादा थी। इन लोगों से कौन जानता था कि जीविका कैसे कमाई जाती है और दौलत कैसे जोड़ी जाती है। और 25 साल के बाद इनके साथ क्या हुआ।

सबसे बड़ी कंपनी के मालिक, 'चार्ल्स शॉव' आधार की पूंजी पर पांच साल तक जिए और फिर वे दिवालिया होकर मर गये।

सबसे बड़ी गैस कंपनी के प्रेसिडेंट, हॉवर्ड हब्सन' पागल हो गये।

एक बड़े व्यापारी आर्थर क्युटन दिवालिया होकर मर गये।

न्यूयार्क स्टॉक एक्सचेंज के प्रेसिडेंट रिचर्ड हिक्टनी को जेल जाना पड़ा।

वॉल स्ट्रीट के सबसे बड़े सट्टेवाज जेसी लिवरमोर क्रूसर ने आत्महत्या कर ली।

ये लोग पैसा कमाने में तो माहिर थे, लेकिन यह भूल गये थे कि जिंदगी को कैसे बनाया जाए। ऐसी ही कहानियाँ लोगों के मन में भ्रम डालती हैं कि पैसा ही सब बुराईयों की जड़ है। यह सच नहीं है। इनकी समस्याओं की वजह पैसा नहीं था। पैसा भूखे को खाना, गरीब को दवाई और जरूरतमंद को कपड़ा देता है। लेकिन पैसा सिर्फ लेन-देन का जरिया है। दरअसल, उन्होंने पैसा कमाने के लिए जिंदगी की बाकी पांच तिलियाँ की जरूरत का नजरअंदाज किया, और यही उनके पतन का कारण बना। हमें दो तरह की शिक्षा चाहिए। एक वह जो हमें रोजी-रोटी कमाना सिखाए, दूसरी वह जो हमें जीने का ढंग सिखाए।

कुछ ऐसे लोग हैं जो अपने काम में इतने व्यस्त होते हैं कि वे अपने परिवार सेहत और सामाजिक जिम्मेदारियों को नजरअंदाज कर देते हैं। मजे की बात यह है कि उनसे पूछने पर कि वे ऐसा क्यों करते हैं। उनका जवाब होता है कि वे यह सब अपने परिवार के लिए हो तो कर रहे हैं।

जब हम घर से निकलते हैं तो हमारे बच्चे सो रहे होते हैं, जब हम घर लौटते हैं तब भी वे सो रहे होते हैं, बीस साल बाद हम पाते हैं कि वे सभी हमें छोड़कर चले गए हैं।

सेहत - पैसा कमाने के चक्कर में हम अपनी सेहत खो बैठते हैं और खोई हुई सेहत को पाने के चक्कर में अपना पैसा इस तरह पैसा भी चला जाता है और सेहत भी।

सामाजिक दायित्व - पैसा कमाने के चक्कर में हम अपने सामाजिक दायित्वों को नजरअंदाज करते हैं और समाज में गिरावट आने देते हैं। हम यह नहीं सोचते कि कितने दिन खुद भी इस हालत के शिकार बन जायेंगे।

अपने लक्ष्यों को कैसे जांचें और परखें यह आगे बतायेंगे। -क्रमशः

व्यक्ति से आती है समाज में शांति



नई दिल्ली। विश्व शांति दिवस के अवसर पर नई दिल्ली। विश्व शांति दिवस के अवसर पर सिरोफोर्ट ऑडोथोरियम में ब्रह्माकुमारों और संयुक्त राष्ट्र के द्वारा विश्व शांति स्थापन करने के उद्देश्य से 'शांति के लिए मेरी प्रतिज्ञा' विषय पर त्रैमासिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें प्रत्येक व्यक्ति अपने जीवन

पर आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए भारत में यूनाइटेड नेशन के डायरेक्टर किरण मेहरा, भारत और भूटान के यूनाइटेड नेशन के डायरेक्टर किरण मेहरा ने कहा कि अहिंसा के द्वारा शांति की अनुभूति के लिए यह प्रयोग किया गया है। जिसमें समाज के हर वर्ग के लोग भाग ले सकते हैं और विश्व शांति में अपना महत्वपूर्ण योगदान दे सकते हैं। तभी श्रेष्ठ समाज

दादी हृदयमोहिनी, ब्र.कु.शांति तथा अन्य का निर्माण होगा। उन्होंने कहा कि यू.एन.आई.सी. बहुत ही लम्बे समय से ब्रह्माकुमारों के साथ मिलकर शांति स्थापन और अहिंसा के लिए कार्य कर रही है।

संस्था की सह मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि शांति

मनुष्य का शाश्वत गुण है जिसे हम शांति के संकल्प किग्रेट कर सहज ही अनुभूति कर सकते हैं। जब हम अपना सम्बन्ध शांति के सागर पिता परमात्मा से जोड़ते हैं तब स्वतः ही शांति की किरणें स्वयं में समाने लगती हैं और व्यक्ति शांति की शक्ति की अनुभूति करने लगता है।

सर्वोच्च न्यायालय के न्यायाधीश जी.एस.सिंहवी ने कहा कि विश्व शांति को हम व्यक्ति के द्वारा ही प्राप्त कर सकते हैं। जब व्यक्ति के मन में शांति होगी तभी उसका जीवन दूसरों के लिए प्रेरणादायी बनेगा। प्योरिटी के संपादक ब्र.कु.बृजमोहन ने कहा कि दिन-प्रतिदिन के जीवन में शांति की अनुभूति करने के लिए हमें लोगों के बीच जागरूकता लानी होगी। आज व्यक्ति शांति की खोज में भटक रहा है उसे यह मालूम ही नहीं है कि शांति उसके अंदर ही है, यह तो शेष भाग पृष्ठ 3 पर

विश्व शांति की शुरुआत स्वयं से करें

विले-पार्ले, मुम्बई। संस्था के 75 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में 'विश्व शांति दिवस' के अवसर पर ब्रह्माकुमारों, रॉटरी क्लब डिस्ट्रिक्ट 3140 और ईनर व्हील डिस्ट्रिक्ट 314 ने संयुक्त रूप से भाईदास सभागृह में 'विश्व शांति अभियान' के एक



भव्य कार्यक्रम का शुभारंभ किया। यह अभियान 21 सितम्बर से 21 दिसम्बर देश के हर क्षेत्र में चलाया जायेगा। इस दौरान विभिन्न संस्थाओं, सरकारी तथा अर्द्ध सरकारी सेक्टर, बैंक, स्कूल, कॉलेजों तथा विशेषकर आम नागरिकों



में 'विश्व शांति अभियान' के लिए जागरूकता लायी जायेगी तथा सभी को प्रतिदिन 10 मिनट शांति पूर्ण चिंतन करने के लिए मार्गदर्शन किया जायेगा। शांति के नाम संदेश देते हुए प्रसिद्ध फिल्म अभिनेता रितिक रोशन ने कहा कि विश्व में शांति लाना बहुत बड़ी बात है पर मैं यह मानता हूँ कि यह संभव है और इसकी शुरुआत हमें अपने मन से

करनी होगी। उन्होंने कहा कि व्यक्ति को किसी भी चीज का अहंकार नहीं करना चाहिए और न ही स्वयं को कभी कमजोर समझना चाहिए। व्यक्ति की सबसे बड़ी शक्ति उसकी दृढ़ता होती है इसे कभी भी कमजोर होने नहीं देना चाहिए। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.शिवानी ने कहा कि विश्व में शांति लाने से पहले हमें अपने मन में शांति की अनुभूति करनी होगी। तभी हम स्वयं को और दूसरों को शांत रख पायेंगे। दूसरों से मान-सम्मान न मिलने से, किसी के गलत कार्यों को देखते हुए, दूसरा अगर हमारी बात को नहीं मानता है तो इन्साना साबा परिस्थितियों में हमारे मन में अशांति उत्पन्न होती है। हमें अपने मन को स्वच्छ रखना होगा और दूसरों को समझना होगा तब ही हमारे जीवन में शांति आ सकती है।



मुम्बई। कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए फिल्म अभिनेता रितिक रोशन, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.संतोष, ब्र.कु.योगिनी तथा अन्य। विलेपार्ले सबजोन की संचालिका ब्र.कु.योगिनी ने कहा कि व्यक्ति जो भी कर्म करता है उसके पीछे उसका यही उद्देश्य होता है कि वह शांति से जीवन जी सके। 'शांति' से जीवन जीने की चाह में वह दूसरों की भावनाओं को ठेस

पहुं चाता चला जाता है और अंत में वह यही पाता है कि आज भी शांति उससे उतनी ही दूर है जितनी की प्रारंभ में थी। इसलिए व्यक्ति को शांति से जीवन जीने की कला सीखनी होगी। इसका सहज मार्ग हमें राजयोग मेडिटेशन से मिलता



मुम्बई। भाई दास हॉल में आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.शिवानी तथा ध्यानपूर्वक सुनते हुए गणमान्य नागरिक।

है। इसका अभ्यास करने से व्यक्ति स्वयं तो शांति की अनुभूति करता ही है और दूसरों को भी शांति की अनुभूति कराता है।

सुप्रसिद्ध गीतकार समीर अंजान अपने भावों को कुछ इस तरह से व्यक्त किया - इस वक्त, वक्त से नाजुक कुछ भी नहीं, और इस वक्त की पुकार है - शांति, शांति, शांति इस कार्यक्रम को

फिल्म निर्माता जे.ओम्प्रकाश, समाज सेविका कुनिका लाल, आतिरिक्त पुलिस आयुक्त विश्वास नांगरे

पाटील, महाराष्ट्र एवं आंध्रप्रदेश जोन की संचालिका ब्र.कु.संतोष तथा रोटरी क्लब के अनेक पदाधिकारियों ने भी सम्बोधित किया और अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की।

कार्यक्रम का प्रारंभ गणेश वंदना के साथ हुआ और मंच का कुशल संचालन राजेश अग्रवाल ने किया। इस अवसर पर शहर के अनेक गणमान्य नागरिकों सहित हजारों लोग उपस्थित थे और सभी लोगों ने 'मैं शांति की शपथ लेता हूँ' झण्डे के साथ प्रतिज्ञा की।

सदस्यता शुल्क

भारत - वार्षिक 170 रुपये
तीन वर्ष 510 रुपये
आजीवन 4000 रुपये

विदेश - 2000 रुपये (वार्षिक)

कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम् शान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट माउण्ट आबू) द्वारा भेजें।

पत्र-व्यवहार

ओम् शान्ति मीडिया

सम्पादक : ब्र.कु.गंगाधर

ब्रह्माकुमारों, शांतिवन, तलहटी

पोस्ट बॉक्स नं. - 5, आबू रोड (राज.) 307510

Enquiry For Membership, Mob. No. - 09414006096

(M)- 9414154344, E-mail : mediabkm@gmail.com,

omshantimedia@bkivv.org, website:www.omshantimedia.info

प्रति