

आमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 16

अंक-18

दिसम्बर-II, 2015



पाक्षिक

माउण्ट आबू

'8.00

आध्यात्मिक संस्कृति से ही विश्व शान्ति - डॉ. महेश शर्मा

नई दिल्ली। समाज के सभी क्षेत्रों में शान्ति, प्रेम, सद्भाव और विकास लाने हेतु सार्वभौमिक नैतिक मूल्य, आध्यात्मिक संस्कृति, पारस्परिक समझ और स्वस्थ जीवन शैली को अपनाना आवश्यक है। उक्त उद्गार

भारत सरकार के संस्कृति, पर्यटन व नागरिक उड्डयन राज्य मंत्री डॉ. महेश शर्मा ने ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी के शताब्दी समारोह के अवसर पर उनके जीवन द्वारा भारत और विश्व

के अन्य देशों में असाधारण योगदान और उनके जीवन को दर्शाने वाली तीन पुस्तकों का लोकार्पण करते हुए वहां उपस्थित दिल्ली और एनसीआर के बुद्धिजीवियों, गणमान्य व्यक्तियों एवं पत्रकारों को सम्बोधित करते हुए व्यक्त



मलेशिया। भारत के प्रधानमंत्री माननीय नरेन्द्र मोदी जी को ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् अभिवादन करते हुए क्षेत्रिय संचालिका ब्र.कु. मीरा तथा अन्य।

किये।

उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था मानवता के नैतिक चरित्र एवं सकारात्मक जीवन निर्माण के लिए

नो हाऊ टू डाई' और 'दादी जानकी-ए सेन्चुरी ऑफ सर्विस' एवं स्वयं दादी जानकी की रचना 'प्रेम और शान्ति का मार्ग' पुस्तकों की सामग्री की



दादी जानकी के जीवन पर केन्द्रित किताबों का विमोचन करते हुए राज्यमंत्री डॉ. महेश शर्मा, ब्रिटिश पत्रकार नेविल, श्रीमति लिज, ब्र.कु. शिवानी, सुरेश ओबरॉय व ब्र.कु. बृजमोहन।

दादी जानकी के जीवन पर केंद्रित तीन पुस्तकों का हुआ लोकार्पण

1. 'आई नो हाऊ टू लिव, आई नो हाऊ टू डाई'
2. 'दादी जानकी-ए सेन्चुरी ऑफ सर्विस'
3. 'प्रेम और शान्ति का मार्ग'

काम कर रही है जो वर्तमान समय की मांग है। ब्रिटिश पत्रकार नेविल और श्रीमति लिज हॉजकिन्सन द्वारा दादी जानकी के जीवन पर लिखी दो पुस्तकों 'आई नो हाऊ टू लिव, आई

सराहना करते हुए डॉ. शर्मा ने कहा कि पुस्तक में प्रस्तुत दादी जानकी के वास्तविक जीवन के उदाहरण और कहानियां आध्यात्मिक समझ, आंतरिक - शेष पेज 11 पर

मूल्यों का समावेश बनाएगा बेहतर प्रशासक : धकाल

शांतिवन। प्रशासन मूल्यनिष्ठ समाज के निर्माण में बहुत बड़ी भूमिका निभाता

आयोजित सम्मेलन में भारत में नेपाल के राजदूत कृष्णा प्रसाद धकाल ने

जल्द अच्छी हो जाएगी। ब्रह्माकुमारी संस्थान में आने के बाद महसूस होता है कि ऐसी प्रशासनिक व्यवस्था

प्रशासक प्रभाग के त्रिदिवसीय सम्मेलन में शरीक हुए 2000 लोग



संयम से स्वयं व समय पर होता सुशासन

मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने कहा कि एक अनुशासित प्रशासक ही अच्छी शासन व्यवस्था को कायम रख सकता है। यदि बेहतर प्रशासनिक व्यवस्था चाहिए तो उसके लिए सबसे पहले स्वयं पर शासन करने की पद्धति सीखनी होगी। राजयोग के माध्यम से हम अपने विचारों को संयमित रख सकते हैं। संयम से स्वयं व समय पर सुशासन हो सकता है। हमारे जीवनचर्या में राजयोग मडिटेशन शामिल हो तो यह संभव हो सकेगा। उन्होंने कहा कि समय बदलाव का चल रहा है तो हमें अपने जीवन को सशक्त बनाना ही होगा।

है। आज विभिन्न सरकारी पदों की ज़िम्मेदारियां तो सौंप दी जाती हैं परन्तु उसमें मूल्यों का समावेश कैसे हो यह ज्ञान नहीं दिया जाता। यही कारण है कि आज जनता किसी तरह के शासन से संतुष्ट नहीं है। उक्त विचार ब्रह्माकुमारीज के शांतिवन परिसर में प्रशासक प्रभाग द्वारा 'राजयोग द्वारा मूल्यनिष्ठ प्रशासन व्यवस्था' विषय पर

व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि प्रशासन को सेवानुसूची बनाने तथा मानवता की सेवा के लिए दृढ़ इच्छा शक्ति को शक्तिशाली बनाने के लिए उसमें आध्यात्मिकता का होना ज़रूरी है। अगर आज भी प्रशासन में आध्यात्मिकता का समावेश हो जाए तो सारी शासन व्यवस्था बहुत ही

प्रदेश, नालकोंडा के अतिरिक्त जिला कलेक्टर एन. सत्यनारायण ने कहा कि बाहरी क्रियाएं करते हुए हम बाहर तो शासन चाहते हैं लेकिन अपने आप को शासन में नहीं रख पा रहे हैं क्योंकि अंदर झाँकने का ज्ञान ही नहीं है। यहां इस शिविर के दौरान जो बातें बताई गई हैं वे आंतरिक सुंदरता को निखारने में बहुत ही उपयोगी हैं।



सम्मेलन का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए कृष्णा प्रसाद धकाल, ब्र.कु. अवधेश बहन, ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. रोहित, ब्र.कु. हरीश व अन्य। प्रशासक प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु. आशा ने कहा कि आज फालतू बातों में हमारा समय बहुत जाता है। अच्छे प्रशासक को चाहिए कि वह जो काम जिस समय चाहिए वो कर दे। छोटों को प्यार, बड़ों को सम्मान और साथियों को सहयोग, जिस प्रशासक ने अपना यह नियम बना लिया है, उसकी उन्नति को कोई रोक नहीं सकता। इस ईश्वरीय ज्ञान द्वारा हम ये गुण बहुत ही सहजता से धारण कर सकते हैं। प्रशासक प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. अवधेश बहन ने कहा कि जीवन में कर्मन्त्रियों का प्रशासन ही मूल्यनिष्ठ प्रशासन का आधार - शेष पेज 7 पर...

हे मुसाफिर! नये वर्ष में संभल के चल...

जीवन सिर्फ मुसाफिरी नहीं "यात्रा" बननी चाहिए। प्रतिवर्ष 365 दिन समाप्त करके ज़िन्दगी के एक नये प्लेटफॉर्म पर जाने के लिए खड़ा कर देती है। ये हमें सोचना है कि हमें कौन सी गाड़ी पकड़नी है। जीवन में रस और रुचि का परिवर्तन न हो तो जीवन चीला-चालू और बिना रस वाला बन जाता है। इसलिए ही अंतिम मुसाफिरी के पहले मनुष्य को पैदल या पगडंडी की मुसाफिरी के साधनों को तैयार करना है। और वे साधन हैं - आध्यात्मिकता, नैतिकता, पवित्रता, सदाचार, प्रमाणिकता, परोपकार, सेवा और प्रेम!

एक ग्रामीण वृद्ध को आँखों में मोतिया होने के कारण ठीक से दिखाई नहीं दे रहा था। उसने एक मुसाफिर को पूछा, "भाई साहब, मुझे गाड़ी में बैठना है, मुझे मेरी गाड़ी दिखायेंगे?"

मुसाफिर ने कहा, "इस स्टेशन से ब्रॉडगेज गाड़ियाँ जाती हैं और मीटर गेज भी, कहिए, कौन से गेज की गाड़ी में बैठना है? आपकी जानकारी के लिए



- डॉ. कु. गंगाधर

बता दूँ कि कुछेक गाड़ियाँ नैरोगेज स्टेशन से भी निकलती हैं।"

वृद्ध आदमी अपना सर खुजाने लगा। ब्रॉडगेज और नैरोगेज जैसे शब्द तो उसने सुना ही नहीं था। उसे अपने गांव के स्टेशन तक पहुँचाने वाली गाड़ी के बारे में जानना था।

हकीकत में मनुष्यों का जीवन में इसी प्रकार तीन गाड़ियों में बंटा हुआ है। इसी संदर्भ में 'पथदीप' में मकरंद भाई दवे का एक चिंतन समझने जैसा है। एक ब्रॉडगेज यानि कि चौड़े पाटे पर, मीटर गेज यानि कि मध्यम चौड़ाई वाले पाटे पर चलती गाड़ियों का और तीसरे नैरोगेज यानि कि छोटे पाटे पर चलती गाड़ियों का।

ज्यादातर मुसाफिर सामान्य व्यवहार चलाते हैं और साथ ही साथ अंतर खोज भी करते हैं। उन्हें इस दुनिया में कहने में आती बड़ाई आकर्षित करती है लेकिन उस तरफ वे चले नहीं जाते।

नैरोगेज के मुसाफिर उनके अनुपात में कम होते हैं। उनका मार्ग पहाड़ी पर चढ़ना है। बाहर से दिखती संकीर्णता के बदले उनके प्रवास में आकाश की विशालता और प्रकृति का सौन्दर्य निहारता है। बाह्य दौड़भाग के बजाय उनका लक्ष्य आत्मा का आनंद और मन की शांति होती है।

सार में कहें तो पहले मुसाफिर को हम टूरिस्ट यानि कि मनोरंजन खोजते मुसाफिर कहेंगे। दूसरे प्रकार के मुसाफिर को हम कहेंगे अपने उद्देश्य अर्थ निकले हुए प्रवासी।

तीसरे प्रकार के मुसाफिर को हम कहेंगे - यात्री। इस प्रकार के मुसाफिर कुछ लेने के लिए नहीं परंतु भाव और भक्ति अर्पण करने के लिए जाते हैं। इस प्रकार के समर्पण में श्रेष्ठता की चाबी समाई हुई होती है।

जीवन सिर्फ मुसाफिरी नहीं "यात्रा" बननी चाहिए। प्रतिवर्ष 365 दिन समाप्त करके ज़िन्दगी के एक नये प्लेटफॉर्म पर जाने के लिए खड़ा कर देती है। ये हमें सोचना है कि हमें कौन सी गाड़ी पकड़नी है। प्रत्येक वर्ष हमें 'नये गेज' पर दौड़ती गाड़ी पकड़ने की छूट होती है। जो जीवन में रस और रुचि का परिवर्तन न हो तो जीवन चीला-चालू और बिना रस वाला बन जाता है। अलग-अलग गेज पर दौड़ती गाड़ियाँ बदलकर अंत में तो हमें एक अज्ञात स्टेशन पर ही पहुँचना है, जहाँ कोई 'गेज' की गाड़ी कदाचित उपलब्ध नहीं होगी। न हाथी, न श्वान, पैदल मुसाफिरी करना ही संभव होगा। इसलिए ही अंतिम मुसाफिरी के पहले मनुष्य को पैदल या पगडंडी की मुसाफिरी के साधनों को तैयार करना है। और वे साधन हैं - आध्यात्मिकता, नैतिकता, पवित्रता, सदाचार, प्रमाणिकता, परोपकार, सेवा और प्रेम!

नूतन वर्ष भूलों को माइनस और सदगुणों को प्लस करने का वर्ष है। अमावस्या के अंधकार को अलविदा कहते वक्त बीते हुए वर्ष के प्रति भावपूर्ण आभार व्यक्त करना चाहिए क्योंकि बीता हुआ वर्ष अपना मेहमान था... मेहमान को निराशा रूप से नहीं, अंतर के उमंग के साथ विदा करना होगा।

- शेष पेज 8 पर

सच्ची भावना की लाइफ औरों को प्रेरणा देती है

मुरली पूरी होते ही जो वरदान और स्लोगन होता है, वह बहुत काम का होता है। धारणा के लिए सार भी अच्छा होता है। तो बाबा हम बच्चों को रोज़ाना ताजा खाना खिलाता है। ऐसे नहीं जो कल खिलाया पेट भर गया इसलिए आज ज़रूरत नहीं है। इस शरीर को रोज़ाना ताजा भोजन चाहिए, कल वाला खायेंगे तो...। रोज़ ताजा भोजन करेंगे तो फ्रेश रहेंगे। सरेण्डर मरे के बराबर हैं क्योंकि यह तन मन धन सम्बन्ध मेरा नहीं। तो हर एक अपने आपको चेक करे कि सम्बन्ध-सम्पर्क में आते भी यह ऐसे क्यों करता, क्या करता? क्वेश्चन तो नहीं! जिस घड़ी क्वेश्चन उठाया माना प्रश्नों की क्यू लग जायेगी। कभी कोई कहेगा कोई प्रश्न नहीं है, मैं ठीक हूँ, दिल से कहेगा तो चेहरा बतायेगा परन्तु कोई क्यू लगायेगा। क्वेश्चन माना क्यू में खड़ा होना, आन्सर मिलेगा तो भी नहीं सुनेगा। सुने तो आगे बढ़े ना। पंख टूटे पड़े हैं, भले बाबा कहता है चल उड़ जा रे पंछी... पर पंछी तभी उड़ेगा जब देश बेगाना है। मेरा नहीं है, पराया है। संगम का यह समय बताता है कि यह देश पुराना है, पराया है। बाप नया बनाने आता है। बाप कोई पुराने को रिपेयर करने नहीं आता है, नया बनाने आता है।

तो देश देखो, सम्बन्ध देखो, यह भी

हमारा नहीं, यह भी हमारी नहीं, कुछ हमारा नहीं। नाम मात्र हम एक साथ बैठे हैं लेकिन अंदर है, उमंग-उत्साह के पंख से बड़ा अच्छा लगता है। बाबा की दृष्टि से उस पार चले जाते हैं, तो बाबा कभी कहता है मेरे को याद करो, कभी कहता है मेरे घर को याद करो। बैठा यहाँ सामने है, पर जहाँ से जिस घर से आया हुआ हूँ, वो तेरा भी घर है। तो याद में हर एक का भिन्न-भिन्न प्रकार का अनुभव होगा। कभी अपने को आत्मा समझने से बाबा को याद करना सहज है। कभी आत्मा समझने में टाइम लगता है, पर बाबा की याद से आत्मा समझ जाते हैं। कभी यह बहुत अच्छा है, आत्मा हूँ... बाबा ने खँच लिया, कभी बाबा की खँच से ऑटोमेटिक आत्म-अभिमानी बन जाते हैं। मतलब हमको बाबा को याद करना है, कैसे भी करके, याद करना नहीं पर याद में रहना है। ऐसी याद में रहना है जिसमें आत्मा प्योर बनती जाये, कोई घड़ी ऐसी नहीं जो याद करना पड़े।

बाबा की सब बातें अच्छी लगती हैं, पर कोई कोई बातें बहुत अच्छी लगती हैं। निश्चय बुद्धि से विजय हुई पड़ी है, यह अनुभव है। निश्चय बुद्धि से, कभी क्वेश्चन नहीं उठने से जो भावना से हम कार्य करते हैं, वह सफल होता है। सच्ची भावना, अटल विश्वास की लाइफ औरों को प्रेरणा देने वाली

होती है, इसमें कमाल है निश्चय की या भावना की या पहले से ही अंदर से ड्रामा की नॉलेज में बहुत विश्वास है



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

कि हुआ पड़ा है पर मुझे अभी करना है, तो अच्छा हो जाता है। ऐसे नहीं जो ड्रामा में होगा, यह भी नहीं कहो, बोलने की बड़ी शुद्ध भाषा हो, जो करनी कथनी एक हो। करनी एक कथनी दूसरी, यह जँचता नहीं है। पहले करना है, जो करता है उसको मुख से कहने की ज़रूरत नहीं है। करना है, समय ऐसा है, समय का बहुत कदर है, पढ़ाने वाला बाबा हमें पढ़ा रहा है, हम पढ़ रहे हैं। मुख्य बात है शिवबाबा प्रजापिता ब्रह्मा के तन में बैठके पढ़ाता है, शिवबाबा को यह नशा नहीं है, विश्व की बादशाही मुझे मिलने वाली है। वो देने वाला है, ब्रह्मा बाबा लेने वाला है।

बाबा चला रहा है पर जो बाबा की श्रीमत पर चले हैं, उसकी भी अंदर प्यार भरी सकाश है। ताकि सबको पता चले हमारे फाउण्डेशन में स्थापना के कार्य में असली साथी कौन है? बाबा अकेला नहीं है, शिवबाबा बीजरूप है। ब्रह्माबाबा को बीजरूप नहीं कहेंगे।



दादी हृदयमोहिनी अति. मुख्य प्रशासिका

समस्या को ना रख, उसी समय उसका हल करो

जब हमारी अवस्था ठीक होती है तो सब अच्छा लगता है। जब अवस्था थोड़ी भी नीचे ऊपर होती है तो अच्छा भी बुरा लगता है। उस समय मन समझ नहीं सकता है कि यह अच्छा है या बुरा है। उस समय समझ भी कम हो जाती है क्योंकि हमने छोटपन से सब प्रकार के अनुभव देखे हैं, छोटों का भी, बीच वालों का भी, अभी फिर वही बड़े हुए तो उन्हें निमित्त बड़ा कहते हैं, उनको भी देखा है। तो अनुभव तो भिन्न-भिन्न है। कोई हैं जो बहुत साधारण चलते हैं ऐसा भी अनुभव है। तो सभी खुश हैं? हमको तो यही रहता है कि ऐसा न हो कि यहाँ रहते भी खुश नहीं हों। खुशी ज़रूर होनी चाहिए। खुशी के बिना यहाँ रहना ठीक नहीं है। उसके लिए क्या करना चाहिए? जिस किसी में फेथ हो तो उसकी राय ले सकते हैं।

लेकिन शकल पर खुशी ज़रूर होनी चाहिए। शकल सोचने वाली न हो, ऐसे नहीं जहाँ बैठें वहाँ सोच में चले जायें, ऐसा नहीं। खुशी नहीं जाये। बात, बात से भले करें, लेकिन खुशी नहीं जाये। खुशी छोड़के और फिर सोचते हैं तो रिज़ल्ट क्या हुई? खुशी तो चाहिए ना, सब इस बात में तो ठीक हैं ना! तो जिस बात में खुशी कभी गुम होती है उसका पुरुषार्थ करो क्योंकि हरेक का स्वभाव, हरेक का वर्क अपना-अपना है। उसके अनुसार जैसा डायरेक्शन मिले, वैसा करना चाहिए। इसमें कभी-कभी पूछना भी

पड़ता है। बाकी हैं ठीक, जनरल क्या कहेंगे, ठीक हैं! ठीक होना ही चाहिए, बाबा ने इतने बड़े भवन बनाके दिये हैं, ऐसे तो हमने देखा फॉरिन में जो रहते हैं, दिलपसंद वाले उनके रहने का तो देखना ही मुश्किल होता है। उनको देख करके और ही तरस आता है, जब बंधन में आ जाते हैं, उस समय उनकी शकल देखनी चाहिए। तो सभी खुश हैं? हमारी खुशी कभी नहीं जाये बस क्योंकि हम भगवान के बच्चे हैं डायरेक्ट। कोई प्रॉब्लम हो तो उसे पुराना नहीं करो, कभी मिलेगा टाइम तो बता देंगे, नहीं, क्योंकि इसमें भी इतना टाइम जो गंवाया वो कहाँ गया? वो तो खुशी कम हुई ना। हम तो देखते हैं बाबा ने हमारे लिए क्या नहीं सोचके किया है, हर छोटी बात को सोच करके यह रहने का स्थान बनाया है।

शुरु से ही हमने देखा है कि बाबा के अंदर यही रहता है कि बच्चों को कोई दुःख नहीं मिले, तो अभी भी यह जिम्मेवारी बड़ों की है और बताने वालों के ऊपर भी है, सहन करना समझे बहुत ज़रूरी है और सहन नहीं होता, अंदर संकल्प भी चलता है। दुविधा में रहते हैं कि करें, नहीं करें... तो वो लाइफ नहीं है। लाइफ माना खुशी। कोई सिर पर बोझ नहीं। कोई न कोई बीच-बीच में बोझ आता है, ऐसे नहीं। लेकिन उनको सोच सोच के बड़ा नहीं बनाओ। परन्तु कोई की नेचर कैसी होती है, कोई की कैसी... मानो आपमें सहनशीलता की टोटली नेचर कम है और मैं आपको वो प्रोग्राम देती हूँ, जो सहन करना ही है तो कैसे चलेगा! पहले समझना चाहिए जिसको देते हैं उनकी नेचर, उनके आस-

पास रहने वाले साथी, यह सब पहचान करके पीछे वो काम दें, तो सब ठीक है! अच्छा है। तो यहाँ बाबा ने रखा है, यह कोई कम भाग्य नहीं है। किसी भी कारण से आप आ गये हैं लेकिन यह भाग्य तो बना ना। पहली बात तो है खुश रहते हो कि यहाँ रहते भी कई प्लान बनते हैं, यह करें, यह करें... यह अपनी सम्भाल ज़रूर करो। अगर मानो ऐसा होता भी है तो स्पष्ट किसी को सुनाना चाहिए। बीच में ऐसे फेथफुल कोई हों तो उससे मिलके, राय करके उसका सहयोग ले सकते हैं, अच्छा है तो। ऐसे नहीं संग ऐसा लेवें जो और ही उसको डुबा देवे। तो ठीक हैं सभी, हाँ तो ज़रूर करेंगे और हाँ करना भी चाहिए। जब बाबा के घर में रहते हैं, परिचय देते हो, तो कहाँ के हो बाबा के घर में रहने वाले हैं। कम थोड़ेही हैं, यह भाग्य मिलना भी कम नहीं है। हम लोग तो छोटपन में ही आ गये, लेकिन हमने देखा है जो पीछे-पीछे बने हैं एकज़ाम्पुल तो हैं ना, तो सोच समझके करना चाहिए। अपने लाइफ के मालिक होके सोचो, ऐसे नहीं इसने कहा ना, इसका देखा है ना, बस इसमें फर्क हो जाता है।

अभी के समय अनुसार मैं समझती हूँ, बाबा की रोज़ की मुरली ही हमारे लिये डायरेक्शन है, वरदान है। तो जो बाबा के इशारे होते हैं वो मुरली में ही होते हैं, अगर मुरली को आप पढ़ो उस ध्यान से, तो इसमें आज बाबा ने क्या कहा, अगर कोई कमी है तो वो अटेन्शन ज़रूर देना है और कोई को भी निमित्त बनाने के बजाए बाबा ही निमित्त अच्छा है लेकिन सिर्फ अटेन्शन देना।

यहाँ आकर हमें सुकून मिलता है - रविन्द्र गुप्ता



दिल्ली-पाण्डव भवन। बाहर के नेगेटिव वातावरण से निकल कर यहां आने के पश्चात् मैंने यहाँ की पॉजीटिव एनर्जी का अनुभव किया है और ऐसी पॉजीटिविटी की केवल एक-दो को नहीं बल्कि पूरी दुनिया को आवश्यकता है। उक्त विचार महापौर रविन्द्र गुप्ता ने राजयोगिनी दादी ऑलराउण्डर के स्मृति दिवस पर आयोजित

कार्यक्रम में व्यक्त किये।

उन्होंने कहा कि हमें जितना भी समय मिले उतना ही समय यहाँ बिताना चाहिए और ऐसे पवित्र और सुखद वातावरण का लाभ और आनंद लेना चाहिए।

कार्यक्रम के दौरान ब्र.कु. चक्रधारी व ब्र.कु. पुष्पा ने सभी के साथ अपने ऑलराउण्डर दादी के साथ के अनुभव

साझा किए व उनके जीवन चरित्रों पर प्रकाश डाला।

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि पूर्वज जो करते हैं उसका फल आने वाली पीढ़ी को मिलता ही है। हमें सम्पूर्ण विश्व को बदलना है, ऐसे में हमारा जीवन औरों के लिए विधान हो। हमारा जीवन अनुकरणीय व दूसरों के लिए आदर्श पथप्रदर्शक बन जाए। उन्होंने कहा कि दादी ऑलराउण्डर ने हर परिस्थिति में अचल-अडोल रहकर ईश्वरीय सेवा की। उनका कल हमें आज मिल रहा है। हमें भी आगंतुकों पर विशेष मेहनत कर उन्हें योग्य बनाना होगा। बाबा की जो आशाएँ हैं उन्हें पूर्ण करना ही हमारा लक्ष्य हो।

कार्यक्रम के अंत में सभी भाई बहनों को दादी ने पावरफुल दृष्टि दी व ब्र.कु. चक्रधारी ने सभी को प्रसाद दिया।



कोटा-सुरपुर(राज.)। डिस्ट्रीक्ट कलेक्टर रवि कुमार को दीपावली की शुभ कामनाएं देते हुए ब्र.कु. ज्योति।



कोटद्वार-उत्तराखण्ड। दीपावली के शुभ अवसर पर गरीब बच्चों व उनके परिवारों को किताबें व मिठाइयाँ देते हुए ब्र.कु. ज्योति।

साधना के पथ पर

- ब्र.कु. सूर्य, माउण्ट आबू

साधनामय जीवन बनाने का अर्थ है जीवन को चौमुखी विकसित करना। स्वयं बनाए हुए लक्ष्य को अर्जित करना। लक्ष्य-प्राप्ति के पथ पर आने वाली परिस्थितियों या कठिनाइयों पर कौशल और कला के द्वारा विजय हासिल करना ही साधना है। दूसरे शब्दों में कहें तो जीवन को आनंदमय बनाना।

जब व्यक्ति अपने विशेष लक्ष्य को लेकर अग्रसर होता है, उसे कई चुनौतियां स्वीकार करनी ही होती हैं। कई बार ऐसा समय भी देखना पड़ता है कि क्या करें? ऐसी असमझ जैसी स्थिति



बन जाती है। ऐसे में हमें अपने आपमें विश्वास बनाए रखना बहुत ज़रूरी है। साधना के मार्ग में दो शक्तियां विशेष रूप से काम करती हैं - पहला - ईश्वरीय शक्ति और दूसरा - स्वयं में विश्वास। जब गाड़ी को किसी ऊँची पहाड़ी पर ले जाना हो तो उसका ब्रेक, क्लच, स्टेयरिंग, ऑयल आदि चेक कर लेना होता है, ठीक उसी प्रकार हम जब आध्यात्मिक ऊँचाइयों की राह पर चल रहे हैं तो बीच-बीच में स्वयं की चेकिंग करना ही चाहिए। नहीं तो समय आने पर पता ही नहीं पड़ेगा कि हमारा पत्ता ही कट गया। स्वयं की जांच कर लक्ष्य और लक्षण के अंतर को कम करना - अपने लक्ष्य और लक्षण के अंतर को समाप्त करने के लिए सहज व श्रेष्ठ योजना बना लेनी चाहिए। उसके लिए पुरुषार्थ का मास्टर प्लान बनाते रहें। और सदा चेकिंग करें कि समयावधि पर उसे प्राप्त किया या नहीं? साथ-साथ उमंग-उत्साह व रुचि बनी रहे, उसका ध्यान रखा जाए। तब ही ऊँचे लक्ष्य

को प्राप्त करने में सफलता मिलती है। हम सभी साधना की राह पर आ पहुंचे हैं। अब समय रूपी पर्दा उठने वाला है। हमारी रिज़ल्ट आऊट होने ही वाली है। ऐसे में हमें तीव्र पुरुषार्थ कर अंतिम पड़ाव में सुरती, आलस्य और अलबेलेपन को लात मार उससे मुक्त होना होगा। जैसे फुटबॉल में

बॉल को शक्ति से मार कर दूसरे छोर पर पहुंचा देते हैं ताकि विजय हो जाए। बाबा ने कहा, अपने को उमंग-उत्साह में लाने के लिए बीच-बीच में पांच बार अपनी मन रूपी बैटरी को ऊर्जावान बनाना ही होगा ताकि समय पर काम आए। सदा अपने को देखें कि - मैं विजयी आत्मा हूँ। सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। इस कसौटी पर निरंतर चेकिंग बनी रहे।

बाबा ने सरल व सहज युक्ति बताई कि दुआएं दो -दुआएं लो -बस इसे हर पल सार्थक कर चलते चलें। कभी भी अपनी वृत्ति रूपी खान से ऐसा संकल्प न निकले जो दुआओं का पात्र न हो। वृत्ति को श्रेष्ठ व शुद्ध बनाये रखना ही मंज़िल को समीप लाना है। बाबा ने इसी संदर्भ में कहा कि तुम्हारा योग स्मृति स्वरूप हो। जो भी दुनिया में गायन वा स्मरण होता है वह तुम्हारा ही है। अब हे इष्टदेव! सबकी मनोका-मना अपनी श्रेष्ठ स्मृति में स्थित होकर पूरी करो। स्वमान की स्मृति में रहना अपने

आपमें खुशी से भरपूर करना है। खुशी होगी तो हमारे चेहरे-चलन से निरंतर प्रत्यक्ष दिखाई देगी ही। इस तरह हमारी खुशी से सदा सेवा होती रहेगी। साधना की राह में खुशी बनाए रखना बहुत ज़रूरी है। बाबा के महावाक्य हैं तुम चलते-फिरते म्युज़ियम हो। अटेंशन रहे। आप विधि-विधान बनाने वाले हो। तुम्हारी हर चाल-चलन से सारे कल्प के विधि विधान निर्मित होंगे इसलिए बड़ी ज़िम्मेदारी से जीवन को संवारते चलना है।

स्वयं बाबा हमारे जीवन रूपी रथ के सारथी हैं। विजय हमारी ही है। इसी स्मृति में रहेंगे तो कभी माया मुर्छित नहीं कर सकेगी। अब हमें बाबा ने कार्य दिया है वायुमण्डल के किले को मजबूत करने का। कोई भी दिखाई देने वाली वस्तु या आने वाली परिस्थितियों के प्रभाव हमारी स्थिति को विचलित न करें। हमारी वृत्ति में शुद्ध व श्रेष्ठ संकल्पों का स्टॉक इतना जमा हो जो खराबी जाने की जगह ही न बचे।

आज से हम पन्द्रह दिन की प्लानिंग कर लें कि हमें दुआएं लेना है दुआएं देना है। आजकल वर्ल्ड कप में विजय के लिए भी कई जगह दुआएं लेते हैं। हमें तो सारे विश्व को बीमारी से मुक्त करना है, ऐसी दुआएं करनी हैं। सारे दिन में कहीं बद्दुआ रूपी दाग न लग गया हो, रात्रि को चेककर उसे चेंज करें। बस अगर हम पन्द्रह दिन इसमें कामयाब हो जाते हैं तो हमारी सदा की नेचर बन जाएगी। बाबा की मदद है। बस ऐसी साधना करें...अपने आपको खुशनुमा तरोताजा बनाएं। परमात्म साथ का आनंद लेते कमज़ोरी को नष्ट करते चलें। बाबा की आशाओं के दीपक बन आगे बढ़ें। और उसे पाकर सफल बन जाएं। जीवन में ईश्वर के डायरेक्शन पर चलने का सुख उठाएं। साधना, हमारी साधना ही नहीं लेकिन जीवन ही साधनामय बन जाए।



नैनीताल। सैनिक स्कूल में कार्यक्रम के पश्चात् ब्र.कु. नीलम, ब्र.कु. स्वामीनाथन, प्रिन्सीपल रोहित द्रवेविदी, ब्र.कु. वीणा, कर्नल बी.सी.सती व फैकल्टी मेम्बर्स।



चित्तौड़गढ़-निम्वाहेड़ा। दीप महोत्सव के अवसर पर सेवाकेन्द्र पर दीप प्रज्वलित करते हुए बी.जे.पी. पार्षद वर्षा कृपालानी। साथ हैं ब्र.कु. शिवाली।



रादौर-कुरूक्षेत्र। दीपावली पर्व पर आयोजित कार्यक्रम में सरपंच विनोद शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राज बहन। साथ हैं ब्र.कु. राजू व अन्य।



सुनाम-पंजाब। ब्र.कु. मीरा व ब्र.कु. दीप्ति ने विश्वकर्मा दिवस पर विश्वकर्मा भवन में जाकर सभी को बधाई दी। उसके पश्चात् प्रधान व सभी मेम्बर्स ने बहनों को सरोपा भेंट कर सम्मानित किया।



बलिया-उ.प्र.। केन्द्रीय रेल मंत्री सुरेश प्रभाकर प्रभु को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. सुमन।



बोकारो-झारखण्ड। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. राजू, माउण्ट आबू, ब्र.कु. कुसुम, ब्र.कु. सुमन व ब्र.कु. सैलेष।



दामनजोडी-ओडिशा। नालको रिफाइनरी के महाप्रबंधक एस.के. दास को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लता।



कानपुर-किदवई नगर(उ.प्र.)। दिवंगत डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम के 84वें जन्म स्मृति दिवस पर शिवाजी इण्टर कॉलेज में श्रद्धांजलि अर्पित करने के पश्चात् सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. दुलारी दीदी। साथ हैं प्रधानाचार्या अलका भट्ट, ब्र.कु. शशि व ब्र.कु. पुनीत।



नूर कम्पाउण्ड-गया। जी न्यूज टी.वी. रिपोर्टर राकेश कुमार को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. शीला।



हरदुआगंज-उ.प्र.। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के हरदुआगंज पहुंचने पर मौजू राम इंटर कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम के दौरान कॉलेज के प्राचार्य देवराज शर्मा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका व ज्ञानामृत पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. शशि व ब्र.कु. संगीता। साथ हैं ब्र.कु. सत्यप्रकाश।

बिलीफ सिस्टम को अपना बिलीफ न बनायें...

गतांक से आगे...

प्रश्न:- अगर हमने इनको मान दिया तो ये आगे पढ़ना बंद कर देंगे।

उत्तर:- यह हमें समझना होगा कि यह सारा खेल एनर्जी का है। प्रोत्साहन पॉज़ीटिव एनर्जी है, पॉज़ीटिव एनर्जी कभी भी किसी को नुकसान नहीं पहुंचा सकती है। पॉज़ीटिव एनर्जी हमेशा लोगों को सशक्त करती है। और यदि हम बात-बात में आलोचनात्मक हो जायेंगे और वो भी इस उद्देश्य से कि अलोचना करेंगे ना तो वो अपने आप और ज़्यादा मेहनत करेंगे, क्योंकि हम अपने बॉस की या अपने पेरेंट्स की अपेक्षाओं को पूरा करना चाहते हैं। अगर वो हमारे काम में गलतियां निकालेंगे तो हम प्रेरित हो जाते हैं ये हमारा बिलीफ सिस्टम है। ये प्रेरित होंगे और ज़्यादा मेहनत करने के लिए। अगर बॉस ने आकर जूनियर की प्रशंसा कर दी या फिर अगर बॉस खुश हो गया तो बहुत अच्छा, इससे हमें उन्नति भी मिल सकती है। लेकिन यह बिलीफ सिस्टम बहुत ही गलत है, क्योंकि इसका आधार ही गलत धारणाओं के ऊपर रखा गया है।

जहां कोई मेहनत कर रहा है, आप जाकर उस पर आलोचनात्मक हो जाते हैं तो आप तुरंत ही उसकी एनर्जी को नष्ट कर देते हैं या तो फिर सामने वाले के अंदर इतनी

ताकत होनी चाहिए कि वो आपकी आलोचना के प्रभाव में न आ जाये। लेकिन आज हम बहुत जल्दी ही एक-दूसरे के एनर्जी के प्रभाव में आ जाते हैं।

प्रश्न:- हम चाहते भी हैं कि वो हमारी आलोचनाओं से प्रभावित हों।

उत्तर:- हाँ, हम ये चाहते कि वो हमारी आलोचना से और अच्छा कार्य करें, लेकिन इससे हमें खुशी नहीं मिलती है। आलोचना हमेशा लोगों को हतोत्साहित करती है। आपको अपना विचार देना है, ठीक है, ये नहीं कि काम ठीक नहीं है फिर भी आप कहेंगे कि आपका काम बहुत अच्छा है। एक है काम पर अपना विचार देना और एक है आलोचना करना। दोनों में बहुत फर्क है। इसलिए शब्द उतना महत्वपूर्ण नहीं होता है जितना कि इसके पीछे का उद्देश्य होता है। आप अपना विचार देते हुए भी किसी को सशक्त कर सकते हैं और कई बार ये बोलते हुए भी कि हाँ बहुत अच्छा है, लेकिन आप उसको निरुत्साहित भी कर सकते हो।

हमें सिर्फ ये ध्यान रखना चाहिए कि हमारा



ब्र. कु. शिवानी

ध्यान सिर्फ कार्य पर होना चाहिए। हमें यह याद रखना पड़ेगा कि काम करने वाला कौन है। जो काम करने वाला है ये शक्ति है, एक ऊर्जा है, उसको जब तक हम सशक्त नहीं करेंगे तो काम और अच्छा नहीं होगा। हमारा रोल एक बॉस के रूप में और एक पिता के रूप में प्रोत्साहन देने वाला होना चाहिए न कि आलोचना करने वाला। काम वो लोग करेंगे, काम तो अपने आप हो जायेगा। जब एक सीनियर सामने आकर खड़ा हो जाता है, जो थोड़ा इस तरह की ऊर्जा को भेजते हैं जिसके फलस्वरूप मैं सही रूप से काम नहीं कर पाता हूँ। फिर उस ऊर्जा के प्रभाव में आने से गलतियां होने लगती हैं और फिर वो गलतियां दूढ़ लेते हैं। क्योंकि उसके अंदर की भावना अब बदल गयी है। अब वो गलती इसलिए हो रही है कि मेरे अंदर अब भय पैदा होना शुरू हो गया है। क्योंकि हमारा पिछला अनुभव भी यही है कि अब ये आ गये हैं और उनका आना ही और उनका इस तरह खड़े होना ही पूरे वातावरण को बदल देता है। मतलब आप देखेंगे कि जो कर्मचारी अभी तक अच्छे से काम कर रहे थे, अचानक ही उनसे गलतियां होनी शुरू हो जाती है। क्योंकि स्ट्रेस मेरी परफॉरमेंस को बढ़ाती नहीं है बल्कि वो हमारी परफॉरमेंस को और ही कम कर देती है। - क्रमशः

आरोग्य का खज़ाना नीम...

नीम एक बहुत उपयोगी वृक्ष है। इसकी जड़ से लेकर फूल-पत्ती और फल तक सभी अवयव औषधीय गुणों से भरे हुए हैं। भारतवर्ष के गरीब लोगों के लिए यह कल्पवृक्ष है। आइये, हम इसके गुणों को देखकर उनसे लाभ उठायें...

जड़ - नीम की जड़ को पानी में उबालकर पीने से बुखार दूर होता है।

छाल - नीम की बाहरी छाल पानी में घिसकर फोड़े-फुंसियों पर लगाने से वे बहुत जल्दी ठीक होते हैं। बाहरी छाल को जलाकर उसकी राख में तुलसी के पत्तों का रस मिलाकर लगाने से दाद तथा अन्य चर्मरोग ठीक हो जाते हैं। छाल का काढ़ा बनाकर प्रतिदिन उससे स्नान करने से सूखी खुजली में लाभ होता है। छाया में सूखी छाल की राख बनाकर, कपड़े से छान करके उसमें दो-गुना पिसा हुआ सेंधा नमक मिला लें। रोज़ इस चूर्ण का मंजन करने से पायरिया में लाभ होता है। मुँह की बदबू, मसूढ़ों तथा दाँतों का दर्द दूर होता है। छाल का काढ़ा दोनों समय पीने से पुराना ज्वर भी ठीक हो जाता है।

दातौन - प्रतिदिन नीम की दातौन करने से मुँह की बदबू दूर होती है। दाँत और मसूढ़ों की सूजन के उपचार के लिए दातौन बहुत उपयोगी है।

पत्तियाँ - चैत्र मास में नीम की कोमल नई कोपलों को दस-पंद्रह दिन तक नित्य प्रातःकाल चबाकर खाने से रक्त शुद्ध होता है, फोड़ा, फुंसी नहीं निकलते और मलेरिया ज्वर नहीं आता है।

दिन में सूर्य की किरणों की उपस्थिति में नीम की पत्तियाँ ऑक्सीजन छोड़कर हवा शुद्ध करती हैं। इसलिए गर्मियों में नीम के पेड़ की छाया में सोने से शीतलता मिलती है तथा शरीर निरोग रहता है। नीम की पत्तियों के चूर्ण में एक ग्राम अजवायन तथा गुड़ मिलाकर कुछ दिन तक निरंतर पीने से पेट के कीड़े नष्ट हो जाते हैं। गाय, भैंस के बच्चों के पेट में कीड़े होने पर नीम की पत्तियों को पीसकर छाछ तथा नमक में मिलाकर चार-पाँच दिन देने से कीड़े मरकर बाहर निकल जाते हैं और पेट साफ हो जाता है। नीम की पत्तियों का दो चम्मच रस दो चम्मच शहद में मिलाकर प्रातः काल लेने से पीलिया रोग में लाभ होता है। एक छोटा चम्मच नीम की पत्तियों का रस लेकर उसमें मिसरी मिलाकर पीने से पेटिश में लाभ होता है। प्रमेह में एक कप पानी में दो-तीन ग्राम पत्तियों को उबालकर काढ़ा बनाकर पीने से लाभ होता है। चेचक और खसरे के रोगियों को शीघ्र स्वस्थ करने के लिए नीम के पत्तों से हवा की जाती है।

पत्तियों के अन्य उपयोग - गर्म और सिल्क के कपड़ों, गर्म रेशमी कालीन, कम्बल, पुस्तक, अनाज आदि को कसारी (कीड़ा) से बचाने के लिए इसमें नीम की पत्तियाँ रखनी चाहिए। नीम की सूखी पत्तियों के धुँएँ से मच्छर भाग जाते हैं।

फूल - नीम के फूल तथा निबौलियाँ खाने से पेट के रोग नहीं होते। फूलों को जलाकर काजल के रूप में उपयोग में लाया जाता है।

निबौलियाँ - निबौली नीम का फल होता

है। इससे तेल निकाला जाता है। यह भी कई प्रकार के रोगाणुओं को मार डालने में सक्षम है तथा आग से जले घाव बहुत शीघ्र भर जाते हैं। इसके तेल से नीम का साबुन बनाया जाता है। यह साबुन चर्मरोग, घाव तथा फोड़े-फुंसियों के लिए बहुत लाभकारी है। तेल निकालने के बाद बची हुई खल का पौधों के लिए खाद के रूप में उपयोग किया जाता है। यह पौधों को बढ़िया खुराक प्रदान करता है। दीमक और फसल को नुकसान पहुँचाने वाले अन्य कीटों को भी यह मार डालता है। यह फफूँद को भी नष्ट करता है।

नीम मद या रस - कभी-कभी किसी पुराने नीम के वृक्ष के तने से नीम की गंध लिए एक तरल पदार्थ निकलता है, जिसे मद कहते हैं। रूई की बत्ती बनाकर उसे मद में भिगोकर छाया में कई दिनों तक सुखाया जाता है। सूखने के बाद एक दीपक में रखकर दीपक जलाया जाता है। इसके ऊपर दूसरी मिट्टी की सिराही थोड़ी टेढ़ी-उलटी रखकर बत्ती की लौ से निकलने वाले कार्बन (धुँएँ) को इस सिराही में जमने दिया जाता है। बाद में इस उलटी रखी सिराही से खुरचकर किसी डिब्बी में रख लिया जाता है। यह काजल नेत्रों में लगाने से नेत्रों की ज्योति सही रहती है। यह बहुत उपयोगी काजल है।

तना - नीम की लकड़ी में दीमक तथा घुन नहीं लगता, इसलिए इसके किवाड़ आदि लगवाने से दरवाज़े, खिड़कियों में दीमक लगने का खतरा नहीं रहता।

सींक - नाक, काम छिदवाने के तीन-चार सप्ताह बाद आभूषण पहनने से पहले नीम की सींक पहनने से जख्म जल्दी ठीक होता है और जीवाणु नहीं पड़ते।

बहुत ही सहज है राजयोग...

हमने आत्मा के गुणों व सम्बन्धित तन्त्रों के बारे में सुना और समझा। अब हमें आत्मा के तीन शक्तियों के बारे में समझना है कि आत्मा कार्य कैसे करती है। क्योंकि बहुत भ्रांति है दुनिया में कि आत्मा, मन और बुद्धि आदि अलग-अलग हैं और इनके कार्य को समझना भी इतना आसान नहीं है। लेकिन इसे आज हम आसान बनाने की कोशिश करेंगे।

बुद्धि : आत्मा की दूसरी शक्ति बुद्धि है। जिससे वो निर्णय करती है कि क्या गलत है, क्या सही है। अगर हम कम्प्यूटर की भाषा में देखें तो जो कुछ भी हम टाईप करते हैं, उसको एनालाइज़ या परखने के लिए हमारे कम्प्यूटर के अन्दर एक सॉफ्टवेयर होता जिसे डिविजनरी कहते हैं। यदि गलत होगा तो डिविजनरी होने के कारण वाक्य के नीचे ग्रीन या रेड कलर की लाईन आ जाती है। मान लो आपके कम्प्यूटर के अन्दर डिविजनरी है ही नहीं तो आप जो कुछ भी टाईप करेंगे वो उसे सत्य दिखायेगा या वैसा ही दिखायेगा जैसा आपने लिखा है। ठीक इसी प्रकार हमारी बुद्धि है। हम जो कुछ भी मन के पर्दे पर देखते हैं बुद्धि उस पर निर्णय लेती है कि कौन सा चित्र या रंग ठीक है, कौन सा ठीक नहीं है। अब यदि हम कहें कि हमारा बुद्धि रूपी सॉफ्टवेयर आज खत्म या डिलीट हो गया है तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी। बुद्धि के नष्ट होने के कारण आज हम गलत को भी सही मानते हैं और सही को भी सही मानते हैं। जैसे गुस्सा करना भी ठीक, चोरी करना भी ठीक, झूठ बोलना भी ठीक, धोखा देना भी ठीक, गलत काम करना भी ठीक आदि-आदि। यदि हम बहुत उलझ जाते हैं तो मन्दिर में जाकर क्या कहते हैं? कि हे भगवान! हमें सदबुद्धि दो ताकि मैं सही या

गलत को पहचान सकूँ। आज मनुष्य गलतियों पर गलतियाँ करता जा रहा है जिसका प्रमुख कारण सिर्फ बुद्धि रूपी नेत्र का बन्द होना ही है। जब तक बुद्धि ठीक नहीं होगी तब हम निर्णय ठीक से नहीं कर सकेंगे और खुश नहीं रह सकेंगे।

संस्कार : आत्मा की तीसरी शक्ति को हम संस्कार कहते हैं। यदि हम कम्प्यूटर की भाषा में समझना चाहें तो कह सकते हैं कि



यह कम्प्यूटर की मेमोरी है। इसे हम संस्कार या इम्प्रेशन या रिसोल्वस या सब-कॉन्शियस माइन्ड, अवचेतन मन आदि भी कहते हैं। इसलिए इसमें हमें भ्रम में पड़ने की आवश्यकता नहीं है ये सभी संस्कार के ही नाम हैं। जब मन के ऊपर चित्र या रंग आते हैं या विचार आते हैं तो उस पर बुद्धि निर्णय देती है कि कौन सा विचार सही और कौन सा गलत है तो उसका इम्प्रेशन हमारे संस्कार में जाकर इकट्ठा हो जाता है। उदाहरण के

लिए जैसे शुरु-शुरु में जब हम साईकिल सीखते हैं तो उस समय हर दिन हम एक नया इम्प्रेशन अपने संस्कार में डालते हैं। लेकिन कुछ दिन के बाद वो संस्कार पक्का हो जाता है। आज हम चालीस साल बाद भी बिना देखे साईकिल चला सकते हैं बिना किसी प्रशिक्षण के। क्योंकि उसका सारा डाटा हमारे संस्कार में है। जैसे हम साईकिल देखते हैं, हमारे सारे फोल्डर खुल जाते हैं। ठीक उसी प्रकार कार चलाना, कम्प्यूटर चलाना, कुछ भी आपने जो शुरु में सीखा, आज भी उसकी यान्त्रिकी या मैकेनिक्स हमारे संस्कार में रिकॉर्ड है। ऐसे रिकॉर्डिंग से याद आया कि जो कुछ भी हम इन आंखों से देखते हैं, कान से सुनते हैं, मुख से बोलते हैं, त्वचा से महसूस करते हैं उस पर बुद्धि गलत या सही का निर्णय देती है और वो सब हमारे संस्कारों में जाकर इकट्ठा या रिकॉर्ड हो जाता है। जिस प्रकार कम्प्यूटर में किसी भी डाटा को पूर्णतया स्पष्ट देखने के लिए प्रिन्टर का इस्तेमाल करते हैं, ठीक उसी प्रकार हमारे शरीर में पाँच प्रिन्टर हैं, हाथ, पैर, मल-मूत्र अंग (बोथ एक्सकेट्री ऑर्गन्स) तथा मुख आदि अंग हैं। जो कुछ भी हमारे संस्कारों में है वो प्रिन्ट होकर बार-बार, बीच-बीच में हमारे चेहरे पर आता रहता है। इसलिए कहा जाता है कि चेहरा मन का दर्पण है।



मनाली-हि.प्र.। गवर्नमेंट सीनियर सेकेण्डरी स्कूल में 'सुपरमाइंड मेमोरी पावर एंड मेडिटेशन मैनेजमेंट' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. शक्तिराज, ब्र.कु. यशपाल, स्कूल के प्रिन्सीपल पवन ठाकुर, ब्र.कु. संध्या व अन्य अध्यापकगण।



बोलंगीर-ओडिशा। 'डिवाइन गेट टूगेदर' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए सांसद अंग उदय सिंह देव, ब्र.कु. रुक्मिणी, ब्र.कु. पार्वती व ब्र.कु. आशा।



अमेठी-उ.प्र.। ज्ञानचर्चा के पश्चात् डी.एम. व ए.डी.एम. को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. सुमित्रा।



भदोही-उ.प्र.। निर्माणाधीन सेवाकेन्द्र में आने पर ब्र.कु. उषा, माउण्ट आबू का स्वागत करते हुए ब्र.कु. विजयलक्ष्मी।



कटक-ओडिशा। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए सी.आर.आर.आई. के निर्देशक प्रो.डॉ. ए.के. नायक, ब्र.कु. कमलेश, ब्र.कु. सुलोचना व अन्य।



पटना-बिहार। एस.के. मेमोरियल हॉल में 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के उद्घाटन अवसर पर मंचासीन हैं सी.पी. सिन्हा, किसान आयोग अध्यक्ष, ब्र.कु. सरला गुज., ए.पी. सहाय, पुलिस सेवा व अन्य।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-13

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

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

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

ऊपर से नीचे

1. बड़ी दादी जी का एक नाम (4) (3)
2. ज्ञानी, जानकार, समझदार (2)
3. पानी, जल (2)
4. बलपूर्वक नष्ट करना, समाप्त करना (3)
5. महीन, पतला, गूढ़ (3)
8. बायाँ, रावण राज्य में तुम बच्चे...मार्गी बन गये (2)
11. क्षणिक दर्शन, आभा, आभास, चमक (3)
12. तुम वानप्रस्थी हो तुम्हारी सब...टूट जानी चाहिए, लगाव (2)
13. सिख धर्म के संस्थापक.... (2)
15. यह दादा शिव बाबा का....रथ है, निश्चित (4)
16.गांधी ने भी रामराज्य लाने का सपना देखा था (2)
17. लीन, मग्न, तल्लीन (2)
18. भगवान को मानने वाला, विश्वास रखने वाला (3)
19. सब्जी, तरकारी, भाजी (2)
21. उत्सव, जलसा, शुभ आयोजन (4)
24. प्रतिलिपि, कॉपी करना, आक्रामक, धावा (3)
27. स्त्री, महिला (2)

बायें से दायें

1. ज्ञान की धारणा करनी है सिर्फ....नहीं बनना है (5)
4. आत्मा राजा बन अपनी इन्द्रियों की रोज....लगाओ (4)
6. तुम बच्चों की बुद्धि की....सदा बाबा से जुड़ी रहे (2)
7. रीति रस्म, परम्परा (3)
9. पापियों के रहने का स्थान, दोज़क (3)
10.महाशत्रु है (2)
11. ऊँचाई से गिरने वाला जल प्रवाह, गिरना (3)
14. लगी....बस एक यही हमें तपस्या करना है (3)
15. बधाई, शुभ कामना, मंगल कामना (4)
18. उम्मीद, विश्वास, भरोसा (2)
20. बाप का कहना न मानने वाले बच्चे....कहलाते हैं (3)
22. परमात्मा को न मानने वाला (3)
23. उस जैसा, तुम बच्चों को ब्रह्मा बाप....बनना है (3)
26. बनाना, निर्माण करना, बाबा रचयिता है हम आत्मायें उसकी....हैं (3)
28. मना करना, न करने देना, मनाही (3)
29. समाधान, उत्तर, बलराम का अस्त्र (2)
30. लक्ष्मी का एक नाम, रमा (3)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन

ग्रीन मेडिटेशन

परमात्मा सात गुणों के सागर हैं। उनमें सागर की तरह अति विशालता है। उतनी गहराई है। हम उनके बच्चे हैं, उनके जीन्स हमारे अंदर हैं। हम आत्माएं भी सतोप्रधान बनती हैं। परमात्मा की तरह बनने के लिए शिव परमात्मा जो सागर है उनमें तैरना होगा। तभी तली पर पड़े हीरे मोती निकाल कर ला सकते हो। अर्थात् उनके रंगों रूपी शक्तियों में स्नान कर वैसा रूप पा सकते हो।

पहला चरण

एक शांत आरामदायक स्थान पर बैठो। हल्का सा म्यूज़िक लगाओ। 2 मिनट के लिए अपने को सहज करो। तन को शांत करो। 2 या 3 गहरी साँसे लो। खुद को याद दिलाओ। आप क्या करने बैठे हो। शरीर बैठा है। अपने से प्रश्न करो। शरीर तो जड़ है, पर इसमें विचार करने वाली मैं कौन हूँ? मेरा रूप क्या है? मैं कहाँ हूँ? अपने को याद दिलाओ।

मैं प्यारी सी छोटी सी चमकीली सी रेत के कण जैसी आत्मा मस्तक के अंदर भृकुटी के तख्त पर बैठी हूँ। वहाँ अपने को देखो। बड़े प्यार से निहारो। बिल्कुल अपने आपको ढीला छोड़ो। तन से भी मन से भी। फिर अपने शरीर पर ध्यान लाओ। अपने पैरों से, टांगों से एनर्जी को खींचते हुए

ऊपर की तरफ आ रहे हो। 2 मिनट यहीं रहो। कोई स्ट्रेस नहीं। मेरा ध्यान लगे उसकी कोई खींचातान नहीं करो। एकदम रिलैक्स मूड।

दूसरा चरण

यहाँ हमारे शरीर में फैली नस-नाड़ियों का गुच्छा है। उसे चार्ज करना है। जब वो चार्ज हो जाता है अर्थात् राजयोग से बाबा से एनर्जी लेकर या अधिक विश्व शांति से कमल की भांति खुल जाता है तो आनंद की प्राप्ति होती है और एनर्जी की सारी किरणें नीचे की तरफ शरीर में फैलने लगती हैं। ये सब काम संकल्पों रूपी तारों से होता है। कुछ नहीं करना बस संकल्प चलाने हैं।

बस इसी धुन में ध्यान लगा रहे। अब संकल्प करो कि मैं आत्मा बाबा को सितारे रूप में परमधाम में देख रही हूँ। यहाँ संकल्पों की सीधी तार को जोड़े रखो। अब देखो बाबा से हरा रंग सीधा संकल्प की तार से नीचे की तरफ आ रहा है। और मेरे सहस्रार पर गिर रहा है। जैसे-जैसे मेरी एकाग्रता बढ़ रही है फलो तेज़ हो रहा है। अब जैसे ऊपर से हरे रंग का मोटा झरना बह रहा है।

ये प्रेम का रंग है। मुझे बाबा से अति स्नेह की महसूसता हो रही है। इसे फील करना है। ये फील तब होगा जब इस ध्यान में पूरे खोये होंगे। अब इसे

अपने ब्रेन में फैलता महसूस करें। ब्रेन की नसों में ये रंग बह रहा है। हो सकता है आपकी नाड़ियों में चलता महसूस हो। अब संकल्पों से सोचो ये रंग नीचे की तरफ बढ़ रहा है और हरे रंग के धुएँ से पूरा चेहरा, गर्दन, नीचे चेस्ट से फैलता हुआ पूरा शरीर हरे

काला धुआँ बाहर निकल गया। साफ स्वच्छ चमकीला हरा धुआँ बॉडी को साफ स्वच्छ बना रहा है।

अब आप अपना ध्यान हार्ट की तरफ लगाओ। अगर हार्ट बीमार है, ज़्यादा धड़कन है, बी.पी. हाई है, लो है, हार्ट की स्लो एक्टिविटी है या नसें आर्टीरीज़

रहा है और किसी भी रूप से शरीर से बाहर निकल रहा है। सारी नालियाँ साफ हो रही हैं। हार्ट की कार्य करने की क्षमता बढ़ रही है। नस नाड़ियाँ चमकीली हो रही हैं। कोई हार्ट पर प्रेशर नहीं है। कोई रुकावट नहीं है। हार्ट को ब्लड सप्लाई में कोई ज़ोर नहीं लगाना पड़ रहा है।

हार्ट खुश है, प्रेम से ओत प्रोत है। मन प्रसन्न है। आत्मा शक्तिशाली हो रही है। क्योंकि अगर हम बीमार हैं तो इसी सोच में हम अपनी एनर्जी डिप्लीट करते रहते हैं। फिर माया का सामना नहीं कर पाते।

हार्ट मेरा चमक रहा है दमक रहा है। एकदम स्वच्छ साफ हो गया। प्रेम से लबा लबा भर गया है। अब ये शुद्ध प्रेम जो बाबा का प्रसाद है वो मैं सभी को बांटूंगी। इस तरह से प्रतिदिन आप ये मेडिटेशन कीजिये। ग्रीन कलर थैरेपी फॉर हार्ट। जब भी समय मिले। पॉज़ीटिव रहिये। संकल्प शुद्ध रखो। बाबा से प्रेम करो। सबसे स्नेह रखो। सब अपने हैं। साथ में सात्विक भोजन व हल्का भोजन लो। घी, नमक, मिर्च, तेल नहीं लो।

मेडिसिन लेते रहो व फिज़िकल एक्सरसाइज़ भी करनी है। तब आप पूरी तरह से स्वस्थ रह सकते हैं। ब्राह्मणों को तो रहना भी चाहिए निरोगी।



रंग से भर गया। और संकल्प करो। जो भी गंदगी, नेगेटीविटी, गैसेज़ मेरे शरीर को खराब कर रही थीं, सब आलतू-फालतू चीज़ें बॉडी से काले धुएँ के रूप में पैरों से बाहर निकल रही हैं। सारा

पतली नाड़ियों में कोलेस्ट्रॉल जमा है, बैड कोलोस्ट्रॉल ज़्यादा है, गुड कम है, तो लेज़र बीम की तरह हार्ट पर हरे रंग की किरणों को प्रवाहित करो। संकल्प करो कि सारा वैक्स जो जमा था वो पिघल कर आर्टीरीज़ से निकल



ब्रह्मपुर-ओडिशा। मधुमेह जागृति शिविर के दौरान अपने विचार व्यक्त करते हुए डॉ. बी.एन. सुबुधि, वरिष्ठ चक्षु विशेषज्ञ। मंचासीन हैं डॉ. भरतुडु, ब्र.कु. मंजु, प्रो.डॉ. आर.के.दास, प्रो.डॉ. पी.सी. साहू एवं डॉ. पी.सी. पात।



कादमा-हरियाणा। 'खुशी या तनाव-स्वयं करो चुनाव' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. उर्मिला, समाजसेवी मेजर समशेर सिंह, जयनारायण शर्मा, ब्र.कु. वसुधा व ब्र.कु. प्रेमलता।



भवानीगढ़-पंजाब। प्रसिद्ध जैन मुनी निराले बाबा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राजिन्दर। साथ है अन्य।

16वाँ वार्षिकोत्सव बहुत ही धूमधाम से मनाया गया



सेवाकेन्द्र के 16वें वार्षिकोत्सव के अवसर पर मंचासीन हैं बायें से ब्र.कु. पीयूष, ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. मृत्युंजय, श्रीमति मिनाक्षी लेखी, सांसद व स्पोक्स पर्सन, बी.जे.पी. तथा ब्र.कु. गीता।

दिल्ली-लोधी रोड। सेवाकेन्द्र के 16वें वार्षिकोत्सव की बधाई देते हुए मिनाक्षी लेखी, भारतीय जनता पार्टी की राष्ट्रीय प्रवक्ता एवं नई दिल्ली क्षेत्र की सांसद ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था एक ऐसी संस्था है जो आज के भूले भटके लोगों को रास्ता दिखाती है, उनके जीवन में शांति और प्रेम का मार्ग प्रशस्त करती है। यह बहुत ही उत्तम कार्य है जोकि सराहनीय है। वास्तव में लोगों के विचारों को सशक्त बनाकर ही उनके जीवन व समाज का विकास किया जा सकता है।

ब्र.कु. मृत्युंजय, कार्यकारी सचिव, ब्रह्माकुमारी, माउण्ट आबू ने 16वें वार्षिक उत्सव

पर अपनी शुभकामनाएं दीं और कहा कि इस सेवाकेन्द्र ने 16 साल से इस क्षेत्र के लोगों के जीवन में आध्यात्मिकता द्वारा रोशनी फैलाकर बहुत ही पुण्य का काम किया है। लोगों में अमन और चैन इससे ही संभव है। उन्होंने मुख्यालय से दादियों एवं वरिष्ठ भाई बहनों की ओर से भी शुभकामनाएं दीं और कहा कि इस सेवाकेन्द्र ने अपनी सेवायें बखूबी निभाई है और निभाता रहेगा। ब्र.कु. पुष्पा, संचालिका, क-रोल बाग सेवाकेन्द्र ने अपने आशीर्वचन में कहा कि हम विश्व परिवर्तक हैं। हमारे हर कर्म में परिवर्तन अर्थात् वे खुशी की झलक दिखाई देनी चाहिए जिससे औरों को भी

अपने जीवन परिवर्तन लाने की हिम्मत पैदा हो। बाबा ने हमें निमित्त बनाया है नई दुनिया की स्थापना के तो वो दुनिया कैसी होगी ये हमारे जीवन और चलन से दिखाई दे। इस कार्यक्रम में ब्र.कु. मृत्युंजय, मिनाक्षी लेखी, ब्र.कु. पुष्पा, डी.एम.सूदन, रीयर एडमिरल, भारतीय जल सेना, ब्र.कु. गिरिजा, ब्र.कु. पीयूष आदि ने मिलकर केक काटा। बाल कलाकारों द्वारा अतिथियों का सुंदर व आध्यात्मिक गीतों द्वारा स्वागत किया गया। इससे पूर्व सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. गिरिजा ने आगंतुकों का स्वागत किया व ब्र.कु. पीयूष ने मंच संलान किया।

एकाग्रता के अभाव के कारण भूलें

'पापाजी मैं डॉक्टर बनूँ तो?'

पुत्र पूछता है।

और वो संभव न हो तो बी.एस.सी. होने के बाद लॉ का अभ्यास करके वकील बनूँ तो? या तो कॉमर्स में अभ्यास कर बिज़नेसमैन बनूँ तो? चार्टर्ड एकाउण्टेंट बनने का विचार करूँ तो?'

पिता ने पूछा: 'तुम्हारे मन में और कोई इच्छा नाच रही हो तो कह दो।'

'देखता हूँ मेरे से

क्या-क्या हो सकता है' - पुत्र का फिर अनिश्चित उत्तर। मनुष्य विभाजित और बिखरा हुआ रहे तो वो कोई लक्ष्य सिद्ध कर नहीं सकता। अनिश्चितता की ओर गतिशील रहकर हम अपनी शक्तियों को बर्बाद ही करते हैं। देश-दुनिया के बहुत से लोग ऐसे आनिर्णायक मनोदशा से पीड़ित रहते हैं। मस्तिष्क कोई मंदिर का झंडा नहीं है कि उसे

महीनों तक मेहनत कर सुरंग तैयार किया लेकिन उसे जिस कोठरी में रखा गया था वहां से उसे हटाकर दूसरी कोठरी में रख दिया गया। उसके द्वारा की हुई सारी मेहनत निरर्थक हो गई। फिर भी वो निराश नहीं हुआ। फिर से उसने मेहनत शुरू कर दी और अंत में उसने अपना लक्ष्य प्राप्त कर ही लिया।

यह प्रसंग कोई जेल से भागने की तरकीब

छिन्न-भिन्न कर सकती हैं।

एक विशालकाय वृक्ष जब पुराना होता है, उसपर बहुत बार बिजली गिरती है, वो अनेक आंधियों-तूफानों का सामना करता है। कई बार उसपर हिम वर्षा भी होती है, फिर भी वो सूखता नहीं है। लेकिन उसके तने में अगर दीमक लग गई तो वो उसकी छाल को खाने लगते हैं और वृक्ष सड़ने लग जाता है। बड़े-बड़े स्वप्न भी एक छोटी सी

निष्ठा के कदम से साकार

होते हैं। शर्त यह है कि आपका हर कदम उद्देश्यपूर्ण और ध्येयकेन्द्रित होना चाहिए।

आत्मसुधार के लिए अपनी मार्गदर्शिका इस तरह बनायें -

बुरी आदतों को छोड़ने के लिए :- 1. काम टालने की। 2. नेगेटिव भाषा का उपयोग। 3. एक दिन में एक घण्टे से ज्यादा टी.वी. देखना। अच्छी आदत अपनाने के लिए:- 1. अपने सुस्वास्थ्य के लिए एक्सरसाइज करना। 2. दूसरे दिन के काम की सूची आज

रात्रि को तैयार करना। 3. कभी भी अवसर मिले तो दूसरों की प्रशंसा करना।

अपने घर में नीचे दिये बातों में उपयोग होऊंगा:- 1. अब तक मैं अपनी पत्नी के काम की ओर ध्यान नहीं देता था। अब मैं उनके काम के लिए उनकी तारीफ करूंगा। 2. हर सप्ताह अपने परिवार के लिए कुछ नया करूंगा। 3. हर रोज़ अपने परिवार के लिए एक घण्टा अलग से निकालूंगा।

मानसिक रूप से समृद्ध होने के लिए :- अच्छे व श्रेष्ठ विचारों वाले पाक्षिक या मासिक प्रकाशन को पढ़ूंगा। 2. व्यक्तित्व विकास के लिए पढ़ूंगा। 3. रोज़ चार नये मित्र बनाऊंगा। 4. हर रोज़ तीस मिनट शांत और एकाग्रचित्त होकर विचार-मंथन करूंगा। आप हर रोज़ अपने हाथ में लिए प्रक्रिया द्वारा ही अपनी नकारात्मक आदतों को छोड़ नई सकारात्मक आदतों को अपना सकेंगे। ध्येय केन्द्रिकता ऐसी 'दीयादांडी' है जो आपकी नौका को इच्छित किनारे पर पहुंचाने में मददगार साबित हो सकती है।

मनुष्य अनेक लक्ष्यों में बिखरा हुआ रहेगा तो उसका ध्यान केन्द्रित रहने के बजाय विकेन्द्रित रहेगा। परिणाम स्वरूप एकाग्रता के अभाव के कारण भूलें होने की संभावना बढ़ जाती हैं और ऐसी भूलों की परंपरा दिमाग के स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होती है।



किसी भी तरह लहराने दिया जाये। दिमाग को भी आज़ाद रखने के लिए लक्ष्य के साथ जोड़कर रखना ज़रूरी है।

सबसे शक्तिशाली बनने के लिए मूलभूत नियम है कि आप सामान्य (नॉर्मल) होकर अपनी शक्तियों को केन्द्रित कर उसे योग्य समय पर निर्णायक विषय पर उसे दृढ़तापूर्वक कार्यान्वित करें।

'शक्तियों की - की' में कैसेनोवा ने अपनी सफलता प्राप्ति के बारे में बताया है। कैसेनोवा की एक खासियत यह थी कि वो अपना लक्ष्य एक ही विषय पर केन्द्रित करता। इतना ही नहीं, वो एकाग्रतापूर्वक अपने लक्ष्य के पीछे पड़ जाता और तब तक जब तक कि लक्ष्य सिद्ध न हो जाये। उसके कारण उसका व्यक्तित्व भी आकर्षक बन गया। एक बार कैसेनोवा को वेनिस की एक जेल में कैद कर रख दिया गया। एक ऐसे जेल में जहां से पहले कोई कैदी भाग नहीं सका था। कैसेनोवा ने वहां से भागने का लक्ष्य बनाया और सारा दिन उसके आयोजन के बारे में विचार करता। उसने

के रूप में लेने के लिए नहीं है, बल्कि लक्ष्य सिद्धि की बाधाओं को दूर कर गंतव्य तक पहुंचने अर्थात् प्रयत्न के रूप में लेने के लिए है।

शक्तिशाली मनुष्य का एक ही सूत्र होता है: 'भटकना नहीं और अटकना भी नहीं'। दुनिया में अभिश्रापित कौन? जिसे अपनी शक्तियों की पहचान न हो, वे। विन्सपन चर्चिल कहते हैं कि 'हमेशा याद रखो कि प्रत्येक चुनौतियों के साथ अवसर का एक ऐसा बीज समाया हुआ है जिसको समृद्धि में बदल सकते हैं। जैसे पतंग विपरीत पवन से ऊपर की ओर चढ़ता है, ऐसे ही विकट से विकट मुश्किलतें मनुष्य को मज़बूत बनाती हैं।

मानसिक शक्ति को प्राणवायु देने वाला कोई तत्व है - तो वो है एकाग्रता। भटकता मन यानि कांटों का जंगल। अपनी इच्छायें मर्यादित रखो, नहीं तो आप नॉर्मल से आगे नहीं बढ़ पायेंगे। सच ही तो है कि ज़िन्दगी तुच्छ बातों में व्यर्थ करने की वस्तु नहीं है। छोटी-छोटी बातें भी आपके व्यक्तित्व को

बेहतर प्रशासनिक... - पेज 1 का शेष

है। इसलिए दूसरों पर प्रशासन करने से पहले हमें अपनी कर्मन्धियों पर प्रशासन करना ज़रूरी है। यह राजयोग द्वारा ही सम्भव हो सकता है। प्रशासक प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. हरीश ने कहा कि एक समय था जब भारत की प्रशासन व्यवस्था बहुत अच्छी थी। भारत जगतगुरु था परन्तु आज सब कुछ होते हुए भी शान्ति नहीं है क्योंकि आज सब

जगह मूल्यों का हास होता जा रहा है। परमपिता परमात्मा की इच्छाशक्ति से शान्तिवन में आज विश्व के नवनिर्माण के कार्य के साथ-साथ मूल्यनिष्ठ प्रशासन का प्रशिक्षण भी दिया जा रहा है। इस कार्यक्रम में जयपुर से प्रशासक प्रभाग की संभागीय संयोजिका ब्र.कु. पूनम ने कुशल मंच संचालन किया। इस दौरान ब्र.कु. प्रमिला समेत कई वरिष्ठ सदस्य मौजूद रहे। सभी ने वत्सो सामुहिक ने राजयोग मेडिटेशन किया

नुक्कर नाटक का शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. बहनें।

सिवान-विहार। नशामुक्ति अभियान के तहत आयोजित



नई दिल्ली। स्वास्थ्य एवं कल्याण मंत्री जगत प्रसाद नड्डा को ईश्वरीय निमंत्रण देते हुए ब्र.कु. मृत्युंजय, ब्र.कु. प्रकाश, ब्र.कु. शिविका व अन्य।



सुनाम-पंजाब। किसान सशक्तिकरण अभियान के कार्यक्रम के पश्चात् आर्तिया एसोसिएशन के मंडी बोर्ड के वाइस चेयरमैन रविन्द्र सिंह चीमा, एस.डी.एम. राजदीप सिंह बरार व चीफ एग्जीक्यूटिव ऑफिसर परमिंदर सिंह गिल को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. मीरा व ब्र.कु. रेखा। साथ हैं ब्र.कु. ओमप्रकाश।



देहरादून। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान शहर के गणमान्य जनों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. प्रेमलता दीदी।



महाराजगंज-उ.प्र.। चैतन्य देवियों की झाँकी का अवलोकन कराने के पश्चात् दीपेन्द्र कुशवाहा, उपजिलाधिकारी, सिसवा बाज़ार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मनोज बहन व ब्र.कु. अबिता बहन।



तपकरा-गुमला। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डी.सी.एम. डॉ. अजय शर्मा, कृषि विज्ञान केन्द्र, कार्यक्रम समन्वयक सुरात पैकरा, ब्र.कु. सेफाली, ब्र.कु. शांति व अन्य।



धुबरी-असम। सेवाकेन्द्र की ओर से लगाई गई चैतन्य देवियों की झाँकी की जनप्रियता एवं सुंदरता को देखते हुए सामाजिक संस्था 'चेतना' की ओर से ब्र.कु. जोनती को 'चेतना शरद सम्मान 2015' से पुरस्कृत करते हुए चेतना शरद ग्रुप के असिस्टेंट सेक्रेटरी रंजीत घोष।



जालन्धर-ग्रीन पार्क। भारतीय जीवन बीमा निगम के जालन्धर मण्डल के सीनियर एस.डी.एम. आर.के. शर्मा को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. रेखा, ब्र.कु. मोरा व अन्य।



फर्रुखाबाद-उ.प्र.। अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान के कार्यक्रम में राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के अध्यक्ष गोविन्द भाई को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. कुसुम। साथ है ब्र.कु. मन्जु।



खुर्जा-बुलंदशहर। पंचवटी हॉल में 'किसान सशक्तिकरण अभियान' कार्यक्रम के दौरान ज्ञान प्रकाश बजाज, मैनेजिंग ट्रस्टी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शीला, अलीगढ़।



भंगरोट्ट-मण्डी। ज्ञानचर्चा के पश्चात् तहसीलदार जयगोपाल शर्मा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रेमलता।



मनोहरथाना-राज.। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् चित्र में भाजपा मण्डल अध्यक्ष प्यारे लाल, तहसीलदार गोविंद जी, मिन्सीपल रामजीलाल व ब्र.कु. निशा।



मऊ-उ.प्र.। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् बीज अनुसंधान निदेशालय, कुशमौर के डायरेक्टर डॉ. राजेन्द्र प्रसाद ब्र.कु. विमला को स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए।

अभिमान की कलाई को उतार, आत्मा समझो

गतांक से आगे...

तब राजा जनक ने कहा कि यही मेरी जीवन-मुक्त स्थिति का रहस्य है। जीवन में रहते हुए मुक्ति का अनुभव करने के लिए या विदेही बनने के लिए साधन कोई बाधा नहीं है। लेकिन आपका ध्यान कहाँ होता है, ये मुख्य बात है। आपने सब कुछ छोड़ दिया है लेकिन अगर ध्यान में वही सब कुछ घूम रहा है, तो उन्हें छोड़ने से कोई फायदा नहीं है। मैं इन सभी साधन-सुविधाओं व भौतिक चीजों के बीच में रहता हूँ लेकिन अपना ध्यान उस आत्मा दीपक पर रखता हूँ। ये दीपक कभी बुझ नहीं जाना चाहिए। यही, 'जीवनमुक्ति' का रहस्य है। इसलिए कहा जाता है कि साधन बुरे नहीं हैं। यदि ये साधन ही न हों, तो ये आवाज़ आप तक पहुंचेगा कैसे! इसलिए साधन बुरे नहीं हैं, लेकिन मेरी मनोवृत्ति, मेरा ध्यान कहाँ है? इसके ऊपर सारा निर्भर करता है। मैं जीवन तो जी रहा हूँ लेकिन किस तरह से जी रहा हूँ, यह महत्वपूर्ण है। इच्छाओं और क्रोध से मुक्त आत्म-संयमी जीवन, जिनके मन में कोई संशय नहीं रहा अर्थात् आत्मज्ञानी, अंतर्मुखी, सदा सुखी, अपने पापों को नष्ट कर, इस लोक में रहते हुए भी जीवनमुक्त हैं। वह सिद्ध स्वरूप पुरुष हैं। ऐसा सिद्ध स्वरूप पुरुष और कौन था श्रीकृष्ण के सिवाय। सबसे बड़ा उदाहरण वही था। जीवन में रहते हुए सदा मुक्त स्वरूप में, कोई भी प्रकार की बुरी मनोवृत्ति उसके मन को छू भी नहीं सकी। इसलिए तो आज हम उनकी पूजा करते हैं। मंदिरों में जाकर उनका गायन करते हैं, उनकी महिमा गाते हैं, उनके भजन गाते हैं। लेकिन क्या हमने उनसे ये प्रेरणा प्राप्त की कि हमें भी अपना जीवन ऐसा बनाना है? कम-से-कम उन आत्माओं से, उन महान विभूतियों से हम अपने जीवन के अंदर ये प्रेरणा लें कि हम भी स्वयं को ऐसा महान बना सकते हैं।

हे मुसाफिर ! नए वर्ष - पेज 2 का शेष

जीवन की गाड़ी तीनों गेज के पाटे पर दौड़नी चाहिए। मनुष्य के जीवन में मनोरंजन भी आवश्यक है। संतोष और सावधानी भी ज़रूरी है। इन तीनों गेज के पाटे पर अपने जीवन की गाड़ी को चलाकर, समन्वयवादी दृष्टि बनाये रखें, इससे पश्चाताप का समय नहीं आयेगा।

श्रीमति रुझवेल्ट से किसी ने पूछा कि सुख प्राप्ति के लिए सबसे मुख्य आवश्यकता किस चीज़ की है? उन्होंने जवाब दिया -

1. अपने आप के प्रति और आपके आसपास के लोगों के प्रति प्रमाणिक रहे हों, ऐसी भावना।

2. आप अपने निजी जीवन में और अपने कार्य के लिए सब कुछ कर चुके हों, ऐसा आत्म संतोष।

3. दूसरों को चाहने की शक्ति के अलावा दूसरों के उपयोगी होने की भावना। स्वयं को ही देखते रहना, मिया मिट्टू बनते रहना, ये जीवन संग्राम में पीछे हटने के कारण दुःख की शुरुआत होती है। दूसरों के

भगवान अर्जुन को ध्यान की प्रक्रिया बताते हैं कि हे अर्जुन! बाहर के विषयों, दृश्यों का चिंतन नहीं करो। अपने अंतर्चक्षु को भूकुटी के बीच स्थित करो। क्योंकि यही आत्मा का अनादि स्थान है। मेडिकल साइंस में इस बात का उल्लेख है कि हाइपोथैलेमस और पिट्यूटरी ग्लैंड के बीच में आत्मा का निवास है, जो एकदम भूकुटी के मध्य में स्थित है।

इसलिए मनुष्य मंदिर में जाता है, तो आत्मस्वरूप का भाव प्रगट करने के लिए वो तिलक लगाता है। भारत में प्रथा है कि मंदिर में जब जाते हैं तो चमड़े की चीज़ को बाहर उतारते हैं, फिर अंदर जाकर के

तिलक लगाते हैं। तिलक भी भूकुटी के बीच में लगाते हैं और कहीं भी नहीं लगाते हैं। यहाँ ही क्यों लगाया? क्योंकि वहीं आत्मा का निवास स्थान है। उसके बाद भगवान की मूर्ति के आगे हाथ जोड़कर के नमन करते हैं। ये प्रथा चलती आई है। परंतु उसके पीछे का भाव कभी किसी ने नहीं समझा कि चमड़ें की ही चीज़ को बाहर क्यों उतारा। वो चमड़ा तो उतार दिया लेकिन ये चमड़ा जो लगा हुआ है, जिस चमड़े का इंसान अभिमान करता है! वास्तव में उतारना है तो अभिमान के चमड़े को बाहर उतारकर आओ। फिर अंदर आकर के तिलक लगाया माना स्वयं को देह नहीं आत्मा समझा। मैं एक शुद्ध पवित्र आत्मा हूँ इस भाव को विकसित करो। फिर भगवान की मूर्ति के आगे जाकर के हे प्रभु! मैं फलाना आपको नमन नहीं कर रहा हूँ, लेकिन मैं आत्मा आपकी संतान आपको अपनी भावनायें

अर्पित कर रहा हूँ। कितना सुंदर भाव है ये! लेकिन क्या कभी हम इस भाव के साथ में गए? नहीं, तो आज के बाद हमें इस भाव को विकसित करना चाहिए। भगवान ने इसलिए इस भाव को विकसित करने के लिए अर्जुन को कहा कि बाहर के दृश्यों और विषयों का चिंतन नहीं करो। जब भी मेडिटेशन में बैठो, ध्यान में बैठो, परमात्मा के सम्मुख बैठो तो उस

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा



समय बाहर के विषयों और दृश्यों का चिंतन नहीं करो। लेकिन अपने अंतर्चक्षु को फलाना व्यक्ति, फलाना कारोबार, फलाना काम रह गया, ये सोचने के बजाय जब वहाँ पर बैठे हो तो सब चिंतनों को बंद करके स्वयं के अंतर्चक्षु को भूकुटी के बीच में स्थित करो अर्थात् स्वयं को आत्मा निश्चय करो, मन को शांत करो और परमात्मा के ध्यान में बुद्धि को एकाग्र करो तथा संपूर्ण प्राणियों के प्रति कल्याण की कामना को प्रवाहित कर, सांसारिक दुःखों से छुटकारा दिलाकर परमशांति को प्राप्त कर लो। ये ध्यान की सही विधि है। हम जितनी अच्छी भावनाओं को प्रवाहित करेंगे, संसार में उतनी ही ये भावनायें वापिस आयेंगी। जैसे ही आप भावनाओं को फैलाते हैं, वही भावनायें पुनः आपके पास लौट कर आयेंगी, क्योंकि ये अनादि कर्मों का सिद्धांत है। - क्रमशः

शरीर की भी अपने आप संभाल करेगा।

बहुत गहराई खोदें लेकिन भूतकाल की गहराईयों को नहीं। अगर भूतकाल की गहराई में जायेंगे तो आत्मनिंदक बन जायेंगे।

इस जीवन जगत में गहरे उतरकर अपनी खुश में पड़ी सांकल से उसकी प्रवृत्ति के साथ अपने को जोड़ने का प्रयत्न करें। एक बार आपका सम्पर्क होगा तो आप अजय होंगे।

संकल्प करें:

1. जीवन सिर्फ जीना नहीं लेकिन 'जीवंत' रहकर प्रसन्न रहना है।
2. समस्याओं को स्वयं पर हावी नहीं होने दें।
3. निरंतर साधना पथ पर स्वयं को केन्द्रित रखें।
4. सत्य, शुभ और श्रेष्ठ तत्व की ओर सदा प्रयासरत रहें।
5. स्वयं की भूलों को स्वीकार करने की उदारता और अन्य के उपयोगी होने की भावना बनाये रखें।

जीवन सिर्फ मुसाफिरी ही नहीं लेकिन यात्रा बननी चाहिए। प्रतिवर्ष 365 दिन पूरा कर ज़िन्दगी की गाड़ी हमें नये प्लेटफॉर्म पर खड़ा कर देती है।



पासे चाहिए होते हैं। हलके मनुष्य का सम्पर्क टालना चाहिए। अपने मन के धार को तीक्ष्ण बनाए रखो। मनुष्य अपनी मुट्ठी से या तलवार से अपनी रक्षा कर सकता है लेकिन उसका श्रेष्ठ हथियार उसकी बुद्धि है। लेकिन इस हथियार को कष्ट रूपी अग्नि में रखना चाहिए। उसे सदा चमकदार बनाना चाहिए। अगर मन साफ होगा तो

कथा सरिता

चंपानगर गांव में हीरा

नाम का एक बहुत ही गरीब व्यक्ति

नकल का फल

रहता था। गरीबी से तंग आकर वह तपस्या करने बैठ गया। तपस्या में कई अड़चनें आईं लेकिन वह बिल्कुल नहीं डिगा। हीरा की तपस्या से धन के देवता कुबेर प्रसन्न हुए और एक रात उसे दर्शन दिए। उन्होंने कहा, 'कल सूर्योदय के समय तुम एक लाठी लेकर दरवाजे पर खड़े हो जाना। तुम्हारे दरवाजे पर एक भिक्षुक आयेगा। तुम उसके भिक्षापात्र से लाठी को छुआ देना। वह भिक्षापात्र सोने में बदल जाएगा। फिर तुम उसे रख लेना। ऐसा दस दिन करना। इससे तुम्हारे पास दस सोने के पात्र हो जाएंगे जो तुम्हारी गरीबी दूर करने में सहायक होंगे।' इतना कहने के बाद कुबेर देवता चले गए। दूसरे दिन सूर्योदय से हीरा वह उपाय करने लगा। एक दिन उसके पड़ोसी रतन ने उसे ऐसा करते देख लिया। अगले दिन से वह भी लाठी लेकर भिक्षुक की प्रतीक्षा करने लगा। कई दिनों बाद उसके दरवाजे पर एक भिक्षुक आया। उसके भिक्षापात्र पर रतन ने लाठी छुआई पर वह सोने में नहीं बदला। यह देख रतन को गुस्सा आ गया। उसने लाठी से भिक्षुक के सिर पर वार कर दिया। सिर पर गहरी चोट लगने से भिक्षुक के प्राण निकल गए। यह सूचना राजा तक पहुंची। राजकर्मचारी उसे गिरफ्तार कर ले गए और राजा के सामने पेश किया। आरोप सिद्ध होने पर उसे मृत्युदंड दिया गया।

एक बार चंदन वन में दो

हाथी गज्जी और हस्ती कहीं से

लालच की खाई

घूमते हुए वहां आ गए। गज्जी की नज़र एक जगह पड़े हुए केले के गुच्छे की तरफ पड़ी। ताजा-ताजा केले देख गज्जी के मुँह में पानी आ गया। वह उस तरफ जाने लगा तो हस्ती की नज़र भी उस गुच्छे पर चली गई। दोनों के मन में पूरा गुच्छा खाने की लालच आ गया। वे उसी तरफ दौड़ने लगे। तभी गज्जी बोला, 'हस्ती भैया, पहले मैंने गुच्छे को देखा है इसलिए इसपर मेरा ही हक है। पूरा मैं ही खाऊंगा। इसे देखकर तो लग रहा है कि दूसरा गुच्छा भी होता तो उसे भी खा जाता।' हस्ती ने उसे सूंड से धक्का देते हुए कहा, 'ज्यादा सयाना मत बन। मैं पूरा खाऊंगा। चल यहां से नौ दो ग्यारह हो जा, नहीं तो मार खाएगा।' हस्ती की बात सुनकर गज्जी को गुस्सा आ गया। वह बोला, 'हस्ती, अभी तक तो प्रेम से कह रहा था। अब यहां से भाग जा वरना अच्छा नहीं होगा।' इस तरह दोनों हाथियों में लड़ाई शुरू हो गई। वे सूंड से सूंड और दांत से दांत टकराकर लड़ने लगे। दोनों में से कोई कम नहीं पड़ रहा था। फिर हस्ती ने थोड़ा धकेला तो गज्जी पीछे हो गया। अब तो हस्ती उसे धकेलता और गज्जी पीछे होता रहा। उसकी पार नहीं पड़ रही थी। गज्जी लेकिन हार नहीं मान रहा था। इस तरह दोनों एक-दूसरे से गुत्थम-गुत्था होते हुए एक पहाड़ी पर चढ़ गए। उसके पीछे गहरी खाई थी। गुस्से और लालच में वे नहीं देख पाए कि थोड़ा सा पीछे हटने पर सीधे खाई में गिरेंगे। और यही हुआ। लालच ने दोनों हाथियों की

जान ले ली।

बहुत समय पहले

विराट नगर के राजा चतुर सेन

योग्य राजा का चुनाव

थे। वे हर रोज़ घूमकर प्रजा का हाल जानते रहते थे। इसके लिए वे कई तरह की प्रतियोगिताएं भी करवाते रहते थे। जब वे वृद्ध हो गए तो उन्हें लगा कि अब वे असमर्थ होते जा रहे हैं। एक दिन उन्होंने एक अनोखी प्रतियोगिता के लिए ढिंढोरा पिटवा दिया। उस प्रतियोगिता में भाग लेने वालों में होड़ मच गई। राजकुमार से लेकर आम आदमी उसमें भाग लेने पहुंचा था। राजा ने प्रतियोगिता की शुरुआत राजकुमार से की। उन्होंने एक प्रश्न किया, 'ऐसा कौन सा वृक्ष है जिसे लगाने पर सफलता के ऐसे फल मिलें जिन्हें खाकर राज्य का भाग्य ही बदल जाए। चारों ओर खुशहाली हो। प्रजा में कोई भी दुःख नहीं हो।' राजकुमार को इसका कोई उत्तर नहीं सूझा। इसके बाद राजा ने एक-एक कर सभी से वही प्रश्न पूछना शुरू किया लेकिन कोई भी नहीं बता पाया। राजा निराश होने लगे। अंत में दूर गांव से दिखने में साधारण सा एक ग्रामीण युवक आया। उसने कहा, 'महाराज, अपने राज्य में सकारात्मक सोच के वृक्ष लगाए जाने चाहिए। उनपर ही सफलता के फल लगेंगे। उन्हें खाकर ही राज्य में प्रगति होगी। प्रजा में सुख-संपन्नता का प्रसार होगा।' यह सुनकर राजा खुश हो गए। उन्होंने युवक को गले लगा लिया। उसी समय उन्होंने उसे राजा बनाने की घोषणा कर दी। वे बोले, 'ऐसी सोच रखने वाले युवक के हाथों में राज सौंपकर मैं निश्चिंत हो सकता हूँ।' दूसरे दिन ही युवक को राजा बनाकर वे सन्यास धारण कर वहां से चले गए।

राजनगर गांव में सुखी

नाम का एक जुलाहा रहता था।

सच्ची कमाई

वह सर्दियों में दुशाले तैयार करके बेचता था। उसी से उसकी आजीविका चलती थी। इस काम से वह बहुत खुश था। सुखी दुशाले बनाने के लिए अच्छी ऊन खरीदता और सच्चे मन से उन्हें बुनता। बुनते समय वह हमेशा भगवान का ध्यान करता और भक्ति के गीत गुनगुनाता रहता। उसके दुशाले में कोई रत्तीभर भी कमी नहीं निकाल सकता था। एक दिन गांव का एक सेठ सुनहरी लाल रंग के उससे दो दुशाले ले गया और दो-तीन दिन बाद पैसे भिजवाने को कह गया। जब पांच दिन निकल गए और सेठ ने पैसे नहीं भिजवाए तो सुखी स्वयं ही चला गया। सेठ लालची था। वह अपना व्यापार भी छल से चलाता था। सुखी को देखकर बोला, 'भाई, मेरे घर में जहां दुशाले रखे हुए थे पास में ही मिट्टी का तेल रखा हुआ था। तेल फैल गया इससे वहां आग लग गई और वे जल गए। अब तुम ही बताओ उनके पैसे कैसे दे दूँ।' सुखी बोला, 'ऐसा हो ही नहीं सकता। मैं मेहनत और सच्चाई से काम करता हूँ इसलिए दुशालों में आग लग ही नहीं सकती।' उसके कंधे पर एक दुशाला लटका हुआ था। उसने सेठ को दुशाला देते हुए कहा, 'इसे तेल में भिगोकर आग लगा दो।' सेठ ने सोचा, 'ऐसा करने में क्या हर्ज है।' तब तक वहां भीड़ लग गई थी। सेठ ने सभी के सामने दुशाले को तेल में भिगोया और आग लगा दी। दुशाला जैसा था वैसा ही रहा। उसमें आग लगी ही नहीं। सुखी बोला, 'देखा सच को कभी आंच नहीं लगती।' सेठ बहुत शर्मिंदा हुआ। उसने सुखी को दो दुशालों के पैसे निकाल कर दे दिए। उस दिन से सेठ ने भी लोगों से छल-कपट करना छोड़ दिया।



चिरकुण्डा-झारखण्ड। छठपूजा के उपलक्ष्य में आयोजित आध्यात्मिक प्रदर्शनी में ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् चित्र में ब.कु. बहनें।



झालावाड़। सड़क दुर्घटना में पीड़ित आत्माओं के लिए आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ट्रैफिक इंचार्ज सूरजमल मीणा, हेड कॉन्सटेबल अब्दुल सलीम, कॉन्सटेबल सुरेश मीणा, ब.कु. मीना व अन्य।



डिवरूगढ़-असम। आध्यात्मिक क्लास व योग भट्टी कराने के पश्चात् समूह चित्र में ब.कु. आत्मप्रकाश, माउण्ट आबू, ब.कु. बिनीता व अन्य।



जम्मू-कटरा। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' का उद्घाटन करते हुए ब.कु. विजय, ब.कु. राजिन्द्र, डॉ. एस.एस. जामवाल, डायरेक्टर ऑफ एग्रीकल्चर जम्मू प्रोविन्स, जनाब गुलाब नवी लोन हंजुरा, मिनिस्टर फॉर एग्रीकल्चर प्रोडक्शन, ब.कु. सरला, ब.कु. सुदर्शन, ब.कु. किरन, ब.कु. रजनी व ब.कु. रविन्द्र।



कोटा-राज। राजयोग शिविर का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए मेयर सतीश जी, ब.कु. गीता, ब.कु. नारायण व अन्य।



उन्नाव-उ.प्र.। 'तनाव मुक्ति से तंदुरुस्ती एवं सफलता के पाँच कदम' कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब.कु. डॉ. प्रभा मिश्रा, ब.कु. डॉ. गिरीश पटेल, शिक्षक विधायक राजबहादुर सिंह चन्देल, नगर अध्यक्ष रामचन्द्र गुप्ता, ब.कु. विद्या व ब.कु. कुसुम।

हर बार की तरह इस बार भी हम ऐसी ही कुछ उम्मीदों के साथ अपने को दिशा दे रहे होंगे, क्योंकि जो होता आया है उससे अच्छा होगा, इसी उम्मीद से हम हर बार कदम बढ़ाते हैं। कदम जब कहीं थोड़ा रुकते हैं, तो हम सोचते, शायद इस बार यहाँ पर गलती हो गई। चलिए खैर, ये सब तो हमारी उलझन व फितरत है अपने हिसाब से उम्मीदों को जगाने की, लेकिन कुछ अच्छा, इसकी आश आपको जीने अवश्य देगी।

हम हर पल घट रहे हैं, आप चाहे मानो या ना मानो आप जो 10 मिनट पहले

नववर्ष अच्छा ही होगा!

थे, वो दस मिनट बाद नहीं होंगे। पिछला कल और आने वाला कल दोनों के साथ ही तो आप जी रहे हो। चिंता है तो कल की, जो बीत गया। तो आपका तो हर दिन ही नव वर्ष है। लेकिन उसको जीना, उसको समझना हमारे समझ से परे है। अब जब आप ही कहते हो कि जीवन रैन बसेरा है, कि असलीयत कुछ और है, उम्मीदों के सहारे हर बार हम इंतज़ार में बिता देते हैं कि इस बार ऐसा, इस बार ऐसा।

अरे भाई, हर बार इस बार ही है! आपको हम याद दिला दें कि जब अकबर ने बीरबल से पूछा कि कोई

ऐसी बात सुनाओ जिसमें जीवन का सार हो, तो पता है बीरबल ने क्या



कहा, 'ये वक्त भी गुज़र जायेगा'। ना वक्त ठहर रहा है और ना बातें ठहर रही हैं, लेकिन हम उसे ठहराने का प्रयास कर रहे हैं। कहने का भाव है कि सब कुछ बदल रहा है, यदि कुछ नहीं बदल रहा है तो वह है आपकी हमारी यादें। उन यादों में यदि

कुछ अच्छी व सुनहरी यादें हैं, तो वो आपको सुख देंगी, लेकिन जिन यादों से आपको दुःख मिलता है उसे क्यों याद करना है? लेकिन हम तुलना करते हैं, नहीं पिछली बार से अच्छा इस बार है, अरे भाई नहीं, पिछली बार भी अच्छा ही था, बस उसे हम समझ नहीं पाए। अब हमें करना क्या है कि हमें यादों को यादगार बनाना है। उसके लिए कुछ ऐसा करना है, कुछ अलग करना है, कुछ बेहतरीन करना है। ज़िन्दगी बेहतर होती है, जब आप खुश होते हैं, लेकिन ज़िन्दगी बेहतरीन तब होगी जब आपकी वजह से लोग खुश होंगे।

तो इस बार आपको लक्ष्य मिल गया है कि आपको अपने को इतना शक्तिशाली बनाना है कि आपसे किसी को भी किसी तरह का दुःख ना मिले। हम ये नहीं कह रहे हैं कि एकाएक यह सारा कुछ होगा, लेकिन यादों को यादगार बनाने के लिए खुद को याद

दिलाना है कि मुझे कुछ अच्छे से अच्छा करना है। उसके लिए अपने



आपको मूल्यों व मानदंडों पर चलाना होगा। सोचिए ज़रा लोग अपनी-अपनी योग्यता के आधार से पद पाते हैं और पद के आधार से ही खुश होते हैं। ज़िन्दगी भर वो इसी खुशी की तलाश में ही रहे हैं, लेकिन आपको पता हो कि खुश वो हैं, जो खुशी बांट रहे हैं। तो इस नव वर्ष में आपको खुशी बांटनी है, इस लक्ष्य के साथ ही नव वर्ष की शुरुआत करनी है। शायद आप भी उस लिस्ट में शामिल हो जाएँ जिसमें हम हैं... आप सभी को आने वाले नव वर्ष की ढेर सारी बधाइयाँ....

प्रश्न: बापदादा कहते हैं कि विनाशकाल में आठ प्रकार के पेपर आयेंगे - वह कौन-कौन से पेपर हैं तथा उन्हें पास करने के लिए हमें क्या पुरुषार्थ करना होगा ?

उत्तर: विनाशकाल एक अति भयानक घटना होगी। इसमें मनुष्य पिस जायेगा। साधन और मनुष्य उसका साथ छोड़ जाएंगे। विश्व बदलेगा, नया बनेगा, इसमें भयानक परिवर्तन आयेगा। जिनकी स्थिति श्रेष्ठ होगी, उन पर विनाश का प्रभाव नहीं आयेगा। पहला - प्रकृति के पेपर... जल व अग्नि अति विनाशकारी दृश्य सामने लायेंगे। प्रकृति के पाँचों ही तत्व भयानक रूप से वार करेंगे।

दूसरा - पाँचों विकारों से पेपर... जिसमें जिस विकार का अंश रह जाएगा वह अंश उस समय वंश में बदल जायेगा।

तीसरा - सम्बन्धों के पेपर... सम्बन्धों में टकराव बढ़ेगा, परंतु विनाशकाल में मोह के पेपर ज्यादा आयेंगे।

चौथा - बीमारियों के पेपर... शारीरिक व मानसिक बीमारियाँ असाध्य हो जाएंगी व कोई किसी को देखने वाला नहीं रहेगा।

पाँचवा - अपने संस्कारों के पेपर तथा दूसरों के संस्कारों से टकराव के पेपर... जो भी कड़ा संस्कार किसी में रह जायेगा उसी का कष्ट कारण स्वरूप बन जायेगा।

छठवां - भटकती हुई आत्माओं व तंत्र-मंत्र के पेपर... अकाले मृत्यु के कारण अनेक आत्माएं भटक जाएंगी, वे वार करेंगी व अपना बुरा प्रभाव डालेंगी। सातवां - गृह युद्ध व विश्व युद्ध के पेपर।

आठवां - सरकार की ओर से पेपर व धन आदि के पेपर।

इन सभी पेपर में वही फुल पास हो सकेंगे जिन्होंने स्वयं को ज्ञान-बल, पुण्यों का बल से भरा होगा व स्मृति स्वरूप होने का अभ्यास बहुत समय तक किया होगा।

प्रश्न: स्वदर्शन चक्र का क्या मतलब है? ये कैसे घूमता है?

उत्तर: स्वदर्शन चक्र हम भक्ति मार्ग के चित्रों में या तो देवी-देवताओं के हाथों में देखते हैं। खास तौर

पर श्रीकृष्ण और विष्णु के हाथ में। पर भक्ति में समझते थे कि स्वदर्शन चक्र एक शस्त्र है जिसको गुस्सा आने पर श्रीकृष्ण और विष्णु असुरों का गला काटने के लिए चलाते थे।

अब ज्ञान स्वयं परमात्मा ने बताया है कि यह स्वदर्शन चक्र संगम पर ब्रह्मा मुखवंशावली ब्राह्मणों का है। देवतायें कोई हिंसा नहीं करते थे न ही सतयुग में कोई असुर होता है जिसका गला काटना पड़े। यह तो संगम पर हम ब्राह्मण स्व का दर्शन माना आत्मा



मन की बातें
- ब.कु. सूर्य

के आदि मध्य अंत में ये पार्ट, जो रोल इस बेहद की सृष्टि चक्र रूपी ज्ञामा में निभाते हैं उसको देखते हुए स्व में परिवर्तन करना और आत्मा की मूल शक्तियों और गुणों को धारण करते जाना।

परमात्मा ने जो हमें ज्ञान दिया है उस आधार पर हम स्वयं की चेकिंग करते हुए इस चक्र को फिराते हुए जो आत्मा के अंदर द्वार से लेकर 63 जन्मों में विकार पैदा हो गए हैं, उन असुरों (काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार) का गला काटना है।

जितना हम स्वदर्शन चक्र सारा दिन में घुमाएंगे उतना ही आत्मा में शक्ति और ज्ञान का तेज बढ़ता जायेगा। हर कर्म में आदि मध्य अंत के गुणों और शक्तियों की स्मृति होगी। जिससे कर्म में सफलता होगी। दूसरा संगम युग में माया का जो वार होता है वो स्वदर्शन चक्र घुमाने से ही छूटता है। इसके लिए शस्त्रों में गज और ग्राह की कथा भी लिखी हुई है। इसलिए आत्मा को अगर कर्मन्द्रियों का राजा बनाना है और भविष्य राज्य पद के अधिकारी बनना है तो स्वदर्शन से ही बन सकते हैं।

कैसे घुमाएं स्वदर्शनचक्र- बिन्दु रूप स्थिति -

आत्मा को परमधाम में निराकारी स्थिति में अपने परमात्मा पिता के साथ कर्मातीत अवस्था में देखना है।

देव स्वरूप - सतयुग नई दुनिया में डबल ताजधारी - 16 कला सम्पूर्ण, सम्पूर्ण निर्विकारी, अहिंसा परमोधर्म, मर्यादा पुरुषोत्तम के रूप में देखना है।

पूज्य स्वरूप - फिर इमर्ज करना है मंदिरों में इष्ट स्वरूप में खड़े हैं। भक्त हमारा आह्वान कर रहे हैं। बाबा हमारे उन भक्तों की आश पूरी कर रहे हैं। मैं अपने नैनों द्वारा उनको सकाश दे रही हूँ कि वो भी बाबा से आकर वर्सा लें।

ब्राह्मण स्वरूप - खुद को कल्प वृक्ष की जड़ों में ब्रह्मा बाबा के साथ पवित्रता का सकाश फैलाते हुए महसूस करो।

फरिश्ता - माना फर्श से कोई रिश्ता न रहे। लाइट और माइट का स्वरूप। शिव बाबा से शक्ति लेकर अपने सूक्ष्म स्वरूप द्वारा सृष्टि को पावन बनाने का कार्य करना है।

हमारे सभी स्वरूप देखा जाये तो पवित्र स्वरूप हैं और हमेशा देने के संस्कारों वाले। तो स्वदर्शन हमें पवित्र और वरदानी मूर्त बना देता है।

प्रश्न: बाबा ने बिंदु रूप होने को कहा है, हम क्या करें? बुद्धि स्थिर नहीं होती। इसका कोई उपाय बतायें।

उत्तर: मैं आत्मा बिंदु, शिवबाबा बिंदु और जिसको भी देखो वह भी बिंदु।

ये अभ्यास सारे दिन में करते रहना चाहिए। इससे धीरे-धीरे मन का भटकना बंद होने लगेगा और देह-अभिमान भी छूटने लगेगा।

स्वयं को भृकुटि के मध्य चमकती हुई मणि देखो। कम से कम एक बार में दस सेकण्ड तक देखने का अभ्यास करें।

योग का सीधा संबंध पवित्रता से है। जिनके पास अपवित्रता ज्यादा है वे योगी नहीं बन सकते। देह को देखने की आदत भी योगी बनने नहीं देगी। इसलिए श्रेष्ठ योगी बनने वालों को पवित्रता को सुदृढ़ करना चाहिए तथा योग के विभिन्न मनोरंजक अभ्यास करने चाहिए।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

पेपर वीकली

DD सब्सक्रिप्शन की सुविधा के साथ DTH व GOD TV के साथ भी उपलब्ध है।

10.00pm तक हर रविवार को...

Call: 8104777111/9414181111

7 कदम राजयोग की ओर...



For Cable & DTH
+91 8104777111

TATA SKY 192 airtel 686 VIDEOCON 497 RELIANCE 171

Peace of Mind

"C" Band, MPEG4 DVB-S2 Receiver-FRQ: 4054, POL: H, SYM: 13230, INSAT: 4A, DEG:83*E



ज्ञानसरोवर। जीवन के 100 वर्ष पूरे होने पर आयोजित 'कॉल ऑफ टाइम' कार्यक्रम में अपने आशीर्चन देते हुए दादी जानकी। साथ हैं ब्र.कु. जयंती।



चार अहमूल्य रत्न...

पहला रत्न है: "माफी"

तुम्हारे लिए कोई कुछ भी कहे, तुम उसकी बात को कभी अपने मन में न बिटाना, और न ही उसके लिए कभी प्रतिकार की भावना मन में रखना, बल्कि उसे माफ कर देना।

दूसरा रत्न है: "भूल जाना"

अपने द्वारा दूसरों के प्रति किये गए उपकारों को भूल जाना, कभी भी उस किये गए उपकार का प्रतिलाभ मिलने की उम्मीद मन

हम तब तक कुछ नहीं कर सकते जब तक उस सृष्टि नियंता के विधान में नहीं लिखा होगा। परमपिता परमात्मा पर रखा गया विश्वास ही तुम्हें जीवन के हर संकट से बचाएगा और सफल करेगा।

चौथा रत्न है: "वैराग्य"

हमेशा यह याद रखना कि जब हमारा जन्म हुआ है तो निश्चित ही हमें एक दिन मरना ही है। इसलिए किसी के लिए अपने मन में

जब आप किसी को पसंद करने लगते हैं, तब आप उसकी सारी बुराई भूल जाते हैं...और जब आप किसी को नापसंद करने लगते हैं तो उसकी सारी खूबियां भूल जाते हैं... आज इंसान शांति पाने के लिए किसी भी तरह के प्रयास में हिचकता नहीं है, परंतु यह उसका दुर्भाग्य होता है कि उसे शांति प्राप्त होती नहीं है। कारण कि शांति हमें धन-दौलत से नहीं अपितु दूसरों का सहयोग करने से, और वो भी निःस्वार्थ भाव से करने से प्राप्त होती है।

इसी संदर्भ में इस छोटी परंतु महत्वपूर्ण सुंदर कहानी को आपके सम्मुख रख रहा हूँ: एक वृद्ध संत ने अपनी अंतिम घड़ी नज़दीक देख, अपने बच्चों को अपने पास बुलाया और कहा: मैं तुम चारों बच्चों को एक-एक कीमती रत्न दे रहा हूँ, मुझे पूर्ण विश्वास है कि तुम इन्हें सम्भाल कर रखोगे और पूरी ज़िन्दगी इनकी सहायता से अपना जीवन आनंदमय तथा श्रेष्ठ बनाओगे!



में न रखना।

तीसरा रत्न है: "विश्वास"

हमेशा अपनी मेहनत और उस परमपिता परमात्मा पर अटूट विश्वास रखना क्योंकि

लोभ-मोह न रखना। मेरे बच्चों, जब तक तुम ये चार रत्न अपने पास सम्भाल कर रखोगे, तुम खुश और प्रसन्न रहोगे।

आध्यात्मिक संस्कृति... - पेज 1 का शेष

सशक्तिकरण, मानवता और विश्व बंधुत्व को बढ़ावा देंगे।

प्रेरणादायी वक्ता ब्र.कु. शिवानी ने दादी जानकी के बारे में बताते हुए कहा कि शक्तिशाली चेतन मन और बुद्धि वाली दादी जानकी की प्रत्येक आत्मा के प्रति शुभ और सकारात्मक सोच रहती है। वे किसी के प्रति भी नकारात्मक नहीं देखती, उनके जीवन से हमें परिवर्तन की प्रेरणा मिलती है। दादी कहती है कि मुझे दवायें नहीं सबकी दुआयें चलाती हैं। उन्होंने प्रकृति को जीत लिया है। हमारे लिये यह अवसर है उनकी शिक्षा व विशेषताओं को अपने जीवन में अपनाने का। इस अवसर पर ब्रिटिश पत्रकार नेविल ने कहा कि जीवन में समग्र विकास और स्वास्थ्य प्राप्त करने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान और वैज्ञानिक सोच का समन्वय आवश्यक है। श्रीमति लिज ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा दी जा रही आध्यात्मिक शिक्षा और राजयोग आंतरिक शक्तियों के विकास में और सकारात्मक परिवर्तन लाने में सहायक है। फिल्म अभिनेता सुरेश ओबेरॉय व ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्य वक्ता ब्र.कु. बृजमोहन ने भी इस अवसर पर दादी जानकी के साथ के अपने अनुभव को सांझा किया। साथ ही उन्होंने प्रभात प्रकाशन को धन्यवाद दिया।



चण्डीगढ़। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के उद्घाटन अवसर पर मंच पर उपस्थित हैं केन्द्रीय कृषि मंत्री राधामोहन सिंह, एस.एस. बैस, डायरेक्टर, ग्राम विकास एवं पंचायत, जस्टिस के.सी.पुरी, पंजाब एवं हरियाणा हाई कोर्ट, ब्र.कु. राजू, माउण्ट आबू, ब्र.कु. अमीर चंद, ब्र.कु. लक्ष्मी व ब्र.कु. विजया।



हाथरस-उ.प्र.। भाई दूज के अवसर पर दैनिक हिन्दुस्तान के जिला प्रमुख व अन्य मीडियाकर्मियों को आत्मस्मृति का तिलक देने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. शान्ता व अन्य।



बहादुरगढ़-हरियाणा। टाउन पार्क में संगठित रूप से राजयोग का अभ्यास करते हुए ब्र.कु. भाई बहनें। योगाभ्यास कराते हुए ब्र.कु. अंजलि, ब्र.कु. विनीता व अन्य।



भुवनेश्वर-ओडिशा। शिपिंग एविएशन एंड टूरिज़्म विंग द्वारा एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया के एम्प्लॉइज़ के लिए '7 बिलियन एक्ट्स ऑफ गुडनेस' अभियान के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं शरद कुमार, डायरेक्टर, एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया, ब्र.कु. विनीता, ब्र.कु. लीना, ब्र.कु. दुर्गेशनदिनी व अन्य।



फाज़िलका-पंजाब। दीपावली के अवसर पर स्वमान के ताज पहन व्यर्थ से मुक्त रहने की प्रतिज्ञा करने के पश्चात् लक्ष्मी पूजन करते हुए अतिथिगण व अन्य।



गुवाहाटी-असम। जी.एम.सी.एच. ऑडिटोरियम में 'पीस इन द वर्ल्ड, द कॉल ऑफ टाइम' विषयक कार्यक्रम के दौरान सांस्कृतिक प्रस्तुति देते हुए रशिया के ब्रह्माकुमारीज़ के डिवाइन लाइट आर्ट एंड कल्चर ग्रुप के कलाकार।



हल्दवानी। मेडिकल कॉलेज में कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. स्वामीनाथन, ब्र.कु. नीलम, कर्नल बी.सी.सती, मेडिकल स्टुडेंट्स व अन्य।



जम्मू। ज्योतिर्लिंगम मेले में जीरी मेला का उद्घाटन करते हुए हेल्थ व इरीगेशन मिनिस्टर सुखनंदन कुमार। साथ हैं ब्र.कु.सुदर्शन, ब्र.कु.पूजा तथा ब्र.कु.रवीन्द्र बाली।

श्रेष्ठ मूल्यों से ही श्रेष्ठ समाज का निर्माण-आलोक राज

आत्म-विश्वास व दृढ़ निश्चय ही सफलता के मूल मंत्र-ब्र.कु. शुक्ला दीदी

भारतीय सुरक्षा सेवा अधिकारियों के लिए तीन दिवसीय कार्यक्रम का आयोजन

ओ.आर.सी.-गुडगांव। जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए आत्म-विश्वास का होना बहुत जरूरी है। जितनी हमारे अंदर दृढ़ इच्छा शक्ति होगी, उतना ही हम विपरीत परिस्थितियों में भी स्थिर रह सकते हैं। उक्त विचार ओ.आर.सी. की निदेशिका ब्र.कु. शुक्ला दीदी ने भारतीय सेनाओं एवं अर्द्ध सैनिक बलों के लिए आयोजित त्रिदिवसीय कार्यक्रम में 'डायलॉग ऑन इंस्पिरेशन लीडरशिप एंड सेल्फ एम्पावरमेंट' विषय पर व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय दुःख एवं अशान्ति का मूल कारण हमारी



कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शुक्ला दीदी, आलोक राज, मुकेश पुरोहित, अनिल कुमार ठाकुर, ब्र.कु. अशोक गाबा व अन्य।

आंतरिक शक्तियों का कम होना है। राजयोग के अभ्यास से ही आत्मिक शक्तियों को जागृत किया जा सकता है। आज हमारे जवानों को जिस प्रकार से अनेक कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है, उसके लिए उनके अंदर मनोबल की अत्यधिक आवश्यकता है। देश की सुरक्षा के लिए अपने प्राणों की भी परवाह न करने वाले ऐसे वीर

जवानों के जीवन को तनावमुक्त रखने के लिए उन्हें आंतरिक रूप से सशक्त करना नितांत जरूरी है।

भारतीय सेना में सेवारत ब्रिगेडियर आलोक राज ने कहा कि यहाँ आने से पहले मेरे मन में बहुत प्रश्न थे, लेकिन अभी लगता है कि उनके सारे उत्तर मिल गये हैं। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज द्वारा किया जा

रहा ये कार्य वास्तव में सराहनीय है, श्रेष्ठ मूल्यों से ही श्रेष्ठ समाज का निर्माण हो सकता है।

मुकेश पुरोहित, डी.आई.जी., कोस्टगार्ड ने अपने संबोधन में कहा कि मैं यहाँ कुछ सीखने के लिए आया हूँ, जो कुछ भी मैं सीखकर जाऊंगा उसका लाभ दूसरों तक अवश्य पहुँचेगा। उन्होंने कहा कि यहाँ के वातावरण में आने से ही तनाव दूर हो जाता है। वर्तमान में देश के सुरक्षा बलों के सामने जिस प्रकार की चुनौतियाँ हैं उनको देखते हुए मुझे लगता है कि इन चुनौतियों का सामना करने में राजयोग बहुत ही महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

अनिल कुमार ठाकुर, कमाण्डर, बी.एस.एफ. ने कहा कि जब लड़ाई अपनों से होती है तो हारना ही बेहतर होता है, लेकिन जब लड़ना स्वयं से

हो तो बहुत मुश्किल हो जाता है। उन्होंने कहा कि आज प्रत्येक व्यक्ति स्वयं में उलझा हुआ है, निर्णय शक्ति कमजोर होती जा रही है। ऐसे समय में ब्रह्माकुमारीज मानव को उसके असली अस्तित्व का ज्ञान देकर आध्यात्मिक रूप से सशक्त बना रही है।

ब्र.कु. अशोक गाबा, माउण्ट आबू ने ब्रह्माकुमारीज के सुरक्षा प्रभाग द्वारा की जा रही सेवाओं के बारे में बताते हुए कहा कि हमारा लक्ष्य दिन-रात देश की सेवा में रत जवानों और अधिकारियों के जीवन को तनावमुक्त बनाना है।

कार्यक्रम का संचालन भारतीय सेना में कार्यरत कर्नल सती ने किया। कार्यक्रम में भारतीय सेनाओं एवं अर्द्ध सेनाओं के 150 से भी अधिक अधिकारियों ने हिस्सा लिया।

शरीर से ज्यादा बीमारियाँ मन में हैं - स्वामीनाथन

भिलाई नगर। परिस्थिति, लोग हमें तनाव नहीं देते हैं, जब हमारी आंतरिक शक्ति कम होती है तब हमें तनाव होता है। शरीर से ज्यादा बीमारियाँ मन में हैं। घर का कचरा रोज झाड़ू से साफ करते हैं तो मन के कचरे को भी परमानेंट डिलीट कर दें। उक्त उद्गार 'तनाव-मुक्त खुशनुमा जीवन' विषय पर मुम्बई से आये अंतर्राष्ट्रीय स्तर के प्रेरक वक्ता ब्र.कु. ई.वी. स्वामीनाथन ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि जितना हमारा मन रिलेक्स होगा उतने ही जल्दी हम प्रॉब्लम का समाधान कर सकते हैं। जीवन में क्यों, क्या, कब को कम करें। दस मिनट एकाग्रता की शक्ति को यूज करें। जो गलती करता है वह मनुष्य है और जो गलतियों को माफ कर देता है वो दिव्यता की ओर बढ़ रहे हैं। बड़ों की प्रॉब्लम है कि उन्हें जो याद रखना है वो भूल जाते हैं और जो भूलना है उसे याद करते रहते हैं। जीवन रूपी यात्रा में हमने कुछ न कुछ गलतियाँ की हैं।

अपने आप को माफ करना मेडिटेशन द्वारा सहज हो जाता है। बच्चों के लिए स्मरण शक्ति का और बड़ों में शक्तिशाली मन का होना आवश्यक है।

उन्होंने आगे कहा कि हम नाराज तब होते हैं जब हमने राज को नहीं समझा। जो दिखता है वो होता नहीं, और जो नहीं दिखता है वो होता है। जिसे हम आत्मा कहते हैं, विज्ञान उसे ऊर्जा कहता है। शरीर बहुत सुंदर गाड़ी है, जो दिखता है और आत्मा नहीं दिखती है। बर्लिन यूनिवर्सिटी ने मनुष्य की ऑरा शक्ति को प्रूफ किया है। स्व के अस्तित्व में टिकने से ही तनाव मुक्त रह सकते हैं। पूरे कम्प्यूटर को स्कैन करने में टाइम लगता है तो मन बुद्धि को स्कैन करने में थोड़ा समय तो लगेगा। संसार में हर मनुष्य योग नहीं करता, इसके लिए हमें प्राकृतिक विधियाँ अपनानी हैं। विज्ञान के साधन से हमारे मन में क्या चल रहा है उसे 6 सेकेण्ड पहले पता लगा लेते हैं।

जैविक यौगिक खेती समय की मांग- बिसेन



किसान सशक्तिकरण महोत्सव का उद्घाटन करते हुए गौरीशंकर बिसेन, भालचन्द्र ठाकुर, महेन्द्र ठाकुर व ब्र.कु. राजू।

गोंदिया-महा। रुचि एग्रो फार्म की ओर से उनके निजी फार्म पर ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के ग्राम विकास प्रभाग की ओर से एक विशाल किसान सशक्तिकरण आध्यात्मिक महोत्सव का आयोजन किया गया।

इस महोत्सव के दौरान ओम एग्रो के निदेशक भालचन्द्र ठाकुर तथा महेन्द्र ठाकुर जो नियमित राजयोग का अभ्यास करते हैं, उन्होंने अपने यौगिक खेती के अनुभव सुनाये तथा प्रेजेंटेशन द्वारा पूरी खेती का दिग्दर्शन कराया।

माउण्ट आबू से आये ग्राम विकास प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. राजू ने सभी को राजयोगी जीवन जीने

की कला बताते हुए यौगिक खेती की प्रेरणाएँ दी।

मीडिया प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. शान्तनु ने अपनी शुभ कामनाएँ व्यक्त की।

मध्य प्रदेश शासन के कृषि मंत्री माननीय गौरीशंकर बिसेन ने वर्तमान समय की आवश्यकता यौगिक खेती पर अपने विचार व्यक्त किये तथा सरकारी योजनाओं से सभी को अवगत कराया।

इस अवसर पर गोंदिया लोकसभा क्षेत्र के सांसद नानाभाऊ पाटील, विधायक विजय रहांगडाले, डॉ. विजय, सूर्यवंशी जिला अधिकारी, जिला अधीक्षक कृषि अधिकारी व नागपुर से आयीं ब्र.कु. रजनी, कामठी से ब्र.कु.

प्रेमलता, ब्र.कु. रत्नमाला, बिलासपुर से ब्र.कु. राखी आदि ने भी अपनी-अपनी शुभकामनाएँ व्यक्त की। सभी को योग का अभ्यास भी कराया गया। साथ-साथ जैविक यौगिक खेती करने वाले किसानों को सम्मानित भी किया गया। इस महोत्सव में महाराष्ट्र, मध्य प्रदेश और छत्तीसगढ़ के करीब 3000 किसानों, ब्र.कु. भाई बहनों एवं अधिकारियों ने बड़े उमंग उत्साह के साथ भाग लिया। 300 एकड़ जमीन पर आधुनिक एवं जैविक यौगिक खेती का जो मॉडल तैयार किया गया है, उसे दिखाते हुए किसानों को विशेष इस नई तकनीक से भी अवगत कराया गया।



खुशनुमा जीवन विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. ई.वी. स्वामीनाथन।

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

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

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/15-17, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2015-17, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 5th Dec 2015

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