



अच्छा डॉक्टर बनने के लिए अच्छा इंसान होना जरूरी: डॉ. आभा सिंह

रायपुर-छ.ग.। पं.जवाहर लाल नेहरू स्मृति शासकीय चिकित्सा महाविद्यालय की डीन डॉ. आभा सिंह ने कहा कि एक अच्छा डॉक्टर बनने के लिए उसे एक अच्छा इंसान बनना होगा। डॉक्टर को एक अच्छा श्रोता भी होना चाहिए। वह धैर्यतापूर्वक मरीज की परेशानी को ध्यान से सुने। उससे सहानुभूति पूर्वक बातें करे तो मरीज का आधा दर्द तो बिना दवाई के ही दूर हो जाता है। डॉ. आभा सिंह ब्रह्माकुमारीज के शान्ति सरोवर में आयोजित तीन दिवसीय विहासा (Values in

विहासा कार्यक्रम बनाया गया है। स्वास्थ्य के क्षेत्र में कार्य कर रहे लोगों का आध्यात्मिक सशक्तिकरण ही इस प्रशिक्षण कार्यक्रम का प्रमुख लक्ष्य है। श्री बालाजी सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल के डायरेक्टर डॉ. देवेन्द्र नायक ने कहा कि विहासा प्रशिक्षण के माध्यम से अच्छे चिकित्सक बनाने का ब्रह्माकुमारी संस्थान का प्रयास अत्यन्त सराहनीय है। ब्रह्माकुमारी संस्थान की क्षेत्रीय निदेशिका **ब्र.कु. कमला दीदी** ने कहा कि डॉक्टर वो, जो दवा देकर दुआएं जमा



डॉ. आभा सिंह तथा ब्र.कु. कमला दीदी के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए डाक्टरसं।

Health Care- A Spiritual Aspect) ट्रेनिंग कार्यक्रम का शुभारम्भ करने के बाद अपने विचार व्यक्त कर रही थीं। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज द्वारा चलाया जा रहा विहासा कार्यक्रम आज समय की मांग है, और ऐसे कार्यक्रम व्यापक रूप से होने चाहिए। ये संस्थान का सराहनीय कार्य है। मुम्बई से आये **नेफ्रोलॉजिस्ट डॉ. मनोज मत्तानी** ने कहा कि डॉक्टर के जीवन को आध्यात्मिक मूल्यों से सम्पन्न करने के लिए ही

करता हो, उसके लिए उसे अपने जीवन में आध्यात्मिकता को अपनाना बहुत जरूरी है, तभी वो मरीजों की सच्ची सेवा कर पायेगा। इस प्रदेश में चिकित्सा के क्षेत्र में उल्लेखनीय सुविधाएं प्रदान की गई हैं, जिसका सभी को लाभ मिले, ऐसी मेरी शुभ भावना है। इस अवसर पर क्षेत्र के डॉक्टरसं व्यवसाय से जुड़े गणमान्य लोगों ने इस त्रिदिवसीय कॉन्फ्रेंस में बड़े उमंग से भाग लिया तथा सबने ऐसे कार्यक्रम समयांतर होते रहने की मंसा जताई।

योग संदेश के लिए... लम्बे अखबार का ग्लोबल रेकॉर्ड



अहमदनगर-महा.।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में सातारा-नागठाणे सेवाकेन्द्र द्वारा विश्व का सबसे लम्बा अखबार निर्माण करके एक अनोखा कीर्तिमान स्थापित किया गया। ग्लोबल रेकॉर्ड्स में इस कीर्तिमान को दर्ज किया गया है। ब्रह्माकुमारीज के ओमशान्ति मीडिया के योग दिवस विशेषांक

को 20 फीट ऊँचाई तथा 85 फीट चौड़ाई के आकार का विश्व का सबसे लम्बा अखबार बनाकर अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर संदेश दिया गया। सातारा के एस.पी. संदीप पाटील के हाथों इस विश्व विक्रमी अखबार का उद्घाटन किया गया। इस मौके पर पुलिस उपाधिकक्षक राजलक्ष्मी शिवलकर

सहित अन्य पुलिसकर्मी भारी संख्या में उपस्थित थे।

» सिक्किम के राज्यपाल ने किया सम्मान

सिक्किम के राज्यपाल श्रिनिवास पाटील ने ग्लोबल रेकॉर्ड्स का सर्टिफिकेट ब्र.कु. सुवर्णा, ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके तथा ब्र.कु. अंकिता को प्रदान किया।

अंतर्राष्ट्रीय डॉक्टरसं डे पर संगोष्ठी का सफल आयोजन

सारनाथ-वाराणसी।

अंतर्राष्ट्रीय डॉक्टरसं डे पर ब्रह्माकुमारीज के ग्लोबल लाईट हाउस सेवाकेन्द्र में डॉक्टरसं तथा वाराणसी क्लब के सदस्यों हेतु आयोजित संगोष्ठी में **राजयोगी ब्र.कु. दीपेन्द्र** ने कहा कि जीवनदाता परमात्मा हैं, तो चिकित्सक जीवन रक्षक। हमें अपने जीवन से दीन-दुःखियों एवं रोग तथा पीड़ा ग्रस्त मानव को यही अनुभूति करानी होगी कि वास्तव में चिकित्सक भगवान के दूसरे रूप हैं। उन्होंने राजयोग को अपनी



दिनचर्या में शामिल किये जाने पर जोर देते हुए कहा कि इससे हमारे कर्म में कुशलता आती है।

जीवन में बदलाव लाने में समर्थ बन सकते हैं। इस बल से हमें समाज में सकारात्मक परिवर्तन

क्लब के सदस्यों ने ब्रह्माकुमारीज के जीवन मूल्य आध्यात्मिक कला मंदिर के अवलोकन पश्चात् पौधे लगाकर धरती को हरा-भरा एवं मन को स्वच्छ रखने का संकल्प लिया।

क्षेत्रीय मीडिया प्रभारी **ब्र.कु. विपिन** ने कहा कि हम अपने एक-एक समर्थ संकल्पों की शक्ति से अपने तथा दूसरों के

लाने के निमित्त बनना होगा। उन्होंने संस्था की गतिविधियों से भी सभी को अवगत कराया। राजयोग प्रशिक्षिका

ब्र.कु. तापोसी ने कहा कि राजयोग परमात्मा के साथ हमारा संवाद है जिसके माध्यम से हम अपने अनेक सवालों का हल प्राप्त कर सकते हैं तथा अपनी आंतरिक ऊर्जा का भी विकास कर सकते हैं।

वरिष्ठ डेन्टिस्ट डॉ. वी.के. सिंह एवं वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. ए.के. गुप्ता ने राजयोग की गहन अनुभूति कराने हेतु ब्रह्माकुमारी बहनों का अभार प्रकट किया। इस मौके पर चिकित्सा, व्यापार तथा शिक्षा जगत से जुड़े अनेक प्रबुद्धजन मौजूद रहे।

जी.डी. गोयंका पब्लिक स्कूल में त्रिदिवसीय कार्यक्रम

बिना आध्यात्मिकता जीवन में खुशी नहीं : शिवानी



खुशी और स्वास्थ्य के लिए आध्यात्मिक उपचार विषय पर सम्बोधित करते हुए जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी।

गुरुग्राम-सेक्टर 48।

आध्यात्मिक मूल्यों के द्वारा ही जीवन में खुशी का अनुभव हो सकता है। उक्त विचार जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी ने 'खुशी और स्वास्थ्य के लिए आध्यात्मिक उपचार'

विषय पर गुरुग्राम के जी.डी. गोयंका पब्लिक स्कूल, सेक्टर 48 में आयोजित त्रिदिवसीय कार्यक्रम में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय मनुष्य के दुःखों का मूल कारण उसकी खराब

आदतें हैं। कई बार कोशिश करते हुए भी आदतों को छोड़ना मुश्किल लगता है। आदतों की गुलामी सबसे बड़ी गुलामी है। न चाहते हुए भी लोग ऐसे कर्म कर लेते हैं जो कि बाद में उन्हें पश्चाताप करना पड़ता है।

उससे निजात पाने के लिए हमें आध्यात्मिक शक्ति की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि गलत आदतें हमारे स्वास्थ्य को भी प्रभावित करती हैं और हमारे भाग्य को भी। इसके लिए योग ही एक माध्यम है, जिससे हम ऐसी आदतों को बदल सकते हैं। कार्यक्रम में रेल विहार सोसाइटी के अध्यक्ष संतोष अग्रवाल, मानेसर औद्योगिक संघ के अध्यक्ष मनमोहन गेंद, स्कूल की प्राचार्या अनुराधा हांडा। मेदान्ता हॉस्पिटल की एचआर प्रमुख पूनम शर्मा उपस्थित थे।

चरित्र का सीधा सम्बन्ध हमारे स्वास्थ्य से : डॉ. गिरीश



कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. डॉ. गिरीश पटेल, ब्र.कु.ख्याति तथा अन्य।

सुप्रसिद्ध मनोचिकित्सक डॉ. गिरीश पटेल ने कहा कि वर्तमान समय ज़्यादातर बीमारियों का मूल कारण मन है। मन के नकारात्मक विचारों का प्रभाव हमारे स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। जो मन हमें स्वस्थ भी रख सकता है। राजयोग के द्वारा हम अपने मन को सकारात्मक बना सकते हैं। डॉ. गिरीश पटेल ने सुस्वास्थ्य के लिए नियमित

व्यायाम के साथ संतुलित एवं शुद्ध आहार को जरूरी बताया। उन्होंने कहा कि हमें अपने विचारों पर विशेष ध्यान देना है। हमारे विचार ही हमारे बोल बनते हैं, हमारे बोल ही हमारे कर्म बनते हैं, हमारे कर्म ही हमारा चरित्र बनता है और हमारे चरित्र से ही हमारी पहचान होती है। चारित्रिक विकास के लिए आध्यात्मिक जागृति बहुत जरूरी है।

आमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष-18

अंक-9

अगस्त-I-2018



(पाठिक)

माउण्ट आब्

Rs. 10.00

व्यवसाय में सफलता के लिए बेहतर संवाद बहुत ज़रूरी - डॉ. सुशील गुप्ता

♦ व्यापारियों एवं उद्योगपतियों के लिए दो दिवसीय सम्मेलन में शरीक हुए इससे जुड़े क्षेत्र के सैकड़ों गणमान्य लोग ♦

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। किसी भी कार्य को सही ढंग से करने के लिए बेहतर संवाद स्थापित करना बहुत ज़रूरी है। बाहरी संरचना से पहले हमें आंतरिक संरचना का विकास करना बहुत आवश्यक है। जिसके साथ ही एक अच्छी लीडरशिप क्वालिटी का होना बहुत ज़रूरी है। एक अच्छा लीडर ही सबके साथ संवाद स्थापित कर सकता है। उक्त विचार प्रतिष्ठित शिक्षाविद एवं राज्य सभा सांसद डॉ. सुशील गुप्ता ने व्यापारियों एवं उद्योगपतियों के लिए आयोजित दो दिवसीय सम्मेलन के उद्घाटन अवसर पर व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि परमात्मा से अगर हमें शक्ति प्राप्त करनी है तो उसके लिए भी संवाद स्थापित करना पड़ता है। मैंने इस संस्थान से जुड़कर परमात्मा के साथ संवाद स्थापित कर पाया कि इससे कार्यक्षमता में बेहतरी और वृद्धि हुई। ओ.आर.सी. निदेशिका ब्र.कु. आशा ने कहा कि वर्तमान समय व्यापारियों के जीवन में

सबसे बड़ी समस्या है तनाव। तनाव हमारी शक्ति को नष्ट कर देता है। उन्होंने

स्वयं के ऊपर ध्यान देने से हमारे गुणों एवं शक्तियों का विकास होता है।

राह दिखाता है, ऐसे ही जब हम आत्मज्ञान से प्रज्वलित होते हैं, तो दूसरों का भी

हैं। मुझे यहाँ सेवा का सच्चा समर्पण भाव देखने को मिला। दूसरों की सेवा करने

व्यापारियों ने अपने अनुभव साझा करते हुए कहा कि यहाँ से जाने के बाद रोज



सम्मेलन में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. हरीश, ब्र.कु. सुरेन्द्र, राज्य सभा सांसद डॉ. सुशील गुप्ता तथा ब्र.कु. आशा। सभा में शहर के प्रतिष्ठित व्यवसायी लोग।

कहा कि हम जीवन में जितना बिज़ी रहते हैं, उतना

फरीदाबाद से आई ब्र.कु. उषा ने कहा कि राजयोग

सही मार्गदर्शन करते हैं। फरीदाबाद के डिप्टी मेयर

से जिस खुशी और संतुष्टता का अनुभव होता है,

की दिनचर्या में वे योग को अवश्य शामिल करेंगे। उन्होंने अनुभव किया कि आज की भागती जिन्दगी में उनके लिए इस प्रकार के कार्यक्रमों की अहम भूमिका है। मुम्बई से आये ब्र.कु. हरीश ने संस्थान के व्यापार एवं उद्योग प्रभाग द्वारा की जा रही सेवाओं के बारे में बताया। ब्र.कु. ज्योति ने संस्था का परिचय दिया। ब्र.कु. सुरेन्द्र ने सभी को धन्यवाद किया। संचालन ब्र.कु. हुसैन ने किया।

» स्वयं से संवाद कर कार्यक्षमता को बढ़ाये

विश्व विख्यात जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि शांति में एक बहुत बड़ी शक्ति छिपी है। जब हम भीतर से शांत होते हैं तो एकाग्रता की शक्ति बढ़ जाती है। किसी भी कार्य को करने से पहले हम बड़ों का आशीर्वाद लेते हैं, लेकिन वास्तव में हमें सबसे पहले स्वयं का आशीर्वाद लेना ज़रूरी है। स्वयं का आशीर्वाद लेना अर्थात् अपने मन को सकारात्मक विचारों से भरना। उन्होंने कहा कि किसी भी

ईज़ी भी रहना है। ईज़ी रहने के लिए हमें स्वयं को जानना बहुत ज़रूरी है। हमें संतुलित रहना सिखाता है। जैसे दीपक खुद प्रज्वलित हो दूसरों को भी

समस्या का समाधान हम तभी कर सकते हैं जब हमारा मन शान्त हो। किसी भी परिस्थिति का बेहतर सामना करने के लिए स्वस्थिति पावरफुल होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि हम तन को तो सुला देते हैं लेकिन मन को नहीं सुला पाते। जिसका मूल कारण अत्यधिक तनाव है। तनाव से मुक्त होने के लिए सर्वप्रथम स्वयं को जानना व समझना ज़रूरी।



मनमोहन गर्ग ने कहा कि मैं कुछ समय से ब्रह्माकुमारीज के सम्पर्क में

वास्तव में वही जीवन की असली पूंजी है। कार्यक्रम में अनेक उद्यमियों और

» इंटरनेशनल डे ऑफ योगा इवेंट - इन न्यूयॉर्क

न्यूयॉर्क। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर युनाइटेड नेशन्स द्वारा युनाइटेड नेशन्स चर्च सेंटर के चैपल में एक सुन्दर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मेडिटेशन और

योगा मास्टर्स ने 'पीस, युनिटी और डिग्रिटी' विषय पर विस्तृत रूप से समझाया। सभी योगा मास्टर्स के सम्बोधन के बीच में पाँच पाँच मिनट के लिए शांति की गहन

ऑफ ब्रह्माकुमारीज ने कहा कि शांति हमारा स्वाभाविक संस्कार है और हमारा स्वधर्म भी। योग हममें सदा से निहित उस शांति को बाहर लाने का एक माध्यम है। उन्होंने कहा कि योग का

में हमारे जीवन में सुख शांति आती है और हम एक अच्छे मनुष्य बन जाते हैं। परमहंस स्वामी महेश्वरानंद, योगा इन डेली लाइफ ने युनिटी और योगा के पहलू पर

फ्ल्यूट और पियानो के धुन पर की योगानंद की अनुभूति

कार्यक्रम के दिन अत्यंत गर्मी होने के बावजूद सभी सुंदर शब्दों, वाइलन, फ्ल्यूट और पियानो की धुन में खोकर गर्मी की नहीं बल्कि सिर्फ शांति और सुख की अनुभूति कर रहे



थे। टी.डब्ल्यू.एन.वाय. म्यूजिक गिल्ड के विद्यार्थियों द्वारा संगीत सम्बन्धी सुविधा दी गई।



ब्र.कु. गायत्री, यू.एन. रिप्रेजेन्टेटिव, ब्रह्माकुमारीज, परमहंस स्वामी महेश्वरानंद, कॉस्मोलॉजिस्ट जूड कर्रिवल व अन्य।

साइलेंस विषय पर विशेष ध्यान देते हुए इसे अपनाते पर जोर दिया गया। तीन

अनुभूति कराई गई। इस अवसर पर ब्र.कु. गायत्री, यू.एन. रिप्रेजेन्टेटिव

अर्थ है जोड़। जब हमारा आध्यात्मिकता से जुड़ाव होता है, तब ही सही मायने

बताते हुए कहा कि ये एक ऐसा एकीकृत बल है जिससे सबकुछ एक साथ ही हमें प्राप्त हो जाता है, क्योंकि हम सभी एक ही हैं और एक ही के हैं। कॉस्मोलॉजिस्ट जूड कर्रिवल ने योग को हमारे गौरव और आध्यात्मिक योग्यता से जोड़ने के रूप में परिभाषित करते हुए कहा

कि इतिहास का ये एक अत्यंत महत्वपूर्ण समय है, जब योग विविधता में एकीकृत बल बनकर उभरा है। यही समय है जब हम स्वयं को जगा सकते हैं, ऊँचा उठा सकते हैं, स्वच्छ बना सकते हैं और अपनी उन्नति कर सकते हैं। कार्यक्रम के दौरान सभी को ब्लैसिंग कार्ड दिया गया।

कार्यक्रम का शांतिपूर्ण एवं सुंदर संचालन डेनिस स्कोटो, चेररमैन, द इंटरनेशनल डे ऑफ योगा कमेटी, युनाइटेड नेशन्स द्वारा किया गया। बहुत से प्रतिभागियों ने इस कार्यक्रम के प्रति अपना अनुभव सुनाया कि ये कार्यक्रम बहुत ही ऊर्जा देने वाला और रिफ्रेश करने वाला था।

अवसर को...अवसर... और स्वयं को सुंदर बनायें...!!!

कई लोग 'अवसर' और 'भाग्य' के सम्बन्ध में उलझे हुए रहते हैं। अवसर, ये कुदरत द्वारा हमारे प्रति लिखा हुआ एक वरदान है। लेकिन अफसोस, कि हमें उसे पढ़ने की फुर्सत ही नहीं है। सारी ज़िन्दगी मनुष्य 'अवसर' को ढूँढ़ता रहता है, और अवसर 'मनुष्य' को ढूँढ़ता रहता है। अवसर हारता है, तो उसे कोई हानि नहीं होती, परंतु मनुष्य हाथ आये अवसर को खो देता है, तो बहुत कुछ हानि हो जाती है। जीवन, ये विषाद योग या रोग नहीं, किन्तु ईश्वर प्रदत्त आनंद योग है। अगर आप आनंदमय रहेंगे, तो परमात्मा बहुत अवसर भेजता है। लेकिन अपनी झोली में ही छेद है, तो मिले हुए अवसर को भी कहाँ बचा सकते हैं! अवसर का शक के दायरे में मूल्यांकन करेंगे, तो निराशा ही हाथ लगेगी। अवसर का श्रद्धापूर्वक मूल्यांकन करेंगे, तो आपके ऊपर उसकी अपार वर्षा होगी। अगर उसे हाथ से जाने दिया, तो आँसू पोंछने के लिए रुमाल भी नहीं मिलेगा। आज कई लोग वायदेबाज होते हैं। आज का काम कल करेंगे, ऐसे लोगों की तादात बहुत है। सरदार वल्लभ भाई पटेल ने उचित ही कहा है, 'बीते हुए पल तो ज्योतिष भी ध्यान में नहीं लेते।'



- ब्र. कु. गंगाधर

अवसर को परखने के लिए एक और अलग ही दृष्टि चाहिए। भीड़ में जुड़ जाने का उतावलापन करना, ये मूर्खता है। दस हज़ार लोगों के साथ हाज़िर रहने से ज़्यादा बेहतर है योग्य स्थान पर दस आदमियों के साथ जुड़ जाना।

मनुष्य की जिज्ञासा और निरंतर जागृति ही उसकी सफलता का द्वार खोलती है। अवसर का तैयार पैकेट बाज़ार में नहीं मिलता। एक समय की बात है, जंगल में एक बहुत सुंदर तालाब था, तालाब के किनारे पर एक बहुत सुंदर वृक्ष था। उस वृक्ष पर बंदरों का राज था। तूफान मचाने वाले बंदरों के डर से उस वृक्ष पर कोई भी पशु-पक्षी बैठ नहीं सकते थे।

एक दिन एक महर्षि और एक राजकुमार वृक्ष के नीचे आकर बैठे। तभी बंदरों ने तूफान मचाना शुरू कर दिया। ये देख महर्षि ने बंदरों से पूछा: 'आप राह पर जाने वालों को आराम करने क्यों नहीं देते?' बंदरों के सरदार ने कहा: 'हमें मानव जाति से बहुत ईर्ष्या है। ईश्वर ने आप मनुष्यों को बहुत सुंदर बनाया और हमें कुरूप बनाया, बिल्कुल बेढंगा।'

महर्षि ने कहा: 'इसमें भगवान को दोष देने का कोई औचित्य नहीं है, और ना ही लाभ है। जो जैसा कर्म करता है, जैसी आस्था रखता है, ऐसा उसे फल मिलता है। भगवान सबको सुधरने का समान अवसर देते हैं, लेकिन कोई उसे पहचानते हैं, कोई नहीं। अवसर को भुना लेने वाले फायदे में रहते हैं और गुमा देने वाले जीवन के अंतिम दिन तक उसकी ओट में पछताते हैं।'

बंदरों के सरदार ने कहा: 'हम नहीं मानते कि भगवान सबको अवसर देता है, ये सब बकवास है। मानो या न मानो, आपकी मर्जी।'

महर्षि पास वाले वृक्ष के नीचे जाकर बैठे और राजकुमार को भी वहाँ बुला लिया। इतने में कहीं से एक आकाशवाणी हुई: 'आकाश में बिजली चमकेगी, जो बंदर-बंदरिया तालाब में कूद पड़ेंगे वे बंदर कान्तिवान पुरुष और बंदरिया बहुत सुंदर अप्सरा बन जायेंगी। इसलिए जिसे मनुष्य बनना हो, इस अवसर का लाभ ले लें।'

बंदरों के मन में अनेक प्रकार के प्रश्न उत्पन्न होने लगे। क्या बिजली तालाब के पानी में प्रवेश करेगी और उस समय पानी में कूद पड़ने से हम सुंदर स्त्री और पुरुष बन जायेंगे, ये कैसे सम्भव है?

इतने में आकाश में एक पवित्र बिजली चमकी और उसी क्षण एक बंदरी तालाब में कूद पड़ी। बाकी के बंदर उस क्षण की राह देख रहे थे कि वो बंदरी अप्सरा जैसी सुंदर बनकर बाहर निकलती है या नहीं। इतने में वो बंदरी सुंदर अप्सरा बनकर तालाब से बाहर निकली। सबको पता लग गया कि ये आकाशवाणी सच्ची थी, और सब बंदर तालाब में कूद पड़े, और बाहर निकले तो बंदर ही रहे। उन्हें इस बात का पश्चाताप हुआ कि उन्होंने उस पवित्र क्षण का लाभ क्यों

-शेष पेज 4 पर...

वृत्ति की चैकिंग कर अनासक्त और इच्छा मात्रम अविद्या बनो

जब सुख इलाही कहते हैं। तो एक इलाही माना अनगिनत और दूसरा अल्लाह के तरफ से मिलने वाला सुख। अल्लाह जितना सुख देता है, उतना कोई दे नहीं सकता है। हम उसका वर्णन नहीं कर सकते हैं। बाबा का बनने से कितना सुख मिला है, कभी बैठ कर गिनती करें तो दुःख की बातें सहज ही भूल जाती हैं। बाबा कहते हैं- जब माया की हलचल मचाने वाली बात आए तो अंगद को याद करो। अंगद से अचल रहना सीखते हैं। माया का काम ही है हलचल में लाना। दोष उसको नहीं दे सकते। किसी न किसी को निमित्त बनाकर हमें परखती है। उसके लिए बाबा हमेशा कहते हैं बच्चे महावीर बनो। महावीर हैं तो माया कितनी

भी कोशिश करे हिला नहीं सकती। हमारी स्थिति हिल नहीं सकती। तो सदा ही हमें संगमयुगी पुरुषार्थी जीवन में महावीर बनकर रहना है। जैसे वो डॉक्टर की पढ़ाई पढ़ते हैं, तो जब तक पास न हो जाए छोड़ते नहीं। हम भी नर से नारायण, नारी से लक्ष्मी बनने के लिए पढ़ रहे हैं। जब तक वह लक्षण नहीं आयेंगे तब तक पढ़ाई नहीं छोड़ेंगे। सदा लक्ष्य की स्मृति लक्ष्यदाता की स्मृति को मज़बूत बनाती है, इसलिए बाबा ने कहा कि इस पुरानी दुनिया में हमारी कोई आसक्ति ना हो। जब पहले-पहले हम लोग ज्ञान में आए थे तो 'आसक्ति' और 'अनासक्ति'- यह दो शब्द बहुत अच्छे लगते

थे। हम चेक करते थे कि हमारी वृत्ति कहाँ तक अनासक्त है। जिसको बाबा दूसरे शब्दों में कहते हैं-इच्छा मात्रम अविद्या। इच्छा की कोई विद्या ही नहीं है, इच्छा की इतनी अविद्या हो जाए। नहीं तो इंसान कहेंगे-इच्छा के बिना कैसे चल सकते हैं? लेकिन सांसारिक पदार्थों की, व्यक्तियों के द्वारा प्राप्तियों की अविद्या हो जाये। जब दुनिया पराई है तो उनके द्वारा प्राप्त कि इच्छा रखना माना कम समझ है। जिस कारण ज्ञान को धारण नहीं कर सकते हैं। पुरानी दुनिया में आसक्ति है तो इन आखों के द्वारा कुछ देख लेंगे,

कानों द्वारा सुन लेंगे, मुख के द्वारा कोई ऐसी बात बोल देंगे या खा लेंगे। खाने-पीने की इच्छा होती है तो परहेज या मर्यादा तोड़ देते हैं। जैसे खाने की परहेज है वैसे बोलने की परहेज है। सम्भलकर बोलो। ऐसे ही दृष्टि का आधार वृत्ति पर है। हमारी वृत्ति साफ है, यह हमारी दृष्टि से पता चलता है। जो शब्दों द्वारा हम किसी को नहीं कह सकते, कोई हमारे भाव को नहीं समझता, लेकिन वृत्ति साफ है, सेवा में किसी का भला करने की भावना है, तो वो काम करेगी। शुभ भावना से सेवा की हॉबी को बढ़ाओ। बोल के बजाए अपनी भावना को श्रेष्ठ बनाओ, अच्छा बनाओ। इससे हमारी वृत्ति-दृष्टि साफ होती जायेगी। अपने आप को अच्छा लगेगा।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

वाय नहीं, वाह वाह कहो

हमने फरिश्तेपन की बातें सुनी, तो फरिश्ते का मतलब ही है डबल लाइट। फरिश्ता अर्थात् जिसका पुरानी दुनिया, पुराने संस्कार से कोई नाता नहीं। इन सबसे न्यारा और बाप का प्यारा। एक बाबा दूसरा मैं, तीसरा न कोई। तो ऐसा अनुभव कर रहे हैं? ब्राह्मण जीवन की कमाई का हिसाब बहुत बड़ा है। बाबा कहते हैं कि अगर सच्चे दिल में सच्चे बाप की याद है तो हर कदम में पदम मिलता है। आप सोचो हर कदम में पदम, तो आप कितने कदम उठाते होंगे। अगर याद में कदम

हो जाता है। बाबा कहो और बाबा सामने आ जाता है। लेकिन किसके आगे हज़ूर हाज़िर है? जो हज़ूर की हर श्रीमत को जी हाँ, जी हाँ, हाज़िर बाबा प्रैक्टिकल में करता है। कैसी भी परिस्थिति हो, माया आये भी तो वार नहीं करे, हार खाके जाये। हम लोग छोटेपन में ही यज्ञ में आये थे, तो मम्मा हमको छोटी-छोटी बातों से समझाती थी कि तुम लोग माया-माया क्या करती रहती हो! जैसे कोई घर में बड़ा होता है तो उसके पोत्रे धोत्रे उसके साथ खेलते हैं। नाक भी पकड़ते हैं, बाल भी खींचते हैं लेकिन वो परेशान होता है क्या? उसको पता है कि ये मेरे से खेलते हैं। तो ये सब विकार भी आपसे खेलते हैं। मम्मा कहती थी - व्यर्थ संकल्पों का गेट है क्यों? वाय नहीं कहो, वाह कहो। व्यर्थ कौन है! दाता है, उसके पास तो कोई कमी है ही नहीं, इसलिए बहुत कुछ मिल सकता है। आप चेक करना। अमृतवेले बहुत बढ़िया कमाई का साधन है। जिसको भगवान मिला उसे और चाहिए क्या! और एक ही हमारा ऐसा बाबा है जो सर्व सम्बन्ध भी निभा सकता है, सर्व प्राप्ति भी करा सकता है। जिस समय चाहिए उस समय हज़ूर हाज़िर



दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

व्यर्थ को खत्म कर दुआओं के पात्र बनो

हमारा संसार बाबा है, इसलिए कभी भी अंदर में यह भावना नहीं आनी चाहिए, यह मेरा स्टूडेंट है, यह तेरा। किसी भी प्रकार का स्वार्थ न हो। स्वार्थ अधीन बना देता है। किसी देहधारी में स्नेह जाता है माना स्वार्थ है। इस स्वार्थ से ईश्वरीय मर्यादाओं का उल्लंघन होता है, इसलिए साकार बाबा जैसे निःस्वार्थ था वैसे निःस्वार्थी बनो। तो सबसे न्यारे और प्यारे बन जायेंगे। विघ्नों से कभी घबराओ नहीं। विघ्न भल कितना भी बड़ा हो लेकिन अपने संकल्प से कभी भी बड़ा नहीं करो। जड़ को समझकर बीज को काटो। जड़ क्या है उसको समझो। माया से डोन्टकेयर करना ठीक है, आपस में नहीं। जो आपस में डोन्ट केयर करते उनकी जुबान पर लगाम नहीं रहता। जो आता वह बोल देते, यह स्वभाव भी डिससर्विस करता है। ज़िद्द का स्वभाव ही ज्ञान में बहुत विघ्न डालता है। ज़िद्द वाले अपना और दूसरों का नुकसान करते हैं। जहाँ जी हाँ का स्वभाव है वहाँ सब फूल बरसाते हैं, दुआयें देते, जहाँ ज़िद्द है वहाँ पानी के मटके भी सूख जाते हैं। हमें सदा अपने स्वमान में रहना है, नाउम्मीद नहीं बनना है। ऐसे कभी नहीं सोचो यह तो मेरे पुराने संस्कार हैं। यह सोचना भी उसकी

पालना करना है। मेरा दिव्य संस्कार हो, ईश्वरीय संस्कार हो। जो बहुत समय से पाले हुए संस्कार हैं उन सब संस्कारों को जला देने का दृढ़ संकल्प करो। रियलाइज़ कर उन्हें खत्म करो। व्यर्थ संकल्प तभी खत्म होंगे जब व्यर्थ संस्कार खत्म होंगे। अपने को दुआओं के आधार पर चलाओ। बाबा की दुआयें लेते चलो। मुझे हर आत्मा से दुआ ज़रूर मिलनी चाहिए। दुआयें हमारा प्यार है, प्यार ही हमारी दुआयें हैं। जहाँ सर्व का मेरे से, मेरा सर्व से प्यार है वहाँ मेरे बाबा की दुआयें हैं। इससे ही मुझ आत्मा की उन्नति है। यह हमारा अन्तिम जन्म, अन्तिम घड़ी है, किसकी हमारे ऊपर दुआ नहीं है तो उससे किसी भी तरह दुआयें ज़रूर लेनी हैं। हमारे अन्दर अनुमान, परचिन्तन, ईर्ष्या, द्वेष आदि का कांटा नहीं होना चाहिए। इन कांटों को इस यज्ञ में स्वाहा करो। जहाँ नियम है वहाँ संयम है। जहाँ कायदा है वहाँ फायदा है। ईश्वरीय मर्यादा ही हमारा स्वधर्म है। सबसे प्रेम करो लेकिन प्यार मत दो, बाबा से सम्बन्ध जुटाओ स्वयं से नहीं। किसी से हल्का व्यवहार मत करो। गम्भीर रहो। हँसी-मज़ाक से भी बहुत नुकसान होता है इसलिए ऐसी हँसी नहीं करो। काम से काम बस...।



दादी प्रकाशमणि, पूर्व मुख्य प्रशासिका



रुपयों के साथ रोग भी कमाता मानव ...!!

एक व्यक्ति से पूछा गया: 'दुनिया में मुफ्त में मिलने वाली कौन सी चीज है?' उसका उत्तर था: 'फोकट में तो कुछ भी नहीं मिलता... पर थोड़ा हिचकिचाहट के बाद उसने फिर से उत्तर दिया, हाँ, प्राण वायु तो फोकट में ही मिलती है... पर सुबह उठ नहीं पाता, वो जो बहुत ज़रूरी है जीवन के लिए, वो मैं ले नहीं पाता। पर करें क्या, सुबह उठने की सोचता तो हूँ, पर शाम को देर से सोने की जो आदत हो गई है, वो मेरे इस विचार पर भारी पड़ती है, तो इस कारण इस जीवन के चक्रव्यूह से निकलना बड़ा मुश्किल सा लगता है।' पर ऐसा क्यों? तो आइये हम देखें अपने आप को...। आज हम इसपर ही दृष्टिपात करेंगे...।

इस दुनिया में जीने के लिए प्राण वायु के सिवाय तमाम वस्तुओं के लिए रुपया खर्चना पड़ता है, सिर्फ ऑक्सीजन पर ही जीवन तो नहीं चलता ना...!



शरीर को चलाने के लिए खुराक की भी ज़रूरत पड़ती है, और इस खुराक के लिए रुपयों को कमाना पड़ता है। सारी दुनिया में लोग सुबह होते ही अपनी अपनी क्षमता अनुसार रुपयों को कैसे कमायें, इस शोध में निकल पड़ते हैं। क्योंकि सबको मालूम है कि रुपयों के बिना एक कदम भी आगे नहीं बढ़ाया जा सकता। कदम कदम पर कितना हुआ, कितना देना है, इसकी क्या कीमत है, कितना लेंगे आदि आदि रोज़ उपयोग में आते वाक्य बन गये हैं।

ये रुपया ही तो मनुष्य को प्रवृत्तिय रखता है। जिसके पास रुपया नहीं, ऐसे लोग या तो सीमित हैं, या ऐसे लोगों को कुछ करने के पहले हजार बार विचार करना पड़ता है। फिर भी रुपया जीवन जीने के लिए शरीर में रहती गहरी नस के समान है।

आज के परिदृश्य में समाज को देखें तो एक वर्ग ऐसा है जो रुपयों के दबाव में ही जीता है। रुपयों का उनपर इतना दबाव है कि वो रात में नींद भी नहीं ले सकता। जिसे वो प्रतिस्पर्धी मानता है, या तो

कुटुम्ब में, समाज में हाइलाइट होने जैसे लोग एक अलग ही प्रकार का रोग अपने अंदर ही अंदर पैदा करते रहते हैं...! और वो है अनिद्रा, हाई ब्लडप्रेसर, अस्त-व्यस्तता...! साथ ही बोनस में गुस्सा, चिडचिड़ापन भी! अपने पूर्व पीढ़ी के लोग शक्ति, भक्ति के प्रमाण में रुपया कमाते थे, लेकिन रोग नहीं कमाते थे, जबकि आज के लोग रुपये के साथ रोग

को फूलगुलाबी न बनायें, तो फिर बची हुई सम्पत्ति क्या काम की...! जहाँ शरीर के सारे अंग ही शिथिल हो जाएं, वहाँ फिर आनंद काहे का!

इस प्रसिद्धि पाने की होड़ में आज का मनुष्य तंदुरुस्ती को भी दांव पर लगा रहा होता है। आगे जैसे हमने कहा, ऐसे जमा और गुणा करने में तंदुरुस्ती को घटा (दरकिनार) रहा होता है आज का मनुष्य। दया आती है उसके ऊपर

जिसने अपनी तंदुरुस्ती के बदले सिर्फ रुपयों को ही सर्वस्व माना...! अरे, कितने रुपये चाहिए मनुष्य को जीवन जीने के लिए...? पचास लाख, पाँच करोड़, दस करोड़ या पचास करोड़? या और इससे ज़्यादा?

तंदुरुस्ती के आड़ में इकट्ठे किये रुपये, ये तंदुरुस्ती को दुरुस्त करने में खर्चा

करते हुए भी कम पड़ें तो रुपया कमाया, उसका मूल्य क्या...! याद रखने जैसा यही है कि सीधे और सरल रास्ते से कमाया हुआ रुपया ही सुख देता है।

किस काम के लिए आज का मनुष्य इतना खो गया है इन रुपयों के पीछे? पैसा तो हाथ का मैल है, वो तो आज है कल नहीं, पैसे तो गणिकाएं भी कमाती हैं, यहाँ का यहाँ रह जाना है...। ऐसा सबकुछ बोलने वाला और समझदार मनुष्य कैसे और किस तरह रुपये को इतना हावी होने देना है अपने ऊपर...! ज़िन्दगी जीने की भी समझ होनी चाहिए।

मनुष्य रुपयों को नचाये वही सही, रुपया मनुष्य को नचाये, तो ये एक प्रकार की गुलामी ही होगी ना! सारी ज़िन्दगी तंदुरुस्ती के आड़ में इकट्ठे किये रुपये, ये तंदुरुस्ती को दुरुस्त करने में खर्च करते हुए भी कम पड़ें तो रुपया कमाया, उसका मूल्य क्या...? याद रखने जैसा यही है कि सीधे और सरल रास्ते से कमाया हुआ रुपया ही सुख देता है।

ये पढ़ते हुए आपको ऐसा लगे कि मैं भी इसी कैटेगरी में हूँ, तो सावधान हो जाइये। अन्यथा तो वही होगा जो ज़िन्दगी भर इकट्ठे किये हुए रुपये ही कम पड़ जायेंगे अपने सुस्वास्थ्य को पाने के लिए। हम तो आपको यही शुभ राय देंगे कि जीवन को स्वस्थ रखने के लिए ज्ञान और ध्यान को जीवन का हिस्सा बनायें। तभी तो पता चलेगा ज़िन्दगी का महत्व और जीने का अंदाज़।

भी समानांतर में कमाते हों, ऐसा लगता है, और वो ये है ब्लड प्रेशर, हार्ट अटैक, डिप्रेशन, बेचैनी, असुरक्षा, हताशा, निराशा जैसे रोग। मैं उससे आगे निकल जाऊँ, या तो उच्च कैटेगरी में आने की होड़ में चिंतित रहता है। रुपया कमाना, ये कोई गलत या असत्य तो नहीं, लेकिन रुपये का रुहाब अपने ऊपर चढ़ बैठे, तो फिर जीने का मज़ा ही क्या...!

आप ध्यान से देखेंगे तो मालूम पड़ेगा कि आज का मनुष्य रुपयों के साथ रोग भी कमाता हुआ दिखाई देता है। 'हेल्थ इज़ वेल्थ' को हम मानने वाले, यदि हेल्थ



जगन्नाथ पुरी-ओडिशा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् मृदुल पाठक, सी.सी.एफ. एंड फील्ड डायरेक्टर, टाइगर रिजर्व, म.प्र. को प्युरिटी मैगज़ीन भेंट करते हुए ब्र.कु. डॉ. निरूपमा।



अवोहर-पंजाब। मातेश्वरी जगदम्बा की 53वीं पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धासुमन अर्पित करने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु. पुष्पलता, ब्र.कु. दर्शना, लेखक परिषद अध्यक्ष राज सदोष, डॉ. संजय गुप्ता, डॉ. केवल कृष्ण, सेवानिवृत्त उपमंडल इंजीनियर सीता राम बजाज, एडवोकेट रमेश शर्मा तथा अन्य।



समस्तीपुर-बिहार। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं डी.एम. चन्द्रशेखर सिंह, एस.डी.ओ. अशोक कुमार मण्डल, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सविता, डी.आर.एम. आर.के. जैन तथा ब्र.कु. कृष्ण।



गाज़ियाबाद-मोहन नगर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ए.एल.टी.टी.सी.बी.एस.एन.एल. में आयोजित 'हेप्पी हेल्दी लाइफ बाई राजयोग' कार्यक्रम में उपस्थित हैं सी.जी.एम. एम.के. सेठ, डी.जी.एम. सुभाष, ब्र.कु. डॉ. ऊषाकिरण तथा ब्र.कु. लवली।



खारदाह से.7-कोलकाता। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. रंजीता तथा अन्य बहनें। कार्यक्रम में शारीक हुए वार्ड काउन्सलर आर.पी. हल्दर, पंचायत प्रधान तथा शहर के अन्य विशिष्ट लोग।



दिल्ली-मजलिस पार्क। 'बाल व्यक्तित्व विकास शिविर' में बच्चों के साथ समूह चित्र में निगम पार्षद नवीन त्यागी, ब्र.कु. शारदा, ब्र.कु. राजकुमारी तथा अन्य।



हरदुआगंज-उ.प्र.। सेवाकेन्द्र पर आयोजित आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् पुलिस अधिकारी अलका व गीता को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कमलेश, ब्र.कु. शिवा, ब्र.कु. सत्य प्रकाश तथा अन्य।



सिवान-बिहार। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. सुधा, ब्र.कु. रिन्की, ब्र.कु. गायत्री तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



कई बार आत्म सम्मान को लेकर हमारे अंदर एक हलचल होती है कि आत्म सम्मान को किससे जोड़ा जाये? क्या ये स्वाभिमान है? अपने वजूद को बचाने का कोई ऐसा हथियार है जिसका प्रयोग हमें अपने आपको ऊँचा उठाने में करना पड़ता है? आत्म सम्मान एक ऐसा अस्त्र है जो हमें हर परिस्थिति से, हर बन्धन से बाहर निकाल सकता है। जहाँ पर आत्म सम्मान था स्वमान है, वहाँ अभिमान नहीं रहता है।

स्वमान शब्द आत्मा के साथ जुड़ा हुआ है। जिसमें आत्मा अपने निजी गुणों में स्थित रहती है। अपने निजी गुण में आत्मा का स्थित होना ही स्वमानधारी होना है। जैसे दुनिया में माँ-बाप अपने बच्चों को ऊँचा उठाने के लिए या आगे बढ़ाने के लिए हमेशा कहते हैं कि आप तो हमारे घर का चिराग हो, आप सिरताज हो। लेकिन हम आत्माओं को उन माँ-बाप से उतनी संतुष्टि नहीं मिलती जितनी मिलनी चाहिए थी। क्योंकि एक

आत्मा, दूसरी आत्मा को सम्मान देती है तो भी खाली-खाली सा लगता है। एक दुनियावी पिता चाहे कितना भी अपने बच्चे के लिए कर ले, लेकिन बच्चा फिर भी खाली-खाली महसूस करता है। वो सिर्फ स्थूल धन दे सकता है लेकिन उसके साथ-साथ उसकी कुछ उम्मीदें भी जुड़ी होती हैं। हर आत्मा सम्मान चाहती है, अगर एक आत्मा दूसरी आत्मा से कुछ भी लेने की इच्छा रखती है तो प्राप्ति कैसे हुई? क्योंकि आत्मा तो अल्पज्ञ है। कम जानने वाली है, तो प्राप्ति भी अल्पज्ञ होगी, तो हम ऐसा क्या करें जो हमें सबकुछ मिले? सम्मान भी मिले, प्राप्ति भी हो। तो हमें इसके लिए सर्वज्ञ परमात्मा के साथ जुड़ना चाहिए जो हमें सदाकाल की प्राप्ति करा सकते हैं। क्योंकि दुनिया में आत्मा, आत्मा को कुछ देती भी है तो भगवान से लिया हुआ तो देगी ना! किसी से भी कुछ लेने की इच्छा हमें अपने स्वमान से नीचे गिरा देती है। ये बहुत सोचने और समझने

विश्व कल्याण कैसे करें?

का विषय है कि आत्मा के पास अपना कुछ है ही नहीं। सब भगवान का दिया है। जब व्यक्ति ये भूल जाता है कि ये भगवान



का दिया है तभी वो अभिमान में आ जाता है। इसीलिए परमात्मा हमें स्मृति दिलाते हैं कि जितने भी खज़ाने हैं वो सब परमात्मा के दिये हैं। इस समय हमारे पास अपने निजी खज़ानों में सबसे बड़ा खज़ाना है, जो होना चाहिए, जिसने हमें सबकुछ दिया वो परमात्मा है। अगर परमात्मा मिल

सम्मान प्राप्त करना तब मुमकिन है, जब हम इन सारी चीज़ों का ज्ञान लेने के बाद बांटना शुरू कर दें। उदाहरण के रूप में हम ब्रह्माकुमारीज के संस्थापक प्रजापिता ब्रह्मा के बारे में बताना चाहेंगे कि उन्होंने परमात्मा का कार्य बखूबी किया। उनके त्याग से बहुत सारी आत्माओं का भाग्य जमा हुआ। उन्होंने कभी साधनों का इस्तेमाल नहीं किया, बल्कि हमेशा साधना में रहे। स्वयं के त्याग में - नींद का त्याग, आराम, घूमना इन सब चीज़ों का त्याग और निरन्तर स्मृति रखना कि मुझे देना है। शुरु में जब यज्ञ स्थापन हो रहा था तो उन्होंने सब त्याग किया और उनके त्याग से सब आत्मायें बाहर निकल कर आईं। कारण, उन्होंने ये बात समझ ली कि ये परमात्मा का कार्य है, मुझे सिर्फ देना है ना कि लेना है। हमेशा साधना में रहे और एक बहुत बड़ी जिम्मेदारी सम्भाली। परिणाम स्वरूप ब्रह्माकुमारीज में ऐसे रत्न जुड़े जो आज विश्व

कार्य में लगे हैं। ये बात हम इसलिए सुना रहे हैं क्योंकि



अगर हम अपने आप को श्रेष्ठ आत्मा समझकर, परमात्मा का बच्चा समझकर कार्य नहीं करेंगे तो ना तो हम सम्मान दे पायेंगे और ना ले पायेंगे। इसलिए आज हम आत्माओं के ऊपर बहुत बड़ी जिम्मेदारी है। अगर हमें भी कुछ विश्वकल्याण करना है या समाज सेवा करनी है या औरों का भाग्य बनाना है तो त्याग, स्वमान, सम्मान के आधार से करना पड़ेगा। मैं परमात्मा का बच्चा हूँ। हमें परमात्मा से ही लेना है। उसका ही देना है। क्योंकि आत्माओं से लेने के बाद ही हमारे अन्दर दुःख, तकलीफ शुरू हुई थी। अब हमें वास्तविक समझ के आधार से इसको बदलना है। कोई भी आत्मा किसी को कुछ नहीं दे सकती, जब तक वो भगवान से ना जुड़े।

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न:- बाबा कहते हैं न दुःख दो, न दुःख लो। मेरा पूरा ध्यान रहता है कि मुझसे किसी को दुःख न मिले। परंतु दूसरों के व्यवहार या बोल से मुझे दुःख होता है। दुःख नहीं लेना चाहते - इसके लिए मैं क्या करूँ?

उत्तर:- जो मनुष्य दूसरों को दुःख नहीं देता, उसमें दुःखों को सहने की शक्ति आ जाती है। जब अपनों से कड़वाहट मिलती है, जब अपने ही अपनों को नहीं समझ पाते तो कष्ट होता है। याद रखना मैं तो मास्टर सुख कर्ता, दुःख हर्ता हूँ। मुझे सभी के दुःख हरने हैं। मैं भला दुःखी कैसे हो सकता हूँ/सकती हूँ।

स्वमान में रहना - मैं पूर्वज हूँ व इष्ट देव-देवी हूँ। जो मुझे कुछ बोलते हैं वे तो अबोध हैं। उनकी बातों को सहज रूप से लें तो फीलिंग नहीं आएगी। ये कलियुग का अंत है। यहां सभी तमोप्रधान हैं। चाहे वे अपने हैं या पराये, सभी वासनाओं के वश हैं। इसलिए उनकी बातों को गंभीरता से नहीं लेना है। हल्के रहो व खुशी में रहो तो दुःख की फीलिंग नहीं आएगी।

प्रश्न:- मैं ज्ञान मार्ग में 10 वर्ष से हूँ। मैं मान-अपमान में समान रहना चाहता हूँ। जब भी कोई मेरा अपमान करता है तो मेरी स्थिति बिगड़ जाती है। एकरस अवस्था के लिए मैं क्या करूँ?

उत्तर:- संसार में सबसे कठिन काम है अपमान को सहन करना। उसमें भी यदि अपने ही लोग अपने प्रिय जन

का अपमान करें तो मनुष्य का दिल टूट जाता है। इसलिए बुद्धिमान मनुष्य को चाहिए कि वह किसी से भी मान की कामना न करे। भगवानुवाच - याद रखें कि जो आत्माएं स्वमान में रहती हैं, उनका अभिमान नष्ट हो जाता है। अभिमान नष्ट होने से



मन की बातें

- राजयोगी ब. कु. सूर्य

अपमान की फीलिंग भी नष्ट हो जाती है। इसलिए स्वमान के अभ्यास को बढ़ाते चलें।

रोज़ सवेरे उठकर अभ्यास करना कि इस जीवन में मुझे भगवान मिला। मुझे तो भगवान मान दे रहा है, मैं मनुष्यों से मान लेकर क्या करूंगा। मनुष्य तो आज मान देंगे, कल अपमान करेंगे। भगवान स्वयं मुझे कहते हैं - हे मेरी महान आत्माओं। कितनी ऊँची नज़र से हमारे परमपिता हमें देखते हैं। स्वयं में जब देह अभिमान ज्यादा होता है तो दूसरों से मान की कामना होती है। अंदर का खालीपन कामनाओं को जन्म देता है। इसलिए अशरीरी होने का बार-बार अभ्यास बढ़ाते चलें। हम मान मांगें

नहीं, स्वयं को सम्मान के योग्य बनायें। याद रखें, 'जो आत्माएं स्वमान में रहती हैं, सम्मान उनके पीछे परछाई की तरह आता है।' परंतु सम्मान को स्वीकार न करें, उसे प्रभू को अर्पण कर दें तो जब कोई हमारा अपमान करेगा, तब भी हम उस अपमान को

प्रभू अर्पण कर देंगे और हमें अपमान की फीलिंग नहीं होगी। ज्ञान चिन्तन के द्वारा स्वयं के अंदर ज्ञान का बल बढ़ायें। ज्ञान की सुंदर बातें स्मृति में रहने लगे तो अपमान, अपमान लगेगा ही नहीं, यह एक तरह से खेल लगेगा।

प्रश्न:- परमात्मा में विश्वास भी है, साथ का अनुभव भी होता है और निश्चय भी है पर ये सब जानते और मानते हुए भी मैं समय पर पुरुषार्थ के पथ पर कुछ कर नहीं पाता हूँ। मैं क्यों नहीं कर पाता हूँ?

उत्तर:- ये बात आपकी बिल्कुल सही है कि कई बार हम कई बात जीवन में जानते हुए भी सोचते कुछ और हैं, होता कुछ और है। तो कहीं ना कहीं हमारे पर कुछ पूर्व कर्मों का भी प्रभाव होता है। आपको बाबा की बातों को अपने अंदर दोहराना है कि मैं मा. सर्वशक्तिवान हूँ। परमात्मा की आज्ञा का मुझे पालन करना ही है। इसका योग में बहुत गहनता से अभ्यास करना

है और योग के चार्ट को बढ़ाना है। वो क्या होता है हम ज्ञान रूपी औषधि तो लेते हैं, पर परहेज को नहीं अपनाते। ये औषधि तभी काम करती है जब हम परहेज के साथ उसका सेवन करें। आप दृढ़ता से बाबा के महावाक्यों को दोहरायें कि विजय मेरी ही होगी। मैं विजय रत्न हूँ। सफलता मेरा जन्म सिद्ध अधिकार है। मैं महान आत्मा हूँ। इस अभ्यास को बढ़ायें। और जब भी ऐसी परिस्थिति या कठिनाइयां आपके सामने आती हैं, तब एक मिनट के लिए प्यार के साथ परमात्मा को याद करें। मैं मा. सर्वशक्तिवान हूँ, सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है, विजय मेरी निश्चित है। ऐसे अपने अंदर शक्तियों को इमर्ज करें। होता क्या है परिस्थितियां आते ही हम उनके प्रभाव में आकर उसके बारे में कुछ ज्यादा ही सोचने लगते हैं तो हमें कठिन महसूस होने लगता है। उस समय इस शक्ति को यूज करें। हर कार्य में बाबा के साथ के अनुभव को बढ़ायें। जहां बाबा है वहां सफलता है ही है। इस आत्मविश्वास को पुलकित करें। आत्मविश्वास के साथ परिस्थितियों को हैंडल करें। परिस्थितियां कुछ भी नहीं, हमारे ही दुर्बल मन की रचना है। मन की श्रेष्ठ शक्ति को बढ़ाएं और कमजोरियों को हमेशा के लिए तिलांजलि दें। मैं परमात्मा की संतान हूँ। मैं पाँवरफुल हूँ। इस अभ्यास को बढ़ाएं।



कुछ गलती होने पर पश्चाताप न करें। पश्चाताप करने से कमजोरी और ही बढ़ती है। उसपर बार-बार सोचने से तो वो पक्की हो जाती है। ऐसे वक्त पर सकारात्मक नज़रिया रख अच्छा क्या हो सकता है, उसपर अंदर ही अंदर अपने से सकारात्मक संवाद को बढ़ावें। अपनी सच्चाई पर हृदय से विश्वास रखें और हाँ जी, हाँ जी का संवाद स्वयं से स्थापित करें, तब ही घटित घटना से बाहर निकल सकते हैं।

आप जो कुछ कर रहे हैं, उसकी सच्चाई पर आपको विश्वास होना चाहिये। जिन शब्दों का आप उच्चारण कर रहे हैं, वे आपके अंतःकरण को स्वीकार होने चाहिये। ऐसा न होने पर ये शब्द आपके लिये निर्जीव हैं। आपके हर संकल्प के पीछे मानसिक बल होना चाहिये। जिन विचारों से आपको अच्छा-अच्छा लगता है, वही शब्द रिपीट करो, देखना आपको बहुत खुशी मिलेगी। मनुष्य के अंतःकरण में हर प्रकार की शक्ति है। यह ईश्वर का वरदान है। अगर हम इस वरदान का उपयोग नहीं करते हैं तो यह हमारी ही कमी है।

अपने हर अच्छे संकल्प को बार-बार दोहरावें, इससे मन में सात्विक बल उत्पन्न होता है। कोई निंदा करे, चुगली करे, बुरा कहे, चाहे सारी दुनिया आपके विरुद्ध हो जाये, तब भी आप अपना लक्ष्य मत छोड़िये, पीछे

मुड़ कर मत देखें, आगे बढ़ते जायें। अपने बल पर ही सारा काम करें। दू-

भिन्न-भिन्न तरीके सोचते रहते हैं। ऐसे ही भगवान से शक्ति लेने के भिन्न-भिन्न तरीके सोचते रहो। आपको भगवान को याद करना मुश्किल लगता है।

प्रसन्नता

सरो का सहारा लेने वाले सदा भटकते हैं। अगर आपमें कोई बुराई है तो घबराओ नहीं, बस हर गलती के बाद कहते रहें, अब नहीं करूंगा। गलती हो जाने के तुरंत बाद शांति से बैठकर



उसके बारे में आकलन करें। उस कार्य को और उमदा तरीके से कैसे कर सकता हूँ, किस तरह करने से अच्छा हो सकता है, उस बारे में सकारात्मक नज़रिया रखकर चिंतन करें। एक या दो घंटे योग लगायें, परमशक्ति को अपने साथ जोड़ें। पश्चाताप नहीं करना। पश्चाताप करने से कमजोरी और बढ़ती है। निराशा आती है।

हर इंसान में ईश्वर ने ऐसी शक्ति दे रखी है कि वह अपनी हर बुरी आदत छोड़ सकता है। बस उसकी शर्त है, अगर वह खुद चाहे तब। जब भी मन में कोई दुःख आये, तुरंत भगवान को याद किया करो। जिससे हमें स्नेह होता है, उससे मिलने के

इसकी सहज विधि क्या है? आप हर समय एक शब्द, हाँ-हाँ मुख व मन से रिपीट करते रहा करो। जब भी कोई हीन भावना, बुरा विचार, बुरी परिस्थिति आये, कोई सख्त व्यक्ति आये, वह कड़वा बोलता है, उस समय आप अपने मन में हर असहज विचार के विपरीत अच्छा क्या हो, उसके लिये हाँ-हाँ रिपीट करते रहना, आपको बहुत खुशी रहेगी।

कुछ भी समझ ना आये तब सिर्फ हाँ-हाँ कहते रहो और तोते की तरह कहते रहो, आपमें अपार मानसिक बल उत्पन्न होगा। इस विधि से हरेक व्यक्ति भगवान से जुड़ सकता है। यह नहीं कह सकते कि आपको ध्यान लगाना नहीं आता। हाँ कहना ही ध्यान जैसी अनुभूति है। इस विधि से आपको अखंड खुशी मिलेगी। हर बुरा बोल और संकल्प, प्रसन्नता में बाधा डालता है। एक शक्तिशाली शब्द है 'हाँ'। जरा सा दुःख आने पर अगर आप रोना शुरू कर देते हैं तो इसका अर्थ है कि आप अज्ञानता के शिकार हैं। इसलिये अपने ज्ञान का भंडार बढ़ावें। ज्ञान मिलता है पढ़ाई से, सत्संग से, पुस्तकें पढ़ने से और प्रकृति से। खुशबूदार और हरे-भरे बगीचे में बैठने से ही खुशी मिलती है, और बहुत कुछ सीखने को भी मिलता है।



ओम शांति रिट्रीट सेंटर-गुरुग्राम। ब्रह्माकुमारीज द्वारा एक मास के 'राजयोग टीचर प्रशिक्षण कार्यक्रम' के पश्चात् समूह चित्र में प्रशिक्षण लेने वाली कुमारियों के साथ ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त सचिव ब्र.कु. बृजमोहन, ओ.आर.सी. निदेशिका ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. विजय दीदी तथा ब्र.कु. सुनैना।

यदि चूल्हे पर रखे पात्र में दूध गरम किया जा रहा हो और उफान आ जाए तो केवल फूक मारकर उस उफनते दूध को न रोका जाए। काम, अग्नि पर करना होगा। समझदारी यह होगी कि आग बुझा दीजिए, दूध नीचे बैठ जायेगा। यह घटना हमें सबक देती है कि जो क्रिया हो रही है

उसके मूल पर पकड़ बनाएं। प्रयास ऊपर ही ऊपर करेंगे तो नादानी होगी।

जिंदगी में भी जब कुछ दुर्गुण उबाल मारते

हैं, भीतर उछलने लगते हैं तो हम उन्हें फूक मारकर दबाते हैं। खासकर काम का वेग दूध की तरह ही उफनता है और आप अपने आपको अनुशासन से, बाहरी दबाव से दबा लेते हैं। लेकिन, आग तो जल रही है। इसे यूँ भी समझें कि किसी पेड़ पर फल देखकर यह न मान लें कि फल ही परिणाम है। दरअसल,

उन फूल और फलों की तैयारी जड़ से हुई है। जड़ में यदि मिट्टी डली होगी, समय पर खाद-पानी के साथ अन्य सुरक्षा दी होगी तब जाकर फल लग सके। तो हमें हर तैयारी जड़ के हिसाब से करनी है। वहाँ तैयारी ठीक की है तो बाहरी परिणाम पर पकड़

बनी रहेगी। इसीलिए कहते हैं धर्म आचरण है, अध्यात्म अंतस और नीति इन दोनों की क्रिया है। आध्यात्मिक व्यक्ति दुर्गुणों पर गहराई से नियंत्रण पाएंगे, धार्मिक केवल आचरण से निपटाएंगे और नीतिवान केवल क्रिया में ही उनको नियंत्रित करेंगे। दुर्गुण जरा भी हावी हुए तो नीति और धर्म में उतनी ताकत नहीं है कि बचा सके। इसके लिए अंतस से ही जुड़ना होगा और अंतस से जुड़ने के लिए योग बड़ा सरल साधन है।

भीतर की क्रिया करके ही दुर्गुण दूर होंगे



नेपाल-काठमाण्डू। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर नेपाल सरकार शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मंत्रालय द्वारा आयोजित प्रवचन कार्यक्रम में माननीय उप प्रधान मंत्री एवं रक्षा मंत्री ईश्वर पोखरेल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. ज्योति तथा ब्र.कु. किशोर।



मण्डी-हि.प्र.। मुख्यमंत्री माननीय रामठाकुर को ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु. दीपा। साथ हैं ब्र.कु. प्रेमलता, ब्र.कु. डोलमा तथा ब्र.कु. निलती।



ऋषिकेश-उत्तराखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. शीलू, मा.आबू। साथ हैं सुबोध उनियाल, कैबिनेट मिनिस्टर, कृषि उद्यान मंत्रालय, उत्तराखण्ड सरकार, समाजसेवी चन्द्रवीर पोखरियाल, ब्र.कु. सुशील, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आरती, तथा ब्र.कु. मोना।



लखनऊ-हिन्द नगर। बाल विकास कल्याण राज्यमंत्री स्वाती सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. दिव्या।



बहादुरगढ़-हरियाणा। सरकार द्वारा आयोजित 'राहगिरी' कार्यक्रम में ब्र.कु. अंजलि तथा ब्र.कु. विनीता को पौधा भेंट कर सम्मानित करते हुए एस.डी.एम. जगनवास जी तथा विधायक नरेश कौशिश।



ब्रह्मापुर-पी.यू.आर.सी.। इंटरनेशनल योगा डे पर कार्यक्रम के उद्घाटन पश्चात् चित्र में प्रो. भारती मिश्रा, प्रो. पी.सी.साहू, डॉ. मेजर राधा रमन पाढ़ी, ब्र.कु. मंजू, ब्र.क. माला तथा अन्य।



स्वास्थ्य

ताली बजाकर उपचार



गठिया रोग, हृदय रोग, हाथों की कमजोरी आदि में लाभदायक

वैज्ञानिकों द्वारा प्रमाणित किया गया है कि तालियां बजाने से हज़ारों स्वास्थ्यवर्धक फायदे हैं। जिन्हें बहुत कम लोग जानते। लोग ताली बजाने को एक मज़ाक और उपहास मात्र समझते हैं, परन्तु हम आपको तालियां बजाने के मुख्य फायदे विस्तार से बता रहे हैं।

ताली बजाने से महत्वपूर्ण फायदे -

★ रोज़ 400 तालियां बजाने से गठिया रोग ठीक हो जाता है। लगातार 3-4 महीने सुबह शाम ताली बजायें। ताली बजाने से अंगुलियों, हाथों का रक्त संचार तीव्र गति से होता है। जोकि सीधे नसों को प्रभावित करता है, जिससे गठिया रोग ठीक हो जाता है।

★ हाथों में लकवा और हाथ काँपना, हाथ कमजोर होने पर रोज़ नियमित सुबह शाम 400 तालियां बजाने से 5-6 महीने में समस्या से निदान मिलता है।

★ हृदय रोग, फेफड़े खराब होने पर, लिवर की समस्या होने पर रोज़ नियमित सुबह शाम 400-400 तालियां बजायें। आंतरिक बीमारियों से तुरन्त छुटकारा मिलता है।

तालियां बजाने से शरीर में तीव्र रक्त संचार होता है। शरीर का अंग-अंग काम करने लगता है।

★ तालियां बजाने से नसें और धमनियां सही तरह से सुचारू हो जाती हैं। मांसपेशियों का तनाव खिंचाव ठीक करने में तालियां सक्षम हैं।

★ तालियां बजाने से सिरदर्द, अस्थमा, मधुमेह आदि नियंत्रण में रहता है। तालियां, स्वास्थ्य सम्बंधी समस्याओं को नियंत्रण में रखने में सहायक हैं।

★ बालों को झड़ने से रोकने में तालियां खास फायदा करती हैं। तालियां बजाने से हाथों में घर्षण बनता है। हाथ के अंगूठे, अंगुलियां, नसें सिर से जुड़ी होती हैं।

★ प्रतिदिन भोजन ग्रहण के बाद 400 तालियां बजाने से शरीर समस्त रोगों से दूर रहता है। शरीर में फालतू चर्बी नहीं जमती। मोटापे से दूर रखने में तालियां अहम हैं।

★ तालियां बजाने से स्मरण शक्ति बढ़ती है। क्योंकि हाथ के अंगूठे की नसें सीधे दिमाग से जुड़ी होती हैं।

★ शरीर के समस्त जोड़ पॉइन्ट्स

हथेलियों और अंगुलियों से जुड़े होते हैं। इसलिए तालियां बजाने से शरीर स्वस्थ और निरोगी रहता है।

-:तालियाँ बजाने का तरीका :-

★ ताली बजाने से पहले हाथों पर नारियल, जैतून, बादाम, तिल, अखरोट आदि कोई भी तेल लगा लें।

★ रोज़ सुबह 400 तालियां और रोज़ शाम 400 तालियां बजायें।

★ 200 तालियां हाथ ऊपर कर और 200 तालियां साधारण स्थिति में रह कर बजायें।

★ हाथों पर तीव्र घर्षण या हाथ गर्म होने पर कुछ सेकेण्ड रुकें।

★ तालियां बजाने के तुरन्त बाद कुछ खायें पीयें नहीं। 20-25 मिनट बाद ही कुछ खायें पीयें।

स्वस्थ शरीर के लिए तालियां बजाना अति उत्तम फायदेमंद है। ताली बजाने से शरीर में रक्त संचार तीव्र गति से होता है। जोकि सम्पूर्ण शरीर को दुरुस्त करने में सक्षम है।

हमारे पूर्वज बहुत ज्ञानी थे, वो जानते थे कि व्यक्ति अच्छे कार्य आसानी से नहीं करता है, इसलिए उन्होंने हर उस कार्य को जो हमारे स्वास्थ्य से जुड़ा हो, उसे धर्म से जोड़ा ताकि हम नियमित रूप से वो सब कार्य करें जो हमारे स्वास्थ्य के लिए सर्वश्रेष्ठ हों।

शरीर समझेंगे तो तुलना होगी

- गतांक से आगे...

प्रश्न:- बहुत से लोग ये बोलते हैं कि 'मैं शरीर हूँ' या 'ये मेरा शरीर है' इससे फर्क क्या पड़ रहा है? यह एक अनुभव ही तो है जिससे मैंने अपने-आपको शरीर मान लिया और उसी के द्वारा ही तो मैं सब कुछ कर रहा हूँ तो इसमें समस्या क्या है?

उत्तर:- हम एक काम करते हैं आज एक दिन के लिए अपने-आपको 'वस्त्र' मान लेते हैं, क्या फर्क पड़ता है। हम सोच रहे हैं ना 'आई एम एनर्जी', 'मैं चैतन्य शक्ति हूँ' तो क्या फर्क पड़ता है?



डॉ. कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

चलो कोई फर्क नहीं पड़ता तो एक दिन के लिए मैं शरीर हूँ या मैं इस शरीर पर ओढ़ा हुआ एक वस्त्र हूँ, तो क्या फर्क पड़ता है। मैं जब भी किसी से मिलूँ तो इस चैतन्यता के साथ कि मैं ग्रीन कलर का कुर्ता हूँ। कुछ फर्क होगा आपके जीवन में आज सारा दिन, सिर्फ अपने-आपको देखो आज सारा दिन कि मैं ये ग्रीन कलर का कुर्ता हूँ। और मुझे यह चैतन्यता है कि मैं सफेद कलर की साड़ी हूँ, अब हमारा लोगों से वार्तालाप किस कॉन्शियस से होगी कि मैं सफेद कलर की साड़ी हूँ। अब

मैं ग्रीन ड्रेस को देखती हूँ तो यही सोचती हूँ कि ये ड्रेस तो मेरे से ज्यादा सुंदर है, मैं इतनी सुंदर नहीं हूँ, मेरी ड्रेस इतनी सुंदर नहीं है, फिर अगर इस पर थोड़ा सा कुछ दाग लग गया तो किस पर लगा, मुझ पर ही लग गया। फिर अगर ये आज थोड़ा सा फट गया कहीं अटक कर तो कौन फट गया -

मैं फट गयी हूँ और अगर मुझे पता है कि आज शाम तक ये खत्म हो जाने वाला है, तो कौन खत्म हो जाने वाला है, मैं खत्म हो जाने वाली हूँ, जबकि यह सत्य नहीं है। मैं सारा दिन इसकी ही

दूसरे से तुलना करती रहूंगी, इसी को सजाने की कोशिश करती रहूंगी, इसी के ऊपर मेरा सारा फोकस होगा और उस प्रोसेस में मैं समझती हूँ कि चैतन्य शक्ति आत्मा के ऊपर तो मेरा ध्यान ही नहीं जायेगा। इसी तरह हम किस कॉन्शियसनेस के साथ चल रहे थे कि मैं शरीर हूँ, आप भी शरीर हैं, तो जब मैं आपसे मिलती हूँ तो शरीर के लेवल पर ही मिलती हूँ और शरीर के साथ ही तुलना भी करती हूँ कि ये तो मेरे से ज्यादा सुंदर है। - क्रमशः



पुखरायाँ-उ.प्र.। सेवाकेन्द्र के 6वें वार्षिकोत्सव के दौरान भोगनीपुर विधायक, पूर्व नगर अध्यक्ष तथा वरिष्ठ पत्रकार को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. ममता।



फरीदाबाद से.19। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में भाजपा विधायिका सीमा त्रिखा का स्वागत करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हरीश बहन, ब्र.कु. उषा तथा ब्र.कु. ज्योति।

अवसर को...अवसर...

- पेज 2 का शेष

नहीं लिया!

बंदरी से बनी अप्सरा के शरीर पर राजसी पोषाक चमक रहे थे। महर्षि ने उससे पूछा: 'क्या आपको विश्वास था कि आकाशवाणी सच्ची ही होगी?' 'महर्षि, बात विश्वास या अविश्वास की नहीं थी। आकाशवाणी में कहा गया था कि जो बंदर-बंदरी उस क्षण तालाब में कूद पड़ेंगे वे मनुष्य योनी प्राप्त करेंगे, ऐसा नहीं कहा गया था कि कुत्ते बिल्ली या कोई अन्य जानवर बन जायेंगे। इसलिए मैंने मनुष्य बनने के अवसर को भुना लिया और मैं तालाब में कूद गयी। मैंने हाथ में आया हुआ अवसर जाने नहीं दिया।' राजकुमार ने उसके समक्ष विवाह का प्रस्ताव रखा और दोनों राजमहल की ओर चल दिये। जीवन में अवसर का लाभ उठाने के लिए पाँच बातें बहुत याद रखनी चाहिए।

1. अवसर कामधेनु है। वो गुमा देने की वस्तु नहीं है, बल्कि भुना लेने की बात है।

2. दुर्लभ अवसर जीवन में बारंबार नहीं मिलता।

3. अवसर की लिपि को पढ़ना मनुष्य को सीख लेना चाहिए।

4. ज़्यादातर मनुष्य अवसर को श्रद्धा के बजाय शंका के हवाले कर अपने प्रगति के द्वार को स्वयं ही बंद कर देते हैं।

5. अवसर के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण को अपनाइये। अवसर को पहचानें, स्वीकारें और उसका लाभ उठायें।

कहते हैं... मुख से निकले बोल और कमान से निकला तीर कभी वापस नहीं आता... ठीक वैसे ही अवसर को अवसर के रूप में ही पकड़ लेने में ही सफलता समाई है। अगर आया अवसर निकल गया, तो पछतावे के सिवा कुछ भी हाथ नहीं लगेगा। परमपिता परमात्मा हमें सुंदर मनुष्य बनने का अवसर प्रदान कर रहे हैं, फिर भी हम आज के परिवेश की मान्यताओं के चंगुल से ऊपर उठ ही नहीं पाते और ये सुहानी प्रभु प्रदत्त ज़िन्दगी हम यूँ ही बरबाद कर देते हैं। तो आइये... अब अपनी ज़िन्दगी को सत्य रूप में पहचान कर जियें।



लुधियाना-पंजाब। चार दिवसीय 'वाह ज़िन्दगी वाह' कार्यक्रम के दौरान बिनय कुमार झा, चीफ कमिश्नर, इनकम टैक्स को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरस्वती तथा ब्र.कु. राज। साथ हैं एच.एस. पाहवा, चेयरमैन, नोवा बाइसाइकिल इंडस्ट्रीज़, ब्र.कु. प्रो. ई.वी. गिरीश, मोटिवेशनल स्पीकर, मुम्बई, प्रेम कुमार गुप्ता, सेक्रेट्री, डी.एम.सी.एंड.एच. मैनेजिंग सोसायटी, सुदेश कुमार, कमाण्डेंट, आई.टी.बी.पी. 26 बटालियन तथा अन्य।



एस.बी.एस. नगर-नवांशहर(पंजाब)। ज्ञानचर्चा के पश्चात् पॉवर कॉर्पोरेशन लिमिटेड के डायरेक्टर ई.वी. मंसा राम परिहार को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. राम।



हमारे घर के पास एक डेरी वाला है। वह डेरी वाला ऐसा है कि आधा किलो घी में अगर घी 502 ग्राम तुल गया तो 2 ग्राम घी निकाल लेता था। एक बार मैं आधा किलो घी लेने गया। उसने मुझे 90 रुपये ज़्यादा दे दिये। मैंने कुछ देर सोचा और पैसे लेकर निकल लिया। मैंने मन में सोचा कि 2-2 ग्राम से तूने जितना बचाया था बच्चा, अब एक ही दिन में

बचा हुआ रोल टेबल पर रखा, जूस निकालने के लिए अपना मनपसंद काँच का गिलास उठाया, अरे यह क्या गिलास हाथ से फिसल कर टूट गया। मैंने हिसाब लगया, करीब-करीब सत्तर में से साठ रुपये का नुकसान हो चुका था। मैं बड़ा आश्चर्यचकित था। और अब सुनिये, ये भगवान तो मेरे पीछे ही पड़ गया, जब कल शाम को सुभिक्षा वाले ने मुझे तीस

क्या भगवान हमें देख रहा है?

निकल गया।

मैंने घर आकर अपनी गृहलक्ष्मी को कुछ नहीं बताया और घी दे दिया। उसने जैसे ही घी डिब्बे में पलटा आधा घी बिखर गया, मुझे झट से 'बेटा चोरी का माल मोरी में' वाली कहावत याद आ गयी और साहब यकीन मानिये वो घी किचन की सिंक में ही गिरा था। इस वाक्य को कई महीने बीत गये थे। परसो शाम को मैं वेज रोल लेने गया, उसने भी मुझे सत्तर रुपये ज़्यादा दे दिये, मैंने मन ही मन सोचा, चलो बेटा आज फिर चेक करते हैं कि क्या वाकई भगवान हमें देखता है! मैंने रोल पैक कराये और पैसे लेकर निकल लिया।

आश्चर्य तब हुआ जब एक रोल अचानक रास्ते में ही गिर गया, घर पहुँचा,

रुपये ज़्यादा दे दिये। मैंने अपनी धर्म-पत्नी से पूछा क्या कहती हो एक ट्राई और मारें? उन्होंने मुस्कराते हुए कहा जी नहीं, और हमने पैसे वापस कर दिये। बाहर आकर हमारी धर्म-पत्नी जी ने कहा जैसे एक ट्राई और मारनी चाहिए थी। कहना ही था कि उन्हें एक ठोकर लगी और वह गिरते-गिरते बचीं। मैं सोच में पड़ गया कि क्या वाकई भगवान हमें देख रहा है! हाँ भगवान हमें देख रहा है, हम बहुत सी जगह पोस्टर लगे देखते हैं, आप कैमरे की नज़र में हैं। पर याद रखना हम हर क्षण, पल, प्रतिपल उसकी नज़र में हैं। वो हर पल गलत कार्य करने से पहले और बाद में भी हमें आगाह करता है। लेकिन यह समझना, न समझना हमारे विवेक पर निर्भर करता है।



किसी राजा के पास एक बकरा था। एक बार उसने ऐलान किया कि जो कोई इस बकरे को जंगल में चराकर तृप्त करेगा, मैं उसे आधा राज्य दे दूंगा। किंतु बकरे का पेट पूरा भरा है या नहीं इसकी

परीक्षा मैं खुद करूंगा। इस ऐलान को सुनकर एक मनुष्य राजा के पास आकर कहने लगा कि बकरा चराना कोई बड़ी बात नहीं है।

वह बकरे को लेकर जंगल में गया और

सारे दिन उसे घास चराता रहा,

शाम तक उसने बकरे को खूब घास खिलाई और फिर सोचा कि सारे दिन इसने इतनी घास खाई है, अब तो इसका पेट भर गया होगा तो अब इसको राजा के पास ले चलूँ। बकरे के साथ वह राजा के पास गया, राजा ने थोड़ी सी हरी घास बकरे के सामने रखी तो बकरा उसे खाने लगा। इस पर राजा ने उस मनुष्य से कहा कि तूने उसे पेट भर खिलाया ही नहीं वर्ना वह घास क्यों खाने लगता।

बहुत लोगों ने बकरे का पेट भरने का प्रयत्न किया किंतु ज्यों ही दरबार में उसके सामने घास डाली जाती तो वह फिर से खाने लगता। एक विद्वान ब्राह्मण ने सोचा कि इस ऐलान का कोई तो रहस्य है, तत्व है, मैं युक्ति से काम लूँगा। वह बकरे को चराने के लिए ले

गया। जब भी बकरा घास खाने के लिए जाता तो वह उसे लकड़ी से मारता, सारे दिन में ऐसा कई बार हुआ।

अंत में बकरे ने सोचा कि यदि मैं घास खाने का प्रयत्न करूँगा, तो मार खानी पड़ेगी। शाम को वह ब्राह्मण बकरे को लेकर राजदरबार में लौटा। बकरे को तो उसने बिल्कुल घास नहीं खिलाई थी, फिर भी राजा से कहा मैंने इसको भरपेट खिलाया है। अतः यह अब बिल्कुल घास नहीं खायेगा, लो

पेट भरता ही नहीं....!

लीजिये परीक्षा। राजा ने

घास डाली लेकिन उस बकरे ने उसे खाया तो क्या, देखा या सूँघा तक नहीं। बकरे के मन में यह बात बैठ गयी थी कि अगर घास खाऊँगा तो मार पड़ेगी।

अतः उसने घास नहीं खाई। मित्रों, यह बकरा हमारा मन ही है और बकरे को घास चराने ले जाने वाला ब्राह्मण आत्मा है। राजा परमात्मा है। मन को मारो नहीं, मन पर अंकुश रखो। मन सुधरेगा तो जीवन भी सुधरेगा। अतः मन को विवेक रूपी लकड़ी से रोज़ पीटो। कमाई छोटी या बड़ी हो सकती है। पर रोटी की साइज़ लगभग सब घर में एक जैसी ही होती है। बहुत सुन्दर सन्देश अगर आप किसी को छोटा देख रहे हो, तो आप उसे या तो दूर से देख रहे हो, या अपने गुरूर से देख रहे हो।



अमेरिका-सिलिकॉन वैली। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सैन्टा क्लारा कन्वेंशन सेंटर में इंडिया पोस्ट तथा सिलिकॉन वैली की अन्य संस्थाओं के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित त्रिदिवसीय 'इंडो-अमेरिकन वेलनेस कन्वेलव एंड एक्जीविशन' में शरीक हुए काउंसिल जनरल वेंकटेशन अशोक, सैन फ्रान्सिस्को काउंसिलेट, ब्र.कु. कुसुम, डायरेक्टर, ब्रह्माकुमारीज़, सिलिकॉन वैली, ऐश कालरा, एसेम्बली मेम्बर तथा राजनीति एवं अन्य संस्थाओं से जुड़े गणमान्य लोग।



बरेली-सिविल लाइन्स (उ.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए रेलवे मजिस्ट्रेट सुशील कुमार, टाइम्स ऑफ इंडिया की जोनल हेड आरोही शर्मा, ब्र.कु. नीता, डॉ. अतुल कुमार वर्मा, गोपाल अग्रवाल तथा अन्य।



औरैया-उ.प्र.। गेल गांव दिव्यापुर में गेल परिवार के साथ योग दिवस कार्यक्रम के पश्चात् एम.वी. रवि सोम स्वरूडु, कार्यकारी निदेशक, गेल इंडिया लि., पाता ब.कु. कृष्णा तथा ब्र.कु. रिया को मोमेन्टो भेंट कर सम्मानित करते हुए।



भदोही-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए विधायक रविन्द्र नाथ त्रिपाठी। साथ हैं जिलाधिकारी राजेन्द्र प्रसाद, मुख्य विकास अधिकारी हरि शंकर सिंह, उप जिलाधिकारी, ब्र.कु. विजयलक्ष्मी तथा ब्र.कु. ब्रजेश।



भरतपुर-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ की सिक्वोरिटी सर्विस विंग द्वारा एस.पी. ऑफिस में 'तनाव मुक्त जीवन' विषय पर आयोजित सेमिनार में तनाव मुक्ति के टिप्स देते हुए राजयोग प्रशिक्षक ब्र.कु. संजीव। कार्यक्रम में शरीक हुए एडिशनल एस.पी. सुरेश खींचो, ब्र.कु. बबिता, ब्र.कु. जयश्री, दिल्ली, डेप्युटी एस.पी. आवर्धन रत्नू तथा अन्य अधिकारी गण।



गोपालगंज-बिहार। योग दिवस के अवसर पर जेल में आयोजित योग प्रशिक्षण कार्यक्रम में उपस्थित हैं जेल सुपरिन्टेंडेंट संदीप कुमार, ब्र.कु. अंगूर, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. राज किशोर तथा योगाभ्यास करते हुए कैदी भाई।

रेगिस्तान के बीच बसे एक शहर में फलों की बहुत कमी थी। भगवान ने अपने दूत को भेजा कि जाओ और लोगों से कह दो कि हो सके तो वो एक दिन में बस एक ही फल खाएं। सभी लोग ऐसा ही करने लगे।

पीढ़ी दर पीढ़ी ऐसा ही होता चला आया और वहाँ का पर्यावरण संरक्षित हो गया। चूँकि बचे हुए फलों के बीजों से और भी पेड़ निकल आते, कुछ दशकों में ही पूरा शहर हरा-भरा हो गया। अब वहाँ फलों की कोई कमी नहीं थी, लेकिन अभी भी लोग एक दिन में बस एक ही फल खाने का पुराना रिवाज़ मानते थे। वे अपने पुर्वजों द्वारा दी गयी नसीहत के प्रति अभी

भी वफादार थे। दूसरे शहर वाले उनसे बचे हुए फलों को देने का आग्रह करते, पर उन्हें लौटा दिया जाता। नतीजन टनों-टन फल बर्बाद हो जाते और सड़कों पर इधर-उधर बिखरे पड़े रहते।

बदलें समय के साथ

भगवान ने एक और दूत को बुलाया और कहा, जाओ नगर वासियों से कह दो कि वो अब जितना चाहें उतने फल खायें और बचे हुए फलों को बाकी शहरों को दे दें। दूत यही सन्देश लेकर शहर पहुँचा, लेकिन उसे पत्थरों से मारा गया और शहर से दूर

भगा दिया गया। लोगों के दिलों-दिमाग में पुरानी बात इतनी बैठ चुकी थी कि उससे अलग वो किसी भी बात को मानने के लिए तैयार नहीं थे। पर समय के साथ कुछ युवा सोच वाले लोग पुराने रिवाजों के खिलाफ आवाज़ उठाने लगे, लेकिन इतनी पुरानी परंपरा को छोड़ना आसान न था इसलिए इन लोगों ने अपना धर्म ही छोड़ दिया और बचे हुए फलों को दूसरों में बांटने लगे। कुछ सालों में बस वो ही लोग धर्म को मानने वाले बचे जो खुद को संत मानते थे लेकिन हकीकत में वे ये नहीं देख पा रहे थे कि दुनिया कैसे बदलती है और कैसे खुद को समय के साथ बदल लेना चाहिए।



चीन-ग्वांगझोउ। चाइना-इंडिया कल्चरल एक्सचेंज सेंटर तथा काउंसिलेट जनरल ऑफ इंडिया के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम में राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराने के पश्चात् मंच पर ब्र.कु. सपना, सिटी मेयर तथा अन्य संस्थाओं के प्रतिनिधि एवं अधिकारीगण।



8

अगस्त-I-2018



ओम शान्ति मीडिया



रशिया-सेंट पीटर्सबर्ग। कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए कार्डियोलॉजिस्ट ब्र.कु. डॉ. सतीश गुप्ता, मा.आबू, इंडिया। साथ हैं दीपक मिगलानी, काउंसिल जनरल ऑफ इंडिया इन सेंट पीटर्सबर्ग तथा रशिया के ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों की निदेशिका ब्र.कु. संतोष।



मलेशिया-कुआला लम्पूर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा ब्रिकफील्ड्स के कांदिहॉल में आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. राज दीदी, नेपाल। साथ हैं ब्र.कु. मीरा। कार्यक्रम में शरीक हुए मृदुल कुमार, इंडियन हाई कमिश्नर इन मलेशिया, दातो लेचुमनन रामथा तथा मलेशिया के विभिन्न संस्थाओं के प्रतिनिधिगण।



टेक्सास। ब्रह्माकुमारीज के भाई बहनों के लिए तपस्या धाम मेडिटेशन होम, पाइलट पॉइन्ट में रिट्रीट के आयोजन परचात् समूह चित्र में राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. भारती, गुज. तथा अन्य।



नवरंगपुर-ओडिशा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में उपस्थित हैं बायें से ब्र.कु. स्वाती, एडिशनल कलेक्टर मधुसूदन माझी, ब्र.कु. नीलम, एडिशनल पी.डी. रत्नाकर साहू, आर.एंड.बी. के एक्जीक्यूटिव इंजीनियर प्रदीप कुमार समल तथा ब्र.कु. नमिता।



मैनपुरी-उ.प्र.। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान एस.बी.आई. के मैनेजर सुरेन्द्र सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अवन्ती। साथ हैं नरेन्द्र सिंह राठौर तथा अन्य।



नेपाल-जोमसोम। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित 'योग साधना तथा सांस्कृतिक शिविर' का उद्घाटन करते हुए प्रमुख जिला अधिकारी शिशिर पौडेल, जिला समन्वय समिति के उप-सभापति राजेन्द्र शेरचन, स्थानीय समन्वय अधिकारी केशव बिमली, नेपाली सेना के प्रमुख सेनानी अमरसिंह थापा, जिला आयुर्वेद स्वास्थ्य केन्द्र के प्रमुख डॉ. उमेश दास, पतंजलि योगपीठ के संयोजक कमला लालचन, ब्र.कु. कृष्ण तथा अन्य।

पात्र देखकर ही दान करो

गतांक से आगे... तो उस समय साढ़े पाँच हो गए। अब निकलने लगे तो जो बहन हमारे साथ थी वो कहने लगी कि बहन जी अब अगर आश्रम जायेंगे और फिर उनके घर जायेंगे तो रास्ता भी लंबा है और ट्राफिक का समय शुरू हो गया है (उस समय में फ्लाई ओवर नहीं थे), अगर ट्राफिक जाम में फंस गए तो सात बजे भी फिर पहुंच नहीं पायेंगे। तो हमने कहा कि फिर क्या करना चाहिए? तो कहा कि यहाँ से ही सीधा चलते हैं। हमने पूछा कि यहाँ से



-ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

कितनी देर लगेगी? तो कहा बस दस मिनट का रास्ता है। हमने कहा कि फिर तो हम बहुत जल्दी पहुंच जायेंगे। कहा कोई बात नहीं वो लोग बहुत अच्छे लोग हैं। अगर जल्दी भी पहुंच गए तो वो माइण्ड नहीं करेंगे। हमने कहा ठीक है चलो। छः बजे तो हम पहुंच गए। अब उन्होंने इतना जल्दी हमें एक्सपेक्ट नहीं किया था कि एक घंटा पहले आयेगे। जब हम पहुंचे तो सारा परिवार बैठकर टी.वी. देख रहा था। अब हमको जैसे ही देखा तो मात-पिता ने बच्चों को इशारा किया कि टी.वी. बंद करो। तो बच्चों ने इशारा किया कि हम बंद करने वाले नहीं हैं। अब आजकल की दुनिया में तो बच्चों का ज़्यादा सुनना पड़ता है। माँ-बाप ने कहा अच्छा आवाज़ को धीमा कर दो। बच्चों ने मान लिया और आवाज़ को धीमा कर दिया। अब वहीं बैठना था और वहीं उनका टी.वी. चल रहा था। उनका आवाज़ कम

कराया और यहाँ माँ-बाप हमसे बात करने लगे। कैसा रहा प्रोग्राम? क्या हुआ? आदि पूछने लगे। अब ज़रूर है कि बच्चों को डिस्टर्ब तो होगा। क्योंकि जो सीरियल चल रही थी, उसमें डिस्टर्ब हो रहा था। हम लोग बात कर रहे थे, तो उनका जो सबसे छोटा वाला बेटा था, बारह पंद्रह साल के बीच का होगा, वह आकर मुझे कहने लगा दीदी

प्लीज़, डोंट माइण्ड लेकिन आप थोड़ा साइलेंस रहेंगे ना तो बहुत अच्छा रहेगा। बड़ी सभ्यता के साथ उसने मुझे कहा। मुझे भी हंसी आ

गई। लेकिन फिर वो अपना जस्टीफिकेशन देने लगा कि ऐसा है कि ये सीरियल बहुत अच्छा है। हम उसको मिस करना नहीं चाहते। क्योंकि आज उसका लास्ट एपीसोड है। आज के एपीसोड में कई ससपेन्स खुलने वाले हैं। मैंने सोचा अच्छी बात है, देखें तो सही क्या ससपेन्स होता है। जैसे ही मैंने देखा तो लगा कि एक दृश्य का दूसरे दृश्य से कोई सम्बंध नहीं था। लेकिन पता नहीं ऐसा क्या ससपेन्स खुलता था। उसी में वो खुश हो जाते थे। बहुत खुश होकर के कहते थे वाह! बहुत अच्छा। क्या अच्छा दिखाया, हमें समझ में नहीं आया। लेकिन पता नहीं क्या उनको बहुत अच्छा लगता था। बड़े खुश हो रहे थे। आखिर जब अंत हुई तो उसमें भी कोई खास बात नहीं थी, लेकिन फिर भी वो बहुत खुश हो गए कि बहुत अच्छा अंत दिखाया। - क्रमशः



ख्यालों के आईने में...

असंभव!

इस दुनिया में असंभव कुछ भी नहीं। हम वो सब कुछ कर सकते हैं, जो हम सोच सकते हैं और हम वो सब सोच सकते हैं, जो आज तक हमने नहीं सोचा।

गलतियां!

अगर आप समय पर अपनी गलतियों को स्वीकार नहीं करते हैं तो आप एक और गलती कर बैठते हैं। आप अपनी गलतियों से तभी सीख सकते हैं, जब आप अपनी गलतियों को स्वीकार करते हैं।



दिल्ली-लोधी रोड। इरेडा, भारत सरकार में 'प्रकृति से सामंजस्य' विषयक संगोष्ठी के उपरांत समूह चित्र में पी.श्रीनिवासन, महाप्रबंधक, ब्र.कु. पीयूष, ब्र.कु. दीपिका तथा अन्य।





पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

मानसिक बल एक महत्वपूर्ण शक्ति है। इस धरती पर जो कुछ हम देख रहे हैं, वह सब मानसिक शक्ति का पसारा है। मानसिक बल सभी मनुष्यों में होता है। मानसिक बल हीनता एवं महानता दोनों व्यक्ति के स्वभाव में है। मानसिक बल को विकसित करने के लिये पहले छोटे-छोटे लक्ष्य बनाओ। B.A करना, M.A करना, Ph.D करना। बड़े लक्ष्य बना लेने पर सफलता न मिलने से हताश हो जाते हैं। प्रायः लोग अपने से बड़े, आस-पड़ोस और उस समाज के व्यक्तियों के आचरण का ही अनुसरण करते रहते हैं और उतने ही क्षेत्र में विचार उठते रहते हैं। इससे मनुष्य के जीवन में कोई विशेषता नहीं आती। मन को संकल्प पूर्वक किसी एक कार्य में लगा दें, तो उसमें समुद्री ज्वारभाटा की तरह इतनी शक्ति आ जाती है कि वह असम्भव कार्य कर जाता है। मन में उठने वाली इन विचार तरंगों को नियंत्रण में रखो। निरंतर उठने वाले अच्छे व बुरे विचार जैसे भी होंगे, वैसे ही तत्व वह सूक्ष्म जगत से आकर्षित करते रहेंगे। यदि कुविचारों में ही मन रस लेता रहे तो बुरा स्वभाव पक्का हो जायेगा। मनुष्य अपना नैतिक पतन तो करता ही है, औरों का भी पथ भ्रष्ट करने के निमित्त बन जाता है। जगत के सम्पर्क में रहने से वासना

एवं तृष्णा का उठना स्वाभाविक है। मन को स्थूल भोगों में ही अधिक सुख मिलता है। इन हीन विचारों के कारण मन

मन को संकल्प पूर्वक किसी एक कार्य में लगा दें, तो उसमें समुद्री ज्वारभाटा की तरह इतनी शक्ति आ जाती है कि वह असम्भव कार्य कर जाता है।



चंचलता, अस्थिरता में फँसा रहता है। इस उलझन में न भौतिक उन्नति होती है न आध्यात्मिक। अनियंत्रित मन अभी खाना, अभी पानी, अभी घर, अभी दुकान, अभी रेल, अभी मोटर सब बातें एक साथ करना चाहता है। ये सब प्रलोभन है। बुरा मन असंख्य धन, कभी विद्वान, कभी पहलवान, कभी नेता, कभी योग भोगने की योजनाएं

बनाता है। मन को प्रलोभनों की ओर झुकने न दिया जाये। मन को एक ही लक्ष्य की ओर प्रेरित करने से महानता विकसित होने लगती है। निराशा, चंचलता, ईर्ष्या, द्वेष, कुहन, चिड़चिड़ापन आदि से मानसिक शक्तियों का पतन होता है। मित्रों, मन को वश में करने के लिये उसे निरंतर सकारात्मकता से भरे पावरफुल विचारों में रखो। मन में ज्यादातर वही इच्छाएं उठती हैं जो तत्काल या अल्पकाल सुख देती हैं। जितना सुख-साधनों का चिंतन करते हैं, उससे ज्यादा अध्यात्म चिंतन करो। सदा अच्छे चिंतन में मन को लगाये रखो। मन एक अजीब भूत है। अपनी कल्पना के सहारे आकाश-पाताल और लोक लोकांतर में उड़ता रहता है। इसे निरंतर कार्य में लगाये रखें। तभी यह कमाल कर सकता है। कभी भी किसी को अभागा, चोर, आलसी नहीं कहो। सदा उन्हें अच्छे सम्बोधनों से पुकारो। हर व्यक्ति एक दूसरे से कुछ चाहता है। वह इस आशय से मैत्री करता है कि इससे कुछ मिलेगा। अगर कुछ नहीं मिलता तो लोग साथ छोड़ जाते हैं। सदा दूसरों को प्यार दो, उत्साह दो, मान दो, सम्मान दो, शुभ भाव दो। शक्तिशाली विचार दो। ईश्वरीय सकाश दो।



दिल्ली-मंडावली। सेवाकेन्द्र में आने पर उप मुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुनीता तथा ब्र.कु. जगरूप।



ज्ञानसरोवर। ब्रह्माकुमारीज के ग्राम विकास प्रभाग द्वारा आयोजित 'ज्ञान-विज्ञान का प्रकाश परम्परागत कृषि और ग्राम विकास' विषयक सम्मेलन में दीप प्रज्वलित करते हुए सदाभाऊ खोत, कृषि, बागवानी एवं विपणन राज्यमंत्री, महा., संतोष जोशी, उपाध्यक्ष, मध्य प्रदेश गौपालन और पशु संवर्धन बोर्ड, भोपाल, डॉ. ए.के. मिश्रा, कुलपति, जी.बी.पंत यूनिवर्सिटी ऑफ एग्रिकल्चर एंड टेक्नोलॉजी, पंतनगर, ब्र.कु. करुणा, ब्र.कु. राजू, ब्र.कु. बद्री विशाल, असिस्टेंट डायरेक्टर, ब्र.कु. डॉ. निर्मला, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. सरला, ब्र.कु. तृप्ति तथा अन्य।



सिरसागंज-उ.प्र.। 'जीवन का आधार श्रीमद्भगवद् गीता का सार' कार्यक्रम के उद्घाटन पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीताजलि, ब्र.कु. अबन्ती तथा अन्य।



सिवान-बिहार। ज्ञानचर्चा के पश्चात् जे.पी. युनिवर्सिटी के कुलपति हरिकेश सिंह को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका एवं ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु. सुधा, ब्र.कु. गायत्री, तथा ब्र.कु. रिन्की।



भीलवाड़ा-राज.। ईद के अवसर पर जमात-ए-इस्लामी हिंद द्वारा आयोजित सद्भावना समारोह में संदेश देते हुए ब्र.कु. इन्द्रा। मंचासीन पूर्व नगर परिषद सभापति ओम नारानीवाल, कवि रशीद निर्मोही, समाज सेवक भंवर मेघवंशी, जयपुर मानव संसाधन प्रदेश सहसचिव नासिर हसन, संत गोपाल दास, केंद्रीय सलाहकार समिति दिल्ली के सदस्य मुसददिक मुदीन, फादर माईकल जी व ब्र.कु. अनिता।



आगरा-ईदगाह। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर डॉ. बी.आर. अम्बेडकर विश्वविद्यालय में आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. अश्विना।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-21(2017-2018)

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 पेपर पर 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 विजेताओं की 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 बनीए 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

- लेखा-जोखा, आय-व्यय का चिंता (3)
- ब्योरा (3)
- मानचित्र, तस्वीर, चित्र (2)
- ...की भाषा जो समझे, चुप (2)
- दलील, बहस, वाद-विवाद (2)
- शरीर...है, आत्मा रथी है (2)
- जो भगवान में विश्वास न रखता क्या बात है, भगवान, परमात्मा (3)
- हो (3)
- विचार, सोच, मन का काम पूर्ण अभाव (3)
- है...करना (3)
- निरन्तर बाप को...करना है, योग (2)
- फिकर से... कींदा स्वामी,
- सभी को... बाप का परिचय
- देना है, एक संख्या (2)
- उलाहना, ग्लानि (4)
- घूस, उत्कोच (3)
- ...अपने साथ है डरने की
- ऋण चुकाने में असमर्थता,
- पुरुष, आदमी (2)
- दीवार, दीवाल (3)
- धरा, ज़मीन, धरनी (2)

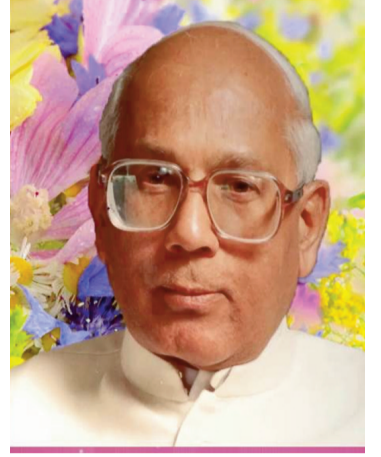
बायें से दायें

- आ...का एक कदम बढ़ा, साहस (3)
- जो ओटे सो... (3)
- मृत्यु, इन्तकाल (2)
- दोजक, जहनुम (2)
- भक्ति मार्ग के चार धाम में से एक (4)
- गरीब, भिखारी (2)
- मुखड़ा देख ले प्राणी ज़रा...में, आईना (3)
- माया के वशीभूत हो बच्चे बाप को भी...दे देते हैं (4)
- नई दुनिया में जाने का श्रेष्ठ ...रखना है, लत (2)
- प्रेमी, प्रेम करने वाला, दिल फेंक (3)
- महिमा, महत्व, अहंकार (3)
- कपास, तूल (2)
- बचपन के...भुला न देना, दिवस (2)
- अगर, जो (2)
- बीता हुआ, अतीत (2)
- हमला, आक्रमण (2)
- लोहे का गोलाकार छोटा छिछला टुकड़ा, रोटी पकाने का साधन (2)
- माया ने तुम्हारी बुद्धि को गाँडरेज का...लगा दिया था (2)

- ब्र.कु. राजेश, शांतिवन

योग को अपना नैचुरल जीवन बनाओ

-ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा



जिस पर सब चप्पल-जूते पहनकर घूमते हैं। उनको उसकी परवाह नहीं, बसउनकानाम चाहिए। दान करेंगे जरूर लेकिन उसके बदले में उनको नाम चाहिए, महिमा चाहिए। जो असुर थे उन्होंने समझा कि दो अर्थात् दूसरों को दुःख दो, तंग करो। इस दुनिया में ठीक तरह से जीना है तो लोगों को डरा कर, धमका कर चलो। वरना वे तुम्हारे सिर पर चढ़ जायेंगे, तुम्हारा जीना मुश्किल कर देंगे। खूब लोगों को डराओ और धमकाओ। उनको अपने काबू में करके रखो, दाह - दूसरों को कष्ट दो। ये हैं असुर। इस प्रकार, कथाकारों ने रोचक कथायें बना दी हैं मनोरंजन के लिए। ऐसी कहानियों से शिक्षा मिलती है कि मनुष्य के मन में बड़े ऊँचे, उपकार करने वाले विचार भी होते हैं और स्वार्थपूरित विचार भी, साथ ही दूसरों को दुःख देने वाले राक्षसी विचार भी होते हैं। परमात्मा ने हमें कितने ऊँचे विचार दिये हैं! बाप समान बनो। पहले-पहले बाबा कहा करते थे कि आप समान बनाओ। फिर कहने लगे, बच्चे, तुम भी बाप समान बनो और दूसरों को भी बाप समान बनाओ। फॉलो फादर। देखिये कितना ऊँचा लक्ष्य दिया है परमात्मा ने! लोग समझते हैं, हम कहाँ, भगवान कहाँ! हम किस बाग की मूली हैं! हम क्या बन सकते हैं! छोड़ दो इन बातों को। सन्त-महात्मा, ऋषि-मुनि कोई भगवान समान नहीं बन सके। और हम! शकल तो देखो। लेकिन परमात्मा ने कहा, बन सकते हो। तुम मेरे बच्चे हो। जैसे बाप होता है वैसा बच्चा। 'माँ पर पूँछ, पिता पर घोड़ा। बहुत नहीं तो थोड़ा-थोड़ा।' बच्चा, माँ या बाप पर मिलता-जुलता होता है। हम भी उस अविनाशी परमात्मा पिता (बाप) की सन्तान हैं, तो हमारे में भी उनके गुण आ सकते हैं; आयेंगे जरूर। बस इसके लिए हमें पुरुषार्थ करना पड़ेगा।

गतांक से आगे...

योगी वह है जो जुड़ा हुआ है। अगर जुड़ा नहीं तो योग नहीं। योग माना ही जुड़े रहना। जैसे आपके पास मोबाइल है, मोबाइल का बैटरी से जुड़ाव है, तब तो वो कार्य करता है, लेकिन यदि ना-जुड़ाव है, तो वो कार्य नहीं करता। वैसे ही आज अगर हम योगी जीवन जीते हैं, तो हमारा परम शक्ति से जुड़ाव बना रहे, तो ही हम योगी हैं। कई बार चलते-चलते ऐसे नासूर विचार हमारे मन पर अतिक्रमण करते हैं, जैसे कि इतने ऋषि मुनियों ने हजारों वर्ष तपस्या की, लेकिन वो भगवान तक नहीं पहुँच सके, तो हम कौन से खेत की मूली हैं! परंतु यहाँ परमात्मा ने हमें जो सिखाया है, योगी जीवन माना जैसा बाप वैसा बच्चा। परमात्मा ने कहा तुम मेरे बच्चे हो, तो आप भी मेरे जैसे बन ही सकते हो ना! जो ये हिम्मत रख जीवन जीते हैं, वे ही योगी हैं। इस तरह से हम योग को नैचुरल बनायें।

'योगी' शब्द वहाँ सार्थक है, उस व्यक्ति पर लागू होता है जो सदा योग में स्थित है, जिसका योग नैचुरल है। बात कर रहे हैं या बात सुन रहे हैं, बात करते-करते, सुनते-सुनते हमारा योग टूट गया, तो योग बच्चा है। वो योग नहीं है। हम जो योग भट्टी करते हैं इसका एक लाभ यह भी होना चाहिए कि भट्टी के बाद अपने-अपने स्थान पर जाने के बाद यह देखो कि जब मैं भट्टी में था, उस समय जो मेरी स्टेज थी, जो अनुभव मुझे हो रहे थे, वो स्टेज यहाँ भी है? वो अनुभव यहाँ भी होते हैं? क्लास से उठा, बस खत्म। जैसे भक्तिमार्ग के सत्संगों के लिए यह बात मशहूर है कि सुनते हैं और जब उठते हैं तो वहाँ की वहाँ रही। वो झोली झाड़ के जाते हैं। कहते हैं, साथ में काहे को ले जाना, हम तो गृहस्थी लोग हैं। ऐसा तो नहीं है ना कि आप भी योग

की भट्टी कर रहे थे और वहाँ की वहाँ ही झाड़ के वापिस आ गये? नहीं। यह ध्यान दो कि धीरे-धीरे अपनी सम्पूर्ण स्टेज बनानी है। क्योंकि यहाँ जो हमारी स्टेज बनेगी, उसके आधार पर हमारा भविष्य है। सतयुग में थोड़े ही स्टेज बनाना होता है। वहाँ तो प्रालम्ब है। संगम में किये हुए पुरुषार्थ का फल है।

बहुत लोग योग लगाते हैं, भट्टी करते हैं। बहुत अच्छा योग लगाते हैं। भट्टी में बहुत अच्छे बैठते हैं। अमृतवेले दो बजे, ढाई बजे उठकर योग करते हैं। आप देखेंगे तो आपको भी लगेगा कि यह व्यक्ति योग में स्थिर है। लेकिन कोई भी थोड़ी-सी बात होती है तो भड़क जाते हैं, क्रोध में आ जाते हैं। योग टूट जाता है। योग की परीक्षा तो आती ही है। जैसे आदमी बीमार हो जाता है तो उसका बल्ड टेस्ट (रक्त परीक्षण) करते हैं। उसी प्रकार, योग वाले का भी टेस्ट होता रहता है अलग-अलग तरह से। मैंने

देखा, कई लोगों को फीलिंग (महसूसता) बहुत जल्दी आती है। मन में नफरत को, दुश्मनी को इतना रख लेते हैं जो हमें आश्चर्य होता है कि ये तो इतना योग लगाते हैं, अच्छे योगी हैं फिर भी ऐसा करते हैं। यह क्या विडम्बना है? ये ऐसा क्यों करते हैं? क्योंकि उनका योग नैचुरल नहीं है। करते हैं तो जम कर करते हैं और जब छोड़ देते हैं तो छोड़ ही देते हैं। ऐसा नहीं करो। योग को अपना नैचुरल जीवन बनाओ।

योगी सदा दूसरों का भला सोचता है। दूसरी बात है कि 'योग' का अर्थ समझते हैं कि योग माना 'जोड़ना'। आपको मालूम है कि अंग्रेजी भाषा में कहते हैं- टू प्लस टू का टोटल फोर, हिन्दी में कहते हैं दो और दो का योग चार। वे दोनों मिले अर्थात् जुड़े। मिलने के बाद

अर्थात् जोड़ने के बाद क्या निकला? कुछ रिजल्ट (परिणाम) निकला। जोड़ माना योग, योग माना जोड़। इसीलिए कहते हैं, मन का नाता और तरफ से तोड़ एक ईश्वर से जोड़ - यह योग है। हमारा योग लगता है या नहीं लगता है उसका कारण यह होता है कि कई चीजें हमारे मन में रही हुई हैं। मन की गहराई बहुत है। वैज्ञानिक सागर के तल तक तो पहुँच गये, बड़े-बड़े सागरों की गहराई तो माप लिया, आकाश में तो उन्होंने रॉकेट को नेपच्यून, जुपिटर आदि तक भेजकर आसमान माप लिया। पूरा तो न मापा पाये।



आकाश तो बेअन्त है, उसको तो पूरा नहीं माप सकते। पहले ज़माने की भेंट में काफी ऊँचाई तक पहुँच गये हैं, जितना देख पाये माप लिया। यहाँ भी मन की गहराई माप लेना, उसकी ऊँचाई मालूम करना होता है। ऊँचाई माना मन में इतने अच्छे विचार उत्पन्न होंगे, इतने श्रेष्ठ विचार आयेंगे कि आदमी अपना जीवन भी न्यौछावर करने को तैयार होगा। अपना स्वार्थ ज़रा भी नहीं होगा, बस, दूसरे लोग खुश रहें।

“सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः।

सर्वे भद्राणि पश्यन्तु, माकश्चिद् दुःखभाग् भवेत्।।”

सब खुश हों, किसी को दुःख न हो। किसी का दुःख मुझसे देखा नहीं जाता। सब निरोगी हों, सब समृद्ध हों, सब सुखी हों। यह अच्छे मन वाले के मन का उद्गार है। जब मन की अच्छी स्थिति होती है

तब मन में ऐसे अच्छे विचार आते हैं। जब विचार गिरते-गिरते निकृष्ट हो जाते हैं तब आदमी स्वार्थी बन जाता है। पक्का स्वार्थी, पूरा स्वार्थी। 'दूसरा मरता है तो मरने दो। पैदा हुआ है तो उसको एक दिन मरना तो है ही। उसको आज ही मरने की भावी बनी है तो आज ही मरने दो, मुझे कोई परवाह नहीं,' उस व्यक्ति को कोई परवाह नहीं। यह एटीट्यूड (प्रवृत्ति) हो जाता है, ऐसे निकृष्ट विचार आ जाते हैं मनुष्य को। मनुष्य के विचार अति श्रेष्ठ, उच्च भी बन जाते हैं और अति निकृष्ट, नीच भी बन जाते हैं। इतना ऊपर कि वह भगवान

तक भी पहुँच जाता है, जहाँ कोई वैज्ञानिक आदि पहुँच नहीं सकता और नीच इतना कि असुर से भी बड़े असुर, असुरों का भी अधिपति, ऐसा महा असुर बन जाता है। सबको तंग करे, सबको परेशान करे। उसका नारा होता है - न जियो और न जीने दो। उसका काम होता है सबको तंग करना। कहते हैं, एक बार देवता, असुर और मनुष्य तीनों मिलकर प्रजापिता ब्रह्मा जी के पास गये और कहा, 'महाराज, आप जैसा बुद्धिमान और कोई नहीं। आप हमारे लिए कुछ उपदेश कीजिये, कोई शिक्षा हमें दीजिये।' तो ब्रह्मा जी ने कहा, 'दाह, दाह'। दाह माना दो। जो देवता थे उन्होंने समझा कि दो, दो, दूसरों को दो। अपना भी त्याग करके दूसरों को दो, महादानी बनो, वरदानी बनो। दो, दाह अर्थात् दान करो। जो मनुष्य थे उन्होंने सोचा कि दान-पुण्य भी करो भाई। ऐसा नहीं कि सिर्फ खा-पीकर खत्म कर दो। कुछ दान-पुण्य भी करो। किसी ने धर्मशाला बनवायी, किसी ने अस्पताल खोलने में मदद दी। लेकिन बोर्ड पर नाम लिखवा देंगे या फर्श पर अपना नाम गढ़वा देंगे।



सम्बलपुर-ओडिशा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं विधायिका डॉ. रासेश्वरी पाणिग्राहि, भूमि अधिग्रहण अधिकारी सितांशु त्रिपाठी, ब्र.कु. पार्वती, ब्र.कु. सुशीला तथा ब्र.कु. ज्योति।



डलास-फार्मर्स ब्रान्च। कार्यक्रम के दौरान 'सॉल्विंग इनर कॉन्फ्लिक्ट्स' विषय पर सम्बोधित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी।



वरेली-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर गांधी उद्यान पार्क में आयोजित कार्यक्रम में योग द्वारा प्रकृति में शांति एवं पवित्रता के वायब्रेशन्स फैलाते हुए ब्र.कु. पार्वती, ब्र.कु. नीता तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



बांधें स्व-रक्षा का सुरक्षा बंधन...



आपके लिए खुशखबरी है कि स्वयं परमात्मा हम सबकी सुरक्षा के लिए अपना कर्तव्य वर्तमान समय में कर रहे हैं। वो परमात्म ज्ञान रूपी संजीवनी बूटी से हमारे मन के मैल को मिटा रहे हैं। खुशियों से झोली भर रहे हैं। मन में नया उमंग उत्साह दिला रहे हैं। मानव को सुरक्षा प्रदान कर रहे हैं। इसलिए यही समय है वास्तव में सच्चा सच्चा रक्षाबंधन बांधने का।

रक्षाबंधन का त्यौहार श्रावण मास की पूर्णिमा को मनाया जाता है। भारतवासियों के लिए ये बहुत ही महत्वपूर्ण त्यौहार है। बहनें बड़े प्यार से इस त्यौहार का इंतजार करती हैं एवं इस दिन अपने भाइयों की कलाई पर रक्षा-सूत्र बांधती हैं जिसे राखी भी कहते हैं। मार्केट में सारी दुकानें राखियों से ऐसे सज जाती हैं जैसे कोई मेला लगा हो। रक्षाबंधन हिंदुओं के प्रमुख त्यौहारों में से एक है। कालांतर में रक्षाबंधन का पर्व

को भयभीत देखकर इंद्राणी ने उनके हाथों में रखासूत्र बांध दिया। इससे देवताओं का आत्मविश्वास बढ़ा और उन्होंने दानवों पर विजय प्राप्त की। तभी से राखी बांधने की प्रथा शुरू हुई। दूसरी मान्यता के अनुसार ऋषि-मुनियों के उपदेश की पूर्णाहुति इसी दिन होती थी। वो राजाओं के हाथों में रक्षासूत्र बांधते थे। इसलिए आज भी ब्राह्मण अपने यजमानों को राखी बांधते हैं। रक्षाबंधन का त्यौहार भाई-बहन के पवित्र

ये तो हुई सब परम्परा से चली आ रही धारणाओं व मान्यताओं की बातें। इसी आधार पर हम एक दूसरे को रक्षासूत्र बांधते आ रहे हैं, पर क्या आज ऐसा करने मात्र से हम एक दूसरे की रक्षा कर पा रहे हैं? आज के वातावरण में अगर देखें, समाचार पत्रों में देखें, तो कितनी ही घृणित घटनायें घटित हो रही हैं। बस इस गुत्थी को सुलझाने की दिशा में ही हम आपका ध्यान खिंचवाना चाहते हैं।

वास्तव में मनुष्य स्वयं में निहित मनोविकारों के वश होकर ऐसी घटनाएं करने के लिए प्रेरित हो जाता है। सिर्फ धागे बांधने से उसकी मनोवृत्ति में परिवर्तन नहीं लाया जा सकता। इसके लिए मन को शुद्ध करने की प्रक्रियाएं जैसे कि आध्यात्मिक ज्ञान के माध्यम से शुद्ध करना होगा। पर फिर एक सवाल खड़ा होता है कि आध्यात्मिकता का सही मायने में किसी को न तो पता है, ना उसकी विधि पता है, कि कैसे किया जाये। तो ऐसे में मनोवृत्तियों को शुद्ध करने के लिए परमात्म ज्ञान ही एक ऐसा माध्यम है, जिसके द्वारा इन विकृतियों से छुटकारा पाया जा सकता है। हम आपको खुशखबरी सुनाना चाहते हैं कि कालचक्र में अभी परमात्मा द्वारा मानव मन की दूषित वृत्तियों को परिवर्तन करने का समय पिछले आठ दशक से चल रहा है। तो आप भी चाहते हैं ना कि हमारे मन में शुद्ध और श्रेष्ठ भावनाएं बनी रहें? जिसके द्वारा हम अपनी स्वयं की भी सुरक्षा कर सकेंगे और दूसरों की भी। वास्तव में ये राखी पवित्रता का ही सूचक है। इस धागे में पवित्रता का भाव हो, तभी हम एक दूसरे की सुरक्षा कर पायेंगे। तो आइये, आप भी अपने मन को शुद्ध बनायें, स्वयं को भी सुरक्षित रखें और परिवार तथा समाज का सुरक्षा कवच बन उसे भी सुरक्षित बनायें।



राखी के नाम से जाना जाने लगा। राखी का त्यौहार कब से मनाया जा रहा है इसके बारे में कुछ स्पष्ट प्रमाण नहीं मिलता, लेकिन भविष्यपुराण की एक कथा में इसका एक उदाहरण अवश्य मिलता है। विष्णु ने वामन अवतार धारण कर बलि राजा के अभिमान को इसी दिन चकनाचूर किया था। इसलिए यह त्यौहार 'बलेव' नाम से भी प्रसिद्ध है। महाराष्ट्र राज्य में नारियल पूर्णिमा या श्रावणी के नाम से यह त्यौहार विख्यात है। इस दिन लोग नदी या समुद्र के तट पर जाकर अपने जनेऊ बदलते हैं और समुद्र की पूजा करते हैं।

रक्षाबंधन के संबंध में एक अन्य पौराणिक कथा भी प्रसिद्ध है। देवों और दानवों के युद्ध में जब देवता हारने लगे, तब वे देवराज इंद्र के पास गए। देवताओं

प्रेम का प्रतीक है। इस दिन बहन अपने भाई को प्यार से राखी बांधती है और उसके लिए अनेक शुभकामनाएं करती है। भाई अपनी बहन को यथा शक्ति उपहार देता है। बीते हुए बचपन की झूमती हुई याद दिलाता है। राखी के इन धागों ने अनेक कुरबानियाँ कराई हैं। चित्तौड़ की राजमाता कर्मवती ने मुगल बादशाह हुमायूँ को राखी भेजकर अपना भाई बनाया था और वह भी संकट के समय बहन कर्मवती की रक्षा के लिए चित्तौड़ आ पहुँचा था। आजकल तो बहन भाई को राखी बांध देती है और भाई बहन को कुछ उपहार देकर अपना कर्तव्य पूरा कर लेता है। लोग इस बात को भूल गए हैं कि राखी के धागों का संबंध मन की पवित्र भावनाओं से है।



लखनऊ-उ.प्र.। आयुष विभाग, उ.प्र. सरकार द्वारा योग पखवाड़ा के समापन पर विभिन्न संस्थाओं द्वारा योग कार्यक्रमों में बहुमूल्य योगदानों हेतु आयोजित सम्मान समारोह में ब्रह्माकुमारीज को भी सम्मानित किया गया। इस अवसर पर उपमुख्यमंत्री डॉ. दिनेश शर्मा द्वारा सर्टिफिकेट प्राप्त करते हुए ब.कु. राधा तथा ब.कु. मंजू। साथ हैं डॉ. धरम सिंह सैनी, राज्यमंत्री, आयुष विभाग, मेयर संयुक्ता भाटिया तथा अन्य गणमान्य लोग।



डालटनगंज-झारखण्ड। नवनिर्वाचित महापौर अरुणा शंकर को गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब.कु. रजनी।



राँची-झारखण्ड। मातेश्वरी जगदम्बा की पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए बायें से ब.कु. प्रदीप, राजकुमार जी, प्रेसीडेंट, राँची सी.एस. एसोसिएशन, ब.कु. शीला, ब.कु. निर्मला, जंग बहादुर पाण्डेय, पी.जी. डिपार्टमेंट ऑफ हिन्दु, आर.यू. तथा देवशंकर जी, असिस्टेंट डायरेक्टर जनरल, यू.आई.डी., आधार।



टूडला-रामनगर(उ.प्र.)। अनिल प्रताप सिंह, चेयरमैन, बार काउंसिल उ.प्र. को ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देते हुए ब.कु. विजय बहन तथा अन्य ब.कु. बहनें।



भादरा-राज.। राजकीय उच्च माध्यमिक बालिका विद्यालय में 'अन्नपूर्णा दूध योजना' के तहत ब्रह्माकुमारीज को आमंत्रित किये जाने पर बालिका को गिलास से दूध पिलाते हुए ब.कु. भगवती। साथ हैं प्रिन्सिपल सुनीता बेनिवाल, सरपंच ममता सिहाग, भामाशाह हुक्मीचंद तथा डॉ. नरेश।



धर्मशाला-हि.प्र.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर लायन्स भवन में आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए कर्नल गोपाल सिंह तथा ब्रह्माकुमारी बहनें।



चुनार-उ.प्र.। पडरी सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में केन्द्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण राज्यमंत्री व सांसद अनुप्रिया पटेल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. कुसुम। साथ हैं ब.कु. तारा, ब.कु. बीनू व ब.कु. सुनीता।

