

# ओम शान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 17 अंक-6 जून-II, 2016 पाक्षिक माउण्ट आबू 8.00

## विश्व में परमात्म श्रीमत द्वारा सतयुग की पुनः स्थापना

15वें अखिल भारतीय दो दिवसीय भगवद्गीता सम्मेलन का आयोजन



मंचासीन हैं स्वामी आध्यात्मानंद जी, जस्टिस वी. ईश्वरैय्या, स्वामी जीवन देव, महामहिम राज्यपाल सोलंकी, ब्र.कु. आशा, स्वामी मुक्तानंद पुरी जी महाराज, डॉ. पुष्पा पाण्डेय व वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा।

**ओ.आर.सी-गुडगांव ।** हमारे देश में ज्ञान की कमी नहीं है, परंतु कमी है उसे व्यवहार व आचरण में लाने की। हमें दुर्योधन नहीं, युधिष्ठिर बनने की ज़रूरत है। गीता पर सम्मेलन होते रहे हैं, लेकिन उसका व्यवहारिक अस्तित्व कहीं खो सा गया है। आज समाज का व्यवहार दुर्योधन की भाँति है, लेकिन बनना तो हमें अर्जुन है ना! उक्त बातें पंजाब व हरियाणा के राज्यपाल महामहिम कप्तान सिंह सोलंकी ने दो दिवसीय 15वें अखिल भारतीय भगवद्गीता सम्मेलन में कहीं।

उन्होंने कहा कि गीता को उद्बोधित हुए काफी समय हो गया है, लेकिन उसका आध्यात्मिक अभिप्राय कहीं नज़र नहीं आ रहा है। अब समस्या यह है कि दुर्योधन को अर्जुन कैसे बनाया जाये। संयुक्त राष्ट्र संघ के जितने भी देश हैं उनकी स्थापना मनुष्यों द्वारा हुई, लेकिन भारत एक ऐसा देश है जिसने वसुधैव कुटुम्बकम की गरिमा को कायम रखा। इसका आधार यह है कि इसकी स्थापना स्वयं परमात्मा ने संतों व महात्माओं के द्वारा की। बस आज उस पुरातन संस्कृति को पोषित

करने की आवश्यकता है।

**स्वामी 1008 जीवनदेव जी महाराज, यतिधाम आश्रम, वृन्दावन** ने कहा कि मानव जीवन बड़े भाग्य से मिलता है, इसके समाप्त होने से पहले इसका सदुपयोग मानव कल्याण के लिये किया जाये।

**स्वामी आध्यात्मनंद जी महाराज, अहमदाबाद** ने कहा कि हमारी सोच गीता, वेदों व उपनिषदों को लेकर सकारात्मक होनी चाहिए। **अलवर से आये डॉ. स्वामी मुक्तानन्दपुरी जी महाराज** ने कहा

कि गीता परमात्मा और अर्जुन का सार्वभौमिक संवाद है। आज हम सभी अर्जुनों को उस संवाद के साथ न्याय करना चाहिए। **ब्रह्माकुमारीज के प्रिन्सीपल सेक्रेट्री ब्र.कु. वृजमोहन** ने कहा कि गीता में साफ-साफ लिखा है कि मैं जो हूँ, जैसा हूँ, उस रूप में मुझे याद करना, हम परमात्मा की श्रीमत का कहीं उल्लंघन तो नहीं कर रहे। एक ओर हम कहते हैं कि भगवान सब जगह है, और दूसरी ओर दुःखी होकर जी रहे हैं, कहीं यह दुःख की घड़ियाँ धर्म की अति ग्लानि का समय तो नहीं है! **राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग आयोग के अध्यक्ष न्यायमूर्ति वी.ईश्वरैय्या** ने कहा कि भगवान अभोक्ता, अकर्ता व अजन्मा है, वह कभी गर्भ से जन्म नहीं लेता है। आज वही अपना कार्य, अपनी रचना, दस लाख से भी अधिक ब्रह्माकुमार व ब्रह्माकुमारियों द्वारा स्वर्गिक दुनिया बनाने हेतु कर रहे हैं। हमें परमात्मा की

भारत देवभूमि, गीता की भूमि, योग की भूमि है। आज भी बहुत सारे गीता और अध्यात्म प्रेमी सारे विश्व में पाये जाते हैं। आज धर्मग्लानि के समय सभी इस सत्यता से पूर्णतया अनभिज्ञ हैं कि गीता के भगवान द्वारा पतित कलियुगी विश्व को स्वर्णिम विश्व बनाने का अलौकिक कार्य वर्तमान समय तीव्र गति से चल रहा है। इसी विषय को लेकर गुरुग्राम में स्थित ओमशान्ति रिट्रीट सेंटर में गीता वृत्तांत को लेकर परिचर्चा हेतु एक महासम्मेलन का आयोजन किया गया, जिसमें देश-विदेश के जाने-माने गीता स्कॉलर, महामण्डलेश्वर तथा गीता पर शोध करने वाले अन्यानेक गीता पाठियों ने स्वेच्छा से भाग लिया।

सही पहचान की ज़रूरत है। कार्यक्रम का संचालन **राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा, माउण्ट आबू** ने किया।

**सिंहस्थ महाकुंभ 2016 एक ऐतिहासिक पहल का बना साक्षी**

**उज्जैन ।** सिंहस्थ महाकुंभ में एक मंच पर बहुत सारे धर्म प्रमुखों ने सद्भावनापूर्वक पर्यावरण अनुकूलन का एक साथ संकल्प लिया। 'भारत स्वच्छता अभियान' का एक उदाहरण इन धर्म प्रमुखों ने सबके सामने रखा। **स्वामी चिदानंद सरस्वती** ने कहा कि भारत में साफ पेयजल, स्वच्छता और सफाई के अभाव में प्रतिदिन बहुत सारे बच्चों की मृत्यु हो जाती है, इसलिए हम चाहें तो अपने संकल्पों से इस स्थिति को बदल सकते हैं।

## सद्भावना संकल्प से स्वच्छता क्रान्ति लाने का आह्वान



सिंहस्थ कुंभ मेले में 'स्वच्छ भारत अभियान' के दौरान सभी धर्मानुयायी एक मंच पर भारत को स्वच्छ बनाने का संकल्प लेते हुए। साथ हैं ब्र.कु. बिन्नी।

**भारत माता के लिए स्वच्छता क्रान्ति लाने कई धर्म हुए एकजुट**

पानी सभी के जीवन की बुनियादी आवश्यकता है, लेकिन अभी धरती पर पीने योग्य पानी बहुत कम है। इसलिए जल का संरक्षण करना महत्वपूर्ण है। - **स्वामी अवधेशानंद जी महाराज।**

समाज में स्वास्थ्य, स्वच्छता और सफाई के महत्वपूर्ण संदेश में प्रचार-प्रसार के लिए देश भर के इमामों को एकजुट करेंगे। - **प्रख्यात सुन्नी नेता इमाम उमर इलियासी।**

**पूज्य स्वामी चिदानंद सरस्वती, सह-संस्थापक, ग्लोबल इंटरफेथ वाश अलायंस (जीवा) और अध्यक्ष** - शेष पेज 11 पर

## ...योगानंद के लिए ...

हरेक मनुष्य चाहता तो है कि योग द्वारा वह भी अपने जीवन में परम शांति एवं आनंद की अनुभूति करे। परंतु जब योगाभ्यास में उसका मन एकाग्र नहीं हो पाता तो वह निराश होकर योगाभ्यास को छोड़ देता है। निस्संदेह एकाग्रता योगाभ्यास का एक बहुत ही महत्वपूर्ण अंग है, परंतु यदि हमारी मानसिक भूमि में उनका समावेश हो तो मन का एकाग्र होना कठिन नहीं होता। आज हम इसी विषय को लेकर उसपर विस्तृत चर्चा करना चाहेंगे।

### कहाँ होता लोगों का मन आकर्षित

सभी जानते हैं कि संसार में कोई भी अद्भुत व्यक्ति, विचित्र वस्तु या अनोखा वृत्तान्त हो तो उसकी ओर मनुष्य का मन स्वतः आकर्षित होता है और उसे देखने में उसका मन ऐसा लग जाता है कि उसे दूसरी बात की सुध-बुध ही नहीं रहती। कोई ठिगना मनुष्य हो, कोई लम्बे कद का व्यक्ति हो, कोई बहुत ऊँचा भवन हो, ऐसी चीज़ें देखकर हम स्वतः आकर्षित होते हैं, और ये सारी चीज़ें हमारे मन पर एक चिरस्मर्णाय छाप छोड़ जाती हैं।



- ब्र. कु. गंगाधर

अतः यदि हम इस बात को समझें कि परमात्मा भी अद्भुत है, विचित्र है, महान् से भी महान् है और उसके कर्तव्य एक अर्थ में सर्वाधिक चमत्कारी भी हैं तो हमें उसकी स्मृति भी बारंबार अपनी ओर आकर्षित करेगी और हम ध्यानस्थ अर्थात् एकाग्र एवं तल्लीन हो सकेंगे। परमाणु से भी सूक्ष्म ज्योति-बिन्दु रूप परमात्मा में सारी सृष्टि के आदि-मध्य-अंत का ज्ञान हो सकता है, वो ऐसे कि जब कोई एक व्यक्ति या एक कलाकार किसी चावल के दाने पर या गेहूँ के दाने पर गीता के इतने सारे श्लोक लिख सकता है, लोग उसे अद्भुत और चमत्कारिक मानते हैं, तो क्या तीनों लोकों और तीनों कालों का ज्ञान ज्योतिर्बिन्दु परमात्मा में नहीं हो सकता!

‘कोई जादूगर’ आम की गुठली से दस मिनट में आम पैदा कर ले तो भी सभी उसके चमत्कार की ओर ही दत्त-चित्त रहते हैं परन्तु परमात्मा तो ईश्वरीय ज्ञान एवं योग से आसुरी स्वभाव वाले मनुष्यों को देवता बना देते हैं! हमारा भाव यह है कि यदि इस प्रकार हम परमात्मा के अद्भुत वैचित्र्य तथा ‘चमत्कारों’ पर ध्यान दें अथवा उनका मनन-चिंतन करें तो कोई कारण नहीं है कि हमारा मन उनकी स्मृति में लवलीन नहीं होगा।

### कैसे करें चिन्तन?

सभी जानते हैं कि मनुष्य के सामने जब कोई समस्या हो तो उसका मन स्वतः ही उस ओर खिंच जाता है। समस्या जितनी विकट हो अथवा परिस्थिति जितनी दुःसाध्य हो उतना ही उसका चित्त उधर लग जाता है। साधारण भाषा में इसे ही ‘चिन्ता’ कहा जाता है। चिन्ता लगाई नहीं जाती, वह तो लग जाती है। स्थिति को गम्भीर समझने से स्वतः ही मन उधर ही का चिन्तन करता है। इस प्रकार का दुःखद चिन्तन ‘चिन्ता’ कहलाता है। मान लीजिये कि किसी व्यक्ति को काफी बड़ा ऋण चुकाना है। उसके लिये अवधि भी निश्चित है। अतः उसे चिन्ता लग जाती है और उसके लिये वह पुरुषार्थ करता है।

इसके लिए हमें स्वयं तथा परमात्मा को प्रेम करना होगा मनुष्य को जिससे प्रेम हो जाता है, उसका ही वह हो जाता है। उसे स्वप्न भी उसी के आते हैं। प्रेम की लगी बुझती नहीं। जिससे मनुष्य को घृणा हो जाये उसका ध्यान भी उसका मन स्वतः ही करता रहता है। जिससे मनुष्य का ऐसा प्यार हो जाये कि उसके बिना वह रह ही न सके, उसे ही ‘राग’ कहते हैं। अतः यदि मनुष्य को अपने तमोगुणी संस्कारों से घृणा हो जाये तो उससे छुड़ाने वाले प्रभु की प्रीति उसके चित्त को प्रभु-स्मृति में अवश्य ही समाहित कर देगी। इस कलयुगी, आसुरी सम्पदा वाली मायावी सृष्टि से वैराग्य होगा तो प्रभु से अनुराग हो ही जाएगा और ऐसा होने पर मनुष्य अवश्य ही प्रभु के राग अलापेगा। प्रभु से प्रीति तथा इस मृत-प्रायः संसार से वैराग्य, उपरामता वृत्ति तभी बनेगी जब मनुष्य के मन में यह ज्ञान बैठेगा कि इस संसार की क्या दुर्गति हुई है और अब सद्गति करने वाला प्रभु कितना करुणामय, कल्याणप्रद, वरद तथा सलोना है। तब वह प्रभु पर न्योछावर हुए बिना नहीं रह सकेगा। उसका यह समर्पण भाव, उसकी यह अनन्य प्रीति, यह मानसिक लगाव उसे ऐसा एकाग्र कर देगा कि वह उस रस में ही डूब जायेगा।

## बाबा को याद करना हो तो ड्रामा की नॉलेज पक्की हो

बाबा कहता है साक्षी होके देखो तो सब कुछ ठीक है। साक्षी होके देखने का अभ्यास चाहिए। एक सेकेण्ड में साक्षी बनो तो फील होता है बाबा साथी है। ड्रामा का ज्ञान कैसे बाबा ने शुरु किया, वन्दरफुल। हम लोगों को अपना परिचय दिया, तुम आत्मा हो, यह दृष्टि से परिचय दिया, नहीं तो आत्मा समझना सहज नहीं है। सभी कुछ करके अपने आप छिपा दिया। तो अवस्था ऐसी हो जो देखते या सम्पर्क में आते बाबा याद आये। हरेक अपने आपको साक्षी होकर के देखो बाबा साथी है तो हमारे संग से औरों को बल मिलता है। एक सोते हुए को जगाना सहज नहीं है। चलते-चलते माया अपनी लोरी देके नींद करा देती है। माया मासी है, वह छोड़ती नहीं है। बाबा का घर सो अपने दाता का घर है, तो कभी किसी से कुछ मांगना नहीं पड़ता है। बाबा कैसे हरेक को प्यार करता है, बाबा का प्यार हमको प्रेम-स्वरूप बनाता है। ज्ञान-स्वरूप, प्रेम-स्वरूप, आनंद-स्वरूप। क्योंकि ज्ञान स्वरूप में लाना है, जो बाबा का प्यार है, प्रेम हमारे स्वरूप में है, सदा ही प्रेम-स्वरूप हो क्योंकि जब बाबा के प्यार का अनुभव होता है तो वो प्रेम-स्वरूप में आ जाता है।

ज्ञान सत्य है, सच्चाई प्रेम-स्वरूप बनाती है। बाबा रुह को प्यार कर रहा है, पर कोई जिस्म को प्यार कर रहा है तो बाबा उस समय साक्षी हो जाता है। जिस्मानी प्यार धोखा देना वाला है, रुहानी प्यार धोखे से बचाने वाला है। कोई आत्मायें होती हैं,

कभी कोई कैसी भी परिस्थिति हो पर वह उसे पार कर देंगे, यह है बाबा से रुहानी प्यार की शक्ति खींचने का प्रैक्टिकल प्रमाण। बात पार हो जायेगी, पास हो जायेंगे। बात रहने वाली नहीं है, वो तो चली गयी, परंतु जो चली गयी मैं उसे सोचती रहूँ, तो उस बात के परवश हो जायेंगे। वह बात भूत बना देती है। जैसे भूत प्रवेश हो जाता है, ऐसे बात प्रवेश हो गई फिर वह चिंतन छूटता नहीं है। जैसे ब्रह्माबाबा में शिवबाबा की प्रवेशता है, मेरे में किसकी है? किसी चीज़ को भी मेरा कहा तो भूत आया। तेरा कहा तो भूत भाग गया। बाबा की बातें भूतों को भगाने वाली हैं इसलिए बाबा की अच्छी याद रहे। बाबा को याद करो क्योंकि बाबा की बातों में ताकत है।

मैं हर एक बात कम्पलीट रूप में देखना चाहती हूँ, कोई कमी न हो। एक दो की विशेषता को देखो, सब एक जैसे नहीं होंगे, हरेक का पार्ट अपना है। ऐसे नहीं कहो कि इनको प्यार मिलता है, मेरे को नहीं मिलता है या इनसे तो यह अच्छी है। देखते हैं इनसे यह अच्छी है, तो कहाँ है ड्रामा की नॉलेज? जिसमें ड्रामा की नॉलेज नहीं है तो नॉलेज देने वाले की याद कैसे रहेगी? बाबा को याद करना हो तो ड्रामा की नॉलेज पक्की हो। जिसने जितना बाबा के साथ अपना सम्बन्ध बनाके रखा है, उतना उसने अपना यादगार बनाके रखा है। हरेक का पार्ट अपना है, पर मैं कम नहीं हूँ। बाबा भी कहे बच्ची काम की है, जो मैं कहता हूँ

ना, उस डायरेक्शन पर चलती है। सेवा मस्ताना बना देती है, कोई कहेंगे पागल हुआ है, हाँ पागल हैं, किसके पीछे पागल हैं?



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

कौन क्या कहेंगे उसकी कोई परवाह नहीं, तो यह है मस्त फकीर। पर अभी स्थिति भी ऐसी हो जो अन्त मते निमित्त मात्र शरीर में बैठे हैं, बाबा ने बिठाया है, बाकी मेरा कुछ है ही नहीं। सब है तेरा, तू है मेरा। तो मेरी भावना है अन्त मते सबकी ऐसी हो। शरीर तो हरेक को छोड़ना है आज नहीं तो कल, पर कैसे छोड़ना है! मैं नहीं समझती हूँ, मेरे जैसा किसको फिकर है, है किसी को ऐसा फिकर? फखुर भी है, फिकर भी है। कल्प पहले भी ऐसी थी, अभी भी बनना ही है ना, मुझे यह फखुर है इसमें ब्रह्मा बाबा को कॉपी करना राइट है। बाबा देह में है, पर देह से न्यारा कैसे है? अच्छी तरह से आँखें खोलके, त्रिनेत्री, त्रिकालदर्शी, स्वदर्शन चक्रधारी बनके बाबा को देखो, तो कोई न कोई जो मोह माया अंदर सूक्ष्म पकड़के बैठी है, कहाँ न कहाँ अब इससे छुड़ाओ अपने को। परिवर्तन करना है, तो सी फादर, फॉलो फादर का रट लगाओ, इसलिए कुछ और दिखाई नहीं पड़ता है। बाबा कैसे देखता है सबको? कॉपी करो सिर्फ बैठा है, हाथ भी ऐसे नहीं करता है दृष्टि दे रहा है।



दादी हृदयमोहिनी अति. मुख्य प्रशासिका

सभी कौन-सी आत्मायें बैठी हैं? खुशानसीब। हमारा नसीब कितना खुश है, जो बाबा हमें निमंत्रण देके सुनाने के लिये बुलाते हैं आओ सुनो। भगवान किसको बुलावे तो आके सुनो इससे बड़ा भाग्य और क्या होगा! बाबा बुलाते हैं प्रेजेन्ट मार्क है ना निशानी। तो जैसे बाबा निमंत्रण हमको देता है कितने प्यार से, एक एक बच्चे को कितना दिल से प्यार करता है। थोड़ा दिन भी कोई नहीं आयेगा तो कहेगा क्यों नहीं आता? आपको भी फील होता है ना। अगर कोई भी दिन मिस करो तो सारा दिन वो चलता तो है, याद तो आती है ना। जैसे कोई चीज़ बहुत ज़रूरी है और वो मिस हुई है, ऐसे हमारी जीवन बाबा ने बना दी है। बाबा कहता नहीं है कि क्यों नहीं आते हो, क्या है? वह हिसाब लेना होगा तो कोई दिन अचानक लेगा, लेकिन रोज़ याद रखता है कि आज क्लास छोटा था, आज कम थे, तो जो कम होंगे उसको कितना बाबा ने याद किया। ऐसे मिस होना नहीं है क्योंकि भगवान आवे हमको सुनाने कुछ और मैं कोई भी काम से या सुस्ती से नहीं आऊँ, तो कौनसी बात अच्छी लगती है? भगवान आया है अपने परमधाम से और हम क्या क्या कर रहे हैं? तो भगवान का प्यार देखो कितना है! वो तैयार होके आता है टाइम पर और कितने प्यार से एक

## बाबा की दृष्टि बनाती ‘माँ’ से ‘देवी माँ’

एक से मिलता है।

बाबा की दृष्टि ही सब कुछ है। दृष्टि से हमारी सृष्टि बदल गई। देखो, मातायें अभी क्या लगती हो! ब्रह्माकुमारी। साधारण माता नहीं, घर-गृहस्थी वाली नहीं, देवियों के रूप में। वृत्ति दृष्टि सब बदल गई और सबके दिल से बार-बार क्या निकलता - मेरा बाबा, मीठा बाबा, प्यारा बाबा। और बाबा का भी रेसपांस कितना अच्छा मिलता है। हम कहें बाबा, तो फौरन बाबा सुनेगा और दृष्टि देगा। तो बाबा का भी प्यार एक एक से बहुत ज़िगरी है। आप कभी भी कोई कारण से नहीं आओ लेकिन बाबा ज़रूर याद करता है। आज बच्चा नहीं मिला, आज बच्चा दिखाई नहीं पड़ा, तो इतना प्यार बाबा दे रहा है तो हम भी बाबा को प्यार का रेसपांस देते हैं जो बाबा ने कहा वो किया। और क्या चाहिए रेसपांस - बाबा का कहना हमारा करना। ऐसा ही है ना। सारा दिन चलते फिरते आज बाबा ने यह कहा, आज बाबा ने यह कहा, तो यह बाबा की कमाल है। जो हरेक को याद करता, आप पूछेंगे बाबा मैं याद में रहती हूँ तो कहेंगे पहले आप, प्यार है ना। लौकिक में भी बच्चा कितना भी दूर हो लेकिन अगर उनका प्यार है ज़िगरी, तो वह हमेशा बाबा के सामने ही है। बाबा के सामने वो है और उसके सामने बाबा है। दिल का प्यार है ना यह, इसमें रुकावट की कोई बात ही नहीं है। दिल से दिल मिलने की बात है। इसमें टिकट मिली नहीं मिली इसमें पहुँच नहीं

पाये, इसमें यह बात नहीं है। हमारी दिल में बाबा, बाबा की दिल में हम। पक्का ना! हमारा स्थान कौनसा है? बाबा की दिल। हरेक बाबा के दिल में समाया हुआ है ना तब तो जिगर से मेरा बाबा कहते हो। अरे, मेरा बाबा कौन है वह जानो तो सही। नशा कितना है! वाह मेरा बाबा। हरेक उसको याद करता है, हरेक उसको याद करके कितना हल्के हो जाते हैं, कितनी खुशी होती है, फिर यह लाइफ ऐसे चलती है जैसे कोई चला रहा है। खुशी तो हमारे जीवन में है ही है, ऐसे नहीं कभी है, कभी चली जाती है। जाने की चीज़ ही नहीं है। है ना ऐसे कुमारियाँ, हाँ अच्छी लगती है। बाबा कहे कुमारियाँ, कुमारियों को बाबा कितना याद करता है, यह बच जावें। हमारे से ज़्यादा बाबा को ओना रहता है कि मेरा बच्चा माया से बचा रहे, कहाँ नीचे ऊपर न हो। पहले बाबा याद करता है, तो खुशी होती है यानी भगवान हमको याद करता, हम तो याद करते ही हैं लेकिन भगवान किसको याद करता? हम एक एक को याद करता ना। मेरे बच्चे, मेरे मीठे बच्चे, मेरे लाडले बच्चे, क्या नहीं टाइल देता, वह नशा रहे ना सारा दिन, तो वो दिन कैसा बीतेगा, स्वर्ग तो उसके आगे कुछ नहीं। स्वर्ग के सुख क्या भी हों लेकिन संगम का सुख जो है परमात्मा से मिलने का, वो कोई युग में नहीं। और हम संगम निवासी हैं, खास मधुबन को भाग्य मिला हुआ है, मिलने का स्थान, यही वो स्थान है।

## 'निराकार परमात्मा के अवतरण की विधि' विषय पर संगोष्ठी

15वें अखिल भारतीय भगवद्गीता सम्मेलन में एक मंच पर बैठकर पीठाधीश्वर तथा गीता पर अपनी अच्छी पकड़ रखने वाले बहुत सारे गीता पाठियों ने 'परमात्मा के अवतरण तथा उसके आने की विधि' विषय पर गूढ़ चर्चा की। सभी ने गीता में वर्णित परमात्मा के रूप तथा अवतरण को लेकर अपने-अपने विचार व्यक्त किये। सभी ने माना कि यह समय परमात्मा के अवतरण का उचित समय हो सकता है। उन द्वारा उवाचित विचार निम्नवत हैं।

इस सम्मेलन के दौरान पैनल डिस्कसन में 'परमात्मा का साकार माध्यम कौन', 'परमात्मा के अवतरण की विधि' और 'गीता में वर्णित युद्ध हिंसक या अहिंसक' विषय पर सभी महानुभावों ने समय की कसौटी व तर्कों पर आधारित विचार को खुले मन से कहा भी और सुना भी...।

इस विषय पर चर्चा करते हुए स्वामी आध्यात्मानंद जी महाराज, शिवानंद आश्रम, अहमदाबाद ने कहा कि भारतीय संस्कृति सनातन है। इसके संधिकाल में एक दिव्य शक्ति का एहसास होता है, वो मुहूर्त परमात्मा के अवतरण का माना जा सकता है। यदि हमें परमात्मा के साथ जुड़ना है तो हमें स्वयं को खाली करना होगा।

डॉ. पुष्पा पाण्डेय, गीता स्कॉलर, जबलपुर ने कहा कि आज हम 21वीं सदी में जी रहे हैं, जहाँ पर हर चीज़ का प्रमाण मांगा जाता है। हम परमात्मा को तीसरे नेत्र से ही देखते हैं। गीता के अध्याय 4, 9 व 10 में परमात्मा के अवतार लेने की विधि का कई श्लोकों में वर्णन है। उन्होंने यह भी कहा, कि डार्विन के विकासवाद की बात करते हैं लेकिन आज वह गलत सिद्ध हुआ है और इसी के आधार से लोगों ने शास्त्रों में अवतार की चर्चा की है। परमात्मा, प्रकृति और पुरुष से भिन्न है वह परम-पुरुष। जब हम वाम मार्गी हो जाते हैं



'निराकार परमात्मा के अवतरण की विधि' विषय पर संगोष्ठी में ब्र.कु. बृजमोहन, त्रिनाथ जी, स्वामी सर्वानन्द सरस्वती, स्वामी धर्मदेव, स्वामी आध्यात्मानंद, ब्र.कु. प्रेम सिंह व ब्र.कु. डॉ. पुष्पा पाण्डेय।

तो उसके उत्तरोत्तर काल में परमात्मा का अवतरण होता है, इसका वर्णन वेदों में भी है।



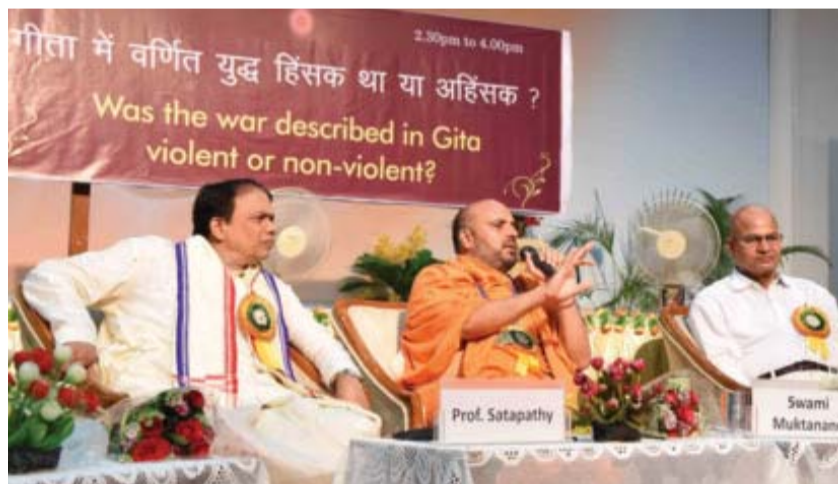
डॉ. एस.एम. मिश्रा, संस्कृत विभाग प्रमुख, कुरुक्षेत्र विश्व-विद्यालय ने कहा कि

श्रद्धा विचार का द्वार खोलती है और परमार्थ से हमारा व्यवहार सिद्ध होता है। भगवान शब्द ऐश्वर्य, धर्म, यश, श्री, ज्ञान व वैराग्य का

प्रतीक है। परमात्मा सभी प्राणियों का स्वामी है।

इस विषय को हैदराबाद से आये गीता के महान विद्वान त्रिनाथ जी ने गीता में वर्णित परमात्मा के अवतरण तथा योग को कई श्लोकों के माध्यम से सबके सामने रखा। उन्होंने आत्मा परमात्मा और प्रकृति विषय को अलग किया तथा सापेक्ष भाव से परमात्मा के अवतरण की बात को श्रोताओं के समक्ष रखा।

## 'गीता में वर्णित युद्ध हिंसक या अहिंसक' विषय पर संगोष्ठी



संगोष्ठी के दौरान मंच पर अपने विचार व्यक्त करते हुए स्वामी डॉ. मुक्तानंदपुरी। साथ हैं प्रो. सतपथि व जस्टिस वी. ईश्वरैया।

सम्मेलन के दूसरे सत्र में 'गीता में वर्णित युद्ध हिंसक या अहिंसक' विषय पर संगोष्ठी रखी गई। इस विषय पर अपने विचार व्यक्त करते हुए न्यायमूर्ति वी. ईश्वरैया ने कहा कि न्याय पाने के लिए हिंसा अपनाना किसी भी प्रकार से उचित नहीं है। जितनी भी हिंसा सारे देश में हो रही है उसका कारण नैतिक पतन है, हिंसा से हिंसा का जन्म होता है। अगर किसी को परिवर्तन करने के लिए दण्ड दिया भी जाता है तो वह परिवर्तन अल्पकाल के लिए होता है। वास्तव में शांति से शांति की स्थापना होती है। भारत जब स्वर्ग था, देवी-देवताओं का राज्य था उस समय उस राज्य में हिंसा

नहीं थी। जितना हम आत्मिक रूप से सशक्त होते हैं उतना ही हिंसा का सहारा नहीं लेना पड़ता। सत्य स्वरूप में स्थित होने से सतयुग की स्थापना हो जाएगी।



इस विषय पर ब्र.कु. प्रेम सिंह ने कहा कि वास्तव में गीता में वर्णित युद्ध कोई हिंसक नहीं था। यह युद्ध हमारे मन के अंदर चलने वाले नकारात्मक व सकारात्मक विचारों का द्वन्द्व है। हिंसा का मूल कारण दैहिक वृत्ति है जिससे पाप कर्म होते हैं। जब हमारी आत्मिक

वृत्ति थी तो विश्व अहिंसक था क्योंकि आत्मा उस समय शांति, प्रेम, आनंद से भरपूर थी। सतयुग की स्थापना परमात्मा की शक्ति के आधार से ही संभव है और परमात्मा कभी हिंसा नहीं सिखाता।

चर्चा को आगे बढ़ाते हुए स्वामी डॉ. मुक्तानंदपुरी, हरकेशपुरी आश्रम, अलवर ने कहा कि भारतीय संस्कृति के आधार पर महाभारत का युद्ध हुआ, लेकिन हम उसकी आध्यात्मिक व्याख्या कर सकते हैं। देश, काल, परिस्थिति के अनुसार ये सारा विश्व सापेक्ष है। जितना हम करुणा, दया, प्रेम से विजय प्राप्त कर सकते हैं उतना हिंसा से नहीं। जब तक मैं और मेरा रहेगा तब तक हिंसा रहेगी। प्राणी जब स्वधर्म का पालन करेगा तो हिंसा खत्म हो जाएगी।

प्रो. सतपथि, उप-कुलपति, राष्ट्रीय संस्कृत विद्यापीठ, तिरुपति ने कहा कि युद्ध हुआ था या नहीं, यह ऐतिहासिक पक्ष है या दार्शनिक पक्ष! हम इसके आध्यात्मिक पक्ष को देखना चाहेंगे। गीता का वास्तविक ज्ञान मन को केन्द्रित करने के लिए और दूसरा मोह को नष्ट करने के लिए दिया गया। गीता को समझने के लिए तपस्या चाहिए। हमें संजय बनना है, अर्थात् अपनी इंद्रियों को अपने वशीभूत करना है।

## श्रीमद्भगवद्गीता एक ही ऐसा सार्वभौमिक ग्रन्थ है जिसमें भगवानुवाच है

इस सम्मेलन के दौरान महानुभावों ने अपने विचार में कहा कि...



स्वामी धर्मदेव जी महाराज, हरि मंदिर आश्रम ने कहा कि श्रीमद्भगवद्गीता निश्चित रूप से सार्वभौमिक ग्रन्थ है, यह धर्म की सीमाओं से ऊपर है। आज हर व्यक्ति एक-दूसरे को सुझाव देता रहता है कि ये करना चाहिए, ये करना चाहिए, लेकिन उसे खुद पता नहीं है कि मुझे क्या करना चाहिए। उन्होंने कहा कि भारत ही एक ऐसा देश है जो सारे विश्व के भले की सोच सकता है।



महाशक्तिपीठ दिल्ली के अध्यक्ष स्वामी सर्वानन्द सरस्वती ने कहा कि वास्तव में अभी ही गीता का युग चल रहा है। ये ब्रह्माकुमारी बहनें ही सच्ची ज्ञान गंगाएँ हैं जो प्रजापिता ब्रह्मा से निकली हैं। उन्होंने बताया कि सत्य का बोध करने के लिए अन्न की शुद्धि बहुत आवश्यक है, क्योंकि जैसा अन्न होता है, वैसा ही मन बनता है।



हैदराबाद से आये गीता के महान विद्वान त्रिनाथ जी ने बताया कि लोग कहते हैं कि भगवान ने गीता का ज्ञान द्वापर युग में सुनाया लेकिन द्वापर युग के बाद तो और ही कलियुग आ गया, जबकि परमात्मा तो सत्य धर्म की स्थापना करते हैं तो सतयुग आना चाहिए।



ब्रह्माकुमारीज के मुख्य सचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि गीता में परमात्मा ने कहा है कि मैं जो हूँ, जैसा हूँ मुझे कोटों में कोई और कोई मैं कोई जानता है। परमात्मा ने ये भी बताया कि मैं अविनाशी हूँ, अजन्मा हूँ, अभोक्ता हूँ। जबकि श्रीकृष्ण का तो जन्म भी हुआ और उन्होंने इस देह का भी त्याग किया। इससे यही स्पष्ट होता है कि गीता का ज्ञान जरूर निराकार परमात्मा ने दिया, जोकि जन्म-मरण के चक्कर से न्यारे हैं।



ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, माउण्ट आबू ने बताया कि गीता ज्ञान की सभी ने अपने-अपने ढंग से व्याख्या की, लेकिन उसके गूढ़ रहस्य को नहीं समझ पाये। उन्होंने कहा कि सभी धर्मों के लोग परमात्मा को ज्योति अथवा प्रकाश के रूप में मानते हैं और हम भी उसे शिव ज्योति के रूप में मानते हैं। परमात्मा शिव ही ऐसे हैं जिनको परमात्माए नमः कहा जाता है, बाकि तो सबको देवताए नमः कहा जाता है। इसलिए ये विचारणीय विषय है कि गीता से परमात्मा शिव का कहीं न कहीं सम्बन्ध है। कार्यक्रम में गीता से सम्बन्धित अनेक विषयों पर जाने-माने विद्वानों के द्वारा चर्चा की गई। अनेक खुले सत्रों का आयोजन किया गया। 600 से अधिक संख्या में लोगों ने कार्यक्रम में शिरकत की।

आ.प्र. उच्च न्यायालय के न्यायमूर्ति पी.एस. नारायण ने अपने सम्बोधन में बताया कि श्रीमद्भगवद्गीता वास्तव में किसी धर्म विशेष का ग्रन्थ नहीं है, अपितु जीवन को आध्यात्मिक और दार्शनिक मार्ग दर्शन कराता है। उन्होंने कहा कि मैं पिछले 35 वर्षों से ब्रह्माकुमारीज के सम्पर्क में हूँ। मैं जब यहाँ आता हूँ तो मुझे बहुत ही दिव्यता का अनुभव होता है।



**उदयपुर-राज.** शिव दर्शन मेले के उद्घाटन समारोह में गृहमंत्री माननीय गुलाबचन्द कटारिया को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शीलू दीदी। साथ हैं ब्र.कु. रीटा, ब्र.कु. रामनाथ, माउण्ट आबू व अन्य।



**चनावग-सुन्नी(शिमला)** स्थानीय मेले के उद्घाटन अवसर पर पूर्व सांसद रानी प्रतिभा सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शकुंतला। साथ हैं अन्य भाई बहनें।



**माउण्ट आबू।** स्वामी नारायण संस्थान, माउण्ट आबू शाखा के रजत जयंती महोत्सव में प्रमुख स्वामी पुरुषोत्तम प्रियदास जी ब्र.कु. चन्द्रशेखर, ब्र.कु. शशिकांत एवं ब्र.कु. अमर को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित करते हुए।



**नाहन-हि.प्र.** नवनिर्मित भवन उद्घाटन समारोह में ईश्वरीय स्मृति में खड़े हैं ब्र.कु. अमीरचंद, डॉ. राजीव बिन्दल, विधायक कुंवर अजय बहादुर, हिमफेड चेयरमैन वाय.पी. गुप्ता, अरण्यपाल सिरमौर व ब्र.कु. आरती।



**दिल्ली-हरिनगर।** गाइड्स एवं अन्नामलाई यूनिवर्सिटी के फैकल्टीज़ के लिए आयोजित कार्यक्रम में डॉ. प्रो. गोपीनाथ प्रधान, पूर्व वाइस चांसलर, इग्नू को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शुक्ला दीदी। साथ हैं ब्र.कु. सुंदर लाल व ब्र.कु. नेहा।



**पोखरा-नेपाल।** सात अरब सत्कर्मों की महायोजना कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए एस.पी. फणिन्द्र पौडेल, ब्र.कु. परणिता, ब्र.कु. शैलेशराज लगायत व अन्य।

# गलत बिलीव्स रोकते जीवन में आगे बढ़ने से

गतांक से आगे...

**प्रश्न:-** एक ये भी बिलीफ सिस्टम है कि मैं कम्प्यूटर पर काम नहीं कर सकती, यह मुझसे होता ही नहीं है और मैं इसे ट्राय भी नहीं कर सकती हूँ।

**उत्तर:-** यह नुकसानकारक बिलीफ सिस्टम है। उसी तरह औरों के प्रति भी हम कई बिलीफ सिस्टम क्रियेट कर लेते हैं। जैसे ही हमने किसी को कहा कि ये तो धोखेबाज़ हैं, ये तो ऐसे ही हैं। जैसे ही हमने किसी के प्रति ऐसी धारणा बनायी तो हमारे और उनके बीच के संबंधों में गतिरोध आ जाता है।

कई बार हम जाति को लेकर के भी धारणाएँ बना लेते हैं कि पंजाबी, पंजाबी तो ऐसे ही होते हैं, गुजराती, गुजराती तो ऐसे ही होते हैं। अब इससे क्या होगा, जब भी हम पंजाबी या गुजराती से मिलेंगे तो हमारे मन में कौनसी सोच चलेगी? ये तो ऐसे ही हैं। इस प्रकार की धारणाएँ हमें बहुत ही नुकसान पहुंचाने वाली होती हैं। मैंने एक बिलीफ सिस्टम बनाया कि 'भीडियाकर्मी, वो तो ऐसे ही होते हैं' तो इससे फिर क्या होगा? आपसे मिलते ही मैं आपसे ठीक ढंग से बात भी नहीं करूंगी। ये बहुत ही गहरा बिलीफ सिस्टम है, ये तो हुई साधारण सी बात लेकिन हम विशेष लोगों के बारे में भी अपने पुराने अनुभव को ले सकते हैं। मनुष्य स्वयं को बदलने के लिए कार्य करता है। इससे उनका तो कुछ

भी नहीं होता लेकिन मुझसे जो एनर्जी प्रवाहित होनी चाहिए वो नहीं होती है। सबसे गलत धारणा जो हमारे जीवन के बारे में है कि हमने स्वयं को शरीर मान लिया है। इस एक धारणा के

कारण बहुत सारी धारणाएँ बनती हैं। राजयोग मेडिटेशन हमारी मूल धारणा पर जाकर वार करता है कि मैं शरीर नहीं बल्कि आत्मा हूँ तो इससे हमारी सारी धारणाएँ बदल जाती हैं। फिर धीरे-धीरे उनपर कार्य करना सरल हो जाता है।

**प्रश्न:-** वो कौन सी बातें हैं जिसे मैं सोचना चाहती हूँ, उसके लिए क्या करें?

**उत्तर:-** अपने बारे में हमें जो जानना है वह बहुत ही महत्वपूर्ण है कि 'मेरा वास्तविक परिचय क्या है' मैं शरीर की मालिक हूँ, मैं शरीर नहीं हूँ, जो आज है कल नहीं है। अब हमारी यह अवधारणा नहीं है कि मुझे इतने समय में ही सब कुछ प्राप्त कर लेना है। क्योंकि मैं वो शक्ति हूँ जो शाश्वत हूँ और मेरा मूल स्वभाव है - खुशी और शांति। हमें खुश रहने के लिए किसी चीज़ की आवश्यकता नहीं है, मैं खुश हूँ। जब हमने

ज़िम्मेदारियों की बात की तो मेरी सबसे पहली और महत्वपूर्ण ज़िम्मेवारी है - स्वयं का ध्यान रखना। 'स्व' के प्रति ज़िम्मेवारी, जब उसको निभायेंगे तो औरों के प्रति ज़िम्मेवारी भी और अच्छी तरह से निभा पायेंगे। सिर्फ काम करवाने की मेरी ज़िम्मेदारी नहीं, लेकिन किस तरह से हमें काम करना है, वो ज़िम्मेदारी भी हम निभा पायेंगे।

ये जो हमारे बिलीव्स हैं, ये हमें जीवन में आगे बढ़ने से रोक सकते हैं या हमारे संबंधों में कड़वाहट ला सकते हैं। वो हमारे भाग्य को किस तरह से बदलता है, अब ये सब कुछ समझने के बाद मुझे सारा दिन में क्या करना है, जिससे मैं तनाव मुक्त रह सकूँ और स्थिर जीवन व्यतीत कर सकूँ। मैं शुरु से ही यह कहती आई हूँ कि हमें अपने थॉट्स को चेक करना चाहिए। लेकिन वही सब के लिए या कहें कि अधिकांश लोगों के लिए एक बहुत बड़ा प्रश्न बन जाता है कि 'उसको कैसे चेक करें'? क्योंकि हमारे अंदर आज बहुत अशांति है, लेकिन बाहर की आवाज़ तो एक अलग चीज़ है, लेकिन उससे ज्यादा आवाज़ हमारे अंदर है। कई बार क्या होता है कि हम एक ऐसी जगह पर बैठे हैं जहाँ पर बिल्कुल शांति है या आप घर में बैठे हैं। वहाँ कोई शोर-गुल नहीं है, बिल्कुल शांति है लेकिन अंदर? अंदर में बहुत आवाज़ हो रही होती है। - क्रमशः



ब्र. कु. शिवानी

## स्वास्थ्य

### जीवनशैली और हमारी संस्कृति

## फास्ट-फूड कल्चर हमारे जीवन के लिए घातक

- डॉ. नीरज जैन



आजकल फास्ट फूड आधुनिकता का पर्याय बन गए हैं और इसी आधुनिकता के चलते कब्ज, अल्सर, हृदय रोग, ब्लड प्रेशर, आँखों के रोग, बहरापन, डायबिटीज़, कैंसर जैसे रोग भी बढ़ रहे हैं। पश्चिमी तरीके से तैयार फास्ट-फूड का सेवन करने वाले लोग अनजाने में रोगों को आमंत्रित कर रहे हैं। आकर्षक सुविधाजनक हर जगह उपलब्ध होने वाले फास्ट-फूड को लोगों ने जिस तेज़ी से अपनाया है, उतनी ही रफ़्तार से लाइलाज रोगियों की संख्या भी बढ़ती जा रही है। दरअसल बहुराष्ट्रीय कंपनियों की आड़ में बाज़ार में कब्ज़ा करने के लिए खाद्य उत्पादों

लंबे समय तक सुरक्षित रखने के लिए रसायनों का इस्तेमाल होता है शरीर के नाजुक अंगों को क्षति पहुंचाते हैं।

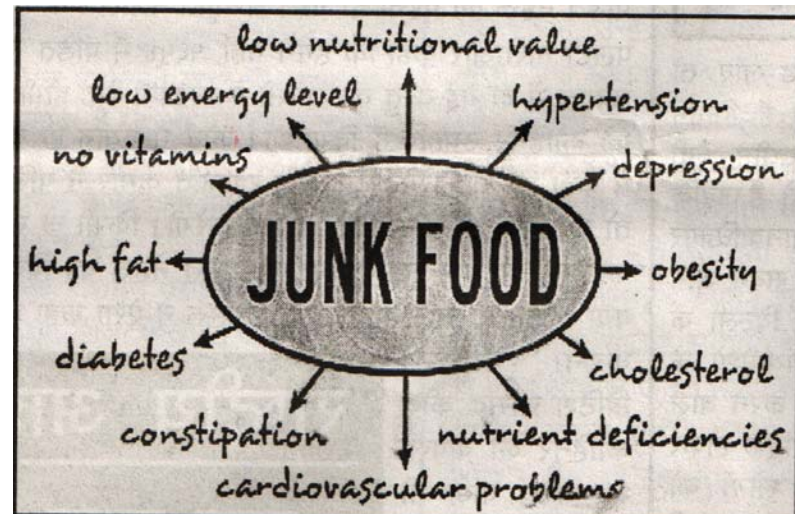
**ज़ायके के नाम पर ज़हर**

डिब्बाबंद खाद्य पदार्थों का चलन तेज़ी से बढ़ रहा है। आजकल बाज़ारों में जैसे

फास्ट-फूड खरीदकर अपनी सेहत बिगाड़ने वाले लोग आधुनिकता का दंभ भरते नज़र आते हैं। मगर धीरे-धीरे इनका दुष्प्रभाव शुरु होता है, जब चिकित्सकों के भरोसे वे अपने जीवन की गाड़ी घसीटने को मजबूर हो जाते हैं।

**रसायनों की रंगत रोगों की संगत**

नूडल्स खाने में स्वादिष्ट इसलिए लगता है क्योंकि इसमें मिलाया जाने वाला रंग स्वादग्राही कोशिकाओं को भ्रमित कर देता है। इस स्वाद रहित रसायन से नूडल्स अधिक समय तक तरोताज़ा बना रहता है। लंबे समय तक नूडल्स के सेवन से स्वादग्राही कोशिकाएँ अपनी प्राकृतिक शक्ति खो देती हैं। परिणामातः भूख न लगने की बीमारी हो जाती है। स्वाद को बढ़ाने वाले और भोजन को तरोताज़ा रखने वाले रसायन भी घातक हैं, 'अजीनोमोटो' नामक रसायन दुकानों में सहजता से उपलब्ध है। यह बासी खाद्य पदार्थों को तरोताज़ा बना देता है। लेकिन स्वास्थ्य के लिए खतरनाक सिद्ध होता है। शाकाहारियों को तो इससे अवश्य बचना चाहिए क्योंकि ये जैविक चर्बी से बनता है। भोजन में स्वाद को बढ़ाने वाले सेक्रिन, साइक्लोमेट, एमिसल्फ, तीनों कैसरकारी माने जाते हैं।



को घटिया तरीके से बेचना शुरु किया है। **फास्ट-फूड हमारे स्वास्थ्य के दुश्मन हैं** आमतौर पर डिब्बाबंद खाद्य पदार्थ जो बाज़ार में लंबे समय तक टिके रहते हैं, हानिकारक होते हैं। बिस्कुट, पेस्ट्री, नमकीन, अचार, मिठाइयाँ इत्यादि जिन्हें

चटपटे, ज़ायकेदार व्यंजन मिलने लगे हैं, जिन्हें जब चाहें, जहाँ खोलिये और खाइये। कहीं भी, कभी-कभी लज़ीज़ व्यंजन के भरोसे डिब्बाबंद खाद्य पदार्थों को पश्चिमी तर्ज पर परोसा जा रहा है, जिसके चलते भारतीय व्यंजन फीके पड़ने लगे हैं। महंगा

# बहुत ही सहज है राजयोग...

इस अंक में हम यह जानेंगे कि 'राजयोग' सभी योगों का राजा है, यह स्वयं को सुसंस्कृत करने का विज्ञान है जिससे हम अपनी कर्मेन्द्रियों पर विजय प्राप्त कर उसका राजा बनते हैं। साथ ही राजयोग की विभिन्न विधियों के बारे में भी जानकारी प्राप्त करेंगे...

गतांक से आगे...

## सभी योगों का राजा "राजयोग"

जैसे ही योग का नाम आता है, लोगों का ध्यान तुरन्त ही शारीरिक योग या योगासन की तरफ भागता है। योग शारीरिक क्रियाओं पर अवलंबित नहीं हो सकता। आप खुद देखो श्रीमद्भगवद् गीता में अर्जुन को जब गीता का उपदेश सुनाया जा रहा था तो क्या वहाँ कोई आसन भी सिखाया या प्राणायाम की कोई विधि बताई, ऐसा तो नहीं है ना। योग, मन को प्रशिक्षित करने का नाम है। और भगवद्गीता में भी बार-बार अर्जुन को यही कहा गया है कि हे अर्जुन अपने मन को ईश्वर के स्वरूप पर टिकाओ।

राजयोग, स्वयं का स्वयं से तथा उस परम आत्मा से मिलन का नाम है। इसमें सबसे पहले हम अपनी बुद्धि द्वारा, अपने विचारों को एकाग्र करते हैं और उसके बाद अपनी बुद्धि से परमात्मा के स्वरूप को याद करते हैं।

राजयोग स्वयं को सुसंस्कृत करने का विज्ञान है जिससे हम अपनी कर्मेन्द्रियों पर विजय प्राप्त कर उसका राजा बनते हैं। इसमें परमात्मा हमारा मददगार होता है।

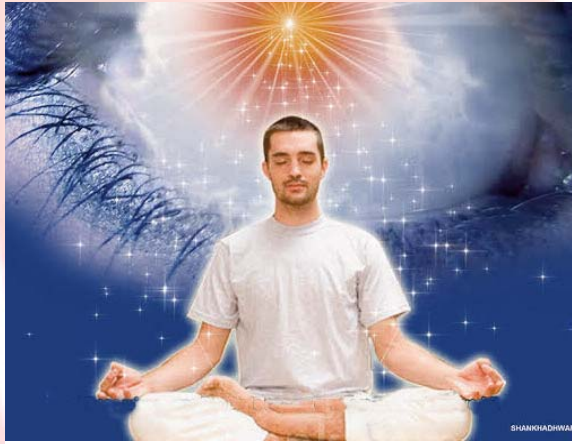
## राजयोग की विधि

राजयोग एक ऐसी सर्वश्रेष्ठ विद्या है जिसमें कोई मन्त्र नहीं, कोई आसन नहीं, सिर्फ अपने आपको एक चैतन्य ज्योतिर्बिन्दु आत्मा समझना है। इसके बाद इन चाँद सितारों के ऊपर रहने वाली आत्मा के समान ही अपने परमपिता परमात्मा जिनका स्वरूप है ज्योतिर्बिन्दु, गुणों और शक्तियों में जो सिंधु हैं, के साथ अपने आपको या यूँ कहें कि अपनी आत्मा को जोड़ना या स्नेह युक्त संबंध बनाना ही राजयोग है।

1. स्वचिन्तन या अपने बारे में सोचना : सर्वप्रथम मन के अन्दर चलने वाले विचारों को देखना पड़ता है। अब मन में जो भी विचार हैं वो तो सब देह, देह के सम्बन्धी, देह के पदार्थों से सम्बन्धित हैं। इसलिए मुझे मन से इनको बाहर निकालना है, जो इतना आसान नहीं है। क्योंकि हम बहुत समय से इनके बीच रह रहे हैं। अब हमें बुद्धि से अर्थात् जानबूझकर व समझकर यह स्मृति लानी है कि मैं एक आत्मा हूँ। अर्थात् बुद्धि से बार-बार मन के पर्दे पर

उसकी फ्रीक्वेंसी के साथ हमें जुड़ना पड़ता है, ठीक उसी प्रकार आत्मा की फ्रीक्वेंसी परमात्मा के साथ तब जुड़ेगी जब उसके तरह से गुण व शक्तियाँ हमारे अंदर विराजमान होंगी। इसलिए बार-बार उस फ्रीक्वेंसी को लाने के लिए परमात्मा के चित्र को हमें भावना से देखना होगा।

3. इसके बाद घर को याद करना : एक बार संत तुलसीदास जी से किसी ने पूछा कि इस दुनिया का सबसे सुन्दर देश कौन-सा है।



उनका कहना था कि हम जहाँ रहते हैं उससे सुन्दर देश कोई हो नहीं सकता। ठीक इसी प्रकार आत्मा अपने घर से बहुत दिन से बिछड़ी हुई है। इसलिए बार-बार कहते हैं कि मरने के बाद ही शांति मिलेगी। अब शांति तो शांतिधाम में है। और वही हमारा घर है, हमारा मायका है। जहाँ कोई बन्धन नहीं, कोई बोझ नहीं, जैसे चाहें वैसे रहें। हमें उसी परमधाम या शांतिधाम में अपने आत्म स्वरूप को चित्रांकन विधि द्वारा

ले जाना है। जिस प्रकार किसी पढ़े-लिखे व्यक्ति के लिए अमेरिका की दूरी नक्शे पर थोड़ी-सी होती है, लेकिन एक अनपढ़ व्यक्ति के लिए अमेरिका बहुत दूर है। ठीक इसी प्रकार हमें परमात्मा ने ज्ञान दिया कि इन चाँद सितारों से पार हमारा घर है। वहाँ जाने के लिए देह और देह के सम्बन्ध और देह के पदार्थ का आवरण हटाकर एक सेकेण्ड में हम परमधाम की यात्रा कर सकते हैं। जहाँ शांति है, कोई आवाज़ नहीं है।

आत्मा देखने की कोशिश करनी है। यह प्रक्रिया इतनी सरल नहीं है। लेकिन बार-बार करने से हो जायेगा।  
2. भावना से चित्र बनाना : दुनिया में जब हम अपने माता-पिता को याद करते हैं, तो याद सहज आती है। ठीक उसी प्रकार आत्मा परमात्मा का बच्चा है। जैसे ही हम आत्मिक स्थिति में स्थित होंगे तो परमात्मा की याद स्वतः और स्वाभाविक आयेगी। कारण यह है कि हम सबकी एक फ्रीक्वेंसी है, जैसे अगर मुझे कपड़े को या किसी रंग को देखना है तो



**नई दिल्ली।** रेल भवन में रेलमंत्री माननीय सुरेश प्रभु को ईश्वरीय निमंत्रण देने के बाद चित्र में ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. प्रकाश, ब्र.कु. सविता, ब्र.कु. सोमशेखर व अन्य।



**दिल्ली।** फरीदाबाद के होटल राजहंस में आध्यात्मिक सम्बोधन कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. शिवानी, हरियाणा के महासचिव संदीप जोशी, खानपुर के म्युनिसिपल काउंसलर सत्येन्द्र चौधरी, रतनलाल अग्रवाल, ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. पुष्पा व अन्य।



**नागौर-राज।** अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए डिस्ट्रीक्ट कलेक्टर राजन विशाल, ब्र.कु. अनीता व अन्य।



**फगवाड़ा-पंजाब।** 'आँखों के तारे' विषयक कार्यक्रम के अवसर पर बीबी जागीर कौर, प्रधान शिरोमणि अकाली दल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुमन। साथ हैं विधायक सोमप्रकाश जी, ब्र.कु. विजय माता व अन्य।



**फिरोजाबाद-उ.प्र।** उत्तर प्रदेश रत्न चक्रेश जैन को यश भारती से सम्मान मिलने के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात देकर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. सरिता।



**गोला गोकर्ण नाथ-उ.प्र।** आध्यात्मिक प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए नगरपालिका चेयरमैन मिनाक्षी अग्रवाल व ज्वाइंट मजिस्ट्रेट अंकित अग्रवाल। साथ हैं एस.डी.एम. विनोद गुप्ता, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. ज्योति व अन्य।

## ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहली-24

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	

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

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

## ऊपर से नीचे

1. इस पुरानी दुनिया से तुम्हारी बुद्धि का...उठ जाना चाहिए (2)
2. सामूहिक पाकशाला (3)
3. आप यूँ ही...देते रहो बाबा (2)
3. ....देश की महिमा महान, इसमें आते शिव भगवान (3)
4. रचना, उत्पत्ति (3)
5. अर्पित करना, सौंपना, देना (3)
4. एक होने की अवस्था (3)
8. धकेलना, भटकना, ठोकर (2)
10. मना, इन्कार, रोक (3)
11. कुल, एक कन्या सात...का उद्धार करती है (2)
12. मेहमान, यात्री, पथिक (4)
14. ....तेरी गली में जीना तेली गली में (3)
15. बधाई, शुभ कामना, मंगल कामना (4)
17. खींचकर बांधना, परखना (3)
18. इस तरफ, इस ओर (3)
19. इसके पश्चात, तुरंत बाद (2)
21. वैहिक, जिस्म से सम्बन्धित (3)
23. चारों तरफ, सब जगह (3)

## बायें से दायें

1. ....मान नहीं देना है, पंगु (3)
2. उदाहरण, मिसाल, प्रामाणिक (3)
3. बोली, जवान (2)
4. मनुष्य...का बीज रूप शिवबाबा हैं, जगत (2)
5. बाण, तालाब, सिर (2)
6. ....नहीं तो कल बिखरेंगे ये बादल, वर्तमान दिन (2)
7. फेथफुल बनो तो संगठन...हो जायेगा, एकराय (4)
9. लून, सत्य आटे में...मिसल है (3)
12. घूँसा, हाथ से प्रहार (2)
13. सम्बन्ध, रिश्ता (2)
16. जब बच्चे पत्र नहीं लिखते हैं तो बाप को...होती है, चिन्ता (3)
18. आराधना, पूजा, भक्ति (4)
20. जीभ, जवान, रस में मग्न होना (3)
21. ....देखता हूँ उधर तू ही तू है, जिस तरफ (3)
22. बाप को हर बच्चे के दिल में...बाबा ही दिखता है, केवल (2)
24. यादगार, मेमोरियल, याद दिलाने वाला (3)
25. ये...है दीवे और तूफान की, कथा (3)
26. शुद्ध, पाक, ....बुद्धि में ही बाप का ज्ञान उठर सकता है (3)

- ब्र.कु.राजेश, शांतिवन।

# दृष्टिकोण के रहस्य को समझें...

- ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा



**हरदोई-उ.प्र.** | प्रसिद्ध गायक अनूप जलोटा को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. रोशनी। साथ हैं मारुती कार कॉन्सेप्ट के मालिक संजीव अग्रवाल व अन्य।



**जगरावां-पंजाब** | आध्यात्मिक कार्यक्रम में शिरोमणि अकाली दल के चेयरमैन दीदार सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हरबंस, ब्र.कु. अमरज्योति व ब्र.कु. सीमा।



**खेरा गाँव-उ.प्र.** | आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान उपस्थित हैं केन्द्रीय कृषि राज्यमंत्री संजीव बालियान। साथ हैं विधायक ठाकुर संगीत सोम तथा ब्र.कु. उषा।



**कोटा-राज.** | 'पंच दिवसीय ग्रीष्मकालीन बाल व्यक्तित्व विकास शिविर' के दौरान पार्षद रमेश पुट्रा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. उर्मिला। साथ हैं डॉ. सपना व अन्य।



**लुधियाना-पंजाब** | ब्र.कु. परवीन एवं ब्र.कु. रजनी को सम्मानित करने के पश्चात् चित्र में वेद भारती महाराज, 1008 महामण्डलेश्वर व अन्य।



**दिल्ली-महिपालपुर** | आई.सी.ए.आई. में सी.ए. स्टूडेंट्स के लिए आयोजित कार्यक्रम में आध्यात्मिकता के बारे में बताते हुए ब्र.कु. अनसूइया।

जो कुछ भी पहले हम बाहर से देखते हैं, वह सन्देश के रूप में हमारे मन में जाता है। मान लीजिए, छः फुट के एक आदमी को हमने देखा। यह पुरुष है या स्त्री है, वह हमारे सामने आया। आँखें तो हमारी छोटी-सी हैं लेकिन आदमी छः फुट का है। फिर हमने उसको

या प्रत्युत्तर है - वह कैसे बदले? वह प्रतिक्रिया किस पर निर्भर है? अन्तर्दृष्टि पर। जब तक मनुष्य की अन्तर्दृष्टि नहीं बदलेगी तब तक बाहर की दृष्टि नहीं बदलेगी। वो दृष्टिकोण कैसे बदलेगा? परमात्मा की ज्ञान-मुरलियों से। परमात्मा मुरलियों में सुनाते हैं कि सब मरे पड़े हैं,

नहीं लगा सकता। सारी दुनिया के खजाने इसके सामने तुच्छ हैं। हम चाहते हैं कि हमारी दृष्टि ठीक रहे तो अपने दृष्टिकोण को ठीक रखें। दृष्टिकोण ठीक रखना है तो रोज़ हम मुरली सुनें। मुरली सुनते-सुनते हमारा दृष्टिकोण, हमारी अन्तर्दृष्टि, हमारी वृत्ति, हमारा सोचने

**अन्दर की जो प्रतिक्रिया है, प्रत्युत्तर है, बाहर का जो उद्दीपन है उसकी प्रतिक्रिया या प्रत्युत्तर है - वह कैसे बदले? वह प्रतिक्रिया किस पर निर्भर है? अन्तर्दृष्टि पर। जब तक मनुष्य की अन्तर्दृष्टि नहीं बदलेगी तब तक बाहर की दृष्टि नहीं बदलेगी। वो दृष्टिकोण कैसे बदलेगा? बाबा की ज्ञान-मुरलियों से। बाबा मुरलियों में सुनाते हैं कि सब मरे पड़े हैं, ये मूर्छित हुए पड़े हैं, ये सब आसुरी सम्प्रदाय वाले हैं इत्यादि-इत्यादि।**



देखा कैसे? हमारे मस्तिष्क पर उसका बहुत छोटा-सा प्रतिबिम्ब पड़ता है। उसका रंग क्या है, रूप क्या है, चेहरे के लक्षण क्या हैं, उसकी बनावट क्या है, उसकी आकृति-प्रकृति कैसी है - यह चित्र चित्रित होता है। सन्देश मस्तिष्क को पहुँचने के बाद में आत्मा इन सबका विश्लेषण करती है कि यह क्या है, क्या नहीं है। यह जो विश्लेषण की अवस्था है, जिसको हम विश्लेषण की प्रक्रिया कहते हैं, जब तक यह परिवर्तन नहीं होगी तब तक दृष्टि परिवर्तित नहीं हो सकती। बाहर से जो सन्देश आया वह उद्दीपन है, यह पहुँचने के बाद वहाँ से प्रतिक्रिया आती है कि यह छह फुट का मनुष्य है, पुरुष है या स्त्री है। यह फलानी जगह का रहने वाला है या वाली है। इसको मैंने कई साल पहले देखा था। इसका नाम यह है। उसका वो सारा रिकॉर्ड खोलकर चित्रित करता है। उस आदमी का नाम या सारा परिचय तो उसके चेहरे पर नहीं लिखा रहता। मन के अन्दर या आत्मा के अन्दर जो सारा रिकॉर्ड है, उससे तुलना करके आत्मा उसको पहचानने की कोशिश करती है। अन्दर की जो प्रतिक्रिया है, प्रत्युत्तर है, बाहर का जो उद्दीपन है उसकी प्रतिक्रिया

ये मूर्छित हुए पड़े हैं, ये सब आसुरी सम्प्रदाय वाले हैं इत्यादि-इत्यादि। ये सारी बातें हम सुनते हैं, फिर हमारा प्रत्युत्तर उसके अनुसार होता है। जैसे कम्प्यूटर में प्रोग्राम डाला जाता है और कम्प्यूटर उसी प्रोग्राम अनुसार चीज़ हमारे सामने लाता है। जब परमात्मा का दिया हुआ ज्ञान बुद्धि में भरता जाता है, धारण होता जाता है तब हमारा दृष्टिकोण बदलता है। जब दृष्टिकोण बदल जाता है तब दृष्टि भी बदलती है। क्योंकि दृष्टिकोण से पहला परिवर्तन होता है वृत्ति में। फिर वृत्ति से बदलती है स्मृति और स्थिति। उससे फिर हमारी दृष्टि जो है स्वयं बदल जाती है। अगर हम चाहते हैं कि हम अखण्ड पवित्रता का पालन करें, उसको किसी भी रीति से न गँवायें, वह सदा हमारी बनी रहे, उसके लिए हमारी दृष्टि ठीक रहे।

पवित्रता हमारी अनमोल निधि है। ब्रह्माकुमार और ब्रह्माकुमारी जीवन की सबसे बड़ी सम्पत्ति यही है। हम चाहे दुनिया की दृष्टि से बिल्कुल गरीब ही सही, किसी भी दृष्टि से हम लोगों से बहुत पीछे ही सही, लेकिन बाबा ने हमें जो पवित्रता रूपी अनमोल खजाना दिया है, यह तो अतुल है, इसका कोई मूल्य

का, देखने का तरीका बदले। जब वो बदलेगा तब हमारी दृष्टि धोखा नहीं देगी। जब तक हमें पूरी रीति से यह समझ नहीं होगी कि हम कौन हैं, किसकी सन्तान हैं, कहाँ से आये हैं, कहाँ जाना है तो हमारे में अन्तर-परिवर्तन नहीं होगा। अगर हमारा अन्तर-परिवर्तन नहीं होगा तो हमारे दृष्टिकोण में परिवर्तन नहीं होगा। इसलिए जब अन्तर-परिवर्तन होगा, तब ही बाह्य परिवर्तन होगा।

अगर हम केवल बाहरी परिवर्तन करने की कोशिश करेंगे, जैसे सूरदास ने अपनी आँखें निकाल दीं, तो क्या नतीजा निकला? उसकी सारी रचनाओं को आप पढ़कर देखिये कि आँखें निकालने के बाद भी उसके मन की स्थिति क्या थी, वो पता पड़ेगा। वह कहता है, हे गोपाल! संसार एक सागर है, इसमें काम रूपी मगरमच्छ, क्रोध रूपी ग्राह आदि सब मुझे खा रहे हैं। हे गिरधर! मुझे बचाओ। कविता की दृष्टि से उनकी कवितायें बहुत अच्छी रचनायें हैं, किंतु उन कविताओं को जिस विषय पर लिखा गया है, वो विषय उसके मन को प्रतिबिंबित करता है, उसकी अवस्था को झलकाता है।

# माँ तेरी याद...

- ब्र.कु. दिलीप राजकुले, शांतिवन

जिन्होंने उनके मुख-मंडल को देखा है, उनसे पूछिये कि वे कुदरत की क्या कमाल थीं ! उनको देख कर तो महा अज्ञानी भी कह उठता था -

“ माँ, ओ माँ ! तेरी ठण्डी छाँ ! तेरी शीतल बाँ !  
तेरी हाँ में हाँ, ओ माँ !  
तू ले जा चाहे जहाँ, हमें दिखता आसमाँ,  
भूल गया जहाँ !  
माँ ओ माँ ! ”



में ऐसा हुआ कि सभी यज्ञ वत्स ही नहीं परंतु उनकी लौकिक माँ रोचा भी राधे नहीं अपितु मम्मा, मातेश्वरी कहने के लिए विवश हो गयी थीं क्योंकि वो थीं ही जगत की माँ, मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती। इतना ही नहीं पिताश्री ब्रह्मा बाबा भी ओम् राधे को मम्मा कहकर पुकारते थे। धीरे-धीरे मम्मा, मातेश्वरी के नाम के साथ-साथ उनके शरीर में भी, इस नाम के अनुसार परिवर्तन आ गया था। एक कन्या की जगह सचमुच एक माँ सी दिखने लग गयी थीं। आज भी जब कभी हम उनकी तस्वीर की ओर निहारते हैं तो महसूस होता है कि यही जगत् की माँ शोरावाली, माँ सरस्वती, माँ जगदम्बे हैं।

## मम्मा त्रिकालदर्शी, भक्तों की इष्ट थीं

आमतौर पर मम्मा 3.30 बजे तक तैयार होकर कमरे के बाहर आ जाती थीं। एक दिन करीब सवा तीन बजे ही तैयार होकर बाहर आ गयीं, तब जमुना दादी ने उनसे पूछा, “मम्मा, अभी तो समय हुआ ही नहीं, आप जल्दी क्यों बाहर आ गयीं?” मम्मा ने कहा, “आज एक भक्त मुझसे मिलने आने वाला है, इसलिए मुझे जाने दो।” मम्मा अभी परदे के अंदर ही थीं, इतने में अमृतसर का एक भाई वहाँ आ पहुँचा। वह अपनी कार से उतरा और तीसरी मंज़िल पर दौड़ कर चढ़ रहा था क्योंकि मम्मा तीसरी मंज़िल पर थीं। वह गीत गा रहा था, “माँ तेरे दर पर खड़ा हूँ...”, “जय अम्बे, जगदम्बे काली खप्पर वाली...” मम्मा ने खड़े होकर उसको दर्शन दिया और कहा, “बच्चे, तुम भक्त बनके गीत ही गाते रहोगे या बच्चे बन कर माँ से कुछ पाओगे? माँ ने तो अपने बच्चे को पा लिया, तुम माँ को कब पाओगे?” वह माँ-माँ कहते मम्मा के चरणों में गिर पड़ा और आँसू बहाता रहा। फिर मम्मा ने उसको क्लास में बिठाया, ज्ञान समझाया, प्रसाद खिलाया। इस प्रकार मातेश्वरी जी भक्तों को भी सन्तुष्ट करती थीं और उनके आगमन का आभास पहले ही कर लेती थीं।

## मम्मा मधुरभाषी और सरल थीं

मम्मा की वाणी इतनी सरल, मधुर और कशिश वाली थी कि उन्हें सुनकर सुनने वालों के विचार ही बदल जाते थे। मम्मा में परखने की शक्ति और निर्णय करने की शक्ति बहुत तेज़ थी। मम्मा परख कर, प्यार देकर समर्पण कर वत्सों को समर्पण करा देती थीं। मम्मा जगत् की भी माँ थीं, उनमें बेहद का प्यार, बेहद की दृष्टि थी। मम्मा में इतनी रुहानियत, मिठास और प्यार था कि कोई भी ब्रह्मावत्स उन्हें किसी भी बात के लिए ना नहीं कह सकते थे।

ऐसी असीम शक्तियों व गुणों की भंडार माँ जगदम्बा का लौकिक जन्म सन् 1919 में अमृतसर में हुआ था। उनके पिता सोने-चाँदी का व्यापार करत थे और देशी घी के थोक व्यापारी थे। पिता के देहांत के बाद राधे (मम्मा), अपनी माँ रोचा और छोटी बहन गोपी के साथ हैदराबाद (सिन्ध) में अपनी नानी और मामा के घर रहने लगे। उसी दौरान सन् 1936 में पिताश्री के सत्संग में राधे सफेद फ्रॉक पहनकर आने लगी। डान्स और गायन कला में निपुण राधे सफेद फ्रॉक में ट्वीकल-ट्वीकल लीटल स्टार पर सबका मन हर लेती थी। देखते-देखते ही राधे, ओम् राधे और मम्मा मातेश्वरी बन गयीं। 24 जून 1965 को अपने पार्थिव देह और दुनिया से अव्यक्त हो गयीं, लेकिन उनकी यादें, उनके शक्तिशाली प्रकम्पन आज भी किसी को उनकी टेप की हुई वाणी द्वारा या यहाँ मधुबन के वायुमंडल द्वारा अनुभव होता है। ऐसी अमीट छाप छोड़ने वाली माँ जगदम्बा के स्मृति दिवस पर हम सभी लाखों ब्रह्मावत्सों का शत्-शत् प्रणाम।

किसी ने भी मातेश्वरी को देखा या सुना उनको कुछ ना कुछ अनुभव अवश्य प्राप्त हुआ। मेरे नेत्रों को उन्हें देखने का मौका नहीं मिला परंतु जिन ब्रह्मावत्सों को, दादियों तथा दादाओं को उनके अंग-संग रहने का सौभाग्य प्राप्त हुआ उनके कमलमुख से मातेश्वरी की प्रेरणादायी जीवन कहानी सुनने का मौका, हमें भी सौभाग्य से मिला। इससे प्रतीत होता है की ऐसी माँ न हुई है ना होना संभव है।

यहाँ जो भी कुछ पाठकों के लिए लिखा जायेगा, ना ही यह कोई अलंकारिक भाषा है, और ना ही कोई कल्पना, अपितु यह संपूर्ण सत्य और अतीत की मधुर, शक्तिशाली व प्रेरणादायी स्मृतियाँ हैं जो सौभाग्यशाली आत्माओं ने हम सभी के समक्ष रखे हैं। हम सभी की ऐसी मातेश्वरी जिनका नाम राधे था और ओम् मंडली में आकर ओम् राधे होकर मातेश्वरी जगदम्बा हो गया। यह परिवर्तन कुछ ही समय



**फरीदाबाद।** हरियाणा के मुख्यमंत्री माननीय मनोहर लाल खट्टर का स्वागत करते हुए ब्र.कु. कौशल्या। साथ हैं केन्द्रीय राज्यमंत्री कृष्णपाल गुर्जर तथा विधायक नगेन्द्र बढ़ाना।



**अनूपशहर-उ.प्र.।** सेवाकेन्द्र में आने पर बुलंदशहर के सांसद भोला सिंह सूर्यवंशी का स्वागत करते हुए ब्र.कु. मनोज।



**दिल्ली-बख्तावरपुर।** कार्यक्रम के दौरान शरद चौहान, विधायक, नरेला विधान सभा संसदीय सचिव, राजस्व को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शारदा व ब्र.कु. गीता।



**नई दिल्ली-रजौरी गार्डन।** ग्रीष्मकालीन रचनात्मक वर्कशॉप 'विंग्स ऑफ फ्रीडम-2016' के दौरान समूह चित्र में ब्र.कु. शक्ति व अन्य ब्र.कु. भाई बहनों के साथ वर्कशॉप के प्रतिभागी बच्चे।



**समस्तीपुर-बिहार।** 'किसान सशक्तिकरण महोत्सव' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. राजेन्द्र, हरियाणा, ब्र.कु. अविता, ब्र.कु. अरुणा, ब्र.कु. सरोज, उ.प्र., ब्र.कु. राजू, माउण्ट आबू, डॉ. के.एन. सिंह, डायरेक्टर, एक्सटेंशन एज्युकेशन, राजेन्द्र कृषि विश्वविद्यालय, पूसा, डी.के. श्रीवास्तव, एम.डी. सुधा डेयरी एवं ब्र.कु. कृष्ण।



**वांसवाड़ा-राज.।** नवनिर्मित भवन 'प्रभु उपहार' के उद्घाटन समारोह में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. उषा, ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. पूनम, नगर परिषद सभापति मंजू बाला, विधायक धन सिंह रावत व ब्र.कु. रीता।

# अभ्यास से कठिन कार्य भी होते संभव

गतांक से आगे...

इसीलिए भगवान अर्जुन को भी सावधान करते हैं। मन अपनी चंचलता तथा अस्थिरता के कारण जहां कहीं भी विचरण करता है, उसे वहां से खींचकर अपने वश में करो और परमात्मा में लगाओ। इस प्रकार निरंतर योगाभ्यास की जरूरत है। योग अभ्यास में रहकर आत्म-संयमी योगी समस्त पापों से मुक्त हो जायेंगे एवं पारमात्मा सानिध्य में अतीन्द्रिय सुख और परम आनंद का अनुभव प्राप्त होता है तथा सर्व के प्रति आत्म भाव

पांडवों के बचपन की बात है। अर्जुन और भीम आजू-बाजू में सोये हुए थे। आधी रात हुई कि भीम अचानक उठकर चला गया, अर्जुन की आँखें खुल गयीं, उसने देखा कि बाजू में भीम सोया हुआ था वो है ही नहीं। तो उसने सोचा कि भीम कहाँ चला गया। तो वह भी उठकर बाहर निकलता है और देखने जाता है। तो देखता है कि भीम आधी रात में रसोई घर में बैठकर खाना खा रहा था, अर्जुन ने जैसे ही ये दृश्य देखा तो पूछता है अरे भीम तू आधी रात को खाना खा रहा है? भीम ने कहा हाँ, बड़ी भूख लगी थी, इसलिए खा रहा नहीं गया, मैं खा रहा हूँ। अर्जुन ने कहा भले खाओ, लेकिन अंधेरे में तुम कैसे खा रहे हो, और सीधा मुँह में ही जाता है, इधर-उधर कहीं नहीं जाता है! तो भीम मुस्कराकर अर्जुन को कहता है - अर्जुन यह मेरा अभ्यास है। मुझे खाने का इतना अभ्यास है कि वो इधर-उधर कहीं नहीं जायेगा, सीधा मुँह में ही जायेगा। इससे अर्जुन ने प्रेरणा ली कि भीम के अंधेरे में खाने पर भी सीधा मुँह में जाता है। अगर मैं भी अभ्यास करूँ, अंधेरे में तीर चलाऊँ और निशाने पर लगे। इसका नाम है अभ्यास और उस प्रेरणा को ले करके अर्जुन ने अपना अभ्यास आरंभ किया। तब इतना बड़ा धनुर्धर बन गया।

भावार्थ ये है कि भगवान ने भी यही कहा कि मन की एकाग्रता को बढ़ाने के लिए, विकसित करने के लिए हमें भी निरंतर अभ्यास की आवश्यकता है और जब आत्म संयम को लेकर अभ्यास करेंगे तो समस्त पापों से मुक्त हो जायेंगे एवं पारमात्मा सानिध्य में अतीन्द्रिय सुख और परम आनंद का अनुभव प्राप्त होता है तथा सर्व के प्रति आत्म भाव विकसित कर 'वसुधैव-कुटुंबकम्' की भावना जागृत होती है। ये उसकी एक और उपलब्धि है कि 'वसुधैव-कुटुंबकम्' की भावना को जागृत कर सकते हैं।

एक प्रश्न अर्जुन के मन में आता है कि हे भगवन्! ये मन बड़ा चंचल है, हठी है, बलवान है इसलिए इसे वश में करना वायु की भांति अति दुष्कर मानता हूँ। तो भगवान ने उसका बहुत सुंदर जवाब दिया - अर्जुन, निःसंदेह मन चंचल है परंतु अभ्यास और वैराग्य के द्वारा वश में हो सकता है। अभ्यास करने की जरूरत है। मन को वश में न करने वाले पुरुष के लिए योग बहुत कठिन है। किंतु स्व वश मन वाले पुरुषार्थी के लिए योग सहज हो जाता है। पुरुषार्थ माना पुरुष के अर्थ। जो पुरुष के अर्थ हम करते हैं वो पुरुषार्थी और स्व वश के आधार पर जब पुरुषार्थ करते तो मन को वश करना भी सहज है।

भले वो चंचल है, हठी है, बलवान है, वायु की भांति है, लेकिन फिर भी ये नहीं कि वो वश में नहीं होता है। मन वश में हो सकता है। सिर्फ मन को समझने की आवश्यकता है। आज एक बच्चा बहुत चंचल है, बहुत तूफानी है। इतना तूफान मचाता है, इतनी चंचलता करता है, पड़ोसी उसको रोकने के लिए कितना भी प्रयत्न करे लेकिन वो बच्चा वश में नहीं होता है। लेकिन जैसे ही उसकी माँ आती है। माँ उस बच्चे की सायकोलॉजी को अच्छी तरह से समझती है कि इस वक्त ये तूफान मचा रहा है तो उसका कारण क्या है। उसको वही चीज़ पकड़ा देती है और बच्चा शांत हो जाता है, और शांति से बैठ जाता है।

मन भी चंचल बच्चा है। लेकिन जब तक हम मन को समझते नहीं हैं तब तक उसको वश करना बहुत मुश्किल है। लेकिन जैसे ही मन की रुचि को समझने लगे, मन की आदतों को समझने लगे फिर जैसे-जैसे आप उसकी सायकोलॉजी को परखने लगते हैं, उस समय उसको वही चीज़ अगर मिल जाती है तो मन क्यों नहीं वश में होगा। मन सहज वश में हो सकता है। मन को वश में करने के लिए मन को समझने की आवश्यकता है। आज आप सभी तीन-चार दिन से लगातार आ रहे हैं। मन को अच्छा लग रहा है तभी आ रहे हैं। अगर यहाँ बैठकर मैं इधर-उधर की पॉलिटिक्स की बात, यहाँ-वहाँ की बातें सुनाती, किसी की निंदा, ग्लानि व चुगली सुनाती, तो आप क्या कहते कि यह तो वेस्ट ऑफ टाइम है। वहां समय बर्बाद करने क्यों जायें, घर में बैठते कुछ और काम करते, नहीं आते थे आप। तो मन की रुचि कहां है? मन को क्या अच्छा लगता है?

क्रमशः



**नाभा-पंजाब।** आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् डॉ. चरणजीत सिंह अटवाल, विधानसभा स्पीकर व विनोद कुमार, डी.डी.पी.ओ. को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गुलशन, ब्र.कु. ब्रिज, ब्र.कु. शिवानी, ब्र.कु. रेखा व अन्य।



**मुज़फ्फरनगर-गांधीनगर(उ.प्र.)।** आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान चेयरमैन कपिल देव अग्रवाल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पुष्पा।



**मधुवन-मऊ(उ.प्र.)।** शोभायात्रा के कार्यक्रम में विधायक उमेश चन्द्र पाण्डेय को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. विमला।



**मनोहर थाना-राज।** आध्यात्मिक प्रदर्शनी समझाते हुए ब्र.कु. निशा। साथ हैं तहसीलदार गोविन्द गौड़, भाजपा नगराध्यक्ष घनश्याम भण्डारी, राजू शर्मा व अन्य।



**मौड़ मण्डी-भटिंडा।** आध्यात्मिक कार्यक्रम में मार्केट कमेटी के चेयरमैन कंवरजीत सिंह को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम। साथ हैं डॉ. पवन गर्ग।



**मण्डी-हि.प्र.।** आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए सदर मण्डी के एस.डी.एम. मदन कुमार जी। साथ हैं ब्र.कु. दीपा, ब्र.कु. टीना व अन्य।

## आपके लिये उपहार...

आज सबसे कठिन कार्य है मन को एकाग्र करना व मन को सुमन बनाना। कुदरत ने मानव को एक शक्तिशाली और अद्भुत शस्त्र के रूप में 'मन' प्रदान किया है, जिससे वे अपना जीवन सुख, शांति एवं आनंद से जी सकें। चाहते हुए भी आज मनुष्य की सर्वश्रेष्ठ शक्ति 'मन' उसके जीवन में सुकून नहीं ला पाता। ऐसे में 'हैप्पी लिविंग' पुस्तक में मन को कैसे सुमन

जिन्दगी में कैसे उपयोग करें, इसके बारे में तर्कपूर्ण, आध्यात्मिक व सामाजिक संवाद के रूप में सबके सामने रखा है। ये पुस्तक आपके हाथ में होने पर आप निराशा से मुक्त होंगे और आपका मन सकारात्मक ऊर्जा के साथ उमंग और उत्साह वर्धक रहेगा और आपके जीवन में नई खुशियों को लायेगा। यह पुस्तक 'हैप्पी लिविंग' (अंग्रेजी भाषा में) तथा



बनायें, उसके बारे में जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्रह्माकुमारी शिवानी ने हरेक मन की ऊर्जा एवं मन को अपनी रोजमर्रा की

'हैप्पीनेस इंडेक्स' (गुजराती भाषा में) आपके जीवन के लिए उपयोगी सिद्ध होगी और आप अपने जीवन में खुशियाँ पायेंगे।

## ख्यालों के शार्डिने में...

एक बार इंसान ने कोयल से कहा:-  
“तू काली न होती तो कितनी अच्छी होती”  
सागर से कहा:-  
“तेरा पानी स्वारा न होता तो कितना अच्छा होता”  
गुलाब से कहा:-  
“तुझमें काँटें ना होते तो कितना अच्छा होता”  
तब तीनों एक साथ बोले:-  
“हे इंसान! अगर तुझमें दूसरों की कमियाँ देखने की आदत ना होती तो कितना अच्छा होता...”

जब मनुष्य जन्म लेता है, तो उसके पास सांसे तो होती हैं, पर कोई नाम नहीं होता है और जब मनुष्य की मृत्यु होती है तो उसके पास नाम तो होता है, पर सांसे नहीं होती। इसी सांसे और नाम के बीच की यात्रा को “जीवन” कहते हैं। ना किसी के अभाव में जियो, ना किसी के प्रभाव में जियो। यह जिन्दगी है आपकी, अपने स्वभाव में जियो।



# कथा सरिता

## आधी रोटी का कर्ज

पत्नी बार बार माँ पर इल्जाम लगाए जा रही थी और पति बार बार उसको अपनी हद में रहने को कह रहा था। लेकिन पत्नी चुप होने का नाम ही नहीं ले रही थी। वो ज़ोर ज़ोर से चीख-चीखकर कह रही थी कि उसने अंगूठी टेबल पर ही रखी थी और तुम्हारे और मेरे अलावा इस कमरे में कोई नहीं आया। अंगूठी हो ना हो माँ जी ने ही उठाई है। बात जब पति की बर्दाश्त के बाहर हो गई तो उसने पत्नी के गाल पर एक ज़ोरदार तमाचा दे मारा। अभी तीन महीने पहले ही तो शादी हुई थी। पत्नी से तमाचा सहन नहीं हुआ, वह घर छोड़कर जाने लगी और जाते जाते पति से एक सवाल पूछा कि तुमको अपनी माँ पर इतना विश्वास क्यों है? तब पति ने जो जवाब दिया उस जवाब को दरवाज़े के पीछे खड़ी माँ ने सुना तो उसका मन भर आया। पति ने पत्नी को बताया कि जब वह छोटा था तब उसके पिताजी गुजर गए। माँ मोहल्ले के घरों में झाड़ू-पोछा लगाकर जो कमा पाती थी उससे एक वक्त का खाना आता था।

माँ एक थाली में मुझे परोस देती थी और खाली डिब्बे को ढक कर रख देती थी और कहती थी मेरी रोटियाँ इस डिब्बे में हैं, बेटा तू खा ले। मैं भी हमेशा आधी रोटी खाकर कह देता था कि माँ मेरा पेट भर गया है, मुझे और नहीं खाना है। माँ ने मेरी जूठी आधी रोटी खाकर मुझे पाला पोसा और बड़ा किया है। आज मैं दो रोटी कमाने लायक हो गया हूँ, लेकिन यह कैसे भूल सकता हूँ कि माँ ने उम्र के उस पड़ाव पर अपनी इच्छाओं को मारा है। वह माँ आज उम्र के इस पड़ाव पर किसी अंगूठी की भूखी होगी, यह मैं सोच भी नहीं सकता। तुम तो तीन महीने से मेरे साथ हो, मैंने तो माँ की तपस्या को पिछले पच्चीस वर्षों से देखा है। यह सुनकर माँ की आंखों से आँसू छलक उठे। वह समझ नहीं पा रही थी कि बेटा उसकी आधी रोटी का कर्ज चुका रहा है या वह बेटे की आधी रोटी का कर्ज...!!

## टूटना नहीं...

एक ट्रक में मारबल का सामान जा रहा था। उसमें टाइल्स भी थी और भगवान की मूर्ति भी थी ...!! रास्ते में टाइल्स ने मूर्ति से पूछा, भाई ऊपर वाले ने हमारे साथ ऐसा भेद-भाव क्यों किया है? मूर्ति ने पूछा, कैसा भेद भाव? टाइल्स ने कहा, तुम भी पत्थर, मैं भी पत्थर ...!! तुम भी उसी खान से निकले, मैं भी। तुम्हें भी उसी ने खरीदा बेचा, मुझे भी। तुम भी मन्दिर में जाओगे, मैं भी। पर वहाँ तुम्हारी पूजा होगी, और मैं पैरों तले रौंदा जाऊंगा, ऐसा क्यों?

मूर्ति ने बड़ी शालीनता से जवाब दिया, तुम्हें जब तराशा गया, तब तुमसे दर्द सहन नहीं हुआ और तुम टूट गये, टुकड़ों में बंट गये। और मुझे जब तराशा गया तब मैंने दर्द सहा, मुझ पर लाखों हथौड़े बरसाये गये, मैं रोया नहीं! मेरी आँख बनी, कान बने, हाथ बना, पांव बने..

फिर भी मैं टूटा नहीं। इस तरह मेरा रूप निखर गया और मैं पूजनीय हो गया। तुम भी दर्द सहते तो तुम भी पूजे जाते, मगर तुम टूट गये, और टूटने वाले हमेशा पैरों तले रौंदा जाते हैं। मोरल: भगवान जब आपको तराशा रहा हो, तो टूट मत जाना, हिम्मत मत हारना। अपनी रफ्तार से आगे बढ़ते जाना, मंज़िल ज़रूर मिलेगी। सुन्दर पंक्तियाँ: मुश्किलें केवल बेहतरीन लोगों के हिस्से में ही आती हैं...क्योंकि वो लोग ही उसे बेहतरीन तरीके से अंजाम देने की ताकत रखते हैं। रख हौंसला वो मंज़र भी आयेगा। प्यासे के पास चलकर समंदर भी आयेगा। थक कर ना बैठ, ऐ मंज़िल के मुसाफ़िर। मंज़िल भी मिलेगी और जीने का मज़ा भी आयेगा।

## भगवान की प्लानिंग

एक बार भगवान से उनका सेवक कहता है, भगवान! आप एक जगह खड़े-खड़े थक गये होंगे, एक दिन के लिए मैं आपकी जगह मूर्ति बन कर खड़ा हो जाता हूँ, आप मेरा रूप धारण कर घूम आओ। भगवान मान जाते हैं, लेकिन शर्त रखते हैं कि जो भी लोग प्रार्थना करने आयें, तुम बस उनकी प्रार्थना सुन लेना, कुछ बोलना नहीं। मैंने उन सभी के लिए प्लानिंग कर रखी है, सेवक मान जाता है। सबसे पहले मंदिर में बिज़नेस मैन आता है और कहता है, भगवान! मैंने एक नयी फैक्ट्री डाली है, उसे खूब सफल करना। वह माथा टेकता है, तो उसका पर्स नीचे गिर जाता है। वह बिना पर्स लिये ही चला जाता है। सेवक बेचैन हो जाता है। वह सोचता है कि रोक कर उसे बताये कि पर्स गिर गया, लेकिन शर्त की वजह से वह नहीं कह पाता। इसके बाद एक गरीब आदमी आता है और भगवान को कहता है कि घर में खाने को कुछ नहीं है, भगवान मदद करो। तभी उसकी नज़र पर्स पर पड़ती है। वह भगवान का शुकिया अदा करता है और पर्स लेकर चला जाता है। अब तीसरा व्यक्ति आता है, वह नाविक होता है। वह भगवान से कहता है कि मैं 15 दिनों के लिए जहाज लेकर समुद्र की यात्रा पर जा रहा हूँ, यात्रा में कोई अड़चन

न आये भगवान। तभी पीछे से बिज़नेस मैन पुलिस के साथ आता है और कहता है कि मेरे बाद ये नाविक आया है, इसी ने मेरा पर्स चुरा लिया है। पुलिस नाविक को ले जा रही होती है, तभी सेवक बोल पड़ता है। अब पुलिस सेवक के कहने पर उस गरीब आदमी को पकड़ कर जेल में बंद कर देती है। रात को भगवान आते हैं, तो सेवक खुशी खुशी पूरा किस्सा बताता है। भगवान कहते हैं, तुमने किसी का काम बनाया नहीं, बल्कि बिगाड़ा है। वह व्यापारी गलत धंधे करता है, अगर उसका पर्स गिर भी गया, तो उसे फर्क नहीं पड़ता था। इससे उसके पाप ही कम होते, क्योंकि वह पर्स गरीब इंसान को मिला था।

पर्स मिलने पर उसके बच्चे भूखों नहीं मरते। रही बात नाविक की, तो वह जिस यात्रा पर जा रहा था, वहाँ तूफान आनेवाला था, अगर वह जेल में रहता, तो जान बच जाती। उसकी पत्नी विधवा होने से बच जाती। तुमने सब गड़बड़ कर दी।

कई बार हमारी लाइफ में भी ऐसी प्रॉब्लम आती है, जब हमें लगता है कि ये मेरे साथ ही क्यों हुआ। लेकिन इसके पीछे भगवान की प्लानिंग होती है। जब भी कोई प्रॉब्लम आये, उदास मत होना। इस कहानी को याद करना और सोचना कि जो भी होता है, अच्छे के लिए होता है।



**पटियाला-पंजाब।** ब्रह्माकुमारीज के सनोर सेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित विशाल शोभायात्रा में ब्र.कु. शांता का स्वागत करते हुए शिरोमणि अकाली दल से सनोर के वरिष्ठ नेता सरदार तजिन्दर पाल सिंह संधू।



**कुरुक्षेत्र-हरियाणा।** 'शिव ज्योति भवन' के शिलान्यास के अवसर पर ध्वजारोहण करते हुए विधायक सुभाष सुधा, जिला परिषद के चेयरमैन गुरदयाल सुनेहदी, ब्र.कु. लक्ष्मण, ब्र.कु. राज बहन, ब्र.कु. आदर्श, अमृतसर, ब्र.कु. शकुंतला, ब्र.कु. सरोज, ब्र.कु. सीमा व अन्य।



**मोतिहारी-बिहार।** दो दिवसीय 'आध्यात्मिक प्रदर्शनी एवं तनाव मुक्त जीवन' विषय पर सेमिनार के उद्घाटन अवसर पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. सीता। साथ हैं ब्र.कु. विभा, ब्र.कु. अशोक वर्मा व ब्र.कु. धनंजय।



**सादुल शहर-राज।** जे.बी. टीचर्स ट्रेनिंग इंस्टीट्यूट में आयोजित दो दिवसीय राष्ट्रीय सेमिनार 'भारत में मानवाधिकार शिक्षा' के दौरान ब्र.कु. माधवी को गेस्ट ऑफ ऑनर देकर सम्मानित करते हुए इंस्टीट्यूट के डायरेक्टर नवीन बिश्नोई और व्याख्याता उषा गोदारा।



**गुमला-झारखण्ड।** नये गीतापाठशाला का उद्घाटन करते हुए वकील नवीन जी, मुखिया प्रसाद जी व ब्र.कु. शान्ति। साथ हैं अन्य भाई बहनें।



**पटना-बिहार।** आध्यात्मिक कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए अखिल भारतीय साधु समाज के अध्यक्ष स्वामी हरी नारायण जी, पटना हाई कोर्ट के पूर्व न्यायाधीश राजेन्द्र प्रसाद, ब्र.कु. संगीता, ब्र.कु. अनीता, ब्र.कु. अंजू एवं ब्र.कु. रविन्द्र।

**दिल, मन, चित्त का मेल, इसे समझना नहीं है खेल!**

### जीवन को देखें

आप सभी, हम सभी अपने जीवन को देखने की एक छोटी सी कोशिश करें, तो पायेंगे कि हमारे जीवन का लम्बा काल बीतता किसमें है? कुछ पाने में! वही कुछ पाने की चाह हमें हमारे लिए एक नयी योजना तैयार करने के लिए कहती है, उन योजनाओं में ही तो सारा समय सोचने में जाता है। इसके लिए ऐसा, इसके लिए ऐसा सोचा जाए तो हम सफल हो सकते हैं। यही तो हमारा मन है। जिसके लिए सोच रहा है, वह हमेशा रहेगा नहीं, और जैसे वो चीज़ उसे मिल गई फिर एक नए की तलाश, यही तो चलता है। चलते-चलते कब सफर पूरा भी हो गया, हमें पता ही नहीं चला।

हमारे हिसाब से क्या उद्देश्य हो सकता है? क्या हमें स्थूल चीज़ें ही जीवन में जुटानी हैं? या फिर खुशी के लिए कुछ और भी करना है? यह पेचीदा प्रश्न नहीं है, बल्कि सीधा सा प्रश्न है। हम

# मन एक सम्पूर्ण सृष्टि...

जब 5 साल के हुए, तो उद्देश्य कुछ और, 10 साल में उद्देश्य बदला, 15

**बहुत कुछ कह जाता है मन हम सभी को, हम इसे समझ ना पाएं वो बात अलग है। इतना कुछ इसने अपने अंदर छिपा रखा है कि उसकी तलाश में सदियों भी बीत जाएं तो उसे समझना नामुमकिन सा लगता है! लेकिन आज इस नई सृष्टि को आपके दृष्टिकोण से समझते हैं। सांत्वना के साथ इसे समझियेगा।**

पालना करना यही ना! ये तो सभी करते हैं, कुछ हमने नया क्या किया? जब आप छोटे थे, या 20 या 21 वर्ष की आयु थी, तो कितने सपने थे, कि



कुछ जीवन में चमत्कार जरूर करेंगे। लेकिन ज़िन्दगी उलझ कैसे गई!

### क्या दूढ़ रहा है मन?

मन हमेशा सुकून दूढ़ता है, उसे हमेशा सुकून भरी ज़िन्दगी चाहिए। लेकिन

जब उसका इन स्थूल चीज़ों से सुकून छिनता है, तो वह डरने लग जाता है, अपने आप से भागने लग जाता है। अपने को ही असुरक्षित महसूस करता है और जो कुछ उसके पास होता है, उसे छूटने ना देना, अर्थात् खो ना जाये, उसे पकड़ के रखना। ना खुद जीना, ना दूसरों को जीने देना!

### कौन देगा उसे सुकून?

सुकून उसे खुद, मन देगा। वो ऐसे, क्योंकि जो कुछ हमारे मन में है, हमारा परिवार, हमारे लोग, हमारी गाड़ी, हमारा घर, उसे छूटने का डर। इसे

परमानेंट मानना ही सुकून को गंवाना है। ये चीज़ें आज हैं, कल नहीं होंगी। उसे हमें समझना पड़ेगा। ये सभी शरीर के साधन हैं, लेकिन मन के साम्राज्य को इससे शान्ति व सुकून नहीं मिल सकता है। आप अपने को ही देखिए ना, आप जब घर, काम पूरा करके पहुंचते हैं, तो अपने आप सोचते हैं कि दो मिनट शांति से बैठ जाएं, आराम किया जाए। पूरे दिन बाहरी चीज़ों, बाहरी वस्तुओं को ऑपरेट करने में गुजरा, लेकिन मेरा सुकून, मैं खुद हूँ। मैं अपने खुद के स्वरूप से शान्त ही हूँ। लेकिन शांति का वह साम्राज्य बाहरी साम्राज्य को बनाने में खो गया। समझदारी यह है कि उसे पुनः जीवित किया जाए। खुद के अंदर ही शांति का भण्डार है। बस 2 मिनट बैठना और याद दिलाना है। और सुकून भरी ज़िन्दगी की शुरुआत समझो हो गई।

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

**प्रश्न-** मैं एक कुमार हूँ। मैं ये जानना चाहता हूँ कि मैं अपनी पवित्रता को श्रेष्ठ कैसे बनाऊं ताकि स्वप्न तक भी कोई व्यवधान न रहे?

**उत्तर-** आत्माओं को पावन बनाने के लिए स्वयं भगवान को आना पड़ता है। वे आकर राजयोग सिखाते हैं जिससे हम सर्वशक्तिवान से शक्तियां लेकर इस माया पर विजयी बनते हैं। यदि कोई राजयोग का अभ्यास चार घण्टे प्रतिदिन न करे तो चाहे वह कोई भी हो, उसे काम सतायेगा ही। यही कारण है कि सन्यासी भी पवित्रता का सुख नहीं ले पाते।

आप श्रेष्ठ पवित्र बनकर भगवान को मदद करना चाहते हैं यह सर्वोत्तम पुण्य है। बिना साधना पवित्रता श्रेष्ठ नहीं हो पायेगी इसलिए राजयोग की साधना के साथ सम्बन्धों में न्यारेपन का अभ्यास भी करें। न्यारे न होने से एक दो के इतने प्यारे बन जाते हैं कि वासना हावी हो जाती है।

अमृतवेले योग का आनंद लें। स्वयं को स्मृति-

स्वरूप रखने के लिए एक अव्यक्त मुरली का प्रतिदिन अध्ययन करें। सारे दिन में कुछ भी खाते-पीते, पानी, दूध या भोजन को दृष्टि देकर सात बार संकल्प करें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ, फिर सेवन करें। एक संकल्प दृढ़ता पूर्वक कर लें कि मेरा जीवन दूसरों को व प्रकृति को पवित्र वायब्रेशन्स देने के लिए है। तो कम से कम पाँच बार इन सबको 'मैं पवित्रता का सूर्य हूँ' इस स्वमान में स्थित होकर वायब्रेशन्स दें। इससे छः मास में ही आपकी पवित्रता आनंदकारी हो जायेगी।

**प्रश्न-** मैं एक कन्या हूँ। दो वर्ष से ज्ञान में हूँ। ज्ञान से पूर्व मेरा किसी से प्रेम हो गया था। अब मैं उसे भूल नहीं पा रही हूँ। मैं अब योगी बनना चाहती हूँ व सबकुछ भूलना चाहती हूँ।

**उत्तर-** दैहिक प्रेम बड़ा ही दुखकारी है। इस प्रेम ने बहुतों को कष्ट पहुंचाया है और प्रभु-प्रेम के मार्ग में तो यह गंदा नाला है। आपने सुंदर संकल्प किया है उसे भूलने का। याद रखें श्रेष्ठ स्मृतियाँ पुरानी स्मृतियों को विस्मृत कर देती हैं। इसलिए कुछ श्रेष्ठ स्मृतियों का अभ्यास छः मास तक करो।

मैं एक श्रेष्ठ आत्मा हूँ और वह भी आत्मा है। उसे आत्मा देखने के अभ्यास से आकर्षण समाप्त होता जाएगा। यह संसार एक नाटक है। अब यह नाटक पूरा हो रहा है, हम सबको परमधाम वापिस जाना है। इससे पूर्व हमें अपने प्राणेश्वर परमपिता से सर्वस्व प्राप्त करना है। मैं वही इष्टदेवी हूँ जिनकी मंदिरों में पूजा हो रही है। ये तीनों अभ्यास रोज पच्चीस बार अवश्य करना। साथ-साथ चिन्तन भी करना कि देहधारियों से तो हजार वर्ष प्यार किया

अब तो भगवान से ही प्यार करना है। इस प्यार में परम सुख है।

**प्रश्न-** मेरा एक ही लड़का है। ग्यारहवीं क्लास में पढ़ता है, परन्तु बुरे संग में आकर बिगड़ गया है, व्यसन में फंस गया है। रात को बारह बजे घर आता है, पढ़ाई बिल्कुल नहीं करता। घर में आकर झगड़ा करता है। उसके पापा तो हार्ट-पेशेन्ट बन गये हैं। मैं बहुत चिंतित हूँ, उसे सुधारने का उपाय बताइये।

**उत्तर-** एक स्थूल तरीका भी है, परन्तु शायद आप न कर पायें। जब वो रात्रि को देर से आए तो दरवाज़ा ही न खोलो। परन्तु इसके लिए तो मजबूत दिल चाहिए। आप प्रतिदिन 108 बार दो स्वमान का अभ्यास करें- मैं एक महान आत्मा हूँ और मास्टर सर्वशक्तिवान

हूँ। इससे आपके बोल में प्रभाव आयेगा। उसे भी इसी दृष्टि से देखना कि वह देव कुल की आत्मा है। रोज सवेरे पांच या छः बजे दस मिनट तक उसे अच्छे वायब्रेशन्स देना। योग करके इस स्वमान में स्थित होना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और मुझसे किरणें निकलकर उस आत्मा को जा रही हैं। ऐसा इक्कीस दिन तक करना। भोजन बनाते हुए 108 बार याद करना कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ और जब उसे खिलाओ तो संकल्प करना कि इस ब्रह्मा भोजन से इसका चित्त शुद्ध हो। बीमार होने से तो समस्या बढ़ेगी ही। इसलिए धैर्यपूर्वक और हिम्मत से इस समस्या का हल करें।

**प्रश्न-** वर्तमान समय प्रमाण बापदादा बार-बार इशारा दे रहे हैं कि अन्तिम समय अचानक आना है और अचानक के पेपर में पास होने के लिए विशेष दो बातों पर

अन्डरलाइन करनी है। एक है व्यर्थ संकल्प से मुक्त और दूसरा है व्यर्थ समय से मुक्त। तो कैसे बनेंगे इन दोनों बातों से मुक्त?

**उत्तर-** व्यर्थ संकल्पों को खत्म करने के लिए शुद्ध संकल्पों के खजाने को बढ़ायें और शुद्ध संकल्पों का आधार है रोज की ईश्वरीय मुरली।

व्यर्थ संकल्पों का कारण है कमज़ोर मन। तो मन को शक्तिशाली बनायें। मन को शक्तिशाली बनाने के लिए रोज सारे दिन में कम से कम आठ बार पाँच स्वरूपों की डिल अवश्य करें।

व्यर्थ संकल्पों को खत्म करने के लिए तीन बातें छोड़नी हैं, और तीन बातें धारण करनी हैं। परचिन्तन को छोड़ स्वचिन्तन करना है। परदर्शन छोड़ स्वदर्शन करना है। परमत और मनमत को छोड़ श्रीमत पर चलना है।

व्यर्थ संकल्पों को खत्म करने के लिए सदा स्वमान में रहें, क्योंकि स्वमान की कमी से अभिमान उत्पन्न होता है। जहां अभिमान है वहाँ अपमान की बहुत जल्दी फीलिंग आती है।

व्यर्थ संकल्पों को खत्म करने के लिए सदा पॉज़ीटिव सोचें। यदि किसी भी कारण से निगेटिव संकल्प चले तो अपने से पूछें कि निगेटिव सोचने से कुछ फायदा है? यदि नहीं तो मैं क्यों सोच रहा हूँ? नकारात्मकता व्यर्थ का बीज है।

व्यर्थ संकल्पों को खत्म करने के लिए ड्रामा के ज्ञान को यूज करें। ड्रामा की हर सीन में कल्याण है, क्योंकि कल्याणकारी बाप का हाथ-साथ है।

व्यर्थ संकल्प को खत्म करने के लिए श्रीमत की लगाम टाईट करें। चेक करें अमृतवेले से लेकर रात्रि तक हमारा हर कर्म श्रीमत व मर्यादा प्रमाण रहा? और यदि नहीं तो क्यों?

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

### उपलब्ध पुस्तकें



For Cable & DTH  
+91 8104777111

TATA SKY 192 airtel 686 videocon 497 RELIANCE 171

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

DD डायरेक्ट फ्री दूरदर्शन DTH पर GOD TV में और DISH TV पर भी फ्री पीस ऑफ माइंड चैनल शाम 7.30 से रात्रि 10.00 बजे तक देख सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें... 8104-777111/9414151111

# परमात्मा से मिलन के लिए...

आप कल्पना करो कि आप किसी मरुस्थल में हो और आपको प्यास लगी हो, और उस प्यास को बुझाने के लिए आपको कहीं दूर-दूर तक पानी का कोई स्रोत नज़र नहीं आ रहा है। उस समय पानी की एक बूंद भी आपके जीवन को बचाने हेतु बहुत आवश्यक हो जाती है। जिस प्रकार हम बेसुध होकर सिर्फ और सिर्फ पानी की तलाश करते हैं, हमें और कुछ नज़र नहीं आता, ठीक उसी प्रकार हमें परमात्मा के मिलन की प्यास हो तो वो क्यों नहीं मिलेगा! जैसे मछली जल के बिना नहीं रह सकती, पतंगा ज्योति में जले बिना नहीं रह सकता, वैसे ही प्रभु मिलन की प्यास वाले को प्रभु के बिना कुछ सूझेगा नहीं।

## कैसे करें तैयारी?

मानव का मन वहां ही जायेगा जहां उसे कुछ न कुछ प्राप्ति होगी। इसके लिए हमें एक बहुत बड़ा उद्देश्य चाहिए, बहुत बड़ी प्राप्ति चाहिए। यदि मुझे पाँच विकारों पर विजय प्राप्त करनी है तो मुझे योग लगाना है,

तो धर्मराज पुरी में दण्ड भोगना पड़ेगा और कि निकट भविष्य में कलियुगी सृष्टि का महा विनाश आने ही वाला है जिसके लिये ही ये विनाश की सामग्री यानि बॉम्ब आदि बन चुके हैं तो उसके मन की चंचलता रुक जायेगी और उसका मन प्रभु प्रीति में एकाग्र

सागर तैर कर पार होने के लिए एकमात्र नाव है और कि अब आने वाले महाविनाश के प्रायः सब-कुछ भस्मीभूत तो होना ही है, और यह कि मैं तो एक आत्मा हूँ, देह तो पंच महाभूत का है, तो उसका मन प्रभु पर अवश्य ही केन्द्रित हो जायेगा। संसार में पुत्र पिता से अटखेलियाँ करता है, पिता अपने पुत्र से हुज्जत करता है, पत्नी पति को अपना जीवन दे देती है - ये सभी कुछ निश्चय के आधार पर तो हो रहा है।

## अपनी महिमा स्वयं करें

जब किसी मनुष्य की महिमा हो रही होती है तब उसका मन बड़ा प्रसन्न होता है, गोया महिमा सुनने में मस्त हो जाता है। कोई व्यक्ति दुःखी या दरिद्र होता है तो उसका ध्यान अपनी दयनीय अवस्था पर बारंबार जाता है। अब यदि मनुष्य को यह याद रहे कि - 'मैं तो पहले सतयुगी, पावन, स्वर्गिक सृष्टि में देवता था' और दूसरी ओर यह भी समझ में आ जाये कि उसकी तुलना में तो आज मेरी दयनीय अवस्था है, ऐसा करने से वो शिखर पर चढ़ सकता है।

## निद्रा एक अवचेतन योग की अवस्था है

निद्रा में तो चित्त की वृत्तियों का निरोध होता ही है। जब मनुष्य का मन इधर-उधर दौड़ता है, तब तो उसे नींद आती ही नहीं। नींद तभी आती है जब मन सभी ओर से हट जाता है। निद्रा में देह से आत्मा किञ्चित न्यारी भी हुई होती है। वास्तव में निद्रा करने का तरीका ही यह है कि देह तथा देह के सारे व्यवहार को भुला दिया जाये। ठीक इसी प्रकार योगाभ्यास में भी देह को भुलाना ही ईश्वरीय स्मृति में स्थित होने की सबसे बड़ी युक्ति है। जो लोग योग में मन एकाग्र नहीं कर पाते उनकी वृत्ति के विस्तार का मुख्य कारण ही यह है कि वे 'देह' के भान में टिके होते हैं। हरेक प्रकार की एकाग्रता में देह को भूलना ज़रूरी है। एकाग्र हुए मनुष्य को देह की सुध-बुध भूल जाती है और देह को भूलने वाले का मन एकाग्र हो जाता है। अतः परमपिता परमात्मा की स्मृति के लिये 'आत्मा निश्चय' (देह-विस्मृति) ही सबसे बड़ा उपाय है और आत्मा-स्थिति के लिए ईश्वरीय याद ही एकमात्र उपाय है।

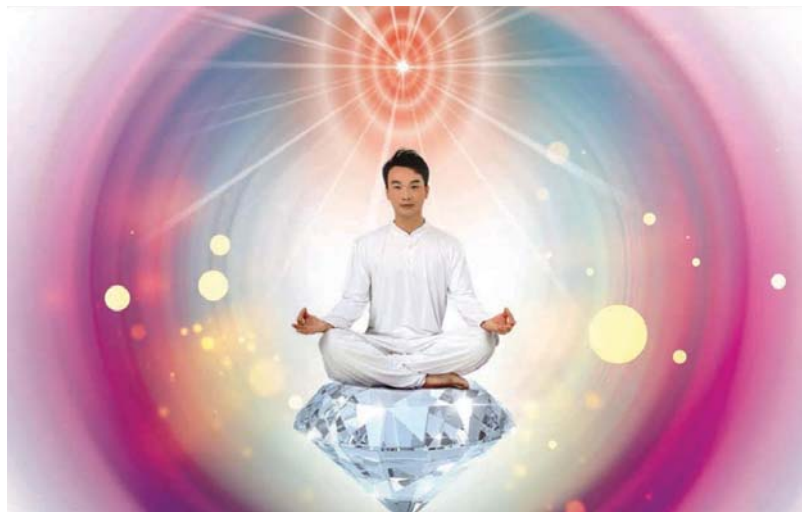
हो जायेगा। इससे हमारा यह भाव नहीं है कि हमें डर होना चाहिए परंतु हमारा तात्पर्य है कि हमें अपने बचाव के लिए तो पुरुषार्थ करना ही चाहिये।

## अब तो मुक्ति मिलेगी ही मिलेगी

रोग भी मनुष्य का ध्यान अपनी ओर खिंचवाता है। दाँत में दर्द हो तो वह मन को अपनी ओर खींचता है, सिर में पीड़ा हो तो वह भी ध्यान को अपनी ओर खींचती है। उस अवस्था में मनुष्य को खाना-पीना भी अच्छा नहीं लगता, बस वह चाहता है कि किसी प्रकार उसका दर्द दूर हो। उसका ध्यान तो डॉक्टर की ओर ही लग जाता है या वह दवाई लेने का पुरुषार्थ करने में तत्पर हो जाता है। इसी तरह, यदि मनुष्य को यह बात अच्छी तरह समझ में आ जाये कि जन्म-जन्मांतर से पाँच विकारों का महारोग मुझे लगा हुआ है; उसी के परिणामस्वरूप संसार की सभी पीड़ा, सभी दुःख हैं, तो वह उससे छूटने के लिए जो ज्ञान रूप परमौषधि है, उसे लेने में तत्पर हो जायेगा।

## हमें खुद पर निश्चय करना होगा

यदि मनुष्य को यह दृढ़ विश्वास हो जाये कि परमपिता परमात्मा की स्मृति ही संसार



परमात्मा से मिलना है। रेलवे स्टेशन पर रात के बारह बजे भी चाय बेचने वाले - 'चाय गरम, चाय गरम' - ऐसी आवाज़ लगाते हैं। क्या उन्हें नींद नहीं आती? नींद तो हरेक को प्यारी है, परंतु प्राप्ति के कारण तथा रोटी न मिलने से जो भूख होती है उससे भी बचने के लिए वे रात्रि को नींद हराम करके भी चाय की केतली उठाकर चाय बेचने आते हैं। अतः यदि मनुष्य को यह याद रहे कि मुझे ईश्वरीय स्मृति द्वारा जन्म-जन्मांतर के लिए स्वर्ग का अटल, अखण्ड, निर्विघ्न, अति सुखकारी राज्य-भाग्य मिलेगा तो उसकी याद का तो ताँता लग ही जायेगा।

## अपने अंदर कुछ सकारात्मक भय पैदा करें

जब किसी देश पर आक्रमण हो रहा होता है तो लोगों का ध्यान खतरे की ओर होता है। जब किसी मनुष्य के सामने शेर आ जाये तो भय के मारे वह सब कुछ भूल जाता है, उसके सामने तो केवल शेर ही होता है; तत्क्षण उसे और कुछ दिखाई नहीं देता। ठीक इसी प्रकार, यदि मनुष्य को खयाल रहे कि यदि मैं अपने पूर्व जन्मों में किये विकर्मों को योगाग्नि से दग्ध नहीं करूँगा

## सद्भावना संकल्प से...

परमार्थ निकेतन ऋषिकेश की प्रेरणा से ग्लोबल इंटरफेथ वाश अलायंस (जीवा) द्वारा यूनिसेफ के तकनीकी सहयोग से आयोजित इस कार्यक्रम में पाँच धर्मों के प्रतिनिधि एक मंच पर थे।

सद्भावना संकल्प के अवसर पर जूना पीठाधीश्वर आचार्य महामंडलेश्वर स्वामी अवधेशानंद जी महाराज ने जल के संबंध में अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि पानी सभी के जीवन की बुनियादी आवश्यकता है, लेकिन अभी धरती पर केवल 0.75 प्रतिशत पानी ही पीने योग्य

है। इसलिए जल का संरक्षण करना बहुत महत्वपूर्ण हो गया है। प्रत्येक धर्म में पानी का किसी न किसी रूप में सम्मान किया जाता है। यह खूबसूरत क्षण है जब धर्म गुरु एक साथ यहाँ क्षिप्रा के तट पर सही दिशा में यात्रा के लिए एकत्रित हुए हैं।

प्रख्यात सुन्नी नेता इमाम उमर इलियासी, ऑल इंडिया इमाम ऑर्गनाइजेशन ने वायदा करते हुए कहा कि हम हमारे घरों, समाज में स्वास्थ्य, स्वच्छता और सफाई के महत्वपूर्ण संदेशों में प्रचार-प्रसार के लिए देश भर के इमामों को एकजुट करेंगे। उन्होंने कहा कि 'स्वच्छ और स्वस्थ भारत बनाने तथा खुले में शौच

से मुक्ति के लिए सभी धर्मों को साथ आना चाहिए। स्वच्छता, पवित्रता और प्रकृति के सम्मान को प्रत्येक धर्म ने मान्यता दी है।

आज से हम इस स्वप्न को पूरा करने में जुट जाएं। देश को स्वच्छ बनाने का संकल्प हमारे दिल में होना चाहिए और हमारे कार्य इस संकल्प को हकीकत में बदलने वाले चाहिए। - शिया प्रमुख मौलाना डॉ. सईद कल्बे सादिक, संस्थापक, तौहिदुल मुस्लिम ट्रस्ट। हमारी अस्वच्छता प्रतिदिन अनेको मासूमों की मृत्यु का कारण बनती है। यह पीड़ा

अब खत्म होनी चाहिए। यह बदलाव लाना अब हम सभी की ज़िम्मेदारी है। - जैन समाज के प्रतिनिधि सम्माननीय आचार्य लोकेश मुनि।

प्रतिवर्ष जितने लोग सभी तरह की हिंसा से प्रभावित होते हैं, उन सबसे अधिक लोग अस्वच्छता के कारण कष्ट देखते हैं। हमें हमारे संकल्प को कार्य में परिणित करना होगा। - जीवा की महासचिव साध्वी भगवती सरस्वती। यूनिसेफ भारत की वाश प्रभाग की प्रमुख सुश्री सू कोट्स ने कहा कि असुरक्षित पेयजल, अस्वच्छता और सफाई का

अभाव डायरिया, सेप्सिस और निमोनिया जैसी बच्चों की बीमारियों का कारण है। ये तीन बीमारियाँ पाँच वर्ष से कम उम्र के बच्चों की सबसे बड़ी दुश्मन हैं। हमारा सहयोग समाज में सुरक्षित पेयजल, स्वच्छता और सफाई का बढ़ावा देने में प्रेरक हो सकता है।

देश के प्रमुख धर्म-गुरुओं का बच्चों का जीवन बचाने के महत्वपूर्ण कार्य में एक साथ संकल्प में शामिल होने से देश में आज से एक नए अध्याय की शुरुआत हुई है। - यूनिसेफ भारत की संचार प्रमुख सुश्री केरोलीन डेन डल्क।



**बाढ़-विहार।** उपसेवाकेन्द्र के 10वें वार्षिकोत्सव पर 'परमात्म ज्ञान द्वारा विश्व परिवर्तन' विषयक कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. संगीता। साथ हैं ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु. रविन्द्र, पूर्व मुख्य वार्ड पार्षद नीलम देवी एवं पूर्व मंत्री दयानन्द जी।



**हाथरस-उ.प्र।** सेवाकेन्द्र के वार्षिकोत्सव समारोह में मंचासीन हैं पिछड़ा वर्ग आयोग के राष्ट्रीय अध्यक्ष न्यायमूर्ति वी. ईश्वरैया, ब्र.कु. शान्ता व अन्य।



**चित्तौड़गढ़-राज।** रिजर्व पुलिस लाईन में 'तनाव मुक्त' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. हिमांशी, लाईन ऑफिसर भेरु गिरी, मेजर शकील मोहम्मद व पुलिसकर्मी।



**अलीगढ़-विष्णुपुरी।** 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ' अभियान के कार्यक्रम में संकल्प लेते हुए महिला प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. विमला, ब्र.कु. शीला, अलीगढ़ मण्डल की महापौर शकुंतला भारती तथा अन्य।



**देवघर-वैद्यनाथ(झारखण्ड)।** नये गीतापाठशाला के उद्घाटन अवसर पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. बहन।

# नौनिहालों को मिली जीवन जीने की शिक्षा

बाल व्यक्तित्व विकास शिविर में देश के सभी प्रान्त से 2500 बच्चों ने लिया भाग



शिविर का उद्घाटन करते हुए बायें से डॉ. हरीश शुक्ल, ब्र.कु. निर्वैर, दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु. मोहिनी, ब्र.कु. मुन्नी, सुरेश सिंदल व अन्य। संस्था के महासचिव ब्र.कु. निर्वैर बच्चों का अभिवादन स्वीकार करते हुए।

**शांतिवन।** ब्रह्माकुमारीज के शांतिवन परिसर के सुस्मय वातावरण में नैतिक मूल्यों का विकास करने के उद्देश्य से ब्रह्माकुमारीज संस्था द्वारा 37वां 'अखिल भारतीय बाल व्यक्तित्व विकास शिविर' का विधिवत उद्घाटन संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी, संस्था के महासचिव ब्र.कु.निर्वैर, शांतिवन के प्रबंधक ब्र.कु.भूपाल, आबू रोड नगरपालिका के अध्यक्ष सुरेश सिंदल, शिक्षा प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक डॉ.ब्र.कु.हरीश शुक्ल, कार्यक्रम संयोजिका ब्र.कु.मुन्नी, ग्राम विकास प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु.मोहिनी सहित अनेक विशिष्ट अतिथियों की उपस्थिति में दीप प्रज्वलित कर किया गया।

**यहां दी जाती है मूल्यों की शिक्षा** इस अवसर पर देश भर से आए हुए नौनिहालों को सम्बोधित करते हुए दादी

रतनमोहिनी ने कहा कि यह ईश्वर द्वारा स्थापित किया हुआ विश्व विद्यालय है जहां मूल्यों की शिक्षा देने के साथ-साथ श्रेष्ठ संस्कारों की भी शिक्षा दी जाती है।

**सात दिवसीय कैम्प के दौरान विभिन्न प्रतियोगिताओं का भी आयोजन किया गया, जैसे कि वक्तृत्व स्पर्धा, डान्स कॉम्पीटिशन, नाटक प्रतियोगिता, योगा प्रतियोगिता, खेलकूद प्रतियोगिता आदि।**

उन्होंने संस्था के आरंभ के दिनों में बीते अपने बाल्यकाल को याद करते हुए कहा कि जो शिक्षा परमात्मा ने हमें ब्रह्मा के द्वारा दी थी, वही शिक्षा आज भी हमारा मार्गदर्शन कर रही है। यदि हम सभी का सच्चा स्नेह और प्यार पाना चाहते हैं तो हमें बड़ों का सम्मान करना चाहिए।

**मूल्य और संस्कारों से बनेंगे महान संस्था के महासचिव ब्र.कु.निर्वैर ने कहा कि हमारी आने वाली युवा पीढ़ी को नैतिक मूल्यों से संवारना और उन्हें श्रेष्ठ**

संस्कारों की शिक्षा देना आज के समय की मुख्य आवश्यकता है। यह शिक्षा हम उन्हें जीवन के प्रारंभिक वर्षों में ही दे सकते हैं। कहा भी जाता है कि बाल्यकाल का समय कच्ची मिट्टी के समान होता है, उसे हम जिस रूप में ढालना चाहें ढाल सकते हैं।

**आंतरिक और बाह्य स्वच्छता से मिलेगा संदेश**

नगरपालिका आबू रोड के अध्यक्ष सुरेश सिंदल ने कहा कि हम अपने छोटे-छोटे कार्यों से देश की ऊर्जा और धन की बचत कर सकते हैं। हमारी आंतरिक और बाह्य स्वच्छता से ही विश्व को स्वच्छता का संदेश जाएगा। ग्राम विकास प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु. मोहिनी और कार्यक्रम संयोजिका ब्र.कु. मुन्नी ने कहा कि हमें सदा बड़ों का आज्ञाकारी बनकर सच्चाई और सफाई से चलना चाहिए, तभी हमें भगवान की मदद मिलती है।

**बचपन को बनाएं मूल्यों की धरोहर** शिक्षा प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. डॉ.हरीश शुक्ल ने कहा कि हमारा बचपन खेल-खेल में न बीत जाए, बल्कि इस उम्र में हमें मूल्यों और संस्कारों की शिक्षा ग्रहण करनी चाहिए। हमें अपनी

हार को जीत में बदलने के लिए कभी भी जीवन में आशा का दामन नहीं छोड़ना चाहिए।

**इन्होंने भी दी शुभकामनाएं**

इस कार्यक्रम में शांतिवन के प्रबंधक ब्र.कु.भूपाल, मूल्य और आध्यात्मिक शिक्षा कोर्स के निदेशक ब्र.कु. डॉ.पांड्यामणि, मूल्य और आध्यात्मिक शिक्षा कोर्स के मुख्यालय संयोजक डॉ. आर.पी.गुप्ता सहित अनेक अतिथियों ने बच्चों के उज्ज्वल भविष्य के प्रति अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की। मधुर वाणी गुप द्वारा भगवान के घर में आए हुए नौनिहालों का मधुर गीतों के द्वारा, बच्चों से बहार है, गुलशन ये गुलज़ार है... गीत गाकर स्वागत किया गया। वहीं नोएडा से आयी हुई कुमारी याशिका ने 'भारती ये पथ निहारती...' गीत के बोल पर स्वागत नृत्य प्रस्तुत कर सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया।

## हे मानव ! अपनी प्रकृति को समझ : ब्रह्माकुमारी सरला

वैज्ञानिक व अभियंता प्रभाग द्वारा 'प्रकृति उत्सव' विषय पर त्रिदिवसीय सम्मेलन का आयोजन

**ज्ञानसरोवर।** सबसे बड़ा वैज्ञानिक और इंजीनियर तो परमात्मा ही है। उसने ही हम सभी को मिलाया है। इस मंगल मिलन को हम सभी मना रहे हैं। उत्सव मना रहे हैं। इसके लिए आपको राजयोग का अभ्यास करना है। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज के वैज्ञानिक व अभियंता प्रभाग द्वारा 'प्रकृति उत्सव' विषय पर आयोजित एक अखिल भारतीय सम्मेलन में ब्र.कु. सरला ने व्यक्त किये।

पद्म भूषण डॉ. ए.वी.रामा राव ने कहा कि भारत की समस्या इसकी जनसंख्या नहीं बल्कि निम्न स्तरीय शिक्षा व्यवस्था है। घनी आबादी के

बावजूद जापान इतनी प्रगति कर पाया



सम्मेलन में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. पीयूष, ब्र.कु. भरत, डॉ. ए.वी. रामा राव, मोहन सिंघल, ब्र.कु. सरला, ब्र.कु. गोदावरी, ब्र.कु. भारत भूषण व ब्र.कु. सुरेश।

क्योंकि जापान ने अपनी शिक्षा व्यवस्था को मजबूत बनाया है। उन्होंने पूरी शक्ति से इस बात पर पल दिया

कि संसार एक अस्तित्व विज्ञान और

तकनीक से ही बच पाएगा। प्रभाग की क्षेत्रीय संयोजिका ब्र.कु. गोदावरी ने कहा कि खुशी प्राप्ति के

लिए खुद की पहचान ज़रूरी है। खुद

की प्रकृति को समझकर और सर्वोच्च सत्ता से मिलकर संसार की सारी खुशी प्राप्त कर सकेंगे।

प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. मोहन सिंघल ने कहा कि यह संसार प्रकृति और पुरुष का एक खेल है। परमात्मा पुरुष है और हमारे परम पिता की भूमिका निभाते हैं। वे हमारे जीवन से भय मिटाते हैं। ईश्वरीय प्रेरणा से अपनी चिंतन प्रक्रिया को सही दिशा देकर हम अपना और प्रकृति का उपकार कर सकेंगे।

इस अवसर पर मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. भरत, प्रभाग के क्षेत्रीय संयोजक ब्र.कु. भारत भूषण, ब्र.कु. सुरेश भी उपस्थित रहे व मंच का कुशल संचालन ब्र.कु. माधुरी ने किया।

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@bkivv.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 3rd June 2016

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।