

# ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -14 अंक - 14 अक्टूबर -II, 2013



(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

मूल्य 7.50 रु.

## हिंसा रोकने के लिए आध्यात्मिक मूल्यों का प्रसार जरूरी

राष्ट्रपति भवन से हुआ 'अहिंसा परमो धर्म जागृति' अभियान का शुभारंभ

नई दिल्ली। राष्ट्रपति महामहिम प्रणब मुखर्जी ने कहा कि जिस देश में बेटियां, बहनें और माताएं सुरक्षित नहीं उसकी सभ्यता सुरक्षित नहीं रह सकती। राष्ट्रपति भवन में ब्रह्माकुमारीज और अन्य धार्मिक संगठनों के संयुक्त प्रयास से आयोजित 'अखिल भारतीय अहिंसा परमो धर्म जागृति' अभियान का शुभारंभ करते हुए उन्होंने कहा कि भारत में आ रही हिंसा की बाढ़ समाप्त करने के लिए हमें अपनी प्राचीन संस्कृति पर नजर डालनी होगी और विवेक से काम लेते हुए नये रास्ते तय करने होंगे। किसी भी धर्म में हिंसा या घृणा की शिक्षा नहीं दी जाती। सभी धर्मों के पैगम्बरों ने प्रेम, करुणा और निःस्वार्थ सेवा की न केवल शिक्षा दी बल्कि लोगों को उस मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित भी किया। हमें यह मानना होगा कि हिंसा को किसी कानून, सरकारी बल या अधिनियम से समाप्त



राष्ट्रपति महामहिम प्रणब मुखर्जी के साथ दादी जानकी व अन्य धर्मों के शीर्ष प्रतिनिधि।

नहीं किया जा सकता। सामूहिक प्रयास करके शांति, सहिष्णुता, आत्म-नियंत्रण, अनुशासन, दृढ़ संकल्प जैसे आध्यात्मिक मूल्यों का प्रसार करके ही हिंसा को रोक पाना सम्भव है। समय आ गया है कि हिंसा को सहन करने की प्रवृत्ति त्यागें और सामूहिक प्रयासों से इस बुराई को जड़

से समाप्त करने का प्रयास करें।

ब्रह्माकुमारीज संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि दिनचर्या और समाज में आध्यात्मिक ज्ञान, मानवीय मूल्यों को बढ़ावा देने और निरंतर राजयोग अभ्यास से हर प्रकार की हिंसा को रोका जा सकता है।

अभियान की मुख्य समन्वयक

ब्र.कु.आशा ने कहा कि किसी भी प्रकार की हिंसा को शांति के लिए डर एवं समाज के उत्थान में बाधक माना जायेगा। इस अभियान का लक्ष्य विभिन्न संस्थाओं का सांझा मंच तैयार करना है ताकि भयानक रूप से बढ़ रही हिंसा से मुक्त समाज की स्थापना की जा सके। यह अभियान परिवारों,

विद्यार्थियों और जनसाधारण को हिंसा मुक्त बनाने के लिए प्रशिक्षण देगा। सुझाव व समर्थन जुटाने के लिए व्यापक सर्वेक्षण किया जायेगा। मूल्य आधारित शिक्षा एवं चरित्र निर्माण के लिए अहम प्रयत्न किये जायेंगे। मीडिया और सकारात्मक सोच रखने वाले अन्य व्यक्तियों को भारत सरकार द्वारा चलाई जा रही 'अहिंसा के दूत' परियोजना से जोड़ा जायेगा। कैथोलिक समाज के प्रवक्ता डॉ.डोमिनिक इमैनुअल, इस्कान के उपाध्यक्ष बी.एन.दास, जमायत-ए-इस्लामी हिन्द के सचिव मौलाना इकबाल मुल्ला, महाबोधि सोसायटी के भिक्षु आर.सुमितानंद, बहाई समुदाय के डॉ.ए.के.मर्चेंट, यहूदी समाज के सचिव ई.आई.मलेकर आदि ने भी इस अभियान को देश में शांति एवं अहिंसा की स्थापना के साथ-साथ संस्कृति प्रसार के लिए भी महत्वपूर्ण पहल करार देते हुए भरपूर समर्थन का विश्वास दिलाया।

## परमात्म शक्ति का दवा में करें समावेश

ब्रह्माकुमारीज मेडिकल प्रभाग द्वारा चार दिवसीय माइंड-बॉडी-मेडिसिन विषय पर कॉन्फ्रेंस का आयोजन

शांतिवन। ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने ब्रह्माकुमारीज मेडिकल प्रभाग द्वारा डॉक्टरों के लिए आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए कहा कि लोग डॉक्टरों को भगवान का दूसरा रूप मानते हैं और उनमें भी उतना ही विश्वास करते हैं जितना कि भगवान के ऊपर। आधुनिक खान-पान के नाम पर लोगों ने गलत शैली अपना ली है जिसका खामियाजा लोगों को अनेक बीमारियों के रूप में चुकाना पड़ रहा है। आज लोगों का व्यसन की तरफ झुकाव बढ़ता जा रहा है। इसके दुष्परिणाम से सिर्फ डॉक्टर ही लोगों को अवगत करा सकते हैं और उनमें जागृति पैदा कर सकते हैं। वर्तमान समय की चुनौतियों का सामना हम राजयोग के अभ्यास

से ही कर सकते हैं। राजयोग से हम अपनी मानसिक शक्तियों को बढ़ाकर अनेक प्रकार की बीमारियों से सहज ही बच जाते हैं। ब्रह्माकुमारी संस्था के महासचिव ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि आज के भौतिकवादी युग में सुख-सुविधा की वस्तुएं सहज ही उपलब्ध हो जाती हैं।

शारीरिक श्रम न होने के कारण आज मनुष्य को अनेक प्रकार की बीमारियों ने अपनी चपेट में ले लिया है, जिससे व्यक्ति के जीवन से सुख-शान्ति दूर हो गई है। अतः अब हमें अपनी कार्यशैली में सुधार लाने की आवश्यकता है। मेडिकल प्रभाग के अध्यक्ष डॉ.अशोक मेहता ने कहा कि

यदि हम मन के विचारों को बदल दें तो हमारा पूरा जीवन ही बदल जायेगा।

वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.मुन्नी ने कहा कि डॉक्टर को देखकर मरीज का मन शांत हो जाता है और मरीज में धीरज आ जाता है। इसलिए मरीज को मानसिक और शारीरिक दोनों रूप से स्वस्थ करना होता है। यदि आप परमात्मा की शक्ति लेकर मरीज को दवाई देंगे तब वह डबल काम करेगी और मरीज जल्दी स्वस्थ हो जायेगा।

ग्लोबल हॉस्पिटल के मैनेजिंग ट्रस्टी डॉ.प्रताप मिट्टा ने कहा कि दवा के साथ दुआ मरीज को स्वस्थ करने में काम आती है। मेडिकल प्रभाग के सचिव डॉ.बनारसीलाल शाह, डॉ.गिरीश पटेल ने भी कार्यक्रम को सम्बोधित किया।



दादी जानकी, ब्र.कु.निर्वैर, ब्र.कु.मुन्नी, डॉ.अशोक मेहता, डॉ.प्रताप मिट्टा, नेपाल के डॉ.वी.लामीचाने, डॉ.बनारसी, डॉ.सतीश तथा अन्य कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए।

1999 में मिस  
वर्ल्ड रह  
चुकी युक्ता  
मुखी ने  
ज्ञानसरोवर  
पारिसर में  
आयोजित नर्सस लीडर सम्मेलन  
को सम्बोधित करते हुए कहा कि  
मनुष्य का आंतरिक सौंदर्य उसके  
कर्मों से निखरता है। संस्कारों के  
अनुसार ही स्वास्थ्य का रंग रूप  
विकसित होता है। हमारी सोच पूरे  
स्वास्थ्य को प्रभावित करती है।  
मेडिटेशन ने बदली जीवनशैली  
मेडिटेशन मन को शक्तिशाली बनाता  
है। मेडिटेशन से मन की सुषुप्त  
शक्तियां जागृत होने से अनेक प्रकार  
की समस्याओं को सुगम तरीके से हल  
किया जा सकता है। मैं पिछले कई वर्षों  
से ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा सिखाए जाने  
वाले मेडिटेशन का अभ्यास कर रही  
हूँ, जिससे मेरी जीवनशैली में  
सकारात्मक बदलाव आने के साथ  
जीवन जीने की श्रेष्ठ कला भी पाई है।

## मौन में रहने के नौ गुण

इंग्लैण्ड के एक उत्तम विचारक एच जी वेल्से ने अपनी आत्मकथा में लिखा है कि जो लोग चुप रहकर सीख जाते हैं, और जरूरत पड़ने पर जितना आवश्यक हो उतना ही बोलते हैं तो दुनिया में ज्यादातर हिस्से में झगड़े तो खत्म हो ही जाते हैं साथ ही झगड़े के निमित्त कारणों का निर्माण भी नहीं होता। झगड़े के ज्यादातर होने का मूल कारण वाणी में कटुता, जीभ की धारदार तिखास, खुद के मंतव्य की मर्मभेदी अभिव्यक्ति और अकारण उग्रता रहती।

इसलिए इससे बचने का उत्तम उपाय ही है चुप हो जाओ, शब्दों के बदले चेहरे पर स्मित का उपयोग करो, पहले लोग तार ऑफिस में टेलिग्राम करने जाते थे तो एक भी शब्द ज्यादा न लिखें उसका ध्यान रखते थे। ऐसे ही हमें भी अपने रोजमर्रा की जिन्दगी में एक भी शब्द ज्यादा या अव्यवहारिक खर्च न हो उसका ध्यान रखना चाहिए। हमारा कोई भी शब्द दूसरों के दिल में घाव पैदा कर दे ऐसा कभी भी न हो उसके लिए हमें सदा सजग रहना चाहिए। इसलिए उतना ही बोलें जिस बोल से अपना कार्य पूर्ण हो जाए।



- ब्र.कु.गंगाधर

इतना ही चलें जिसमें चलने का प्रयोजन पूरा हो जाए। इतना ही संबंध को बढ़ाएं जिससे जीवन में अकेलापन या नीरसता महसूस न हो। यदि इस तरह से सजग रहकर जीवन जीना शुरू कर दें तो जीवन में अनायास ही संयम और संतुलन का अवतरण हो जाता है। दुनिया में अधिकांश व्यक्ति इस विचार से अवश्य एकमत होंगे कि जो भी करो वो सोच विचार कर करो। जो शब्द न बोलने से व्यवहार चल सकता है वो न बोलें। जो काम न करने से कुछ बिगड़ता नहीं है और उससे कोई नुकसान नहीं होता है तो वो नहीं करना है। तोल-तोल कर टेलिग्राफिक भाषा में बात करें, व्यर्थ कुछ भी नहीं करें। यदि ऐसी आदत डालेंगे तो शक्ति का दुर्व्यय नहीं होगा और अंदर में शांति का संचय होने से उसका सदुपयोग कर हम परमात्मा तक पहुँच जाएंगे। एक आध्यात्मिक सर्वे में पाया गया है कि व्यक्ति दिन भर में 80 प्रतिशत ऐसी बातें करते हैं जो ना भी करें तो भी चल सकता है, जो कि उनकी जरूरत भी नहीं होती। सिर्फ औपचारिकता या शांत न रहने की असमर्थता के कारण ही वाणी विलास चलता रहता है।

कई बार तो ऐसा होता है कि बातें न करें और कुछेक शब्द न बोलें तो भी कुछ नुकसान नहीं होता लेकिन बोलने से उल्टा ही बिगड़ता है। नई-नई झंझटें पैदा होती हैं।

आमने-सामने की आक्षेप बाजी फिर तू-तू मैं-मैं, आवेश में आकर बोलने के कारण अपने ज्यादातर दुःख को जन्म देते हैं। घर में पति-पत्नी, कुटुम्ब-कबिलाओं में, अड़ोस-पड़ोस में झगड़े, छोटी छोटी बातों में नहीं बोलने जैसे बोल के कारण ही होते हैं। इतने बड़े महाभारत के युद्ध का मूल उदय भी द्रोपदी के दुर्योधन के सामने बोले गए शब्दों के कारण ही हुआ होगा ना "अंधे की संतान भी अंधी" ऐसे कड़वे शब्दों का प्रयोजन दुर्योधन सह न सका और वैर भाव, संघर्ष और बदला लेने की भावनाओं के बीज आरोपित हुए। आज के परिदृश्य में राजकीय पक्ष हो या अन्य संगठन आमने-सामने की आक्षेप बाजी से बाज ही कहाँ आते हैं और उसके कारण देश का, समाज का और सामान्य जनता तथा पूरे विश्व का कितना नुकसान होता है, घड़ी भर चुप रहकर समझने और विचारने की अक्षमता ने मानव जाति का जितना नुकसान किया है उतना शायद किसी ने नहीं किया होगा। 'न बोलने के नौ गुण' - ये कहावत शायद जीवन में हुए अनेक अनुभवों से उपजी होगी, बोलने से, शायद एक दो गुण बाहर आ सकता होगा। कई लोगों के वाणी में जोश होता है, सुनने वालों को शायद उनमें वक्ता के गुण दिखाई देते हैं फिर भी बोलने से चुप रहने का गुण बहुत कठिन होता है और इसीलिए बारंबार हमें विचार आता था कि ये कहावत तो बहुत बार सुनी है लेकिन उनमें छिपे हुए नौ गुण कौन से होंगे? आज मैंने उन गुणों

- शेष पेज 10 पर...

## हमारी श्रेष्ठ भावना से बुरा भी अच्छा हो जाता है

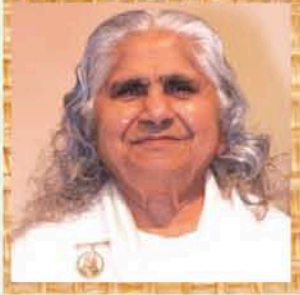
कभी भी अचानक कुछ भी हो जाए, बाबा कहता है एवररेडी रहो। उसके लिए कोई ऐसे 10 शब्द निकालें जो 100 शब्दों का काम करे। अगर बिन्दी लगानी आती है तो 100 शब्दों का काम 10 शब्दों में हो सकता है, नेचुरल नेचर बन जाये।

प्रवृत्ति में रहते हुए कभी प्रवृत्ति का भान न आये, जैसे टेन्शन होना नहीं चाहिए पर हो जाता है। क्यों हो जाता है? अटेन्शन की कमी। एक अटेन्शन अक्षर में भी बहुत कमाई है। बोर नहीं होंगे क्योंकि अटेन्शन है। टेन्शन में थक जाते हैं तो छोड़ देते हैं, भारी हो जाते हैं। तो सेकेण्ड भी टेन्शन में आये तो बार-बार वो आयेगा, अगर न भी आये तो ऐसी बातें सामने आयेगी इसलिए एक सेकेण्ड भी बिना अटेन्शन के न रहे। दूसरा अपने को अकेली आत्मा समझेंगे तो बाबा के साथ सम्बन्ध अच्छा रहेगा। ज़रा भी देहभान में आये तो सम्बन्ध अच्छे नहीं रहेंगे, सर्व सम्बन्ध से जो शक्ति नेचुरल खींच रहे हैं वो खींच नहीं सकेंगे। फिर कोई भी बात आयेगी तो कहेंगे ये बात मेरे सहन के बाहर है, कहेंगे यह बात ही ऐसी है, कोई सुने तो सही ना, क्योंकि सहन करने से बाहर है। हम अपने आपको ब्रह्माकुमार या ब्रह्माकुमारी कहलाते हैं, हैं बी.के., पर कहते हैं यह मेरे से सहन नहीं होता है। तो बी.के. कैसे हुए। बी.के. की तो लोग कितनी महिमा करते हैं। मेरे मुख से संस्था

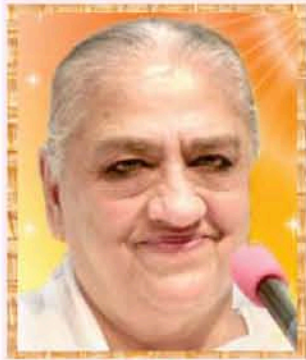
शब्द नहीं निकलता है, हमारा यह विश्व विद्यालय है, ब्रह्माकुमारी संस्था नहीं है, संस्थाएं तो अनेक हैं। हम तो प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के स्टूडेंट हैं। मैं वहीं की पढ़ी लिखी हूँ, यह ऐसा नशा चढ़ता है! तो यहां पढ़ाने वाले बाप, शिक्षक, सतगररु, सखा सर्व सम्बन्ध से हम उसके साथ हैं, कम्बाइण्ड हैं। कम्बाइण्ड होने से निर्भय, निर्वैर हैं, फायदा बहुत है। कोई डर नहीं है। विकर्माजीत बनने से निर्भय हैं। ज़रा भी कोई विकर्म का खाता रहा हुआ है या अभी भी कोई बन जाता है तो निर्भय नहीं हैं। यह चेक करें कि मैं ऐसा निर्भय हूँ? और निर्भय का प्रूफ है, निर्वैर हैं, किसी से भी द्वेष भाव नहीं है, फ्री हैं। किसके लिए भी बुरा देखने की दृष्टि ही नहीं है, बुरा कोई है नहीं, तो बुरा भी अच्छा हो जाता है फिर कोई ऐसा मिसाल बन जाता है। परमात्मा के साथ सम्बन्ध की जो बात है, वो बहुत प्रभाव डालती है। सम्बन्ध-सम्पर्क में रहते, सेवा से भी इतना प्यार प्रेम होते सदैव निर्मोही और नष्टोमोहा हो रहने से जमा का खाता और ही बढ़ता है।

अचानक कुछ भी हो जाए, कोई भरोसा नहीं। कोई ऐसी खबर मिली तो आता है ड्रामा। इतना तो बाबा ने सिखाया है ना। अपनी स्थिति को ऊँचा श्रेष्ठ बनाने के लिए बाबा ने बहुत अच्छी-अच्छी विधियां बताई हैं, उन विधियों से अगर हम अपनी स्थिति अच्छी बनायेंगे तो

बाबा कम्पैनिन बन करके कम्बाइण्ड रूप में मदद करेंगे गा। स्थिति कभी अच्छी है, कभी थोड़ी न भी अच्छी है। बाबा ने कहा धर्मराज का भी ख्याल रखो। एक तो बाप है, शिक्षक है, सतगररु है इतना प्यार करता है, शक्ति देता है, साथ-साथ कान भी पकड़ता है, धर्मराज का भी ख्याल रखो। कभी धर्मराज ऐसे नहीं कहे तुमने यह गलत किया। तो इसमें साधारणता भी कभी नीचे ले आती है। तो साधारणता में समय न गंवाओ। स्थिति बनाने की लगन बनी रहे। बाबा कहता है चिंता नहीं करना है, पर चित्त में यह बातें भूले नहीं, प्रैक्टिकल करें। अगर यह निश्चय से भावना रखेंगे कि मुझे ऐसी स्थिति बनानी है तो उसमें विजय अवश्य होती है। निश्चय बुद्धि और प्रीत बुद्धि से बहुत फायदा हुआ है। बी.के. का थकावट वाला चेहरा भी शोभता नहीं है इसलिए एलर्ट, एक्यूरेट। हम किसी को कोई मदद नहीं कर रहे हैं, पर हम एक्यूरेट रहें, एवररेडी रहें तो प्रैक्टिकली कई आत्माओं को प्रेरणा मिलती है, सहायता, सहयोग देने और लेने की। सिर्फ हम समय की कदर करें।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका



दादी हृदयमोहिनी, अति.मुख्य प्रशासिका

## जब भगवान ही हमारा हो गया तो और चाहिए क्या!

ब्रह्मा बाबा फरिश्ता बना ना इसी दुनिया में यहां रहते भी। ब्रह्मा बाबा से हमारा बहुत प्यार है, ब्रह्मा बाबा कहने से ही खुशी की खुराक मिल जाती है। तो बी.के. है माना सदा खुश। मुरली के मनन से मन को कन्ट्रोल में रखो यानि मन और तरफ न जाये, बाबा और बाबा की बातों के तरफ ही बुद्धि जाये तो सहजयोगी बन जायेंगे। इसके सिवाय और कहीं यहां-वहां बुद्धि नहीं जाये तब दिल से निकलेगा मेरा बाबा। तो जब बाबा और मैं...बस, तो सोचो कितनी कमाई होगी। बातें होंगी, बातें आयेंगी और खिटखिट भी होगी लेकिन कुछ भी हो कमल पुष्प को सामने रखो, पानी में रहते पानी से न्यारा। जिसका मन पर राज्य होगा, वही राज्य कर सकता है। तो जब तक जीना है तब तक खुश रहना है। यह वायदा हो कि जब तक जिन्दा हैं तब तक खुश रहेंगे, खुशी बाटेंगे। इसके लिए बाबा को एक सेकेण्ड भी अलग नहीं करो। चित्र में देखो ब्रह्मा बाबा कितना मुस्करा रहे हैं, तो सभी ऐसे खुश हैं? यह खुशी कब तक रहेगी? सबका दुःख दूर हो गया? तो

कर्म और हमारे चलन से यह दिखाई दे कि यह किसके बच्चे हैं? क्योंकि जिसको भगवान मिल गया उसको और क्या रह जाता है! अरे भगवान हमारा हो गया और चाहिए क्या! भगवान के बच्चे, तो जो बाप का कर्म धर्म वो हमारा होना चाहिए।

सभी अपने आपको चेक करना, अपने आप ही अपने दिल से पूछते रहना और अपना रिकॉर्ड खुद ही रखना कि आज का दिन खुशनुमा रहा? इसके लिए जो भी खराबी हो ना वो दिल से बाबा को दे दो तो खराबी की जगह दिल खुशी से भर जायेगा।

कई कहते हैं योग लगाना बहुत मुश्किल है, बुद्धि टिकती नहीं है, मन चंचल है, पता नहीं कहाँ-कहाँ घूमके आता है...लेकिन बाबा को प्यार से याद करो बस फिर मन कहाँ जा नहीं सकता। और प्यार सीखने में, प्यार करने में कोई मुश्किल नहीं है क्योंकि जहां प्राप्ति को सामने रखेंगे वहाँ प्यार अवश्य पैदा होगा।

आप अपनी एक दिन की दिनचर्या देखो तो सारे दिन में दिल से आप जो याद करते हो, वह किसको याद करते हो? यह चेक करो। जिससे आपको प्राप्ति है, प्यार है, उसी को याद करते होंगे। चाहे कोई वस्तु को याद करते हो, चाहे कोई व्यक्ति को याद करते हो, चाहे कार्य को याद करते हो, जहां आपको प्राप्ति है। प्राप्ति सामने आती है तो याद आती है। और जहां प्राप्ति होती है वहां प्यार आटोमेटिक होता है। तो पहले यह चेक करो कि बाबा से मेरा जिगरी दिल का प्यार है? बाबा कहते हैं - एक मेरे बच्चे हैं 'दिमाग वाले' और दूसरे बच्चे हैं 'दिल वाले'। दिल से जानकर, मानकर, प्यार से उस पर चलना ही सत्यता है।

# सद्भावना का पैगाम देने निकले युवा शान्तिदूत

नई दिल्ली। दिल्ली की मुख्यमंत्री श्रीमति शीला दीक्षित ने ब्रह्माकुमारीज युवा प्रभाग द्वारा लगभग दो महीने तक चलने वाली 'उज्ज्वल भारत के लिए शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा' के लांचिंग कार्यक्रम में उपस्थित दिल्ली एवं अन्य क्षेत्रों से पधारे गणमान्य व्यक्तियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि यह एक बहुत ही अच्छा कदम है जिससे भारत के प्रत्येक क्षेत्र



नई दिल्ली। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा के लांचिंग कार्यक्रम में मुख्यमंत्री शीला दीक्षित, दादी रतनमोहिनी, दादी रूकमणि, ब्र.कु.बृजमोहन, ब्र.कु.आशा तथा अन्य।

में शांति एवं सद्भावना का संदेश चारों ओर फैलेगा। ब्रह्माकुमारीज का हर कार्यक्रम देश व कौम की एकता हेतु बेमिसाल भावना से होता है और इसीलिए मेरी यही कोशिश होती है कि मैं इसमें अवश्य भाग लूँ क्योंकि यहां मन की शांति के पैगाम के साथ-साथ व्यवहार का पैगाम भी प्रत्यक्ष रूप से दिया जाता है। अतः हमें पूरा विश्वास है कि यह युवा साइकिल यात्रा समस्त युवाओं के मार्गदर्शक के रूप में सिद्ध होगी और हमारा भारत पुनः अपने प्राचीन गौरव को प्राप्त कर सकेगा।

युवा मामला विभाग के सचिव राजीव गुप्ता ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा किये जा रहे नोबल कार्य जैसे युवा चरित्र उत्थान, महिलाओं का सम्मान एवं उनकी सुरक्षा, शांति की पुनःस्थापना आदि की प्रशंसा करते हुए कहा कि आज के समय की यह आवश्यकता है। उन्होंने अपने विभाग की तरफ

से ब्रह्माकुमारीज द्वारा युवा विकास की दिशा में किये जा रहे समस्त अभियानों को भरपूर सहयोग देने की सहमति जताई।

संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी ने कहा कि यथार्थ रूप में भारत ही एक शांतिप्रिय देश है और इसीलिए भारत में शांति की स्थापना कराने का कार्य स्वयं परमपिता परमात्मा शिव गुप्त रूप से कर रहे हैं। इस कार्य के लिए युवा भाइयों को निमित्त बनाकर सम्पूर्ण विश्व में सदा शांति की स्थापना और पुनः 'लक्ष्मी नारायण' देवी देवताओं का राज्य, सतयुग की स्थापना भारत में करने हेतु ही इस साइकिल यात्रा का आयोजन किया जा रहा है। उन्होंने आगे कहा कि मेरी यही शुभभावना है कि सफलता तो हुई ही पड़ी है क्योंकि आपके मन में कल्याण की भावना है और परमात्मा आपके साथ है इसलिए आप थक नहीं सकते, आगे बढ़ते चलो, सफलता आपका जन्म सिद्ध अधिकार है।

संस्था के महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि आज श्रेष्ठ चरित्र का संकट चारों ओर खड़ा दिखाई दे रहा है। मीडिया का प्रयोग हमें चरित्र के सुधार कार्य में करना चाहिए। यह साइकिल यात्रा हमारे देश के समस्त युवाओं के जीवन को चरित्रवान बनाने में सहायक बने, यही हमारी शुभभावना है।

भारत स्थित संयुक्त राष्ट्र संघ की निदेशिका किरण मेहरा ने कहा कि विकारों और विकास में गहरा सम्बंध है, यह हमारे युवाओं और नेताओं को समझाना होगा। इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय के ये युवा आशा की किरण हैं। अतः हमारी शुभभावना है कि ये बुराईयों और बाधाओं पर विजय प्राप्त करते हुए इस रैली को सफल बनायेंगे।

युवा प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. चन्द्रिका ने इस साइकिल यात्रा के उद्देश्य को विस्तार से बताते हुए कहा कि युवा को युवा तक और युवाओं से देश तक यह ईश्वरीय ज्ञान देश के कोने-कोने में पहुंचाया जा सके, जिससे हमारा भारत फिर से सोने की चिड़िया होने का सम्मान प्राप्त कर सकेगा। इस अवसर पर रंगारंग मूल्यनिष्ठ सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया और सामूहिक राजयोग के अभ्यास द्वारा उपस्थित जनसमूह को गहरी शांति और आंतरिक शक्ति की अनुभूति कराई गई।



गांधीनगर। गुजरात के मुख्यमंत्री नरेन्द्र मोदी को जन्मदिन पर शुभकामनाएं देते हुए ब्र.कु.मृत्युंजय तथा ब्र.कु.कैलाश।



धर्मशाला (हि.प्र.)। जिला कारागार में कैदी भाई-बहनों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.उमा। साथ हैं ब्र.कु.कमलेश।



बांकुरा। संत श्री सुबोध मुनि के सेवाकेन्द्र पधारने पर ब्र.कु. शोफाली, ब्र.कु.लक्ष्मी तथा अन्य समूह चित्र में।



भरतपुर। महाराज श्री महामण्डलेश्वर श्रीहरि चैतन्य पुरी कामवन आश्रम, ब्र.कु.कविता, नगर पालिका अध्यक्ष यतीश शर्मा तथा अन्य श्री जवाहर संस्कृति पशु मेले के उद्घाटन अवसर पर।



वीरगंज-नेपाल। भारतीय महावाणिज्य दूत आशुतोश अग्रवाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.रवीना।



इंदौर। म.प्र.उच्च न्यायालय के न्यायमूर्ति एन.के.मोदी, रोटरी इंटरनेशनल के गवर्नर नितिन डफरिया, ब्र.कु.आरती तथा अन्य युवा सायकिल यात्रा का उद्घाटन करते हुए।

## मलेशिया में समझाया तिलक व राखी का महत्व

पेनांग। माउण्ट आबू स्थित ज्ञानसरोवर की निदेशिका ब्र.कु.डॉ.निर्मला ने दो सप्ताह के मलेशिया प्रवास के दौरान पेनांग, कुचिंग, सारावाक, कोटा किनाबालु आदि अनेक नगरों में कार्यक्रमों की शुरुआत रक्षाबंधन उत्सव से की। उन्होंने रक्षा सूत्र बांधने की पृष्ठभूमि पर प्रकाश डालते हुए तिलक, आशीर्वाद व टोली का महत्व भी समझाया।

उनके कार्यक्रमों में सबसे महत्वपूर्ण था - मलेशिया, सिंगापुर, वियतनाम व भारत के 70 सेवाकेन्द्रों के निमित्त समर्पित भाई-बहनों का रिट्रीट कार्यक्रम।

दीदी निर्मला ने युवाओं से बाबा को दिये वायदों पर खरा उतरने के लिये किये जा रहे प्रयासों पर चर्चा व्यक्तिगत रूप से की। सभी ने तमान सूरिया स्थित नये सेवाकेन्द्र के उद्घाटन कार्यक्रम में भाग लिया। "मेडिटेशन" को "मेडिकेशन" के रूप में कैसे इस्तेमाल किया जा सकता है, इस पर तर्कसंगत चर्चा हुई।

एक अन्य महत्वपूर्ण कार्यक्रम था "स्त्री शक्ति - शांति की शक्ति"। चर्चा परिचर्चा के



डॉ.निर्मला दीदी तथा अन्य आमंत्रित मेहमान मंचासीन हैं।

इस संयोजन में दीदी निर्मला के अलावा "सबाह वीमेन एक्शन रिसोर्स" की अध्यक्षा विन्नी यी, स्वैक अध्यक्षा हजा बईया हाजी मेहमून, कोटा किनाबालू के सलाहकार बोर्ड की सदस्या दातुक नेन्सी आदि ने भाग लिया। विशिष्ट अतिथियों में राज्यमंत्री अहमद अईद आदि शामिल थे।

अनेक आत्माओं पर गहरा प्रभाव छोड़ने वाले कार्यक्रमों में "मेरा मंच, मेरा जीवन" तथा "मैं और मेरा मूल परिवार" को केन्द्रबिन्दु बनाते हुए आयोजित रिट्रीट तथा योग भट्टियां शामिल थे। पेनांग में नये सेवाकेन्द्र का शुभारंभ भी इस श्रृंखला का अंग था। भले ही भारी वर्षा होती रही लेकिन अनेक आत्माओं ने "बेहतर स्वास्थ्य के लिए मानसिक भोजन" और "बाधाओं व

समस्याओं से रहित जीवन" जैसे विषयों पर भी दीदी निर्मला के सानिध्य में गहन चर्चा का लाभ उठाया। सभी ने कार्यक्रम को सर्व हिताय व लाभप्रद बताया। कार्यक्रमों में ग्लोबल अस्पताल की ब्र.कु.मीना, मनिपाल की ब्र.कु.सुजाता तथा ब्र.कु.रूपा की भागीदारी रही। सभी कार्यक्रमों में दीदी निर्मला ने इस बात पर जोर दिया कि योग एवं सकारात्मक चिन्तन से अनेक समस्याओं का समाधान किया जा सकता है।



मनाली। एस.डी.एम.विनय दिवान को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.संध्या।

# मरीजों की सेवा किसी साधना से कम नहीं

## ईर्ष्या का कारण है तुलना

प्रश्न :- ईर्ष्या की फीलिंग क्यों क्रियेट होती है ?

उत्तर :- ईर्ष्या की भावना पैदा होने के कारण को जानने के लिए हमें चेक करना होगा कि इसमें हमारा कौन-सा बिलीफ सिस्टम काम कर रहा है। यहां पर इस भाव ने काम किया कि जिसका जितना लोग सम्मान करते हैं वो उतना ज्यादा अच्छे हैं। इस बिलीफ सिस्टम के कारण मैं जीवन में बहुत ज्यादा डिस्टर्ब महसूस करूंगी और इस डिस्टर्ब के कारण ईर्ष्या फील करूंगी। फिर मैं अपने आपको अच्छा साबित करने के लिए लोगों के सामने आपकी आलोचना करूंगी क्योंकि मुझे अपने आपको अच्छा फील करवाना है। अब इससे रिस्क ये होगा कि मैं अपने आपको अच्छा फील करवाने के लिए आपकी बुराईयों को देखना शुरू कर दूंगी। क्या है इनमें ? क्या अच्छा लगता है ? इनको क्या पता कि वास्तव में ये कैसे हैं ? इनको कुछ मालूम ही नहीं है। अब जैसे ही मैं इस तरह की नेगेटिव एनर्जी क्रियेट करूंगी तो लोग मुझसे दूर होना शुरू कर देंगे। क्योंकि मैंने कौन-सी एनर्जी क्रियेट करनी शुरू कर दी ? निगेटिविटी की, जैलेसी की, फिर हो सकता है कि जब भी मुझे चांस मिले तो मैं आपकी बुराई करना शुरू कर दूँ। अब अगर उसी दृश्य में मैं अपना बिलीफ सिस्टम चेंज कर दूँ कि मैं जानती हूँ कि मैं कौन हूँ, मैं सम्पूर्ण नहीं हूँ, मैं जानती हूँ हमें बहुत सारे काम करने हैं। मेरे अंदर अपनी कमजोरियां हैं, अपनी शक्तियां हैं



-ब.कु.शिवानी

जिस पर मुझे काम करना है लेकिन मैं क्या करती हूँ कि दूसरों के ऊपर ही काम करना शुरू कर देती हूँ। यह बात ही नहीं है कि लोग मेरे बारे में क्या सोचते हैं या किस आधार पर लोग मेरे पास आते हैं। ये जीवन की यात्रा मेरी अपनी है। हमें किसी के भी साथ स्वयं की तुलना करने की जो आदत है वो छोड़नी होगी क्योंकि मैं जो हूँ, जैसी हूँ, मुझसे अच्छा कोई नहीं जानता है।

ये तो नेचुरल है कि यदि आप अच्छी एनर्जी क्रियेट करते हैं तो लोग आपके पास आते हैं। लेकिन ये कोई पैमाना नहीं है कि लोगों को आपके पास आना होगा, अच्छी तरह से बात करना होगा, इसके पीछे बहुत सारे फैक्टर काम करते हैं। आज के समय में मैं इसे देख सकती हूँ। यह भी संभव है कि मैं आपको पसंद नहीं करूँ, फिर भी मैं आपके पास आऊँ और आपसे अच्छे से बात करूँ। यदि आप उस आधार पर स्वयं का मूल्यांकन करेंगे तो वो तो बहुत रिस्की होगा। मुझे अपने आपको खुद मूल्यांकन करना चाहिए। इसके लिए हमें अपने बिलीफ सिस्टम को बदलना होगा कि मैं कौन हूँ, क्या हूँ, ये सिर्फ मुझे पता है। मुझे अपनी कमजोरियों के ऊपर काम करना है। लोग क्या कह रहे हैं, ये महत्वपूर्ण नहीं है क्योंकि लोग अपने-अपने दृष्टिकोण से बोल रहे हैं। हाँ, लोग जो कहते हैं, आई कैन टेक फीड बैक, लेकिन मैं इसे फीडबैक की तरह ही लूंगा और स्वयं के साथ काम करूंगा। एक-एक बिलीफ सिस्टम मेरे थॉट पर और फिर मेरे भाग्य पर काम करता है। और फिर हम कहते हैं नहीं-नहीं इसमें मेरा क्या दोष है ? ये तो सब इनकी वजह से हुआ।

मेरे अंदर हीनता की मिश्रित भावनायें इसलिए आ जाती हैं क्योंकि मैं अपनी तुलना दूसरों के साथ करती हूँ। यह भी एक बिलीफ सिस्टम है। मुझे अच्छा होने के लिए या मुझे जीतने के लिए किसी को तो हारना ही है क्योंकि जिंदगी तो हार-जीत का खेल है। जिंदगी हार-जीत का खेल है यह हमारा बनाया हुआ बिलीफ सिस्टम है।



शान्तिवन। दादी जानकी, दादी हृदयमोहिनी, डॉ.अशोक मेहता, डॉ.प्रताप मिश्रा, डॉ.बनारसी तथा अन्य नर्सों के लिए आयोजित सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए।

शान्तिवन। ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि मरीजों के स्वास्थ्य की सच्चे दिल से सम्भाल करने की सेवा किसी साधना से कम नहीं है। अपने सुखों को त्यागने की वृत्ति रखने वाले ही इस सेवा में सफल होते हैं। वे ब्रह्माकुमारीज मेडिकल विंग द्वारा नर्सों के लिए आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन को सम्बोधित कर रही थी।

उन्होंने कहा कि अस्पताल में सेवा करने वालों का जीवन त्यागमय होता है जो बिना देरी किए गम्भीरतापूर्वक मरीजों के स्वास्थ्य को लाभ पहुंचाने के लिए तत्पर रहते हैं। नर्सों के सौम्य व्यवहार से मरीजों की आधी बीमारी दूर हो जाती है। अस्पताल में घर जैसा माहौल मिलने से मरीजों के स्वास्थ्य में तीव्र गति से सुधार होता है।

ब्रह्माकुमारी संस्था की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि मरीज को स्वास्थ्य लाभ पहुंचाने के लिए नर्सों को कई बार स्वयं की सुविधाओं का भी त्याग करना पड़ता है। दवाई के साथ नर्सों की शुभभावनाओं के वायब्रेशन्स भी मरीज को जल्दी स्वास्थ्य लाभ लेने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। हमें इस बात का ख्याल रखना होगा कि मन की खुशी व विश्वास भी दवाई का काम करती है। बीमारी भले बड़ी भी हो लेकिन मन की श्रेष्ठ स्थिति हमारे लिए हीलिंग का काम करती है।

मेडिकल विंग के अध्यक्ष डॉ.अशोक मेहता ने कहा कि राजयोग के अभ्यास से मन में अलौकिक ऊर्जा पैदा होती है जो शरीर को सकारात्मक लाभ पहुंचाती है। मेडीटेशन पूरी तरह से मेडीसिन का काम करता है।

## दिलों को प्रकाशित ..

-पंज 5 का शेष

अनासक्त बन कमलासीन श्री लक्ष्मी को याद करने की जगह हम मिट्टी के दीप जला कर बच्चों का खेल खेलते रहे हैं। मन मंदिर की सफाई करने की जगह बाह्य (स्थूल) सफाई से ही खुश हो जाते हैं। तभी तो लक्ष्मी हमसे रूठ गयी हैं। कमल फूल समान बन कर हम 'कमला', लक्ष्मी को प्राप्त कर सकते हैं। ज्यादातर लोग अत्यधिक भ्रष्ट तथा संस्कार विहीन हो गए हैं। अपनी कड़ी मेहनत की पूंजी को अय्याशी तथा ऐश युक्त साधन जुटाने में बरबाद कर रहे हैं। ऐसे भोगी, कामी, स्वार्थी, ऐश-परस्त, कर्म-भ्रष्ट और कर्तव्य-विहीन लोग क्या कभी दूसरों के हित की बातें सोच भी सकते हैं। आज रक्षक ही भक्षक बन गए हैं। समाज में विभिन्न प्रकार के व्यसन : शराब, सिगरेट, अफीम, जुआ, चोरी आदि फैल गए हैं। जिनका गहरा असर दिवाली, दशहरा, होली इत्यादि त्योहारों पर भी पड़ रहा है। अक्सर लोग विजय दशमी, दीपावली, नवरात्रि जैसे पर्वों पर शराब, अफीम, भांग, गांजा, जुआ आदि व्यसनों में लिप्त होकर आत्म-संयम खो अशोभनीय व अनुचित हरकतें करते हैं

जिससे त्योहार का मजा खराब हो जाता है। दिवाली पर हर साल लाखों-करोड़ों रूपए



चेन्नई। तमिलनाडु के राज्यपाल महामहिम रोसैया जी सायकिल यात्रा को रवाना करते हुए। साथ हैं ब्रह्माकुमार भाई-बहनें।



दीव। एस.पी. रजनीश गुप्ता, कांग्रेस कमेटी अध्यक्ष विशाल भाई, मेडिकल आफिसर महेश भाई वैश्य, ब्र.कु.दमयंती, ब्र.कु.कृति।



अरारिचा। सीमा सुरक्षा बल बटालियन के कमाण्डेंट के.रंजीत तथा अन्य जवानों को रक्षासूत्र बांधने के बाद ब्र.कु.उर्मिला समूह चित्र में।



पणजी। गोवा के मुख्यमंत्री मनोहर पर्रिकर से शाश्वत यौगिक कृषि परियोजना के बारे में चर्चा करते हुए ब्र.कु.टैमिसिन रामसे, ब्र.कु.शोभा, ब्र.कु.सुमंत, ब्र.कु.सुनीता तथा ब्र.कु.सुरेखा।



गुयाना। गुयाना के प्रधानमंत्री को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात डॉ. सविता, ब्र.कु.जीन, ब्र.कु.मार्क एवं ब्र.कु.श्याम।



हाथरस। मेरा भारत-व्यसनमुक्त भारत कार्यक्रम की सफलता के पश्चात ब्र.कु.शांता, श्रीमती कमल बंसल, ब्रज कला अकादमी की अध्यक्षा श्रीमती उषा गुप्ता को सम्मानित किया गया।

# दिलों को प्रकाशित कर मनाएं सच्ची दिवाली

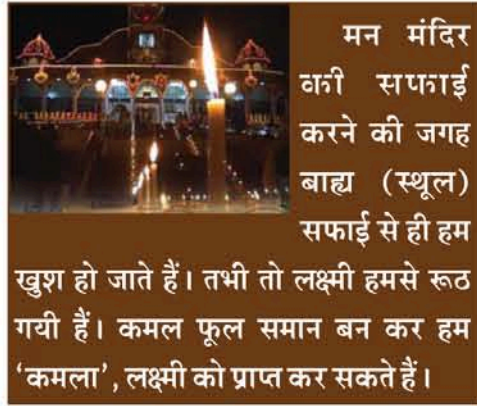
-ब्र.कु.निधि, कानपुर

हर वर्ष दिवाली आती है और हम सभी लोग घरों की साफ-सफाई कर पुताई आदि करते हैं, नए-नए कपड़े पहनते हैं तथा मिठाईयाँ आदि बनाते हैं। दीपावली की रात घर-घर में दीप श्रृंखलाएँ जलाकर रोशनी की जाती है व आधी रात्रि में मंत्र-साधना से श्री लक्ष्मी को प्रसन्न कर सिद्धियाँ प्राप्त करते हैं। लेकिन सालों-साल ऐसा करने के बाद भी हम धन-धान्य, सुख-संपदा, खुशी, शांति, धैर्यता आदि खूबियाँ जीवन से खोते जा रहे हैं। अब सोचने की ज़रूरत है कि क्या यही सही तरीका है दीपावली मनाने का? क्या दिवाली मनाने से हमें सच्ची खुशियाँ, भय, चिंता, तनाव, आशंका आदि से मुक्त जीवन मिल रहा है? क्या यही सच्ची दीपों की रात्रि है? कहीं यह 'दिवाली', 'दिवाला' तो नहीं?

## दिवाली क्यों मनाते हैं?

कार्तिक कृष्ण पक्ष की अमावस्या को हमारे देश में हर्षोल्लास व उमंग-उत्साह का त्योहार दिवाली हर घर में मनाया जाता है। घरों की व कपड़ों की सफाई करते हैं, दीप जगमगाते हैं, तरह-तरह की विद्युत रोशनी करते हैं, व्यापारी लोग पुराना बहीखाता बंद कर नया खोलते हैं आदि आदि। परंतु क्या आपने कभी सोचा है कि यह सब करने के पीछे क्या रहस्य/वास्तविकता है। इस विषय में अनेक किंवदन्तियाँ एवं पौराणिक कथाएँ प्रचलित हैं। एक कथा प्रसंग के अनुसार प्राचीन काल में नरकासुर नामक दैत्य ने

सारी दुनिया पर अपना राज्य कर रखा था। उसने सोलह हजार राज कन्याओं को बंदी बना लिया था। श्री कृष्ण ने नरकासुर को मारकर संसार को भय मुक्त किया व सोलह हजार राज-कन्याओं एवं देवतों को भी बंधन से छुड़ाया। इन सोलह हजार कन्याओं से विवाह कर के रानियाँ बनाया। अतः दिवाली से एक दिन पहले की रात्रि को 'नरक-चतुर्दशी' या 'छोटी दिवाली' मनाई जाती है। नरक अर्थात् बुराईयाँ या कमियाँ जिन्हें दूर



कर जीवन को सुखमय तथा खुशहाल बनाने से ही सही रूप में दीपावली होगी। दूसरी कहानी के अनुसार 'दैत्य राजा बलि' ने सारी पृथ्वी पर अपना एक छत्र राज्य जमा लिया था। उस समय संसार में अराजकता एवं भय व्याप्त था। राजा बलि ने श्री लक्ष्मी को सभी देवी देवताओं सहित बंदी बना लिया था। उस समय भगवान ने राजा बलि को परास्त कर श्री लक्ष्मी व अन्य देवी-देवताओं को कैद से मुक्त किया। अच्छाई की

मन मंदिर  
वनी सफाई  
करने की जगह  
बाह्य (स्थूल)  
सफाई से ही हम  
खुश हो जाते हैं। तभी तो लक्ष्मी हमसे रूठ  
गयी हैं। कमल फूल समान बन कर हम  
'कमला', लक्ष्मी को प्राप्त कर सकते हैं।

बुराई पर जीत के उपलक्ष्य में हर साल इसी रात को दीपोत्सव 'दिवाली' मनाते हैं और श्री लक्ष्मी के आने का इंतज़ार करते हैं।

## सच्ची दिवाली क्या है?

बाह्य तौर पर तो हम युगों से श्री लक्ष्मी-गणेश का पूजन कर, दीप दान कर, विद्युत झालरों की रोशनी से घर जगमगाकर दीपावली मनाते आए हैं परंतु इस तरह दिवाली मनाते-मनाते तो आज के भौतिक युग में जब महंगाई, भूख, गरीबी, भ्रष्टाचार इत्यादि का बोल-बाला है, ज़्यादातर लोगों का दिवाला ही निकल रहा है। मनुष्य जीवन से सुख-शांति, प्रफुल्लता, धैर्यता, सम्मान देने की भावना, चैन-सुकून, शुद्धता, संतुष्टता इत्यादि खूबियाँ आज खत्म हो गयी हैं व काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, भय, तनाव, अशांति, चिन्ता प्रतिस्पर्धा आदि अवगुणों ने आत्माओं को जकड़ लिया है। जिस कारण मानव आज नवरात्रि, विजय दशमी, दिवाली, गणेश चतुर्थी जैसे त्योहार मनाकर भी खुश एवं संतुष्ट नहीं है। श्री गणेश तथा श्री लक्ष्मी का आह्वान कर विधि पूर्वक पूजन-वंदन करने पर भी न ही हमारी जिन्दगी में कुछ शुभ/अच्छा हो रहा है और न ही लक्ष्मी आ रही है। बल्कि जीवन दिनों दिन कमी-कमज़ोरियों एवं बुराईयों से नर्क बनता जा रहा है। साथ ही विडम्बना यह है कि आत्म-दीप जलाकर -शेष पेज 4 पर



शांतिवन। दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.निर्वैर शिवध्वज लहराकर युवा सायकिल यात्रा का शुभारंभ करते हुए।



दाहोद। जिला कलेक्टर डी.ए.सन्धा जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.कपिला।



जालंधर (ग्रीन पार्क)। बी.एस.एफ. के जवानों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ब्र.कु.रेखा, ब्र.कु.मीरा समूह चित्र में।



दिल्ली (विकासपुरी)। ट्रैफिक पुलिस ट्रेनिंग इंचार्ज सीमा शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सतीश। साथ है ट्रैफिक पुलिस डिप्टी कमिश्नर ए.के.सिंह।



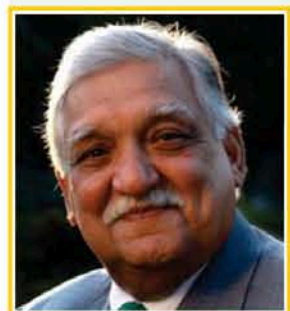
उमरेज-कनौज। एस.ओ.कृष्णदेव यादव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सरोज।



नगर-भरतपुर। राम रथयात्रा मेले में आध्यात्मिक ज्ञांकी को प्रथम स्थान मिलने का सर्टिफिकेट ब्र.कु.हीरा को देते हुए उपखण्ड अधिकारी शौकत अली तथा रामन लाल सैनी।

## अनुभव

## भविष्य में ताकत किसके पास ?



निजार जुमा, नैरोबी के एक व्यवसायी एवं उद्योगपति हैं। आपका जन्म युगांडा में हुआ था। आपने वेल्स,

कार्डिफ के विश्वविद्यालय से अर्थशास्त्र, कानून एवं लेखन में संयुक्त डिग्री प्राप्त की है। आप "द फ्यूचर ऑफ पावर" कार्यक्रम के सृजक व मेजबान हैं एवं ब्रह्माकुमारीज़ से पिछले 20 वर्षों से जुड़े हुए हैं। आप 51 कंपनियों के निदेशक बोर्ड के अध्यक्ष भी हैं जिनमें से एक एडिडास (अंतर्राष्ट्रीय स्पोर्ट्स ब्रांड) भी है जो अफ्रीका महाद्वीप के 49 देशों में खेल सम्बन्धी उपकरणों का निर्माण करती है। आप कसेना इंटरनेशनल लिमिटेड तथा ऑर्बिट स्पोर्ट्स लिमिटेड के प्रबंध निदेशक और केन्या के डायमंड ट्रस्ट बैंक के निदेशक भी हैं। आप विश्व व्यापार अकादमी के सृजक व अफ्रीका देश में इसके उपाध्यक्ष के रूप में कार्य कर रहे हैं। रशिया के पूर्व उपराष्ट्रपति मिखाइल गोर्बाचेव के नेतृत्व में आपने "द स्टेट ऑफ वर्ल्ड फोरम" में अपना योगदान दिया। पिछले 27 वर्षों से आप "दि आगा खान विकास नेटवर्क" में स्वैच्छिक क्षमता से निदेशक बोर्ड के अध्यक्ष के रूप में कार्य भार संभाल रहे हैं। इस नेटवर्क के अनेक विकास सम्बन्धित क्षेत्रों जैसे ऊर्जा उत्पादन, कृषि, फार्मास्यूटिकल्स, बैंकिंग, होटल्स, इंश्योरेंस, प्रॉपर्टी डेवलपमेंट आदि में

की जा रही गतिविधियों में आपने योगदान दिया है। राष्ट्र को उत्कृष्ट सेवा प्रदान करने के सन्दर्भ में केन्या के राष्ट्रपति ने आपको "द सिल्वर स्टार अवार्ड" से सम्मानित किया है। "द फ्यूचर ऑफ पावर" कार्यक्रम की मूल मान्यता क्या है, इसका लक्ष्य क्या है, प्रस्तुत है इसकी विस्तृत जानकारी उन्हीं के शब्दों में -

सृष्टि के आदिकाल के 2500 वर्षों तक (सतयुग और त्रेतायुग में) भारत विश्व-शक्ति था। बहुतों को इस बात का सही-सही ज्ञान नहीं है परन्तु इतना सभी जानते हैं कि भारत विश्व-गुरु रहा है। उसके बाद यह शक्ति भारत से चीन, मिश्र, स्पेन, रोम, यूनान आदि देशों में चली गई। वर्तमान समय यह शक्ति अमेरिका और ब्रिटेन के पास है। जब यह शक्ति भारत में थी तो यह आत्मा की शक्ति (सॉफ्ट पावर) थी। इसका अर्थ यह है कि भारत के वो बादशाह पवित्र और सच्चे थे। उन्हें अपनी प्रजा से बहुत प्यार था। वे स्नेह से राज्य चलाते थे, किसी भी प्रकार की ज़बरदस्ती से नहीं।

जब यह शक्ति भारत से बाहर गई तो यह बाहुबल बनने लगी। आज इस शक्ति की परिभाषा इस प्रकार दी जा रही है कि हमारे पास कितनी मिसाइल्स और बम आदि हैं और कितना आर्थिक बल है। सन् 2007 के बाद आप देख रहे हैं कि दुनिया में आर्थिक मन्दी बढ़ती जा रही है। यूरोप के हर देश का जी.डी.पी. नीचे उतर रहा है। मृत्युदर बहुत बढ़ती जा रही है। अब ये देश इसका कारण और निवारण खोज रहे हैं। अमेरिका की भी यही समस्या है। दिखाई दे रहा है कि यह शक्ति

वापस पूर्व की ओर लौट रही है। चीन का जी.डी.पी. 7 से 9 तक है, भारत का 6 से 8 तक है। हमें श्रद्धा और विश्वास है कि यह शक्ति भारत वापस आती जा रही है।

हम अपने से सवाल पूछते हैं, जब यह शक्ति भारत में आ रही है तो क्या हम इसे पुनः आत्म शक्ति बना सकते हैं। भारत में अहिंसा का दर्शन लम्बे समय से मान्य रहा है। आज भी जितनी आध्यात्मिकता भारत में है, इतनी और किसी देश में नहीं है। फ्यूचर ऑफ पावर कार्यक्रम में हम अलग-अलग प्रकार के 40 से भी अधिक व्यवसायों से जुड़े लोगों को एकत्रित करके डायलॉग करते हैं। इसमें हम विचार विमर्श करते हैं कि सॉफ्ट पावर हमें चाहिए या नहीं और यदि चाहिए तो इसे हम कैसे वापस लाएँ। इसमें राजनीतिज्ञ, व्यापारी, डॉक्टर, कलाकार आदि सभी क्षेत्रों से जुड़े लोग शामिल होते हैं।

अब तक भारत के 19 बड़े शहरों में ये कार्यक्रम हो चुके हैं। अगले वर्ष और 13 शहरों में इसे आयोजित करने का लक्ष्य है। इसके बाद इसमें भाग लेने वालों का एक राष्ट्रीय डायलॉग आयोजित करने का भी विचार है जिसमें सब खुले दिल से बताएँ कि भविष्य में सॉफ्ट पावर को भारत में लाने के लिए क्या तरीका अपनाएँ। अनुभव कहता है कि सबसे प्रभावी तरीका यह है कि हम रोजाना की दिनचर्या में आध्यात्मिकता को अपनाएँ, इसे अपनाना बड़ा सरल है। यदि हम यह निर्णय कर लें कि हमें किसी को दुःख नहीं देना है, यही तो आध्यात्मिकता है परन्तु ऐसा -शेष पेज 11 पर



**दिल्ली-चांदनी चौक।** विश्व हिन्दू परिषद के अध्यक्ष विष्णु हरि डालमिया, ब्र.कु.जयप्रकाश, ब्र.कु.विमला व ब्र.कु.सुनिता।



**विटा।** ब्रह्माकुमारीज के आध्यात्मिक चैनल पीस ऑफ माइण्ड के केबल प्रसारण का उद्घाटन करने के पश्चात विधायक सदाशिवराव पाटिल, ब्र.कु.मीना तथा ब्र.कु.वंदना।



**नई दिल्ली-पहाड़गंज।** स्वामी श्री शान्तानंदा, सचिव, रामकृष्ण मिशन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.ज्योति।



**जयपुर-कमल अपार्टमेंट।** स्पिरिचुअल पॉवर एस एन आर्ट ऑफ लिविंग कार्यक्रम में ब्र.कु.पूनम, अशोक लाहोटी तथा अन्य।



**जुई कला (हरियाणा)।** राधास्वामी प्रमुख सन्त हुजूर कंवर सिंह महाराज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.निर्मला।



**ब्रह्मपुर-शांतिकुंड।** डी.आई.जी. अमिताभ ठाकुर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.मंजू। साथ हैं ब्र.कु.माला तथा कौशिक सिन्हा।



**राजूला।** अल्ट्रा टेक कम्पनी के सभी सीनियर मैनेजर्स को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ब्र.कु.अनु तथा ब्र.कु.सरोज समूह चित्र में।

वर्षों से हम विश्वकर्मा जयन्ती मनाते आ रहे हैं। लेकिन विश्वकर्मा जी, 'शिल्पाचार्य' वा 'देवशिल्पी' ने क्या और किस प्रकार से कर्म किया जो विश्वकर्मा नाम पड़ा। वैसे तो नाम से ही तात्पर्य निकलता है कि विश्वकर्मा अर्थात् विश्व के प्रति कर्म करने वाला। उनके नाम के साथ ही उद्देश्य वा संदेश है कि विश्व के प्रति कर्म अनवरत करते रहना है।

विश्वकर्मा ने स्वर्ग का निर्माण किया। देवात्माओं के लिए सर्व साधन-सम्पन्न महलों की व्यवस्था की, जो अतुलनीय थी। स्वर्ग सुनते ही हमें अलौकिक सुख-शांति की अनुभूति होती है। स्थूल वा सूक्ष्म रूप से सभी प्रकार के सुखों से भरी नगरी का निर्माण विश्वकर्मा ने किया। उनकी इन विशेषताओं के कारण ही ब्रह्मा ने नई सृष्टि स्वर्ग का निर्माण कार्य उनसे करवाया। उनमें सर्व कलायें समाई हुई थी।

आज संसार में स्थापत्य कला, मूर्तिकला, वास्तुकला या कारीगरी से संबंधित किसी भी कला में निपुण व्यक्ति अपने को विश्वकर्मा का वंशज वा उत्तराधिकारी समझता है फिर भी विश्वकर्मा समान श्रेष्ठ कर्म नहीं कर पाता है क्योंकि खुद को विश्वकर्मा का वंशज समझने वाले उनकी जीवनशैली व कर्म करने की विशेषताओं से अनभिज्ञ हैं। यदि वह विश्वकर्मा की विशेषताओं को अपनायेंगे तो वे भी स्वर्ग की तरह नई सृष्टि का निर्माण कर सकेंगे। वे आज सुंदर मन को मोहने वाली सुविधा सम्पन्नता भरी सुख-शान्ति, सौहार्द की भावना से कोसों दूर हैं। मानव जीवन उन सुख-सुविधाओं को बनाये रखने में ही अधमरा जीवन जीने के लिए मजबूर है। सम्पन्नता को बनाये

रखने में दिन और रात का भेद समाप्त होता जा रहा है। जीवन में हर दिन विकास की चाल तेज होती जा रही है। गगनचुम्बी इमारतें, सागर वा नदियों को पाटने वाले पुल, डैम, धरती को छोड़ अब सागर पर निर्माण कार्य चल रहा है जिसका उदाहरण है दुबई में पाम लैंड, सागर का परिवर्तन कर धरती बनाकर आवास निर्माण किया गया।

बाहरी दुनिया में जितनी ऊँचाई बढ़ी है, अंदर की दुनिया अर्थात् अन्तर आत्मा की दुनिया उतनी ही गौण अर्थात् बौनी होती जा रही है। विश्वकर्मा के वंशजों के कार्य में किन बातों की त्रुटि हुई है जिससे वे आज भी अपने पूर्वज विश्वकर्मा के गुणों की कतार में खड़े होने के योग्य नहीं बन पाये।

सात वंडर बना लिए किन्तु वंडर है कि सात गुणों की सुगंध जीवन में नहीं भर पाये।

आईये हम समझें कि हमें अपने जीवन में कर्म, किस दिशा में किस प्रकार से करना है। जिससे हम सच्चे अर्थों में विश्वकर्मा के वंशज कहला पायें।

कोई व्यक्ति अपने परिवार के पालन-पोषण के लिए कर्म करता है। एक परिवार सम्पन्न हो लेकिन पड़ोस का परिवार भूखा हो, अभावग्रस्त हो तो उसे अपने सम्पन्न होने का घमण्ड होता है। दूसरे की परिस्थिति उसे अपनी सम्पन्नता की महसूसता कराती है। कोई व्यक्ति अपने समाज

के प्रति ही स्वयं को उत्तरदायी समझता है और दूसरे समाज की उन्नति में विरोध पैदा करता है। अन्य समाज की ग्लानि करता है। इसी तरह कोई अपने राष्ट्र के प्रति बलि चढ़ने के लिए तथा राष्ट्र के लिए भले ही उसे किसी की भी जान लेनी पड़े, वह इस कार्य के लिए तत्पर रहता है। अर्थात् उसकी भावना व कर्म राष्ट्र की सीमा रेखा तक सीमित है। सीमित मनोदशा में कर्म करनेवाला कभी विश्वकर्मा का वंशज नहीं बन सकता।

जीवन में कोई भी कर्म करें किन्तु वह बेहद में हो। पवित्रता के साथ उसके कर्मों में स्वयं के साथ औरों का भी कल्याण निहित हो।

विश्वकर्मा, विश्व के प्रति कर्म करने वाले में हर धर्म, हर जाति, हर समाज, हर देश के प्रति असीम सहानुभूति होगी। वह जिस तरह अपने सगे-संबन्धियों को अपने जीवन में, अपनी नजरों में व अपने कर्तव्यों के कक्ष में जगह देगा वैसे ही विश्व में किसी भी धर्म, जाति, समाज, राष्ट्र व व्यक्ति के प्रति अपनी जिम्मेवारी समझेगा।

ऐसी विश्वस्तरीय बंधुत्व की भावना हमारे मन

## विश्व के लिए कर्म करने वाले विश्वकर्मा

सात वंडर तो बना लिए किन्तु वंडर यह है कि सात गुणों की सुगंध जीवन में नहीं भर पाये। आईये हम समझें कि हमें अपने जीवन में कर्म, किस दिशा में किस प्रकार से करना है। जिससे हम सच्चे अर्थों में विश्वकर्मा के वंशज कहला पायें।

बुद्धि में, हमारे संस्कार में समायेगी तो ही हम विश्व के प्रति कर्म करनेवाले बनेंगे। अर्थात् सच्चे मायने में विश्वकर्मा बनेंगे।

विश्वकर्मा के चित्र को देखने से उनका चरित्र हमारे सामने प्रत्यक्ष हो जाता है। जैसे किसी के हाथ में कुल्हाड़ी देख हम जान जाते हैं कि यह लकड़हारा है, रंग व तुलिका देखने से पता चल जाता है कि यह चित्रकार है। उसी प्रकार विश्वकर्मा के हाथ में जो अलंकार दिये गए हैं उनसे हम उनके चरित्र को जान सकते हैं। उनके चारो हाथों में क्रमशः रस्सी, माप पट्टी, शास्त्र और कमण्डल या माला दिखाते हैं। उनके पास सदा हंस दिखाया गया है। इन सभी अलंकारों का आध्यात्मिक रहस्य है।

हम देखते हैं कि स्थापत्य कला व भवन निर्माण में रस्सी का बहुत महत्व है। भवन निर्माण के पूर्व स्तम्भ बनाने के लिए गड्ढे आदि के चिन्ह बनाने में, दीवार को सीधा बनाने या ईंटों को लाइन में रखने में रस्सी का प्रयोग होता है। दूसरा अलंकार है माप-पट्टी। चाहे सोनार हो या लोहार हो, सभी प्रकार के कारीगर भी अपनी कला को सम्पन्न बनाने में माप-पट्टी का प्रयोग करते हैं। तीसरे हाथ में शास्त्र दिखाया गया है। जैसे बच्चों के हाथ में पुस्तक

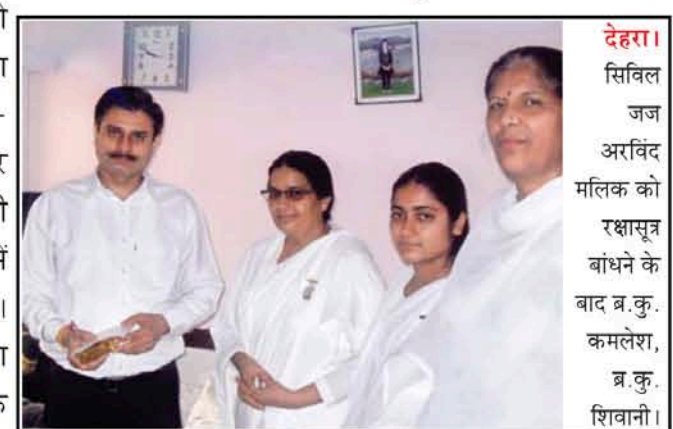
देखकर हम समझ जाते हैं कि यह विद्यार्थी है, उसी प्रकार विश्वकर्मा के हाथ में शास्त्र दिखाने का भाव यही है कि न सिर्फ शिल्पकला में परन्तु आध्यात्मिक ज्ञान में भी वे मास्टर थे। यह ज्ञान उन्हें, शिव परमात्मा ने पिताश्री प्रजापिता ब्रह्मा के माध्यम से दिया। ब्रह्मा बाबा जानते थे कि जिसकी आध्यात्मिक उन्नति नहीं होगी वह श्रेष्ठ दुनिया का निर्माण नहीं कर पायेगा और अपनी कला को श्रेष्ठ कार्य में नहीं लगा सकेगा। विश्वकर्मा ने ईश्वरीय ज्ञान का जीवन में विकास किया, जिस कारण सभी देवों ने उन्हें देवशिल्पी का पद प्रदान किया।

चौथे हाथ में कमण्डल वा माला दिखायी गई है। विश्वकर्मा किसकी माला जपते थे? वे परमात्मा शिव को याद करते थे। कमण्डल का अर्थ है - बुद्धि उनकी इतनी स्वच्छ और शक्तिशाली थी कि उसमें सदा परमात्मा की याद समाई रहती थी। आज के भवन निर्माणकर्ता, कारीगरों से काम करवाने में सदा भारी रहते हैं लेकिन विश्वकर्मा के सन्मुख सदा हंस दिखाया जाता है। यह हंस पवित्रता का प्रतीक है। इस

संसार में जिन्होंने भी महान कार्य किया वा असम्भव को सम्भव कर दिखाया, उनमें पवित्रता की शक्ति थी। जिसके जीवन में पवित्रता नहीं, वह कभी भी महान कार्य नहीं कर सकता चाहे वह धर्मनेता हो, राजनेता हो, कलाकार हो, संगीतकार हो या शिल्पकार हो।

पवित्रता माने क्या :- पवित्रता का आध्यात्मिक अर्थ है, एक परमपिता परमात्मा ज्योतिर्बिन्दु शिव से सम्बन्ध, आत्मा का परमात्मा से सम्बन्ध। सारी सृष्टि की आत्माओं के पिता, शिव हैं। सृष्टि में निर्माण कार्य करना यानि शिव पिता के बच्चों के लिए सृष्टि का निर्माण करना - क्योंकि हमारा उनसे अमिट

सम्बन्ध है। किसी भी कार्य को सेवा रूप में सभी के कल्याण की भावना से करना, इसे ही पवित्रता कहेंगे। यह कार्य सिर्फ पवित्र व्यक्ति ही कर सकता है। पवित्र वही है जिसका परमात्मा के साथ अटूट सम्बन्ध हो। विश्वकर्मा का जीवन हमारे लिए आदर्श है। वे ईश्वरीय ज्ञान, योग और पवित्रता के बल से महान देवशिल्पी बने। हम वर्षों से उनकी पूजा-अर्चना करने के बावजूद दुःखी और अशान्त हैं क्योंकि हमने पूजा की, किन्तु उनके गुणों को अपने जीवन में नहीं अपनाया। उन जैसा नहीं बने, इससे सिद्ध है कि कर्म करने के लिए जो पवित्रता के आध्यात्मिक सिद्धान्त हैं, वे हमारे जीवन से लोप हो गये हैं। अतः आज आवश्यकता इस बात की है कि हर शिल्पकार आध्यात्मिकता से प्रेरणा लेकर अपने जीवन को समाज के लिए आदर्श बनाए तभी हम विश्व को स्वर्ग बना पायेंगे। -ब्र.कु.कीर्ति, शांतिवन



**देहरा।** सिविल जज अरविंद मलिक को रक्षासूत्र बांधने के बाद ब्र.कु. कमलेश, ब्र.कु. शिवानी।

मस्तिष्क, शरीर का संचालन केन्द्र है। शरीर की समस्त इंद्रियां इसी केन्द्र द्वारा संचालित होती हैं। जिस प्रकार इंजन के किसी पुर्जे में आई खराबी पूरे इंजन को प्रभावित कर देती है, उसी प्रकार मस्तिष्क में उत्पन्न कोई भी विकार सम्पूर्ण शरीर को रूग्ण कर देता है।

अक्सर हम समाचार पत्रों में पढ़ते और सुनते हैं कि फलां आदमी सदमे के कारण पागल हो गया, फलां ने प्रेम में असफल होने के कारण पांचवी मंजिल से कूदकर आत्महत्या कर ली। फलां ने ईर्ष्या के कारण अपने मित्र को जहर दे दिया आदि-आदि। इन सब घटनाओं के लिए हमारे मन में उठे विकार मूल रूप से जिम्मेदार होते हैं। दूषित विचारों के फलस्वरूप ही ऐसे भाव मनुष्य के मन में जन्म लेते हैं। होम्योपैथी चिकित्सा का मूल सिद्धान्त भी इसी तर्क पर आधारित है। होम्योपैथी के पितामह डॉ. हैनीमन ने अपनी रिसर्च के दौरान पाया कि पहले मनुष्य के मस्तिष्क में विकार पैदा होता है तत्पश्चात् उसके अनुरूप शरीर में रोग उत्पन्न होते हैं। इसलिए इलाज रोग का नहीं

रोगी अर्थात् मस्तिष्क का होना चाहिए। इसी कारण इस चिकित्सा में विचारों के परिवर्तन को विशेष महत्व दिया गया है।

ऐसे बहुत से लोग आपको अपने जीवन में मिल जाएंगे जो पहले काफी हंसमुख तथा जिन्दादिल थे। बात-बात पर ठहाका लगाना उनकी आदत थी

परन्तु अचानक वे गम्भीर और एकान्तप्रिय तथा अपने आप तक सीमित रहने लगे। चिड़चिड़े और स्वार्थी बन गए। आखिर क्यों?

इसका मुख्य और एकमात्र कारण उनके उत्साहवर्धक, सुन्दर, निर्मल विचारों में आया परिवर्तन ही होता है। लोभ, क्रोध, मोह, माया, ईर्ष्या-द्वेष जैसी भावनाओं तथा विचारों के कारण भला-चंगा व्यक्ति तरह-तरह के रोगों का शिकार बन जाता है। अतएव बुरे विचारों से मनुष्य को बचना चाहिए। कुछ ही घण्टों में हृदय न केवल दुर्बल हो जाता है, बल्कि इससे पागलपन और मृत्यु तक हो जाती है।

अगर एक ही कमरे में कई मनुष्य हों और उनके श्वास के नमूने मनोवैज्ञानिक को सौंप दिए जाएं, तो आसानी से पता चल सकता है कि किस व्यक्ति के मन में क्रोध है, किसके मन में ईर्ष्या, किसके मन में प्रसन्नता, किसके मन में परोपकार? यह परीक्षण इतना विश्वसनीय है कि इससे स्पष्ट तथा निर्णायक परिणाम निकाले जा सकते हैं। भय के द्वारा शरीर दुर्बल और रोगी हो जाता है, जबकि धैर्य और साहस के द्वारा शरीर की शक्तियों का पुनर्निर्माण किया जा सकता है।

दूध पिलाने वाली क्रोधित माता का दूध विषैला हो जाता है और उससे बच्चा तुरन्त रोगी हो जाता है। एक प्रसिद्ध अश्वपालक ने बताया कि घोड़े के क्रोध प्रकट करने पर, कई बार उसकी नाड़ी की गति दस गुनी तेज हो जाती है। कुत्तों पर किए गए परीक्षणों से भी इसी प्रकार के तथ्यों का पता चला है।

जब जानवरों पर क्रोध का ऐसा प्रभाव होता है, तो मनुष्य पर उसके प्रभाव की कल्पना आसानी से की जा सकती है। कई बार उग्र भावनाओं के कारण मनुष्य को उल्टियां आने लगती हैं। प्रचण्ड क्रोध अथवा भय से पीलिया रोग हो जाता है।

प्रचण्ड क्रोध के कारण न केवल हृदय की धड़कन बढ़ जाती है वरन कई बार हृदय की गति भी बन्द हो जाती है। सर्वशक्तिमान ईश्वर ने मनुष्य की रचना इसलिए नहीं की थी कि वह दुर्बल बने और भावनाओं का दास बने। भावनाओं को वश में करने की शक्ति हमारे अन्तःकरण में विद्यमान है। यह हमारा कर्तव्य है कि हम उस शक्ति का विकास करें और उस शक्ति का प्रयोग करके अपनी भावनाओं को वश में रखें।

जो मनुष्य अपने मानसिक राज्य को अपने अधीन रख सकता है, जो अपनी इच्छा से अपनी मनोवृत्ति का निर्माण कर सकता है, जो अपने विचारों और भावों पर पूरी तरह शासन कर सकता है, वही सच्चे अर्थों में मनुष्य है। वह अपने मन के उग्र भावों से उत्पन्न प्रतिक्रिया का प्रतिरोध करने में समर्थ होता है। वह तुरन्त बुरे विचारों की जगह अच्छे विचार मन में लाता है, ठीक उसी प्रकार जैसे कोई रसायनविज्ञ अम्ल (तेजाब) की प्रतिक्रिया के प्रतिरोध में क्षार का प्रयोग करता है। अनाड़ी

## स्वास्थ्य-शक्ति और साधना

जिस प्रकार बालक-बालिकाओं को भौतिक रसायन का ज्ञान कराया जाता है, उसी प्रकार यदि उन्हें मानसिक रसायनशास्त्र का भी ज्ञान कराया जाए, तो वे निराशा, क्रोध एवं ईर्ष्या आदि मानसिक व्याधियों से अपने को बचाने में समर्थ हो सकते हैं।

आदमी के शरीर पर तेजाब गिर पड़ने पर संभव है कि वह किसी अन्य तेजाब का प्रयोग करे जिससे शरीर और भी अधिक जल सकता है; किन्तु जो व्यक्ति जानता है कि तेजाब पड़ने पर क्षार का प्रयोग करना उचित है, वह क्षार द्वारा तेजाब के प्रभाव को दूर कर देता है। ठीक इसी प्रकार जो विचारवान व्यक्ति है, वह प्रत्येक दूषित विचार का प्रतिरोधक उपाय जानता है। वह दूषित विचार का उसके विपरीत विचार से प्रतिरोध कर लेता है। जैसे कि वह जानता है कि निराशा के विचार से शरीर थक-हार जाता है, अतः इसे दूर करने के लिए वह उत्साह, आशा और उल्लास से भरे विचारों का प्रयोग करता है। वह रोग का विचार आने पर निरोगता का, घृणा का विचार आने पर प्रेम का, जलन का विचार आने पर उदारता का प्रयोग करके अपने मन को बुरे प्रभाव से बचा लेता है। ऐसा व्यक्ति मन के रोगों की औषधि मन के अन्दर ही रखता है। ज्यों ही वह किसी मानसिक व्याधि के चिन्ह देखता है, त्यों ही औषधि का प्रयोग करके मन को पुनः निर्मल और स्वस्थ बना लेता है।

जिस प्रकार बालक-बालिकाओं को भौतिक रसायन का ज्ञान कराया जाता है, उसी प्रकार यदि उन्हें मानसिक रसायनशास्त्र का भी ज्ञान कराया जाए, तो वे निराशा, क्रोध एवं ईर्ष्या आदि मानसिक व्याधियों से अपने को बचाने में समर्थ हो सकते हैं। तब हमें लटके हुए उदास चेहरे और सुस्त शरीर नहीं दिखाई देंगे। तब हमें बालक दुःखी, अपराधी, निराशा और असफल नहीं दिखाई देंगे।

इसी मानसिक रसायनशास्त्र के ज्ञान के अभाव से ही, हममें से अनेक व्यक्ति अपने मन को विषाक्त होने से बचा नहीं पाते हैं। ये विषैले भाव हमारे मन में आने के उपरान्त हमारे शरीर में ऐसी रसायनिक प्रतिक्रिया उत्पन्न कर देते हैं कि हमारे लिए स्वस्थ रहना असम्भव हो जाता है।

घृणा, जलन और प्रतिशोध का दौरा पड़ते ही, मनुष्य की शारीरिक शक्ति परास्त हो जाती है, वह दुर्बल हो जाता है। उपर्युक्त मनोवैशेषों के प्रभाव में आए लोग थकान, उदासी, सुस्ती और नकारापन का शिकार हो जाते हैं। समय से पूर्व ही वे वृद्ध हो जाते हैं।

परन्तु यदि हम चाहें तो इन मानसिक विषों का प्रतिरोध सहज ही कर सकते हैं। इन विषों को दूर करने वाली औषधियां भी हमारे मन में ही हैं। हम घृणा के विष का प्रतिकार प्रेम द्वारा करें, तो हम घृणा के विष द्वारा शरीर को पहुंचाई जाने वाली क्षति से अपनी रक्षा कर सकते हैं।

पानी की कोई भी गन्दगी ऐसी नहीं, जिसे रसायनिक क्रिया द्वारा दूर न किया जा सके। इसी प्रकार मन का कोई भी ऐसा दोष नहीं है, जिसे शुभ विचारों की प्रक्रिया से दूर न किया जा सके। दुर्भावना-रूपी विष के द्वारा अनेक बहुमूल्य जीवन नष्ट हो चुके हैं। यदि इन भावनाओं के 'शिकार' हुए व्यक्तियों के आसपास के लोग उन भावनाओं के प्रतिकार का उपाय जानते और समय रहते वे उनका उपचार करते, तो उन बहुमूल्य जीवनों को बचाया जा सकता था।

जब हम यह जान लेंगे कि बुरे विचार का उपचार कौन-सा शुभ विचार है, तो हमारे लिए अपनी मानसिक व्याधियों का उपचार करना आसान हो जाएगा। हम प्रत्येक दुर्बिचार के विरुद्ध निश्चित शुभ विचार का प्रयोग करके मन को तुरन्त निर्मल बना सकते हैं।

यह सर्वथा सच है, संभव है और कठिन भी नहीं है कि हम अपने विचारों को अपनी इच्छा के अनुसार नियन्त्रित कर सकें। हम अपने मन को नियन्त्रित करके शांत, संतुलित तथा सात्विक रखें। निरन्तर अभ्यास से हम अपनी मनःस्थिति ऐसी बना सकते हैं कि बड़े-बड़े आवेगों के बावजूद भी हमारा मन उद्विग्न और बेचैन न होने पाए। यदि आप समझेंगे कि दुर्बलता आपके हृदय को दबाने के लिए आ रही है, तो आप तुरन्त उत्साहमय विचारों के प्रबल आवेग से हृदय को इतना शक्तिशाली बना लेंगे कि दुर्बलता का प्रभाव ही नहीं हो सकेगा।

प्रेम के रसायन द्वारा मनुष्य की अनेक मानसिक व्याधियों को दूर किया जा सकता है। इस रसायन में लोभ और स्वार्थ पूरी तरह घुलकर नष्ट हो जाते हैं, इससे घृणा, ईर्ष्या और जलन की भावनाएं मिट जाती हैं। इससे बदले की भावना, अपराध की इच्छा तथा मन की अनेक अन्य व्याधियां दूर हो जाती हैं। जिस प्रकार अम्ल का उपाय क्षार है, आग बुझाने का उपाय कार्बन-डाइऑक्साइड गैस है, उसी प्रकार घृणा, ईर्ष्या, प्रतिशोध को स्नेह, प्रेम और वात्सल्य द्वारा शांत किया जा सकता है। 'प्रेम-जल' से द्वेष का सारा मैल धुल जाएगा। प्रेम की मौजूदगी में घृणा पल-भर भी जीवित नहीं रह सकती। प्रेम वह स्वर्ण-रसायन है जिसके प्रयोग से ईर्ष्या-द्वेष की भावनाएं भी समाप्त हो जाती हैं।



महोबा। कलेक्टर अनुज झा को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.सुधा।



दिल्ली। भारत के राष्ट्रपति महामहिम प्रणब मुखर्जी भ्रूच के ब्र.कु.दीपक को शिक्षा के क्षेत्र में अमूल्य योगदान के लिए नेशनल अवार्ड देते हुए। साथ हैं शिक्षा मंत्री डॉ.पल्लम राज।



देहरादून। उत्तराखण्ड के मुख्यमंत्री विजय बहुगुणा को मधुबन आने का ईश्वरीय निमंत्रण देते हुए ब्र.कु.मंजू।



जावरा-रतलाम। एसडीओपी मनजीत सिंह चावला को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.सावित्री तथा अन्य।



श्रीगंगानगर। विवेक आश्रम मोहनपुरा में अनाथ बच्चों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.विजय तथा ब्र.कु.स्वाति।



फिरोजपुर कैंट। एसएचओ जसवीर सिंह आध्यात्मिक संग्रहालय के अवलोकन के पश्चात ब्र.कु.उषा तथा ब्र.कु.शक्ति के साथ।



अकोला। एस.पी. वीरेन्द्र मिश्र को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.अर्चना।



तरावडी-करनाल। रिहाना इंटरनेशनल के मालिक राकेश गर्ग को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सुदेश व ब्र.कु.इन्दु।



**इटली।** भारतीय राजदूत के साथ आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात ब्र.कु.श्रीलू समूह चित्र में।



**वाराणसी।** बाढ़ पीड़ितों को अनाज, पानी तथा अन्य आवश्यक चीजें वितरित करते हुए ब्र.कु.सरोज, ब्र.कु.चंदा, ओ.एन. उपाध्याय तथा ब्र.कु.बिपीन।



**जयपुर-मानसरोवर।** पुलिस निरीक्षक अजीत सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.सरिता एवं ब्र.कु.शशि।



**सुन्दर नगर (हि.प्र.)।** एचआरटीसी के क्षेत्रीय प्रबंधक उत्तमचंद को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.शिखा।



**महू।** एक्जीक्यूटिव आफिसर आलोक गुप्ता को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ईश्वरीय संदेश देते हुए ब्र.कु.किरण।



**कोटा।** महापौर डॉ.रत्ना जैन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.ज्योति।



## दादी बृजपुष्पा को सर्व ने दी स्नेहांजलि

यज्ञ की आदि रत्न सर्व की स्नेही दादी बृजपुष्पा जो यज्ञ की स्थापना के समय अपनी पाँच बहनों के साथ समर्पित हुई थीं, जिन्हें बाबा "सिक्स लक्की सिस्टर्स" कहकर पुकारते थे। ऐसी यज्ञ स्नेही दादी ने 20-9-13 को अमृतवेले 4.30 बजे अपना पुराना शरीर त्याग बापदादा की गोद ली। आपने भारत के विभिन्न स्थानों पर सेवाएं की। जब ब्रह्मा बाबा अव्यक्त हुए तब दादी मनोहरइन्द्रा मधुबन में रहने लगी तब आपने करनाल (हरियाणा) की सेवाओं को अच्छी तरह सम्भाला और सबकी बहुत प्यार से पालना की।

आपके जीवन में गम्भीरता और रमणीकता का, स्नेह और शक्ति का बहुत अच्छा बैलेन्स था। कुछ समय से आपका स्वास्थ्य ठीक नहीं था। आपका ग्लोबल अस्पताल में इलाज चल रहा था। समस्त ब्राह्मण परिवार ने अपनी स्नेहांजलि अर्पित की।



## ब्र.कु.निमु ने किया पार्थिव देह का त्याग

ब्र.कु.निमु जो मुम्बई नेपन्सी रोड स्थित ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र पर समर्पित रूप से सेवाएं प्रदान कर रहे थी, उन्होंने 11-9-13 को अपने पार्थिव देह का त्याग किया। आपने अपने आध्यात्मिक जीवन से अनेक आत्माओं का कल्याण किया।

## सदा स्वस्थ जीवन स्वर्णिम आहार से सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर

हमारा शरीर प्रकृति के पांच तत्वों (आकाश, वायु, अग्नि, जल और पृथ्वी) से बना हुआ ही है। यानि हमारा शरीर भी प्रकृति का ही छोटा रूप है। जैसे कोई बड़ा कॉलेज या भवन बनाया जाता है तो उससे पहले उस भवन का छोटा मॉडल बनाकर काँच की पेंटी में रखा जाता है। जिसे देखकर लोग समझ जाते हैं कि भवन कैसा दिखाई देगा। उसमें कितने दरवाजे, खिड़कियाँ, सुविधाएँ होंगी। इसी प्रकार इस शरीर रूपी मॉडल को पूरा समझने के बाद हम बेहद प्रकृति को भी आसानी से समझ सकते हैं। हम दिन में बार-बार पानी क्यों पीते हैं? क्योंकि हमारे शरीर का 75 प्रतिशत से भी ज्यादा भाग पानी से बना हुआ है। अतः जब शरीर में पानी की कमी होती है तो हमें प्यास लगती है और हम पानी पीते हैं। इसी प्रकार भोजन भी करते हैं। दिन-रात आक्सीजन के रूप में हवा लेते हैं। जठर अग्नि पचाने का कार्य करती है। शरीर में खाली जगह में आकाश तत्व होता है। इस प्रकार प्रकृति इस शरीर की रचयिता है, माँ है। शरीर प्रकृति का बना होने के कारण प्रकृति के नियम ही इस पर लागू होते हैं। प्रकृति के नियमों की अवहेलना करने पर, भंग करने पर, भूलने पर शरीर को भी दण्डित होना पड़ता है।

शरीर रूपी प्रकृति को समझने के लिए एक और उदाहरण लेते हैं -जैसे उस बेहद प्रकृति में आपदाएं आती हैं, उसी प्रकार से इस शरीर में भी आपदाएँ रूपी क्रियाएँ होती हैं। दोनों ही आपदाओं का कारण असन्तुलन है। तो देखेंगे कि जिस प्रकार से बेहद की प्रकृति में तूफान आता है, उसी प्रकार हमारे शरीर में वायु विघ्न पैदा करती है। वहाँ मूसलाधार बारिश तो यहाँ दस्त लगते हैं। वहाँ सुनामी तो यहाँ उल्टियाँ होती हैं। वहाँ अकाल पड़ता है तो यहाँ बुखार आता है। वहाँ भूकम्प होता है तो यहाँ हृदयघात होता है। इसी प्रकार से अन्य आपदाओं को भी समझ सकते हैं। इन आपदाओं रूपी विघ्नों को दूर करने के लिए हमें शरीर रूपी प्रकृति को समझना होगा।

अनुभव - आन्ध्रप्रदेश, चित्तूर की ब्र.कु.वसुधा आठ वर्षों से उच्च रक्तचाप, 38 वर्षों से मेटल एलर्जी, 2 वर्षों से एसीडिटी, 30 वर्षों से धूल से एलर्जी, मोटापा (वजन 95 किलो) आदि भयंकर बीमारियों से ग्रसित थी। प्रति माह हजारों रूपये डाक्टर्स की फीस, टेस्ट, दवाइयों पर खर्च होता था। सेवा का समय भी नहीं मिलता था। अभी स्वर्ण आहार पद्धति अपनाते ही एक डेढ़ मास में सभी बीमारियाँ खत्म हो गई। वजन भी 23 किलो कम हुआ। सच्चे योगी जीवन का अनुभव हो रहा है।



ब्र.कु.ललित, एकाउण्ट आफिस, शांतिवन

## मनोबल विकसित करता है अध्यात्म

मानसिक प्रतिरोधक शक्ति को बढ़ाने के लिए तीन चीजें चाहिए। जो भगवान ने गीता में कहा पहली बात - अध्ययन। अध्ययन अर्थात् ज्ञान का अध्ययन। आध्यात्मिक ज्ञान वो शक्ति है, जो मनोबल को विकसित करता है। जिससे हमारी बुद्धि के अंदर भी एक शक्ति का संचार होने लगता है। इसलिए आज की दुनिया के अंदर जागृति जरूर आयी है। हाँ, ये करना चाहिए, लेकिन जैसे कहा कि यही प्राब्लम है कि बड़े-बड़े कार्य के लिये हमने दिन भर दिया और फिर कह दिया टाइम नहीं है। अगर इसकी जागृति आये तो समय निकालना आसान हो जाता है। क्योंकि कौन व्यक्ति आने वाले समय में इसके शिकार बनना चाहते हैं। कई सोचते हैं कि जरूरी थोड़े ही है कि हम उसके शिकार बनेंगे, हम अभी तो ठीक हैं ना। लेकिन आने वाला समय जो है वो ठीक नहीं है। दिन प्रतिदिन हम एक ऐसे नाजुक समय से गुजरने लगे हैं। नाजुक समय क्यों कहती हैं? क्योंकि कोई दिन ऐसा खाली नहीं जाता है कि जब कोई परिस्थिति न हो। कोई दिन ऐसा खाली नहीं, जिसमें कोई समस्या न आई हो, कोई घटना न घटी हो। जिस दिन के लिए हम कहें कि आज का दिन अच्छा गया। आज कुछ नहीं घटा, ऐसा कोई दिन खाली नहीं जाता है जीवन के अंदर। समय का संकेत क्या है? दिन प्रतिदिन ये समस्याएँ बढ़ेंगी या कम होंगी, आपका विवेक क्या कहता है? आने वाले समय में ये परिस्थितियाँ बढ़ेंगी या कम होंगी, तनाव के कारण बढ़ेंगे या कम होंगे। आपस में मतभेद बढ़ेंगे या कम होंगे। कलह-क्लेश के कारण बढ़ेंगे या कम होंगे। मिस अंडर स्टैंडिंग बढ़ेंगी या कम होंगी। मनुष्य की कमजोरियाँ बढ़ेंगी या कम होंगी। आज थोड़ा गुस्सा आता है लेकिन फिर भी मनुष्य कहता है कि गुस्सा करना चाहता नहीं हूँ लेकिन क्या करें परिस्थिति ऐसी है, जो गुस्सा आ जाता है। तो ये कमजोरियाँ बढ़ेंगी या कम होंगी। यदि हमने महसूस कर लिया कि मेरे में एक ही कमजोरी है। मुझे गुस्सा बहुत जल्दी आ जाता है। उस व्यक्ति को अगर कहो कि कमजोरी है, तो छोड़ दो। तो क्या

## गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा



कहेगा - इसके बिना काम कैसे चलेगा। गुस्से के बिना तो काम ही नहीं होता है। अर्थात् कमजोरी है, उस कमजोरी को ही जीवन चलाने का आधार बना लिया है। तो ये भीतर से हमें और कमजोर करेगा या सशक्त करेगा, क्या करेगा? विवेक अपना यूज करो कि ये कमजोरी के आधार पर जीवन जितना हम चलाते जा रहे हैं उससे हमारी मानसिक प्रतिरोधक शक्ति कम होती जा रही है और ये कमजोरियाँ बढ़ रही हैं। तो डिप्रेशन के शिकार होंगे या नहीं होंगे, यह तो स्वभाविक है। इसलिए मन को सशक्त करने के लिए भी ये तीन चीजें आवश्यक हैं। कौन सी? सबसे पहले मन को भी अच्छा भोजन चाहिए। मन का भोजन है चिंतन। तो कौन सा चिंतन चाहिए? आध्यात्मिक चिंतन। क्योंकि आज दुनिया के अंदर परचिंतन बहुत है, व्यर्थ चिंतन बहुत है। किसी के पास भी चले जाओ तो क्या बात करने के लिए विषय होता है। फलाने ने ऐसे प्राब्लम क्रियेट कर दिया, उसने ऐसा कह दिया, उसने ऐसा कर दिया, यही परचिंतन, व्यर्थ चिंतन का तो विषय होता है। जिससे कोई प्राप्ति नहीं लेकिन मनुष्य के अंदर इतनी कमजोरी बढ़ गयी है कि व्यर्थ चिंतन का शिकार बनता जा रहा है। उसको छोड़ना चाहते हुए भी, छोड़ नहीं पाता है। यहां लोग आते हैं, वर्णन करते हैं, सोचते हैं, मन को हल्का कर रहे हैं, हल्का नहीं हो रहा है। उसे बार-बार वर्णन करने से वो संस्कार बन रहा है। वह बढ़ता जा रहा है। इसीलिए मन के लिए स्वस्थ भोजन है - आध्यात्मिक चिंतन। ये आध्यात्मिक चिंतन का स्रोत कहाँ है? हमारे यहां ऐसे सेवाकेंद्र हैं, जहां आध्यात्मिक चिंतन आपको मिलता है। कई गांव, शहर ऐसे हैं, जहां ये चिंतन उपलब्ध भी नहीं है। इसलिए इस आध्यात्मिक चिंतन के लिये नित्य अध्ययन करो, श्रद्धा के साथ, यही भगवान ने कहा है, जिससे सर्व पापों से मुक्त हो जायेंगे।



**सूरत-वराछा।** पुलिस कर्मचारियों को रक्षाबंधन का आध्यात्मिक मर्म स्पष्ट कर रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ब्र.कु.हर्षा व ब्र.कु.अनिषा समूह चित्र में।



# कथा सरिता

# धैर्य से विजय

एक बार आदिशंकराचार्य और मंडन मिश्र के मध्य किसी विषय को लेकर बहस छिड़ गई। दोनों अपने-अपने तर्कों पर अडिग थे और कोई हार मानने के लिए तैयार नहीं था। आखिर यह तय हुआ कि दोनों परस्पर शास्त्रार्थ करें और जिसके तर्क अकाट्य सिद्ध हों, वही विजेता माना जायेगा। दोनों के बीच सोलह दिन तक शास्त्रार्थ चला। निर्णायक थी - मंडन मिश्र की विदुषी पत्नी देवी भारती। हार-जीत का निर्णय हो नहीं पा रहा था, क्योंकि दोनों एक से बढ़कर एक तर्क रख रहे थे। इसी बीच देवी भारती को किसी जरूरी काम से कुछ समय के लिए बाहर जाना पड़ा। जाने के पूर्व उन्होंने दोनों विद्वानों के गले में फूलों की एक-एक माला डालते हुए कहा - 'मेरी अनुपस्थिति में मेरा काम ये मालाएं करेंगी।' उनके जाने के बाद शास्त्रार्थ यथावत चलता रहा।

कुछ समय बाद जब वे लौटीं तो उन्होंने दोनों को बारी-बारी से देखा और आदिशंकराचार्य को विजेता घोषित कर दिया। अपने पति को बिना किसी आधार पर पराजित करार देने पर हैरानी जताते हुए लोगों ने उनसे इसका कारण पूछा, तो वे सहजता से बोलीं - 'जब विद्वान शास्त्रार्थ में पराजित होने लगता है, तो वह स्वयं को कमजोर मानकर क्रोधित हो उठता है। मेरे पति के गले की माला क्रोध के तप से सूख गई, जबकि शंकराचार्य की माला के फूल अभी भी ताजे हैं, इससे प्रकट होता है कि शंकराचार्य की विजय हुई है।'

**वस्तुतः किसी भी कठिन लक्ष्य की प्राप्ति के लिए बुद्धि के साथ ही धैर्य की भी आवश्यकता होती है, क्योंकि वह आसानी और शीघ्रता से प्राप्त नहीं होता है।**



**रशिया।** भारतीय राजदूत मनोज के. भारती को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ब्र.कु. चक्रधारी समूह चित्र में।



**नागपुर।** ब्र.कु.रक्षा का स्वागत करते हुए महाराष्ट्र राज्य परिवहन मंडल के डिवीजनल कंट्रोलर राजीव घाटोले।



**ओगली-शिमला।** पूर्व विधायक हीरालाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.शकुंतला।



**पटियाला।** महारानी परणीत कौर राज्यमंत्री को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.राखी तथा ब्र.कु.योगिनी।



**रायपुर।** छ.ग. के मुख्य वन संरक्षक प्रकाश चन्द्र पाण्डे कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए। मंचासीन हैं ब्र.कु.अशोक गाबा, ब्र.कु. हेमलता, विनोद सहगल, ब्र.कु.कमला तथा एस.के.सिंह।



**कुमारसैन (हि.प्र.)।** सिंचाई एवं जन स्वास्थ्य मंत्री विद्या स्टोक्स को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.शकुन्तला।

एक पहुंचे हुए फकीर थे। सादगी और विनम्रता के धनी इस फकीर के जीवन का उद्देश्य था लोगों का भला करना। एक बार राह से गुजरते वक्त उन्होंने एक युवक को तम्बूरा बजा-बजा कर भददे गीत गाते देखा। लोग उसके भददे गीत सुनकर नाराज़ हो रहे थे। फकीर को लगा कि यदि युवक कुछ देर और इसी प्रकार गाता रहा तो लोग उसे मारेंगे। फकीर ने युवक की रक्षा के लिए जोर-जोर से यह गाना शुरू कर दिया, 'अल्लाह! तू महान है। बिना तेरी कृपा के कोई कुछ नहीं कर सकता। परवरदिगार! मुझ पर सदा दया-दृष्टि रखना।' फकीर के ऊंचे स्वर में गाने से क्रोधित होकर युवक बोला, 'चुप हो जा फकीर! यह क्या बकवास लगा रखी है?' फकीर ने उसकी बात अनसुनी करते हुए गाना जारी रखा, 'हे खुदा! बेअकलों को अकल दे, भटकों को सही राह दिखा।' गुस्से में आकर युवक ने तम्बूरा फकीर के सिर पर दे

## सुधार

मारा। तम्बूरा टूट गया और फकीर के सिर से खून बहने लगा। यह देख युवक वहां से भाग गया। फकीर अपनी कुटिया में पहुंचे तो शागिर्दों ने उनकी मरहम पट्टी की। फिर फकीर ने एक शागिर्द से कहा, 'तू उस युवक के पास जाकर तम्बूरे की कीमत दे और साथ में मिठाई भी ले जाना। क्रोध बहुत बुरी वृत्ति है और मुझे अफसोस है कि मेरे कारण उसे इतना क्रोध आया।' शागिर्द जब ये चीजें लेकर युवक के पास पहुंचा तो उसे बहुत हैरानी हुई। उसने स्वयं के खराब आचरण पर शर्मिंदगी महसूस की। वह उसी वक्त फकीर के पास पहुंचा और माफी मांगी। इसके बाद युवक फकीर का शागिर्द बन गया।

**अनेक अवसरों पर विनम्रता व सहनशीलता सुधार का मार्ग बन जाते हैं, इसलिए इन्हें अपनी स्वभाविक वृत्ति बनाकर उचित अवसर पर उपयोग करना चाहिए।**

एक जातक कथा है। वाराणसी में राजा ब्रह्मदत्त के शासन में बोधिसत्व एक ब्राह्मण कुल में पैदा हुए। तक्षशिला में ज्ञान प्राप्त करने के बाद वे साधना के लिए वन में चले गए। वहां एक कमल सरोवर के किनारे उन्होंने छोटी-सी कुटिया बना ली। वहां वे घंटों साधना में लीन रहते।

## कर्म की पवित्रता

को कुछ नहीं कहोगी, जो कमल तोड़कर ले जा रहा है?' तब देवकन्या बोली, 'जो लोभ में पड़ा हुआ है और जिसका मन मलिन हो, उसे कुछ कहना व्यर्थ है। किंतु जो श्रमण है, जो नित्य पवित्रता के लिए प्रयासरत है, वह बाल की नोक के बराबर भी पाप करे तो यह असहनीय होता है। अतः मैं आपसे निवेदन करती हूँ कि आप यह काम न करें, यह आपके पुण्य घटाएगा।' बोधिसत्व, देवकन्या की बात का मर्म जानकर उसके प्रति आभारी हुए और भविष्य में ऐसी गलती न दोहराने का संकल्प लिया।

एक दिन सरोवर में उतरकर सूर्य को अर्घ्य देने के पश्चात उनकी दृष्टि खिले हुए कमल के फूलों पर पड़ी। वे उन्हें बिना तोड़े सूंघने लगे। उन्हें ऐसा करते देख अचानक वहां आई एक देवकन्या ने कहा, 'यह जो आप बिना किसी के आज्ञा दिए कमल-फूल सूंघ रहे हैं, यह गंध की चोरी है।' बोधिसत्व ने पूछा, 'न मैं कमल-पुष्प ले जाता हूँ, न तोड़ता हूँ, मात्र दूर से सूंघता हूँ। फिर कैसे यह चोरी हुई?' उसी समय थोड़ी दूर पर एक आदमी कमल तोड़ रहा था। उसे दिखाते हुए बोधिसत्व ने कहा, 'तुम इस आदमी

**समाज के लिए प्रकाश-स्तंभ बन चुके महान लोगों को अपने आचरण में अत्यंत सावधान रहना चाहिए। चूंकि समाज उनसे प्रेरणा लेकर सच्चाई के रास्ते पर आगे बढ़ता है, इसलिए उनके द्वारा कोई भी कार्य नीति विरुद्ध नहीं होना चाहिए।**

एक वृद्धा बिल्कुल अकेली थी। पति का देहांत काफी वर्षों पूर्व ही हो गया था और संतान भी नहीं थी। वह अपनी अजीविका के लिए खेतों में छोटे-मोटे काम करती थी। बचे समय में वृद्धा भगवान के स्मरण में लगी रहती। उसकी बड़ी इच्छा थी कि चार धाम की तीर्थ यात्रा करे। वह वर्षों से इसके लिए पैसे जमा कर रही थी। गांव के सभी लोग उसकी इस इच्छा के विषय में जानते थे। आखिर इतनी लंबी प्रतीक्षा के बाद वह समय आया, जब वृद्धा ने तीर्थ यात्रा के लिए जरूरी पैसे जमा कर लिए। वह अत्यधिक प्रसन्न थी, क्योंकि इतने वर्षों की साधना जो पूरी होने जा रही थी। उसने सामान बांधना शुरू किया। जिस दिन उसे तीर्थ यात्रा पर जाना था, उससे एक दिन पहले रात में तूफान आया और गांव का लगभग हर घर तबाह हो गया। कहीं माता-पिता न रहे, तो कहीं संतानों ने प्राण त्याग दिए। लोगों का सबकुछ पानी में बह गया। संयोग से वृद्धा का

## लोकसेवा

घर, सामान और पैसे तूफान में सुरक्षित रहे, किंतु गांव वालों के कष्ट को देखकर वृद्धा का मन ही न हुआ कि तीर्थ यात्रा करे। उसने अपनी सारी धनराशि, जनकल्याणार्थ दान कर दी और अपने गांव को फिर स्वयं के पैरों पर खड़ा कर दिया। इससे उसे बड़ा सुकून मिला, किंतु कड़ी मेहनत के कारण बीमार होकर वह कुछ ही दिनों में मृत्यु को प्राप्त हुई। परलोक में धर्मराज ने उसे सर्वाधिक पुण्यवान घोषित कर कहा, 'जिस भावना की अभिव्यक्ति के लिए तीर्थ यात्रा की जाती है, उस भावना का वृद्धा ने व्यवहार में निर्वाह किया है, इसलिए उसका पुण्य सर्वाधिक है।'

**लोकसेवा में सच्ची ईश-सेवा निहित है। निःस्वार्थ भाव से की जाने वाली सेवा से भगवान निश्चित रूप से प्रसन्न होते हैं और फिर उनकी कृपा बरसती है।**



**सेनफ्रांसिस्को।** पीस इन द पार्क महोत्सव में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित विभिन्न सांस्कृतिक व अध्यात्मिक कार्यक्रमों की झलक।



**शाजापुर।** योगगुरु बाबा रामदेव को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रतिभा। साथ हैं ब्र.कु.हरिकृष्णा व ब्र.कु.दीपक।



**बड़ौदा।** म्युनिसिपल कमिश्नर मनीश भारद्वाज को रक्षा सूत्र बांधने के बाद ईश्वरीय प्रसाद देते हुए ब्र.कु.राज।



**सिकंदराबाद।** ब्र.कु.मंजू, ब्र.कु.सोमप्रभा, ब्र.कु.बन तथा अन्य आध्यात्मिक रैली का स्वागत करते हुए।



**कोरबा।** शांतिदूत युवा सायकिल यात्रा को सम्बोधित करते हुए विधायक जयसिंह अग्रवाल। मंचासीन हैं ब्र.कु.रुकमणि, ब्र.कु.भगवान तथा अन्य।

## आपकी खुशी आपके पास



क्या आप अशांत हैं, क्या आप अवसाद के दौर से गुजर रहे हैं, क्या आपके मिजाज को क्रोध ने वश कर लिया है, क्या आप तनाव से ग्रस्त हैं। क्या आपने कभी सोचा है मन की शांति के लिए रिमोट कंट्रोल आपके पास है। देखिए नॉन स्टॉप, बिना किसी विज्ञापन के, आध्यात्मिकता के गुह्य रहस्यों को स्पष्ट करता हुआ "पीस ऑफ माइंड चैनल, आपके शहर में उपलब्ध है। Enquiry Mob. 18602331035, 83020222022, channel-697

**सूचना-** ओमशान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने वाले भाइयों की आवश्यकता है। ईमेल, वेबसाइट तथा साफ्टवेयर की जानकारी रखने वाले भाई की भी आवश्यकता है। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें -

E-mail-  
mediabkm@gmail.com,  
Mob.-8107119445



**प्रश्न-** मेरा मन पढ़ाई में नहीं लगता। मैं गन्दी फिल्में देखता हूँ और फिल्म देखते-देखते मेरा किसी से प्यार हो गया है। मेरी एकाग्रता पूरी तरह से नष्ट हो गई है। पढ़ने बैठता हूँ तो वही मुझे बार-बार याद आती है। मैं बहुत होशियार रहा हूँ पर अब पूरी तरह से डिस्टर्ब हो गया हूँ, मैं इस माया से छूटना चाहता हूँ।

**उत्तर-** विद्यार्थी काल मनुष्य का स्वर्ण काल है। इसी काल में विद्यार्थी अपने भविष्य का निर्माण करता है अथवा यों कहें कि वो अपने भाग्य का निर्माण करता है परन्तु यदि वह मार्ग से भटक जाए तो उसे जीवन भर पछताना पड़ता है। आजकल चारों ओर का वातावरण विषय-वासनाओं से भरपूर है। इंटरनेट, फेसबुक व टी.वी. ने अनेकों की बुद्धि को विकृत कर दिया है। कलयुग का अन्त है तो ये सब कुछ तो होना ही है परन्तु अंधकार में आत्म ज्योति जगाये रखना-ये हमारा ही कर्तव्य है। बन्धु, आप दुर्गति के मार्ग पर कदम रख चुके हो। नेट पर गन्दी फिल्में देखना माना स्वयं को माया के नेट में फंसाना। छोटी आयु में ही किसी के प्यार में फंसने से बुद्धि दूषित हो जाती है। इसलिए पहली बात है- मन में दृढ़ संकल्प करो कि मुझे इस माया से बचना है व पूरा ध्यान पढ़ाई में देना है। इस दैहिक प्यार में धोखा है। जिसका आज आपसे प्यार है, उसका कल किसी और से प्यार हो जाएगा। आप नेट पर गन्दी साइट पर जाना छोड़ दो तथा उस लड़की को आत्मा देखो और बार-बार याद करो कि मैं तो पवित्र आत्मा हूँ। इससे आपकी बुद्धि शुद्ध होती जाएगी और एकाग्रता बढ़ेगी। मन में चिन्तन करो तो आप मुक्त हो जाएंगे।

**प्रश्न-** मैं एक गृहिणी हूँ, मेरा जीवन अब समस्याओं से घिर गया है। मेरी बच्ची मेरी बात ज़रा भी नहीं सुनती। पति दुकान छोड़कर घर में बैठ गए हैं और शराब पीने लगे हैं। मेरा मन परेशान रहता है, मैं क्या करूँ?

**उत्तर-** शराब पीना तो आज सामान्य होता जा रहा है। लोग सोचते हैं कि नींद नहीं आ रही तो शराब पी लें। परन्तु शराब तो कर रही है जीवन को खराब। शराबियों को ज्ञात रहे कि जल्दी ही वे मौत का शिकार हो जाएंगे। उनकी किडनी व लीवर फेल हो जाएंगे। आपका चिन्तित होना तो स्वभाविक है। पति दुर्गति के

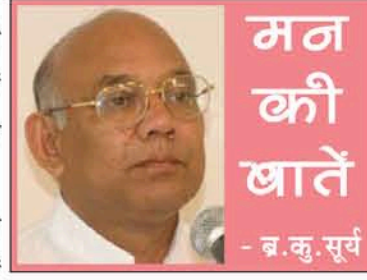
मार्ग पर है, लड़की आज्ञाकारी नहीं है, वह भी आपके लिए परेशानी का कारण है। याद रखें कि जितनी आपकी स्थिति अच्छी होगी ये परिस्थितियाँ बदल जाएंगी। आपके ऊपर जो ये विघ्न आया है, इसके निवारण हेतु आप इक्कीस दिन की विघ्न-विनाशक भट्टी करें।

अमृतवेले योग करने के अतिरिक्त कोई भी एक घंटा आप पावरफुल योग करें। योग से पूर्व दो स्वमान सात बार याद करें। मैं मास्टर सर्वशक्तित्वान हूँ व विघ्न-विनाशक हूँ। इक्कीस दिन में ही आपके परिवार पर छाये ये काले बादल बिखर जाएंगे। अपनी लड़की को आत्मिक दृष्टि से देखें। उसे प्रेम व शुभ-भावनाओं के वायब्रेशन्स दें, नफरत के नहीं। यदि आप स्वमान में ज्यादा रहेंगी तो आपके बोल में प्रभाव आ जाएगा तथा आपके पति और लड़की आपकी बातों का सम्मान करेंगे।

**प्रश्न-** हम इस संसार में बहुत दुखी हो गए हैं। सभी लोग हमें तंग करते हैं हम तो मुक्ति चाहते हैं। क्या ऐसा नहीं हो सकता कि हमें मोक्ष मिल जाए और हम इस गन्दी दुनिया में आये ही नहीं?

**उत्तर-** आपकी मुक्ति की इच्छा दुखों के कारण है। आपको इच्छा रखनी चाहिए दुखों से मुक्त होने की। ऐसा हो सकता है कि आप इस दुखी दुनिया में आये ही नहीं परन्तु यदि दुनिया सम्पूर्ण सुखों की हो, तब तो आप इसमें अवश्य आना चाहेंगे। मुक्ति का मार्ग है-राजयोग।

यदि कोई मनुष्य दुखी है तो उसका जिम्मेवार वह स्वयं है। आप चेक कर लें कि किस विकार ने आपको दुखी किया है। आप कहते हैं कि लोग हमें बहुत तंग करते हैं। परन्तु कोई किसी को तंग नहीं करता बल्कि मनुष्य का स्वभाव ही उसे तंग करता है। जो लोग आपको तंग कर रहे हैं, अवश्य ही पूर्व जन्मों में आपने भी उन्हें तंग किया होगा। यहाँ कुछ भी बिना कारण नहीं हो रहा है परन्तु यदि आप संकल्प कर लें कि मुझे तंग होना ही नहीं है तो कोई कुछ भी नहीं कर सकेगा।



## मौन में ... -पेज 2 का शेष

पर विचार किया तो इस प्रकार लगा : चुप रहने का सबसे पहला गुण है कि अनावश्यक संघर्ष घटता है, आप सुन कर कुछ भी प्रतिक्रिया नहीं करते इसलिए अंदर और बाहर संघर्षों की उथल-पुथल से बच जाते हैं।

2. चुप रहने का दूसरा महत्वपूर्ण गुण है कम समय में आवेश घट जाता है। मारामारी तक का विचार यदि आ गया है तो भी थोड़ा समय बीतते ही हंसने जैसी सिद्धि प्राप्त हो जाती है। गुरुजी एफ.को उनके दादा ने एक सूत्र दिया कि "बेटा! जीवन में सुखी होना है तो किसी भी घटना की प्रतिक्रिया 24 घण्टे से पहले नहीं करना" कोई आपको गाली देकर जाए आपके विरोध में कुछ बोल के जाए, 24 घण्टे बीतने के बाद ही उसको जवाब देना। और गुरुजी एफ.ने लिखा है कि 24 घण्टे के बाद कोई भी प्रतिक्रिया करने की इच्छा ही नहीं होती। उल्टा ही हंसी आती है कि जिस व्यक्ति के शब्द सुनकर उसकी हत्या करने की इच्छा हो गई थी, 24 घण्टे के बाद उस व्यक्ति से माफी मांगने की इच्छा होती है क्योंकि हम उस व्यक्ति के मन में क्रोध उत्पन्न करने के निमित्त बने!

3. चुप रहने से तीसरा फायदा इस बात का होता है

तुरंत प्रतिक्रिया न करना और चुप रहना उसके बीच में जो समय मिलता है उसमें सत्य को खोज सकते हैं। क्या मालूम कि मुझे जो कहा गया वो सत्य भी हो सकता है और असत्य भी हो सकता है और अगर सत्य है तो समझदारी के साथ स्वीकार कर कहने वाले का आभार मानना चाहिए और यदि असत्य है तो उसमें दुःखी होने की जरूरत ही क्या है?

4. चुप रहने का चौथा गुण है कि अपने अंदर शक्ति का संचय होता है, मुख से निकलता हरेक शब्द हमारी शक्ति को बाहर निकालता रहता है इसलिए दिन भर में बेटुकि बातों के दरमियान हम अपनी शक्ति को बाहर निकालते ही रहते हैं और शान्त रहने से ऐसा दुर्व्यय रुकता है और स्वयं में नई शक्तियों का अनुभव होता है।

5. अपने संयम और सहिष्णुता के गुण में विकास होता है। हम कोई खिलौना बन के नहीं रहते। कोई चाबी लगाता है और हम चलने लग पड़ते हैं उसी प्रकार कोई कुछ बोले और हम दुःखी हो जाएं, अपनी चाबी दूसरे के हाथ में सौंप दें। इसलिए यदि शांत रहते हैं तो अपने ऊपर स्वामित्व भाव का भी विकास होता है।

6. छठवाँ गुण है कि वाणी विलास रुकता है, हम इतने शब्द इसलिए ही बोलते हैं कि बोलने से

आप स्वयं को हल्का करें। व्यर्थ सोच-सोच कर ही मनुष्य दुखी होता है थोड़ा सभी को शुभ-भावनाओं का दान दें। दूसरों को सुखी देखकर व दूसरों को आगे बढ़ते हुए देखकर आप प्रसन्न हो जाएं।

प्रतिदिन सवेरे अच्छा योग करें, महावाक्य सुनें व अपने मन को शान्त व शुद्ध करें। यह आपके अपने हाथ में है। आपको तो सबके दुख दूर करने हैं आप स्वयं दुखी कैसे हो सकती हैं। रही बात सदा मुक्ति में जाने की तो आपको तो हीरो एक्टर बनना है, निष्क्रिय होकर घर में नहीं बैठ जाना है।

**प्रश्न-** जब मैं दीन-दुखियों को देखती हूँ तो बड़ा ही रहम आता है। मन करता है कि इनकी खूब मदद करूँ। कोई भी गरीब या भूखाना न रहे परन्तु मेरे पास धन नहीं है, तो मैं मन मारकर ही रह जाती हूँ, मैं क्या करूँ?

**उत्तर-** आपके मन का दयाभाव आपकी महानता को दर्शाता है। शिवबाबा भी हमें कहते हैं रहम दिल बनो। परन्तु धन से आज किसी को सुखी नहीं किया जा सकता है। एक राज्य में सरकार ने आदिवासियों को बहुत चावल देना शुरू कर दिया है। अब वे लोग न तो काम करते और जो थोड़ा-बहुत कमाते हैं, उसकी शराब पीते हैं।

सच्चा रहम है मनुष्य को सन्मार्ग दिखाना, उन्हें सत्य ज्ञान देना, उन्हें कर्मठ बनाना व पुण्य कर्म करने सिखाना। क्योंकि जो भी दुर्गति आज हम मनुष्य की देख रहे हैं, उसका कारण उसके पाप व मनोविकार ही हैं इसलिए यदि आप रहम दिल हैं तो उन्हें सत्य मार्ग दिखाओ।

संसार में दीनता, गरीबी, रोग व दुख बढ़ते ही जा रहे हैं। सरकारें या अन्य कोई भी साधन इन्हें बढ़ने से रोक नहीं पा रहा है आप इसमें मदद कर सकती हैं।

इसके लिए स्वयं को महान योगी बनाओ। योग का चार्ट प्रतिदिन आठ घण्टे होना चाहिए। प्रतिदिन तीन बार सारे संसार को श्रेष्ठ वायब्रेशन दो ताकि मनुष्य में जागृति आये और वह अपनी गरीबी से खुद मुक्त हो सके।

अब भगवान ऐसा विश्व रच रहे हैं जो धरा पर चार हजार वर्ष तक न भूख रहेगी, न गरीबी, न दुख रहेंगे न रोग। आपका सच्चा रहम यही होगा कि सबको भगवान से मिलाओ। ताकि वे आत्माएं भी अपने परमपिता से सुख की दुनिया में चलने का वर्सा ले सकें।

दूसरों के ऊपर प्रभाव डाल सकें। अपने आप को दूसरे से ज्यादा अच्छा और ऊँचा सिद्ध करने की क्या जरूरत है?

7. यदि चुप रहने की कला में हम निपुण हो जाते हैं और चुप रहना आ जाता है तो हमारे जीवन में सुख और शान्ति की वृद्धि होती है, केवल अपने में ही नहीं बल्कि अपने परिवार में भी राहत और शांति का प्रसार होता है। ज्यादा बोलने से दूसरों को दुख होता है और हमारी कटु प्रतिक्रिया दूसरों को जख्म देती है, शांत रहने से ये हिंसा रुकती है।

8. आठवाँ लाभ या गुण कहें वाणी का दुर्व्यय रुकने से अपने जीवन में मौन का उदय होता है और जो जानते हैं वो कायम रहते भी हैं और शब्दों के माध्यम से कुछ भी अभिव्यक्त नहीं करते। असत्य की अभिव्यक्ति के लिए भले ही शब्दों का उपयोग होता हो लेकिन सत्य के लिए शब्द निरर्थक है। यहाँ तो मौन के सिवाय कुछ भी काम नहीं आता है क्योंकि मौन ही सत्य की अभिव्यक्ति का श्रेष्ठ माध्यम है।

9. चुप रहने का नौवा गुण है साक्षी भाव की साधना। चुप रहने से और प्रतिक्रिया न करने से पसंदगी रहित जागरूकता, 'च्चाइस लेस अवेयरनेस' अर्थात् साक्षी भाव का उदय होता है और अंततः उसमें से एक अतुलनीय अंतर्दशा का उद्भव एवं निर्माण होता है।

# सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

(प्रथम सप्ताह)

स्वमान - मैं ब्रह्मा बाप समान परोपकारी आत्मा हूँ।

**शिवभगवानुवाच** -जैसे ब्रह्मा बाप ने अपकारियों पर भी उपकार किया, निन्दा-ग्लानि करने वालों को भी अपना मित्र समझा, ऐसे फालो फादर ....तब कहेंगे बाप समान परोपकारी आत्मा।

**योगाभ्यास** -यदि समय पर किसी से हमें थोड़ा भी सहयोग मिल जाता है तो उसके लिए हम यही कहते हैं कि आपका उपकार हम जीवन भर नहीं भूलेंगे, लेकिन बाबा ने हमारे लिए क्या-क्या किया....? ....याद करें उसके अनगिनत उपकारों को .....जिसने हमें माया की दलदल से निकाला ...जिसने हमें अज्ञान अंधकार से निकाल सत्य ज्ञान की रोशनी दी..जिसने हमारे जीवन को दिव्यगुणों से श्रृंगारित किया....उसे हम कैसे भूल सकते हैं?

**धारणा** - अपकार की भावना को परोपकार

की भावना में परिवर्तित करना - कोई कैसा भी हो लेकिन कभी भी हमारे अंदर अपकार की भावना इमर्ज न हो। अपने को याद दिलाएं -मैं परोपकारी आत्मा हूँ इसलिए, मुझे विशाल दिल बन, रहमदिल भावना से, क्षमा की भावना से अपकारियों पर भी उपकार करना है। सदा गुणग्राही दृष्टि रख, अपनी श्रेष्ठ और शुभभावना द्वारा हरेक को समय पर सहयोग देना है।

**दुआएं दो और दुआएं लो** - इसके लिए सर्व के प्रति अपनी भावनाओं को श्रेष्ठ रखो। यदि कोई किसी की निगेटीव बात को सुनाता भी है तो एक कान से सुन दूसरे से निकाल दो। अपनी श्रेष्ठ वृत्ति के वायब्रेन्स द्वारा वायुमण्डल को ऐसा बनाओ जो कोई भी आपके सामने आए तो वह कुछ न कुछ स्नेह और सहयोग का अनुभव करे, क्षमा का अनुभव करे..हिम्मत का अनुभव

करे..उमंग-उत्साह का अनुभव करे..।

**चिन्तन** -क्या मैं अपकारियों पर भी उपकार की भावना रखता हूँ या बदले की भावना आती है? अपकारियों पर भी सदा उपकार की भावना कैसे रहे? परोपकार वाली आत्माओं की क्या-क्या निशानियाँ होंगी? ब्रह्मा बाबा के किन प्रसंगों को सम्मुख रखें जिससे हमें कठिन परिस्थितियों में परोपकारी बनने में मदद मिले।

**साधकों के प्रति** -तुम बाप समान परोपकारी आत्मा हो, इसलिए तुम किसी पर भी अपकार नहीं कर सकते। स्वयं से बातें करें -उपकारियों पर उपकार करना, ये तो सभी जानते हैं लेकिन तुम्हारा काम है अपकारियों पर भी उपकार करना। और जो अपकारियों पर भी उपकार करते हैं उन्हें ही कहेंगे सच्चे-सच्चे बाप समान परोपकारी आत्मा।

(द्वितीय सप्ताह)

स्वमान - मैं प्रसन्नचित्त आत्मा हूँ।

प्रसन्नचित्त आत्मा अर्थात् स्वयं से प्रसन्न, सर्व से प्रसन्न और सेवा से प्रसन्न। अगर इन तीनों में प्रसन्नता है तो बापदादा को स्वतः ही प्रसन्न किया जा सकता है और जिस आत्मा पर बाप प्रसन्न है वह सदा सफलता मूर्त बन जाती है।

**योगाभ्यास** -1. अपने सर्वश्रेष्ठ भाग्य को देखें... स्वयं भगवान मेरा...उसका सब कुछ मेरा हो गया...उसने अपने सर्व वरदान और सर्वशक्तियाँ मुझे दे दी..वाह मेरा सर्वश्रेष्ठ भाग्य...इस अंतिम जन्म में हर पल भगवान का साथ है। स्वयं भगवान हमें सर्व सम्बन्धों का प्यार दे रहा है...जिसे सारी दुनिया पुकार रही है उसका सत्य ज्ञान मुझे मिल गया..हम उसकी क्षत्रछाया में आ गये..

2. मैं अकाल तख्त नशीन श्रेष्ठ आत्मा हूँ...जो स्वयं को अकालतख्त नशीन श्रेष्ठ आत्मा समझकर चलते हैं वही बाप के दिलतख्तनशीन बनते हैं...और जो अभी बाप के दिलतख्तनशीन हैं वही भविष्य राज्य के तख्तनशीन बनते हैं।

3. स्वयं को अकालतख्तनशीन श्रेष्ठ आत्मा समझ परमात्म मिलन का सर्वश्रेष्ठ आनंद लो क्योंकि आत्मा समझने से न देह, न देह के सम्बन्ध और न पदार्थ अपना प्रभाव डाल पाएंगे....एक परमात्मा बाप ही संसार है उसी से सर्व सम्बन्धों का सुख लो।

**चिन्तन** -अल्पकाल की प्रसन्नता और सदाकाल की प्रसन्नता में अंतर ? अप्रसन्नता का कारण ?

सदा प्रसन्न रहने की विधि। प्रसन्नचित्त आत्माओं की निशानी? प्रसन्नता का आधार ?

**धारणा** -प्रसन्नता -सदा प्रसन्न रहने के लिए अपने इस ब्राह्मण जीवन की विशेषताओं को जान उसे कार्य में लगाओ। विशेषताओं को कार्य में लगाने से एक विशेषता फिर और विशेषताओं को ले आती है।

**प्रिय साधकों** -अपने जीवन का लक्ष्य बना लें...कि कुछ भी हो जाए..हमें अपनी प्रसन्नता को नहीं छोड़ना है क्योंकि आपकी प्रसन्नता ही संसार की प्रसन्नता है। आपका प्रसन्नमूर्त चेहरा ही परमात्म प्रत्यक्षता का आधार है इसलिए सदा प्रसन्न रहना और सबको प्रसन्न करना है।

**भविष्य में ...** -पेज 5 का शेष

दृढ़ संकल्प सारे भारतवासियों को लेना है।

डायलॉग में शक्तिशाली लोग भाग लेते हैं। शक्तिशाली का अर्थ है कि जब वह बोलता है तो लोग उसको सुनते हैं। जितने ज्यादा लोग उसे सुनते हैं उतनी उसकी शक्ति ज्यादा होती है। इन शक्तिशाली लोगों को निर्णय करके अपने जीवन में परिवर्तन लाना है। अपने परिवर्तन से अपने स्नेहीजनों में परिवर्तन लाना है।

जिन-जिन शहरों में हमने कार्यक्रम किए हैं वहाँ भाग लेने वालों के जीवन में और उनसे जुड़े लोगों के जीवन में परिवर्तन आ रहा है। अतः

हमारा दृढ़ निश्चय है कि इस सॉफ्ट पावर को भारत में लाना है और इसे लाने के लिए अपनी जीवन पद्धति को आध्यात्मिक बनाना है। आज हम गांधी जी, नेल्सन मण्डेला, मद्र टेरेसा को इसलिए याद करते हैं कि उन्होंने आध्यात्मिकता का जीवन में समावेश किया तथा निःस्वार्थ बने। हमें भी ऐसा बनना है और आत्मबल को जीवन में भरना है। यही फ्यूचर ऑफ पावर कार्यक्रम का उद्देश्य है।

**फ्यूचर ऑफ पावर के आगामी कार्यक्रम** - 19-20 अक्टूबर 2013 -नागपुर (महाराष्ट्र), 26-27 अक्टूबर 2013- मैंगलोर (कर्नाटक), 16-17 नवम्बर 2013- राजकोट

(गुजरात), 23-24 नवम्बर 2013- कोचीन (केरल), 07-08 दिसम्बर 2013 - फरीदाबाद (हरियाणा), 14-15 दिसम्बर 2013- पटना (बिहार), 21-22 दिसम्बर 2013- कानपुर (उत्तरप्रदेश), 25-26 जनवरी 2014- विजयवाड़ा (आन्ध्रप्रदेश), 01-02 फरवरी 2014- विजाग (आन्ध्रप्रदेश), 08-09 फरवरी 2014- फिरोजाबाद (उत्तरप्रदेश), 15-16 फरवरी 2014- अजमेर (राजस्थान), 07-08 मार्च 2014- काठमाण्डु (नेपाल), 14-15 मार्च 2014- पोखरा (नेपाल), 22-23 मार्च 2014- अगरतल्ला (त्रिपुरा)।



**नेपन्सी रोड-मुम्बई**। अमर संस के मालिक शामजी भाई, ब्र.कु. रुकमणि, ब्र.कु.गीता पर्युषण पर्व प्रवचन माला का उद्घाटन करते हुए।



**सादडी**। राजस्थान की पूर्व मुख्यमंत्री श्रीमति वसुंधरा राजे सिंधिया को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.शुचिता।



**नागौर (डिडवाना)**। जेल में कैदी भाई-बहनों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.अनिता एवं ब्र.कु.विमला।



**रतलाम**। अहिंसा ग्राम में रक्षाबंधन मनाने के पश्चात भाजपा उपाध्यक्ष मनोहर पोरवाल, ब्र.कु.सविता तथा अन्य समूह चित्र में।



**ऋषिकेश**। श्री श्री डॉ.रामेश्वर दास जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.आरती।



**छोटा उदेपुर**। कलेक्टर जेनु देवन तथा डिप्युटी कलेक्टर एस.पी. भगोरा को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ब्र.कु.मोनिका, ब्र.कु.सपना।



**बहजोई**। डीएम एल.बी.पाण्डेय को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ईश्वरीय निमंत्रण देते हुए ब्र.कु.कुसुम।



**समस्तीपुर**। डी.ए.वी.स्कूल में विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.ओमप्रकाश। मंचासीन हैं ब्र.कु.अरुणा,ब्र.कु.कुंदन, प्राचार्य तथा अन्य।

# शांति में ही मीडिया की शक्ति समाहित

ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा 'शांति तथा सद्भावना के संवर्धन में मीडिया की भूमिका' पर चार दिवसीय महासम्मेलन का सफलतम आयोजन, 2000 मीडिया कर्मियों ने लिया भाग।

**शांतिवन।** ब्रह्माकुमारी संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी ने मीडिया प्रभाग द्वारा 'शांति तथा सद्भावना के संवर्धन में मीडिया की भूमिका' विषय पर विचारार्थ आयोजित मीडिया महासम्मेलन के उद्घाटन सत्र में कहा कि आत्मा का धर्म शांति व पवित्रता है। इन दो गुणों को धारण करके शांति तथा सद्भावना के संवर्धन में मीडिया निर्णायक भूमिका निभा सकता है।

संस्था के महासचिव ब्र.कु.निर्वैर ने कहा कि यदि सकारात्मक सामग्री परोसते हुए मीडिया मूल्यनिष्ठ समाज की स्थापना में आगे आए तो भारत पुनः विश्वगुरु का दर्जा हासिल कर लेगा।

ब्रह्माकुमारीज मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु.ओमप्रकाश ने देश के विभिन्न प्रांतों एवं नेपाल से आए लगभग दो हजार मीडिया कर्मियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि शांति में ही मीडिया की शक्ति समाहित है। अशांति से इस शक्ति का भी नाश हो जाता है। जैसे अंधकार में हम ठोकरें खाते हैं वैसे ही अज्ञान के कारण हमारा पतन भी होता है। अशांति विश्वव्यापी संक्रमण रोग की तरह बढ़ रही है। लोगों को सकारात्मकता की ओर प्रेरित करने का दायित्व मीडिया को निभाना होगा।

कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता विश्वविद्यालय रायपुर के उपकुलपति डॉ.सच्चिदानंद जोशी ने कहा कि जब लोकतंत्र के अन्य तीन स्तम्भों की ओर अंगुलियां उठ रही हों तो लोगों का चौथे स्तम्भ मीडिया की तरफ आशा भरी नजरों से देखना स्वभाविक है। यदि अन्य तीन स्तम्भों के प्रति निर्लेप व निष्पक्ष भाव से देखते हुए मीडिया समाज के अंतिम छोर पर बैठे आम आदमी की आवाज बुलंद करेगा तो निःसंदेह सुशासन की स्थापना और शांति व सद्भावना के संवर्धन में उसकी सुखद भूमिका रेखांकित करना आसान हो जायेगा। उन्होंने इस बात पर अफसोस जताया कि कहीं-कहीं मीडिया की राजनेताओं व अफसरशाही से सांठगांठ सुशासन के लिए गंभीर चुनौति बन जाती है। यदि मानवता के मानदंड इसी प्रकार बदलते



**शांतिवन।** मीडिया महासम्मेलन का उद्घाटन करते हुए दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.निर्वैर, ब्र.कु.ओमप्रकाश तथा अन्य।

रहे तो देश का भविष्य धुंधला सकता है।

सोसायटी ऑफ मीडिया इनिशिएटिव फॉर वैल्यूज के राष्ट्रीय संयोजक प्रो.कमल दीक्षित ने कहा कि पूरी दुनिया में मीडिया ने शांति तथा सद्भावना के लिए भले ही बीते समय में बहुत प्रयास किए लेकिन अशांति में फिर भी निरंतर वृद्धि हुई। वास्तव में अशांति मन में पैदा होती है और इसे समाप्त करने के लिए मन को खंगालना होगा। मन की शांति के लिए आत्मा वगैरे शुद्धिकरण आवश्यक है। अब सामाजिक सरोकार को मीडिया प्रमुखता प्रदान करके अपनी बेहतर पहचान बना सकता है।

प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु.आत्मप्रकाश ने कहा कि प्रगति की तेज रफ्तार के बावजूद शांति और सौहार्द का अभाव महसूस किया जा रहा है। इस स्थिति

को आध्यात्मिक क्रांति द्वारा बदलने का सामर्थ्य मीडिया में है।

ज्ञानसरोवर की निदेशिका ब्र.कु.डॉ.निर्मला ने उम्मीद जताई कि

की स्थापना में सहभागी बनेंगे। लघु एवं मध्यम समाचार पत्र संगठन के अध्यक्ष श्यामसुंदर त्रिपाठी ने कहा कि जब तक पत्रकार विचारों की शुद्धि नहीं करेंगे तब तक वे लोकतंत्र में लोगों की उम्मीदों पर खरे नहीं उतर सकते।

राजस्थान विश्वविद्यालय में पत्रकारिता विभाग के अध्यक्ष प्रो.संजीव भानावत ने कहा कि मूल्यनिष्ठ शिक्षा विषय पर डिप्लोमा पाठ्यक्रम को विश्वविद्यालयों से स्वीकृति दिलाकर ब्रह्माकुमारी संस्था ने जो भागीरथी प्रयास किया है उसके शुभकारी परिणाम निकट भविष्य में सामने आयेगे। नकारात्मक मूल्य बोध को समाप्त करने की आज महती आवश्यकता है और इसमें मीडिया की भूमिका निःसंदेह कारगर साबित होगी।

म.प्र.के वरिष्ठ पत्रकार मधुकर द्विवेदी ने कहा कि मधुबन की पावन



मीडिया महासम्मेलन में भाग लेने वाले पत्रकार जन-जन में विश्व बंधुत्व का संदेश फैलाते हुए मूल्यनिष्ठ समाज



**शांतिवन।** प्रो.संजीव भानावत, डॉ.आर.बोहरा, उपकुलपति डॉ.सच्चिदानंद जोशी, ब्र.कु.डॉ.निर्मला, ब्र.कु.विजया, प्रो.के.सी.मौली।

धरती से शुचिता एवं शांति का संदेश प्रवाहित हो रहा है, इससे जुड़कर मीडियाकर्मियों इस यज्ञ को प्रभावशाली ढंग से आगे बढ़ा सकते हैं।

विजन वर्ल्ड टीवी के संपादक आशीष गुप्ता ने कहा कि आजादी के दौर में कलम का नियंत्रण दिल से होता था, अब मार्केटिंग द्वारा होता है। मीडिया को न्यायपालिका के अधिकारों का अधिग्रहण करने की बजाय भाषा के प्रयोग में संतुलन लाना होगा।

राजकीय कालेज लुधियाना के प्राध्यापक हरदीप सिंह ने इस बात पर अफसोस जताया कि उपमहाद्वीप में अशांति व तनाव जितना राजनेताओं को पसंद है उतना ही मीडियाकर्मियों को, जबकि अणुबम से भी ज्यादा शांति की शक्ति महसूस की जा सकती है।

जामिया मिलिया इस्लामिया विश्वविद्यालय के डॉ.सुरेश वर्मा ने कहा कि समाचार चैनलों के अधिकांश समाचार दर्शक को अशांत बना देते हैं। व्यवसायिकरण की गला काट प्रतिस्पर्धा समाज को शांति और सद्भाव से दूर ले जा रही है।

माखनलाल चतुर्वेदी पत्रकारिता विश्वविद्यालय के प्रो.के.सी.मौली द्वारा प्रस्तुत पत्र में कहा गया कि जिला स्तर से लेकर राष्ट्रीय स्तर तक पत्रकार यदि लोगों की समस्याओं को ईमानदारी से प्रशासन तक पहुंचाये तो सुशासन में मीडिया की भूमिका अहम हो जायेगी।

वर्धमान महावीर विश्वविद्यालय उदयपुर की डॉ.रश्मि बोहरा ने कहा कि सूचनाओं की बमबारी ज्ञान में वृद्धि नहीं कर सकती। यदि मीडिया में मूल्यों का निरूपण हो जाए तो सुशासन के पुनीत कर्तव्य के निर्वहन में मीडिया सचमुच ही सफल हो पायेगा। सम्मेलन को सम्बोधन करने वालों में मुम्बई उच्च न्यायालय के वरिष्ठ अधिवक्ता फिरदौस कराचीवाला, भोपाल के वरिष्ठ पत्रकार जयकृष्ण गौड़, एबीसी टीवी काठमाण्डु के कार्यक्रम निर्माता सुरेशाचार्य शामिल थे। महासम्मेलन के दौरान बैंगलोर व बेलगाम के कलाकारों ने मनभावन सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किया।

**भारत -** वार्षिक 170 रुपये  
तीन वर्ष 510 रुपये  
आजीवन 4000 रुपये  
**विदेश -** 2000 रुपये (वार्षिक)  
कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीआर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट माउण्ट आबू) द्वारा भेजें।

**ओम शान्ति मीडिया**  
**सम्पादक : ब्र.कु.गंगाधर**  
ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन, तलहटी  
पोस्ट बॉक्स नं. - 5, आबू रोड (राज.) 307510  
Enquiry For Membership, Mob. No. - 09414006096  
(M)- 9414154344, E-mail : mediabkm@gmail.com,  
omshantimedia@bkv.org, website:www.omshantimedia.info

प्रति