



गोल्डन जुबली में शरीक हुए राज्यपाल महोदय

आदि संस्कृति से संस्कारित करती ब्रह्माकुमारीज

राजकोट-गुज. राजकोट में ईश्वरीय सेवाओं की गोल्डन जुबली के निमित्त आयोजित सम्मान समारोह में कर्नाटक के

भी श्रेष्ठ बनाना चाहिए। उन्होंने कहा कि भारती दीदी ने राजकोट और विश्व के लिए सेवा करते हुए सेवा के 50 साल पूरे किये



राज्यपाल वजुभाई वाला के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. भारती दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. मृत्युंजय, ब्र.कु. अमर बहन व ब्र.कु. नेहा बहन।

राज्यपाल वजुभाई वाला ने कहा कि भारतीय संस्कृति में त्याग, तपस्या करने वालों का सम्मान होता है। पैसों का महत्व नहीं, गुणवानों का सम्मान होता है। ब्रह्माकुमारीज का काम है सुसंस्कारों से सुसज्जित करना। ये कोई आम विद्यालय नहीं, बल्कि यह विश्व विद्यालय है, जहाँ कोई हिन्दू, मुसलमान नहीं है, बल्कि सब ईश्वर की संतान भाई-बहन हैं। ऐसी भावना से यह विद्यालय पूरे विश्व में कार्य कर रहा है। ऐसे तपस्वी भाई-बहनों का हमें अनुसरण कर अपने जीवन को

हैं। इसके साथ ही जिन्होंने भी अपना जीवन ईश्वरीय सेवार्थ समर्पित किया है, उनको भी मैं लाख-लाख वंदन, लाख-लाख प्रणाम करता हूँ। राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, ओ.आर.सी., दिल्ली ने भी अपनी शुभकामनाएं दीं। राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. मृत्युंजय ने स्वर्णिम जयंती की सभी को बधाई दी। ब्र.कु. अमर बहन, सुख-शांति अहमदाबाद, ब्र.कु. नेहा, मणिनगर उप-संचालिका भी शरीक हुए। गुजरात भर से हज़ारों की संख्या में लोग उपस्थित रहे।

अंतर्राष्ट्रीय महासम्मेलन का भव्य आयोजन

भोपाल-म.प्र. भारत की संस्कृति बहुत प्राचीन एवं पावन है। जब कई देशों में सभ्यता विकसित नहीं हुई थी, उसके पहले हमारे देश में वेदों की रचना हो गई थी। ब्रह्माकुमारी बहनें ईश्वरीय ज्ञान एवं राजयोग की साधना के द्वारा चरित्र का निर्माण कर सभी को पवित्र बना रही हैं। उक्त विचार ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'अंतर्राष्ट्रीय महोत्सव' में पूर्व मुख्यमंत्री एवं भाजपा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष शिवराज सिंह चौहान ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि मैं अपने आप को बहुत धन्य महसूस कर रहा हूँ कि मैं इस परिवार का सदस्य हूँ। ब्रह्माकुमारीज भारत को विश्व गुरु बनाने में 1936 से लगातार कार्य कर रही है। ब्रह्माकुमारीज मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय अध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. करुणा ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज में तीन बातें सिखाई जाती हैं, एक ईश्वर, एक विश्व, एक परिवार। सबको एक करना ब्रह्माकुमारीज में सिखाया जाता है। जिसके माध्यम से भारत निश्चित ही निकट भविष्य में विश्व गुरु बन कर रहेगा। वैज्ञानिक एवं अभियंता प्रभाग के राष्ट्रीय अध्यक्ष ब्र.कु. मोहन सिंघल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज के संस्थापक प्रजापिता ब्रह्मा बाबा में सबको साथ लेकर चलने की कला थी। जियो और जीने दो के सिद्धान्त को आज ब्रह्माकुमारी संस्था सार्थक कर रही है। रशिया से आये आई.टी. प्रोफेशनल ब्रदर सासा ने कहा कि मैं पिछले 29 वर्षों से ब्रह्माकुमारीज से जुड़कर योग का अभ्यास कर रहा हूँ। मैंने समझा है कि ब्रह्म-ज्ञान बहुत सरल है, सम्पन्नता से भरपूर है। इस ज्ञान को सारे विश्व में फैलायेंगे तो भारत निश्चित ही विश्व गुरु



भाजपा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष शिवराज सिंह चौहान, राजयोगी ब्र.कु. मोहन सिंघल, राजयोगी ब्र.कु. बनारसी शाह, राजयोगी ब्र.कु. करुणा, राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी, राजयोगिनी ब्र.कु. अवधेश दीदी, ब्र.कु. सोमप्रभा तथा ब्र.कु. एडवोकेट लता।

बन जाएगा। इस अवसर पर राजयोगी ब्र.कु. बनारसी लाल शाह, कार्यपालक सचिव, चिकित्सा प्रभाग, ब्रह्माकुमारीज, मा.आबू,

सभी का स्वागत करते हुए ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. अवधेश बहन ने कहा कि भारत विश्वगुरु परमात्मा की अवतरण भूमि है। इसलिए निश्चित ही निकट भविष्य में सम्पूर्ण भारत विश्वगुरु बनेगा। आरंभ में माउण्ट आबू से आये मधुरवाणी गुप के ब्र.कु. सतीश एवं ब्र.कु. गौतम ने सुंदर गीत प्रस्तुत कर सभी को भाव विभोर कर दिया। इस कार्यक्रम में रूस एवं चीन के प्रतिनिधि भी उपस्थित थे। इस मौके पर सर्व वर्गों की एक पुस्तक का विमोचन भी किया गया। जिसमें ब्रह्माकुमारीज के 20 वर्षों के कार्यों को चित्रों एवं लिखित के माध्यम से तथा साथ ही भारत सरकार की 10 समाजसेवी योजनाओं जैसे - स्वच्छता, बेटी बचाओ, पर्यावरण संरक्षण आदि को भी दर्शाया गया। छत्रपुर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा ने संचालन किया। महोत्सव के दौरान मध्य प्रदेश के शहरों व कस्बों में 108 सम्मेलनों का आयोजन किया।

सात दिवसीय अंतर्राष्ट्रीय महोत्सव का हुआ आगाज

महोत्सव के दौरान मध्य प्रदेश के शहरों व कस्बों में भारत को विश्व गुरु बनाने हेतु कार्यक्रमों का आयोजन ब्रह्माकुमारी बहनें ईश्वरीय ज्ञान एवं राजयोग साधना द्वारा चरित्र का कर रही निर्माण - शिवराज सिंह चौहान सबको एक करना सिखाया जाता है ब्रह्माकुमारीज में - ब्र.कु. करुणा

राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी, निदेशिका, ओ.आर.सी., दिल्ली ने भी अपने विचार रखे।

राजयोग जीवनशैली से सम्भव है नशामुक्ति

» प्रदेश में 30 दिन तक चलेगा यह अभियान

» नशे के प्रति जन-जन को करेंगे जागरूक

देहरादून। ब्रह्माकुमारीज के सुभाष नगर सेवाकेन्द्र में 'मेरा उत्तराखण्ड, व्यसन मुक्त उत्तराखण्ड' अभियान के उद्घाटन कार्यक्रम में ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह, सेक्रेटरी, मेडिकल विंग, ब्रह्माकुमारीज ने कहा कि व्यसन के आदी होने का मुख्य कारण तनाव भरा जीवन है। राजयोग से तनाव मुक्ति सहज हो जाती है तो नशा मुक्ति सम्भव हो जाती है। राजयोग

सचिन परब, वरिष्ठ प्रशिक्षक, व्यसनमुक्ति, ब्रह्माकुमारीज, मुम्बई ने कहा कि स्कूल-कॉलेज के बच्चों और युवाओं को खासकर नशे से बचाने की जरूरत है। इस दिशा में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आध्यात्मिकता के माध्यम से नशे से निजात पाने के लिए देश भर के गाँव, कस्बे, स्कूल, कॉलेज में कार्यक्रम आयोजित किये जाते हैं। डॉ. ब्र.कु.



आचार्य शिव प्रसाद ममगाई, डॉ. ब्र.कु. बनारसी शाह, डॉ. ब्र.कु. सचिन परब, मुम्बई, डॉ. ब्र.कु. एस. संजय, डॉ. रामप्रकाश, हिंसा व उपक्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू।

ऐसा जादू है कि जिससे 10000 मरीजों की दिल की आर्टरी खुल गई। 7 दिन के भीतर राजयोग के अभ्यास से लोगों का शुगर कंट्रोल हो गया। 4500 डॉक्टर ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग से जुड़कर सुस्वास्थ्य की जन जागृति ला रहे हैं। आचार्य शिव प्रसाद ममगाई, अध्यक्ष, चारधाम विकास परिषद् ने कहा कि चार धाम में नशे को रोकने के उद्देश्य से नशे की रोकथाम की युक्ति सीखने के लिए मैं आया हूँ। बच्चे अपने बड़ों से बुरी आदतें सीखते हैं। ब्रह्माकुमारीज द्वारा सिखाये जाने वाले राजयोग जीवनशैली से नशे से मुक्ति सम्भव है। ब्र.कु. डॉ.

पाई है। अशोक कुमार, ए.डी.जी.पी. कानून व व्यवस्था ने आधुनिक युग के विकार, नशे से युद्ध की सराहना की। इस दुनिया का सबसे बड़ा संगठित अपराध है। इस की मांग और आपूर्ति, दोनों को बाधित करना आवश्यक है। गरीब बच्चों को भिक्षा नहीं, शिक्षा देनी चाहिए। डॉ. संजय कुमार गोयल, अध्यक्ष, आई.एम.ए. ने भी अपने विचार रखे। राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू, उपक्षेत्रीय निदेशिका ने सभी का स्वागत किया और संकल्प दिया कि इस देवभूमि को बीड़ी, सिगरेट, शराब आदि व्यसनों से मुक्त देवभूमि बनायें। मंच संचालन ब्र.कु. सुशील ने किया।

शाश्वत यौगिक खेती अपनाने से होगा देश में विकास

पानीपत-हरियाणा। किसान यूनियन, हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष सुरेश दहिया ने ब्रह्माकुमारीज के शाश्वत यौगिक खेती एवं किसान सशक्तिकरण की गतिविधियों की सराहना करते हुए कहा कि शाश्वत यौगिक खेती को अपनाने से हमारे देश में विकास होगा। वे ब्रह्माकुमारीज ज्ञान मानसरोवर के दादी चंद्रमणि युनिवर्सल पीस हॉल में 'किसान सशक्तिकरण' सम्मेलन को सम्बोधित कर रहे थे। राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी, अध्यक्ष, ग्राम विकास प्रभाग ने कहा कि हमारा देश कृषि प्रधान देश है और किसान को अन्न दाता कहा जाता, लेकिन आज के किसान लोभ वश अपनी भूमि में कृत्रिम खाद और अनेक प्रकार के कीटनाशक दवाइयों का प्रयोग करता है। जिससे उत्पन्न अनाज और सब्जियों का सेवन करने से लोग अनेक प्रकार की बीमारियों का शिकार हो रहे हैं। मुख्य वक्ता ब्र.कु. बाला साहिब, महाराष्ट्र ने बताया कि हमें अपने खेत में जैविक खाद का प्रयोग करना चाहिए, रासायनिक उर्वरक का नहीं। उन्होंने बताया कि हमने किसानों को जागरूक करने के लिए अनेक प्रकार के अभियान



अतिथियों के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए ग्राम विकास प्रभाग अध्यक्ष ब्र.कु. सरला, राजयोगिनी ब्र.कु. सरला, ब्र.कु. मेहरचंद, ब्र.कु. भारत भूषण तथा ब्र.कु. सुनीता।

चलाये हैं। ब्र.कु. भारत भूषण, निदेशक, ज्ञान मानसरोवर एवं राष्ट्रीय संयोजक, विज्ञान एवं तकनीकी प्रभाग ने बताया कि अब समय की पुकार है कि हमें

पानीपत के ज्ञानमानसरोवर में किसान सशक्तिकरण सम्मेलन में 2000 से अधिक किसानों ने भाग लिया।

पर्यावरण की सुरक्षा के लिए जागरूक होना चाहिए और वर्ष में एक बार या अपने जन्म दिन पर कम से कम एक वृक्ष अवश्य लगाना चाहिए, इसके लिए उन्होंने दृढ़ संकल्प भी कराया। प्रभाग के

क्षेत्रीय संयोजक ब्र.कु. विजय ने सभी अतिथियों का स्वागत किया। राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी ने अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की। ब्र.कु. सुनीता ने मन की शान्ति प्राप्त करने के उपाय बताये। ब्र.कु. मेहरचंद ने मंच संचालन किया। संदीप भारद्वाज, प्रख्यात सामाजिक कार्यकर्ता, श्रीमती आशु शेरा, अध्यक्ष, पंचायत समिति व हवा सिंह, चेयरमैन, मार्केट कमेटी मौजूद रहे। आरंभ में ब्र.कु. अनिल, चंडीगढ़ और हरियाणवी टीम ने सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किये। सम्मेलन के पश्चात् ट्रेनिंग प्रोग्राम का आयोजन हुआ जिसमें 100 से अधिक किसानों ने भाग लिया और शाश्वत यौगिक खेती को अपनाने का दृढ़ संकल्प लिया।

नव वर्ष में डिजायर और वायब्रेशन को समान बनायें

हमारी इच्छा है, चाहना है उसके पूरे होने का स्वप्न हम सब देखते हैं। लेकिन हमारी इच्छा पूरी क्यों नहीं हो पाती? जब हम इच्छा रखते हैं तो पूरी भी हमें ही करनी होगी। उसके लिए हमें थोड़ा सा इच्छा को और उसे पूर्ण करने के तरीके को सोचना और समझना होगा। आज हम इस पर ही बात करते हैं।

जो हमारी इच्छा है, जो हम चाहते हैं कि वो पूरी हो, उसे इमैजिन करना शुरू कर दें। सबसे पहले जैसे ही संकल्प, विचार का सृजन करें। जैसे कि कोई बच्चा किसी एग्जाम में फेल होता है, अब उसे इच्छा तो होती है कि वो पास हो लेकिन अब उसके वायब्रेशन, उसकी भावनायें कैसी होती हैं? मैं तो बहुत बार फेल हुआ हूँ, मैं पास कैसे हो सकता हूँ! मुझसे तो नहीं होगा। इच्छा कुछ और है, और भावनायें कुछ और हैं। यहाँ हमें वायब्रेशन और डिजायर को मैच करना है। दोनों को समान, एक-सा करना है। तभी वैसा सम्भव हो सकता है, जैसी हम चाहना रखते हैं।

जैसे ही आपकी चाहना और भावनायें मैच करने लग जायेंगी, आपकी रिजल्ट जैसे ही होने लगेगी। अगर हम पास्ट का चिंतन करेंगे, तो अभी की भावनायें भी वैसी ही हो जायेंगी। और परिणाम वही होगा जो पास्ट में हुआ होगा।



डॉ. कु. गंगाधर

अगर हमारी इच्छा अलग है और भावनायें अलग हैं, तो जैसा हम चाहते हैं वैसा होगा ही नहीं! दोनों को मैच करना ही है। डिजायर वास्तविकता में तब तक नहीं बदल सकती, जब तक वैसी वायब्रेशन क्रियेट नहीं होगी।

मान लीजिए, अगर हमें कोई आदत है, उसे छोड़ना है लेकिन छूटती नहीं, होता ही नहीं, हमारी इच्छा तो है उसे छोड़ना की, लेकिन फिर भावनायें कैसी दे रहे हैं? होगा ही नहीं, ऐसा नहीं हो सकता, तो इसके लिए अपनी डिजायर को अपनी भावनाओं के साथ मैच करना ही है, तभी अच्छा रिजल्ट मिलेगा।

हमें अपने साथ एक छोटा प्रयोग करना है। हम जो चाहते हैं वो ही हो, वो अभी वर्तमान में नहीं है लेकिन हम चाहते हैं कि वो ही हो, तो उसका एक वायब्रेशन, संकल्प, विचार सृजन करके रोज सुबह और शाम को उसका चिंतन शुरू करना है। सुबह उठते ही यही करना है कि मैं एक शक्तिशाली आत्मा हूँ। मैं जो चाहता हूँ वो कर सकता हूँ। मैं इस चीज (जो भी आदत आपको छोड़नी है) से पूरी तरह मुक्त हूँ। इस तरह रोज उसे 5 बार करना है, गहराई के साथ, समझपूर्वक, शांत मन से महसूस करना है। दिन में भी बीच-बीच में जैसे ही एक मिनट समय मिलता है पुनः वही विचार फीलिंग के साथ, भावनाओं के साथ बस दोहराना है। और रात को सोने से पहले भी ऐसा करना है। रात का अंतिम विचार यही होना चाहिए। फिर हमारे अन्दर वही विचार चलता रहेगा। जब हम उठते हैं तो हमारे अन्दर वही विचार चलना शुरू होगा जो हम रात को अंतिम विचार करते हुए सोये। और सारे दिन में जब याद आये तो वही चिंतन करना है। अगर उसके विरोध में कोई संकल्प सृजन होने लगे तो उस टाइम उस थॉट को फुलस्टॉप करना है। फिर से उसी टाइम में थॉट क्रियेट करना है। मैं एक शक्तिशाली आत्मा हूँ, जिस चीज के लिए सोच रहा था, मैं तो ये कर चुका हूँ, हर रोज ऐसा करना है। और जो हम चाहना रखते हैं उसी पर ध्यान केन्द्रित करते हुए जैसे ही सोच और भावनाओं को बनाए रखना है। धीरे-धीरे संकल्प और भावना के बीच का अन्तर कम होता जायेगा। और जब दोनों समान रूप से एक ही दिशा में होंगे तो परिणाम वैसा ही मिलेगा जो आपने चाहा।

चाहना को इमैजिन करना और उस तरह का थॉट क्रियेट करना माना ही इच्छा को अच्छे परिणाम में तब्दील करने का उम्दा तरीका है अपनी डिजायर को पूर्ण करने का।

जो सोच रहे हैं वही भावनायें, वायब्रेशन बन जायेंगी। तब आपके अरमान पूरे होंगे ही। आप जो चाह रहे हैं वो शक्ति परम-स्रोत से प्राप्त हो जायेंगी। आपको सिर्फ चाहना के विरुद्ध चलने वाले थॉट को परिवर्तित करना है। यह तो हो सकता है ना! अब नया साल आ रहा है, हम चाहते हैं कि आपके हर श्रेष्ठ अरमान पूरे हों। तो अपना जीवन श्रेष्ठ और सफल बनाने के लिए उमंग के साथ पाँच श्रेष्ठ संकल्प करें और उसे विजुअलाइज़ करें, साथ-साथ जैसे ही विचार रखें, बस आपके अरमान पूरे होंगे ही। हम नये साल के लिए 5 विचारों को अपने जीवन में धारण कर उसके प्रति जागरूक रहेंगे। 1. मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ, 2. मेरा सोचना और करना समान हो, 3. मुझे स्व के साथ सर्व के कल्याण के लिए विचार रखने हैं, 4. मुझे सर्व के लिए शुभ व शुद्ध भावनाएं रखनी हैं, 5. मुझे डिजायर और वायब्रेशन के बीच के अन्तर को मिटाना है।

हम में जितनी सच्चाई सफाई होगी, उतना अमृतवेला अच्छा होगा

मन की सफाई से और सच्चे दिल से पुरुषार्थ करेंगे तो अमृतवेले अपने आप आँख खुलेगी। जी चाहेगा उठ के बैठ जाऊँ बाबा के पास। बाबा को याद करूँ।

बहुत मिलती है। ऐसे नहीं कहेंगे कि मैं लेट से सोई या थकी हुई थी इसलिए आँख नहीं खुली, यह बहाना है। इस बात का जब महत्व पता हो तो उसमें पावर भरती है। दूसरी प्रैक्टिकल बात यह है कि हमारा सारा दिन अच्छा हो तो अमृतवेला पावरफुल होगा। दिनभर परचिंतन में या कोई बात में एनर्जी खर्च हो गई तो सुबह जब उठेंगे तो शक्ति नहीं होगी, सुस्ती आती रहेगी, खुशी से बाबा को याद नहीं कर सकेंगे खुश रहने की शक्ति भी नहीं होगी। जब खुश रहने की शक्ति नहीं है तो उठकर करूँ क्या? झुटका खाकर फिर कहेगा 'इससे अच्छा है, मैं सो नहीं होना है, तो बाप की मदद



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

है।' मैं इस मामले में, इस प्रकार से सूक्ष्म एनर्जी खर्च करने में बड़ी कंजूस हूँ। फलाने को बाबा टच करे, इसमें भी मैं अपनी एनर्जी खर्च नहीं करती। अपने पुरुषार्थ में भी मैं

खुशी से पुरुषार्थ करूँ तो एनर्जी बनेगी, सेवा होती रहेगी। अगर मुश्किल से पुरुषार्थ करेंगे, एनर्जी खर्च होगी, तो सारे दिन की दिनचर्या अमृत वेले पर है। एक बार हुआ, सारा दिन खराब जाएगा और किसी कारण से दिन खराब होगा तो दूसरे दिन अमृतवेला जरूर खराब होता है, यह भी एक सजा है।

अभी हमारे अंदर दिन-प्रतिदिन जितनी सच्चाई-सफाई होगी उतना अमृतवेला अच्छा होगा। मन की

सफाई से और सच्चे दिल से पुरुषार्थ करेंगे तो अपने आप आँख खुलेगी। जी चाहेगा उठके बैठ जाऊँ बाबा के पास। बाबा को याद करूँ। बाबा बच्चों को पास बुलाता है। तो बाबा के पास जाकर बैठ जाओ, बाबा बहुत बल देता है, इसमें मेहनत नहीं बस खुशी से बाबा के पास बैठ जाओ। अमृतवेला करने का तीन लक्ष्य रहता- (1) मैं मात-पिता का सपूत बच्चा वा साजन की सच्ची सजनी हूँ। साजन जागता रहे और सजनी सोई रहे यह हो नहीं सकता। (2) जहाँ रहती हूँ वहाँ का वायुमंडल बनाने के लिए अमृतवेले की याद पावरफुल चाहिए, यह हमारा फर्ज है। (3) विश्वभर की आत्माओं को हमारी दिनचर्या को देख वंडर लगता है और हम ना उठें, झुटका खाएं तो इसका उनपर क्या प्रभाव होगा!

स्व-स्थिति श्रेष्ठ बनानी है तो सर्वशक्तियों को समय पर कार्य में लगाओ

बाबा ने हमें यही शिक्षा दी है कि बच्चे, तुम्हारा कहना और करना समान हो। चलते-फिरते हमारी ट्रेड मार्क ही ओम शान्ति है। तो ओम शान्ति शब्द जब भी कहते हैं उस समय उस स्वरूप में स्थित हो जाएँ। यही बाबा की हम सब बच्चों के प्रति शिक्षा भी है और प्यार भी है, क्योंकि बाबा यही चाहता है कि मेरा एक एक बच्चा राजा बच्चा बने। अज्ञानकाल में भी ऐसे सोचते कहते हैं लेकिन कोई राजा बनता नहीं है। और बाबा ने हम सभी को इस समय ही स्वराज्य अधिकारी बना दिया है। हम सर्वशक्तियवान बाबा के बच्चे हैं तो बाबा की जो प्रॉपर्टी है वो ही सर्वशक्तियाँ, वो हमारी जायदाद हैं, जन्म सिद्ध अधिकार है। वो हम बच्चों को ही प्राप्त है। हमें यह ईश्वरीय नशा रहता है कि हमारा बाबा सर्वशक्तियवान है और हम उन सर्वशक्तियों के बालक सो मालिक हैं। यह नशा सदा रहता है या कभी-कभी रहता है? अभी हम ऐसे ऊँचे बेहद बाबा के बच्चे तो बन गये लेकिन यह चेक करना है कि जो हमको बाबा ने जन्मसिद्ध अधिकार

दिया है वो हमने प्रैक्टिकल लाइफ में यूज किया है? क्योंकि हम सभी बच्चों को बाबा ने कहा है कि विश्व का कल्याण करना है, तो जो शक्तियाँ बाबा से मिली हैं वो औरों को

हम बाबा की जायदाद को अपना बना के स्व प्रति और विश्व प्रति कार्य में लगाते हैं तो हमें मेहनत नहीं करनी पड़ती।

भी बांटनी हैं। तो जायदाद सम्भालने का भी अक्ल होना चाहिए। तो हम कितना बाबा की जायदाद को अपना बना करके स्व प्रति और विश्व प्रति कार्य में लगा रहे हैं? अगर हम कार्य में लगाते हैं तो हमको मेहनत नहीं करनी पड़ती है। योग टूट जाता है, फिर जोड़ना, अभी-अभी योगी होंगे, अभी-अभी थोड़ा कम हो जायेंगे, उसकी जरूरत ही नहीं है क्योंकि हम अपने प्रति भी यूज कर रहे हैं और दूसरो को भी दे रहे हैं तो बिज्जी हो गये ना। टेन्शन हमेशा मन में होता है। और हमारे बाबा को भी क्या चाहिए? मन। मन, मनमनाभव है तो

बाबा के मिलन का अनुभव कर सकते हैं। तो बाबा देखता रहता है कि मेरा एक-एक बच्चा मन को इसी कार्य में लगाता है? और स्व स्थिति हमारी तब बन सकती है जब



दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

बाबा ने जो सर्वशक्तियाँ दी हैं वो समय पर काम में आयें। याद तो रहती है लेकिन यह चेक करें कि शक्तियों का ज्ञान तो आ गया है लेकिन जिस समय चाहिए उस समय वो शक्ति हम यूज कर सकते हैं? वो शक्ति काम में लगती है? क्योंकि अगर शक्तियाँ समय पर यूज न हो तो किस काम की? तो शक्तियों के हम मालिक हैं तो ये हमारे ऑर्डर में होनी चाहिए। तो बाबा कहते हैं हे मास्टर सर्वशक्तियवान बच्चे! आप मालिक होके जिस शक्ति की आवश्यकता है उस शक्ति को ऑर्डर करो।

साइलेंस की शक्ति द्वारा सारे विश्व में शांति के वायब्रेशनस फैलाओ



दादी प्रकाशमणि, पूर्व मुख्य प्रशासिका

हम सब ब्राह्मणों को सारे विश्व के अन्दर शांति के वायब्रेशनस फैलाने हैं - इसके लिए विशेष अमृतवेले अपने मन के संकल्पों की स्थिति को सेट करो। जैसे तन के कारोबार की दिनचर्या सेट करते हैं जैसे संकल्पों को भी अपनी स्व-स्थिति की सीट पर सेट करो। जब स्व का संकल्प फुल पीस में है तो हमारे शांति की पवित्र शक्ति चारो ओर फैलती है। इसी साइलेंस के वायब्रेशनस से विश्व में शांति की स्थापना होगी। जैसे 18 जनवरी हमारा वर्ल्ड पीस डे कहलाता है - लेकिन यह एक दिन ही पीस डे नहीं, हमें तो रोज वर्ल्ड पीस की, बेहद सेवा की जवाबदारी है। हम सबका पहला उद्देश्य है कि अब सदाकाल के लिए विश्व में शांति हो। यह अशान्ति के संकल्प अर्थात् वायब्रेशनस समाप्त हों। हमारा यह शुभ संकल्प हरेक के लिए हो कि तुम सदा शान्ति की गोदी में समाये रहो और मैं भी सदा शान्ति की गोदी में समाया रहूँ। जब खुद के सब संकल्प कछुए की तरह समेट लेंगे तो एक मीठे बाबा की याद का

संकल्प पावरफुल रहेगा। शान्ति की पीसफुल स्थिति का संकल्प रहेगा। जो हम सबका स्वधर्म है, स्वदेश है, यही हमें हरेक को दान देना है। अब समय है अपनी स्थिति को कर्मातीत बनाने का, विश्व कल्याण करने का, विश्व को पावन बनाने का, विश्व में शान्ति के वायब्रेशनस देने का। हमारी दिल तो सदा यही कहती है हम अन्त में कर्मातीत होंगे तो

अब समय है अपनी स्थिति को कर्मातीत बनाने का, विश्व कल्याण करने का, विश्व में शांति के वायब्रेशनस देने का।

क्या फायदा! उसका जो मजा है, पीस-प्रॉसपैरिटी का, इन्द्रियजीत का, शुभ संकल्पों का, मीठी-मीठी आत्मिक स्थिति का, संकल्प जीत का जो आनन्द है उसका अनुभव स्वयं को सदा प्रत्यक्ष में हो। बाकी जो थोड़ा बहुत हिसाब-किताब होगा वह चुकूँ कर उड़ जायेंगे। उड़ गये फिर उसका वर्णन कौन करेगा! उस उड़ान का अनुभव तो इन्हीं घड़ियों में करना है क्योंकि अभी हम उस अवस्था को जानते हैं, उसका ज्ञान है, और देने वाले दाता को भी जानते हैं। हम हर आत्मा के

भविष्य को जानते हैं और अपनी मीठी अतीन्द्रिय सुख की स्थिति को जानते हैं। तो जानने का अर्थ है अनुभव करना। हम सब ज्ञानी तू आत्मा, योगी तू आत्मा हैं। हम प्रैक्टिकल में बाबा के लाडले बच्चे बने हैं तो क्यों न हम इस संगम की महान घड़ियों में महानता का अनुभव करें। जो हम वर्णन करते हैं उसी का हम स्वरूप बन जायें। तो आज हम सब स्वयं ही स्वयं के साथ दृढ़ संकल्प करें कि हमें विश्व को शान्ति का दान देना है। सदा शक्तिशाली श्रेष्ठ संकल्प में रहना है। अपनी पवित्र, महान स्थिति बनाकर रखनी है। तो हर आत्मा इतनी पवित्र, शुद्ध वृत्तियों में रहे, जिससे सारे विश्व में पवित्र शान्ति के वायब्रेशनस फैलें। अब हमारी पढ़ाई ही है अपनी वृत्ति वायब्रेशनस से सारे विश्व को पावन बनाना। हमारा उद्देश्य ही है अपनी स्व-स्थिति से सारे विश्व में शांति की स्थापना करना। बाबा हम बच्चों को शुद्ध, पावन बनाकर तत्वों को भी पावन बनाता है। तो आज से हरेक सदा मुक्त रहने का पुरुषार्थ करे, मुक्त स्थिति का अनुभव करे। इस देह के बन्धन से तो मैं आत्मा छूटी हुई पड़ी हूँ, बाकी निमित्त मात्र बेहद की सेवा के लिए यह शरीर है।



शांतिवन। दीपावली के शुभ अवसर पर विशाल डायमण्ड हॉल में आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी दादी जानकी तथा दादी रतनमोहिनी के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए राजयोगिनी दादी ईशु, राजयोगी ब्र. कु. निर्वर, राजयोगी ब्र. कु. मृत्युंजय, राजयोगी ब्र. कु. करुणा, राजयोगिनी ब्र. कु. मुन्नी दीदी, राजयोगी ब्र. कु. भूपाल, ब्र. कु. डॉ. सतीश गुप्ता, ब्र. कु. डॉ. प्रताप मिश्रा, ब्र. कु. प्रकाश, ब्र. कु. वल्लभ, ब्र. कु. ईश्वर, ब्र. कु. शालिनी, ब्र. कु. कविता, ब्र. कु. मोहन सिंघल, ब्र. कु. प्रतिभा, म्युजियम, मा. आबू, ब्र. कु. रजनी, जापान, ब्र. कु. भावना, न्यूजीलैंड, राजयोगिनी ब्र. कु. गीता तथा अन्य वरिष्ठ राजयोगी भाई बहनें।

देना शुरू करें,..... निरर्थक नहीं होगा

हाथ खुले हों, दिल बड़ा और मन में देने का भाव भरा हो, फिर जीवन में कुछ हो न हो, आपसे ज़्यादा सुखी और संतुष्ट कोई हो नहीं सकता। मन में भाव पनपे इसके लिए दिल बड़ा करें, दिल बड़ा बने इसके लिए हाथ खोलें और हाथ खोलने के लिए देना शुरू करें। आज ही...। अमी ही...।



अतीत में लौटें। मुमकिन है कि कुछ भाग्यशालियों के जीवन में यह अतीत वर्तमान में भी मौजूद हो। यह तब की बात है, जब घर में बनने वाली पहली रोटियाँ गोमाता, श्वान और अतिथि के लिए निकाली जाती थीं। उसके बाद परिवार के सदस्यों और अंत में स्वयं का क्रम आता था। प्रथम पाठशाला कहे जाने वाले परिवार का यह महत्वपूर्ण पाठ हुआ करता था और गुरु की भूमिका में होती थीं दादी और माँ या परिवार की ही कोई स्त्री।

यह है, 'देने का भाव'

इस भाव के विकास के सामाजिक ही नहीं, मनोवैज्ञानिक पहलू भी हैं। यहाँ एक दिलचस्प तथ्य पर गौर करें। आमतौर पर यह धारणा है कि जब व्यक्ति आध्यात्मिक होता है तो उसमें प्रेम, अहोभाव, समर्पण, करुणा और देने के भाव विकसित होने लगते हैं। जबकि असल में होता यह है कि जब ये गुण व्यक्ति में विकसित होने लगते हैं तो वह आध्यात्मिक होने लगता है। तब ही वह सही अर्थ में 'मनुष्य' कहलाने का अधिकारी होता है। दार्शनिक, मनोवैज्ञानिक और आध्यात्मिक गुरु इस बात पर एकमत हैं कि 'देने' का यह भाव, प्रेम का प्रारम्भिक व अनिवार्य लक्षण है।

एक छोटी-सी कहानी सुनें

एक साधु ने गृहस्थ को सोने का एक टुकड़ा दिया। फिर साधु ने लोहे के टुकड़े को एक पत्थर से छुआ तो वह स्वर्ण में बदल गया। गृहस्थ ने वह पत्थर ही मांग लिया, और साधु ने बड़े सहज भाव से दे भी दिया। गृहस्थ को लगा कि उसे ज़माने की दौलत मिल गई। तभी उसने देखा कि साधु का चेहरा सोने से भी ज़्यादा दमक रहा है। अचानक गृहस्थ ने वह पत्थर लौटा दिया। उसने कहा, 'मुझे ज़्यादा क्रीमती चीज़ चाहिए- 'देने का भाव', जिसके चलते आपने पारस पत्थर देने में भी एक पल न लगाया!

'देने' का भाव 'देने' की क्रिया से अलग है

इसे यूँ समझें कि अमीर अपने धन का एक अतिरिक्त हिस्सा देता है तो यह क्रिया है। लेकिन एक गरीब व्यक्ति अपने हिस्से की रोटी दूसरे के सामने बढ़ाता है, तो इसमें देने का वास्तविक भाव होता है। भगवान भी हमारी परीक्षा में इसी भाव को परखते हैं। आम भाषा

में इसे 'दिल बड़ा होना' कहते हैं।

हमारे भीतर भी है देने का भाव

देने के इस भाव में सोच-विचार नहीं है, योजना नहीं है, हानि-लाभ का गुणा-भाग नहीं है। सम्पूर्ण प्रकृति इस भाव से भरी हुई है। सूर्य बिना शर्त के प्रकाश व ऊर्जा दे रहा है। इसी प्रकृति का एक हिस्सा होने के नाते यह भाव हमारे भीतर भी विद्यमान है, लेकिन स्वार्थ जैसी कमजोरियों के चलते ये कहीं गहरा दबा है। उसे खोदकर निकालिए।

कई बार हम सोचते हैं कि हमारे पास तो देने को कुछ है ही नहीं। जबकि इसका हमारे पास कुछ होने या न होने से कोई सम्बन्ध नहीं है। वह 'भाव' है न कि कोई वस्तु। यह व्यक्ति को सकारात्मक बनाता है। इस भाव दशा में वह शिकायती प्रकृति का नहीं हो सकता है, क्योंकि उसकी कोई मांग नहीं है- बल्कि वह तो देने को तत्पर है।

यह व्यक्ति को अधिक सामाजिक, उदार और जिम्मेदार बनाता है। अध्ययन दर्शाते हैं कि ऐसे लोग मानसिक रूप से स्वस्थ और फोकस होते हैं, उनके सम्बन्ध ज़्यादा महत्वपूर्ण होते हैं। इसके विपरीत, वस्तुओं पर पकड़ रखने वाले लोगों में पेट सम्बन्धी बीमारियों जैसे कब्ज, अपच व एसिडिटी की आशंका अधिक रहती है। फलों चीज़ मेरे काम की है, अभी नहीं तो भविष्य में काम आ सकती है, इस तरह की प्रवृत्ति हमें

संकुचित और आत्मकेंद्रित करती है, जो कई मानसिक, सामाजिक और शारीरिक समस्याओं को जन्म देती है।

परखकर देख लीजिए

'देना' निरर्थक नहीं होता...

अभी तो मैं देने का भाव विकसित कर रहा हूँ को बहाने की तरह इस्तेमाल न करें। इसके विकास के साथ-साथ देने की क्रिया भी जारी रखें। यह जान लें कि किसी भी तरह का 'देना' निरर्थक नहीं होता।

प्राचीन भारतीय उक्ति है कि दुनिया में ऐसी कोई वनस्पति नहीं जो औषधि न हो। इसी तर्ज पर हम कह सकते हैं कि ऐसी कोई भी वस्तु नहीं जो व्यक्ति के लिए उपयोगी न हो,

फिर भले ही वह कितनी ही पुरानी हो या निरर्थक लग रही हो- कबाड़ और कूड़ा भी।

तो देने का भाव पैदा करने के लिए देने की वास्तविक शुरुआत करें। दिल खोलें और हाथ भी। सबसे पहले अनुपयोगी, कबाड़ को दे दें। फिर अतिरिक्त को देना शुरू करें। इसके बाद अपना उपभोग घटाकर बचे हुए को दूसरों को दें। और फिर अंततः, पहले दूसरों को देने और बचे हुए का स्वयं उपयोग करने की आदत डालें। यही असल देना है। आप देने के किसी भी चरण में हों, यकीन मानिए, आप जितना देंगे उससे अधिक खुशी और संतुष्टि मिलेगी। हाथ कंगन को आरसी क्या! इस बात को परखकर देख लीजिए, अभी ही!

किसी के चेहरे पर मुस्कान की कमी देखें, तो उसे अपनी मुस्कान दे दें।

- मनोज शर्मा

चेतन दीप सजाएं

ज्योति बिंदु की किरणों से
जन जीवन उजियार हुआ
मिली ज्ञान की है रोशनी
अपना सारा संसार हुआ
परमधाम से परमपिता का
पृथ्वी पर अवतार हुआ
जगमगाती देखी दुनिया
दीवाली त्योहार हुआ...

एक पिता के हम बच्चो
सब आत्मा भाई-भाई हैं
एकता और पवित्रता में
खुशियां सभी समाई हैं
हम सबके सब अपने हैं
एक विश्व परिवार हुआ

आशीशों की आतिशबाजी
वरदानों की बधाइयां
मिलती स्नेह की सौगातें हैं
मुबारकों की मिठाइयां
दादी मां के आंचल में
हर सपना साकार हुआ

अंबर के सब तारे उतरे
नहीं ये बिजली की लड़ियां
चेतन दीप सजाए हैं
जन जीवन की शलियां
स्वागत स्नेह समर्पण ही
है सच्चा उपहार हुआ...

- ब्र. कु. सतीश, मा. आबू



शिमला-हि. प्र.। माननीय मुख्यमंत्री जयराम ठाकुर को वार्षिक रिपोर्ट की विस्तृत जानकारी देते हुए एवं माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देते हुए ब्र. कु. प्रकाश, मा. आबू तथा ब्र. कु. धर्मपाल।



वड़हिया-विहार। नवरात्रि कार्यक्रम में चैतन्य देवियों की झाँकी का अवलोकन करने के पश्चात् श्रम संसाधन मंत्री, सह-स्थानीय विधायक विजय कुमार सिन्हा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र. कु. विपिन।



शिकोहाबाद-उ.प्र.। सेवाकेन्द्र पर आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् फैमिली कोर्ट जज रामनारायण शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र. कु. पूनम। साथ हैं ब्र. कु. नीतू, ब्र. कु. अश्विनी, ब्र. कु. शिव शंकर, ब्र. कु. मनोज, ब्र. कु. पूनम तथा ब्र. कु. किरण।

लक्ष्य प्राप्ति हेतु स्वयं से करें प्रतिज्ञा

जीवन में ऊँचाइयों तक पहुंचने के लिए, अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए, परमात्मा वरदानों से अपनी झोली भरने के लिए और अपना जीवन दिव्य व श्रेष्ठ बनाने के लिए हमें खुद के साथ, दृढ़तापूर्वक कुछ प्रतिज्ञा करने की जरूरत है। ये प्रतिज्ञा हमारे आगे बढ़ने में सहायक बनेगी और सदा ही हमारा मार्ग प्रदर्शित करती रहेगी। तो आइये हम जानें और स्वयं के साथ ये प्रतिज्ञा कर उस मुकाम को हासिल करें जो हम पाना चाहते हैं।



अलबेलापन नहीं आने दूंगा

सबसे पहली प्रतिज्ञा यह है कि मैं अलबेलापन नहीं आने दूंगा। जीवन का यह बहुत बड़ा दुश्मन है। इसको छोटा मत समझो। यह तो बहुत बड़ा धोखेबाज है। पाँच विकार भी इससे ही आते हैं। यह आपको बाबा का नाफरमानबरदार बच्चा, कुपुत्र, कुपात्र बनायेगा। यह भगवान की आज्ञा का उल्लंघन कराने वाला है। जो भगवान की आज्ञाओं का उल्लंघन करता है, उसका भगवान से सम्बंध ही टूट जाता है। सम्बंध टूट गया माना खत्म। पहले पहले यह प्रतिज्ञा करो कि किसी भी परिस्थिति में मैं श्रीमत का उल्लंघन नहीं करूंगा। आलस्य बहुत मीठे रूप में आता है जैसे, आज बारिश है, क्लास में नहीं जा सकता। आज सर्दी है, मेरे कान ठंडे हो रहे हैं, नाक ठंडा हो रहा है, कल जाऊंगा, कल डबल योग करूंगा। नहीं, अगर कोई अड़चन आती है तो उसके लिए कोई साधन तैयार करो। उसके लिए अपने नियमों को छोड़ो नहीं, आज इस रूप में आयेगा तो कल दूसरे रूप में आयेगा। इसलिए टालने का, चलाने का, यह अलबेलापन जीवन में न आये इसकी प्रतिज्ञा करो।

आलस्य नहीं करना

दूसरी प्रतिज्ञा है, आलस्य नहीं करना। सुबह अमृतवेले योग करते हैं, योग में हल्का सा आलस्य होता है। तो योग

करने के बदले नमाज़ पढ़ना शुरू कर देते। बाबा कहते हैं, आलस्य छटा विकार है। योग में अलर्ट होकर, चुस्त होकर बैठो। आप योग में हैं, माना माया के साथ युद्धस्थल पर हैं। अगर सिपाही है सरहद पर, दुश्मनों की गोली चल रही है और वे सोये हैं तो क्या हाल होगा! अगर पहरेदार ही सोये पड़े हैं तो रक्षा कौन करेगा! बैठे हैं योग में। योग में हमें परमात्मा से सर्वशक्तियां लेकर सारे संसार को, तत्वों को पावन करना है। हमारी इतनी बड़ी जिम्मेवारी है और हम झुटके खा रहे हैं! हम यह प्रतिज्ञा करें कि जीवन में सुस्ती या आलस्य आने नहीं देंगे।

अशुद्धि न आये

तीसरी प्रतिज्ञा करनी है, किसी भी प्रकार की अशुद्धि न आये। कौन सी अशुद्धि? पहली है बुद्धि की अशुद्धि। जितना-जितना हम योग करते जायेंगे, ज्ञान धारण करेंगे, बुद्धि पत्थर से पारस बनती जायेगी। इसमें रत्न भरते जायेंगे। बुद्धि दिव्य बनती जायेगी, विशाल बनती जायेगी, उसमें बल भरता जायेगा। सांसारिक ज्ञान बुद्धि को मैला करता है, खराब करता है। ईश्वरीय ज्ञान बुद्धि को शुद्ध करता है। बुद्धि को खराब करने वाली बातें कौन सी हैं? एक है संशय, फिर है सांसारिक ज्ञान, नॉवेल आदि। दूसरी है, मन की अशुद्धि। इसमें दृष्टि-

वृत्ति भी आ जाती है। तीसरी है, तन की अशुद्धि। जैसे मल विसर्जन करते हो तो स्नान करो, स्वच्छ वस्त्र पहनो, अपने बिस्तर और रहने-करने के स्थान को साफ रखो। आपका तपस्वी जीवन है, वहीं का वातावरण भी ऐसा हो। चौथी है, भोजन की अशुद्धि। शुद्ध और सात्विक जीवन के बारे में तो आप जानते ही हैं। पाँचवी है, अध्ययन की अशुद्धि। कोई ऐसा साहित्य नहीं पढ़ो जिसमें मन भ्रमित हो। छठी है, संग की अशुद्धि। कभी कुसंग नहीं करो, सत्संग, सुसंग करो। सातवीं है धन की अशुद्धि। कमाई भी अच्छे काम से होनी चाहिए। गलत काम से होने वाली कमाई भी गलत होती है, अशुद्ध होती है। किसी को झूठ बोलकर, किसी को धोखा देकर, किसी का शोषण कर, किसी का गलत काम कर होने वाली कमाई नहीं होनी चाहिए। अशुद्ध कमाई से लाया गया अन्न भी अशुद्ध होगा। तो हमारा जीवन तपस्वी कैसे होगा! आठवीं है वायुमण्डल की अशुद्धि। हमारा आवास-निवास, हमारा घर-कमरा शुद्ध हो। जो लोग आपका निवास देखें उनको अनुभव होना चाहिए कि इनका जीवन योगी जीवन है, तपस्वी जीवन है। इनका घर आश्रम जैसा है। घरों व कमरों में कोई ऐसी चीज न हो जो अशुद्ध बात को याद दिलाये। सब शुद्धि की तरफ ले जानी वाली चीजें हों। दीवारों पर बाबा के महावाक्य हों, अच्छे अच्छे स्लोगन हों, ईश्वरीय ज्ञान के चित्र हों। कुल मिलाकर घर का वातावरण साफ और सुथरा हो। ये कुछ प्रकार की अशुद्धियों की हमने चर्चा की। ये आपकी प्रतिज्ञा में शामिल हैं?

हमने अभी तक आपको तीन प्रकार की प्रतिज्ञाएं बताईं, पहली, मैं अलबेलापन नहीं आने दूंगा, दूसरी है मैं आलस्य नहीं आने दूंगा, तीसरा यह कि मैं अशुद्धि नहीं आने दूंगा।

अभिमान नहीं आने दूंगा

चौथी प्रतिज्ञा है, अभिमान को नहीं आने दूंगा। कई दफा क्या होता है कि आपका

योग अच्छा लगने लगा, आपका मन एकाग्र होने लगा, आपमें कुछ योग की शक्ति आई, आनंद में रहना आपने शुरू कर दिया, आपको टचिंग अच्छी होनी शुरू हो गई, अभिमान आ गया कि मैं बहुत बड़ा योगी हूँ, मैं बहुत बड़ा महास्थी हूँ। दूसरों से बात करना शुरू करोगे, जैसे उनको कुछ पता ही नहीं। वे नये-नये हैं, ये है अभिमान। हमें सिद्धि प्राप्त हो गई, किससे हुई? बाबा से ना। ये सिद्धियां, प्राप्तियां बाबा की हैं तो हमें और नम्र होना चाहिए। ये सिद्धियां मेरी नहीं हैं, बाप से प्राप्त है। बाबा ने मुझे ये प्रदान करके मुझे मालामाल बना दिया। यह तो उसकी कृपा है, उसकी दया है मेरे ऊपर। इसलिए अभिमान में आने का कोई अर्थ ही नहीं। देने वाला दाता तो वह है, उसने अपनी चीज मुझे दी हुई है, मेरा अपना तो कुछ नहीं है। सारा खजाना उसका है।

योग की अग्नि बुझने नहीं दूंगा

पाँचवी प्रतिज्ञा है, मैं योग की अग्नि कभी बुझने नहीं दूंगा। पूरी तरह प्रज्वलित न भी हो लेकिन हल्की-हल्की जला के रखूंगा अर्थात् एक दिन भी योग करना नहीं छोड़ूंगा। रोज कुछ न कुछ समय निकालकर योग करूंगा।

हिम्मत नहीं हारूंगा

छठी प्रतिज्ञा है, कभी हिम्मत नहीं हारूंगा। कई बार क्या होता है कि महीनों योग किया लेकिन कोई पुरानी आदत नहीं मिट रही है तो निराश होकर छोड़ ही देते हैं कि यह मेरे वश का नहीं है। ऐसा कभी नहीं सोचो, हिम्मत नहीं हारो। हिम्मत बच्चे, मददे बाप। बाबा ने वायदा किया है, बच्चे, एक कदम तुम आगे चलो, मैं तुमको सौ कदम मदद दूंगा। अपना आत्मविश्वास नहीं खोना। करते चलो-करते चलो, हिम्मत नहीं हारो। एक दिन आपकी विजय होगी। छोड़ मत दो पुरुषार्थ को कि कुछ प्राप्त नहीं हो रहा है। ऐसा नहीं है कि कभी कुछ मिलने वाला नहीं। कर्म कभी व्यर्थ नहीं जाता। आप जो भी करो, वह व्यर्थ कभी नहीं जायेगा। धीरे धीरे ही सही, आज नहीं तो कल उसका फल मिलेगा। रंग में निखार आयेगा। यह प्रतिज्ञा करो कि मैं अपने में निराशा आने नहीं दूंगा, हिम्मत नहीं हारूंगा, असमर्थता को महसूस नहीं

करूंगा। बाबा मेरे साथ है, समर्थ सदगुरु बाबा मेरे साथ है। बाबा का वायदा है कि मैं तुम्हारे साथ रहूंगा। भगवान का वचन सत्य है, वह कभी गलत नहीं हो सकता।

आदतों को बदल दूंगा

सातवीं प्रतिज्ञा है, मैं आदतों को बदलकर के ही रहूंगा। कई लोग कहते हैं कि मेरी यह आदत अभी तक नहीं मिटी, जबकि मेरे मरने का समय आ गया। आदत क्यों नहीं मिटी? क्योंकि उसको छोड़ने की प्रतिज्ञा ही नहीं की। दिल से उसको छोड़ना चाहा ही नहीं। यह दृढ़ प्रतिज्ञा करो कि मैं यह आदत छोड़कर ही दिखाऊंगा। जब कोई व्यक्ति किसी बात के लिए कमर कस लेता है तो उसको छोड़कर ही, मिटाकर ही दिखाता है।

अपनी उन्नति पर ध्यान

आठवीं प्रतिज्ञा, अपनी उन्नति पर ध्यान देना। यह नहीं सोचना कि फलाने व्यक्ति को तीस साल हो गये, चालीस साल हो गये, कुछ बदला ही नहीं। मेरी छोटी-मोटी कमी-कमजोरी है तो क्या बड़ी बात है! इसमें भी क्रोध है, तो मेरे में थोड़ा बहुत क्रोध है तो क्या हुआ! यह तो अमृतवेले उठता ही नहीं है, फिर मैंने कभी-कभी अमृतवेले का योग मिस किया, तो क्या बड़ी बात है! मैं तो उससे बहुत देर से आया हूँ, मैंने नहीं किया तो क्या हुआ! ऐसा सोचना बहुत गलत तरीका है। हमारे में ये धारणा पक्की होनी चाहिए कि मैं अपनी उन्नति करके ही रहूंगा। अपने ऊपर ध्यान रखो, उसको मत देखो। आपके लिए आदर्श वह है क्या! बाबा कहते हैं कि मुझे फॉलो करो। आप उसको क्यों फॉलो करते हो? फॉलो हमेशा अपने से श्रेष्ठ और ऊँचे व्यक्ति को किया जाता है, ना कि छोटे और नीचे व्यक्ति को। आप खुद ही समझते हो कि इसमें यह कमी है, तो आप उसको फॉलो करेंगे? गिरते हुए व्यक्ति को देखते हुए आप भी गिरना चाहोगे? गिरते हुए को देखकर उसको बचाना चाहिए। अगर बचा नहीं सकते तो खुद सावधान होना होता है कि कहीं हम न गिर जायें। ऐसे नहीं, वह गिरता है तो हम भी गिरें। यह आठ प्रकार की प्रतिज्ञा हम करके चलें या हथियाला बांधकर चलें तो हमारा जीवन भी तपस्यामय बनेगा।

जिनको पता हो सारे राज़, वो नहीं हो सकते कभी नाराज़



डॉ. कु. शिवानी,
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

परमात्मा कहते हैं, जो आपके साथ अच्छे हैं उनका तो रोज़ शुक्रिया करो ही करो, लेकिन जो आपके साथ अच्छा व्यवहार नहीं करते हैं उनका उनसे भी ज़्यादा शुक्रिया करो। क्योंकि आप आये तो मुझे अपना अहंकार घटाने का चांस तो मिला। आप आते ही नहीं

तो मेरा अहंकार तो पता नहीं कहाँ-कहाँ तक पहुंचता जा रहा था। जो हमारे जीवन में विघ्न डालते हैं, वो आये ही हैं हमारी शक्ति को बढ़ाने के लिए। उनको शुक्रिया करो कि आप आये तो मुझे मेरी ताकत पता चली। जो झुकता है वो फ्लैक्सिबल है और जो नहीं झुकता है वो बीमारी की निशानी है। जो हेल्दी है वो तो कितना भी झुक सकता है। वो झुकते समय गिनता नहीं है कि मैं एक बार झुकूँ या दो बार झुकूँ क्योंकि झुकना उसके लिए नैचुरल है। शुरू शुरू में झुकने में दर्द हो सकता है। अगर किसी ने बहुत दिन से एक्सरसाइज नहीं की हो, वो झुकता है तो नीचे हाथ भी नहीं लगता है। इसीलिए हमें क्या करना है? झुकते जाना है, झुकते जाना है। थोड़े दिन के बाद इतना नैचुरल हो जायेगा झुकना कि पता भी नहीं चलेगा कि हम झुके थे। झुकना मतलब वो अपना व्यवहार करे और हम अपना व्यवहार करें। उनके व्यवहार का असर मेरे व्यवहार पर न आये। मेरे झुकने में मेरी जीत समाई हुई है क्योंकि मुझ आत्मा की ताकत बढ़ेगी झुकने से। जो झुकते नहीं जैसे शरीर अगर झुकता नहीं, ऐसे ही आत्मा जो झुकती नहीं वो बहुत स्टिफ हो जाती है। वो किसी के साथ भी एडजस्ट नहीं कर सकती। जैसे हम रास करते हैं ना, जब डांडिया करते हैं ना तो कितनी कमाल की चीज होती है! डण्डे हैं

हाथ में लेकिन एक के डण्डे को देखकर दूसरा अपना डण्डा मारता है तो वो एक बहुत सुन्दर डांस बन जाता है। लेकिन अगर हरेक अपना-अपना मारता जायेगा तो वो ही स्थान युद्ध का मैदान बनता जायेगा। परमात्मा कहते हैं, संस्कारों की रास करो। एक का संस्कार देखकर अपना संस्कार ऐसे करो तो जीवन एक सुन्दर डांस बन जायेगा। लेकिन उसका ऐसा संस्कार है तो मैं ऐसा मारूंगा, कलह-क्लेश, युद्ध का मैदान घर में बन जाता है। अपने संस्कार को दूसरे के साथ एडजस्ट करें। तो जो संस्कारों की रास करते जायेंगे उनके घर में जैसे सतयुग शुरू हो गया। सृष्टि कब बदलेगी इसका इंतज़ार नहीं करना। अगर उन्होंने हमें देखकर मुह मोड़ लिया तो क्या करेंगे? मैं प्रेम स्वरूप आत्मा हूँ, मैं दिव्य आत्मा हूँ। तो देवी-देवता, दिव्य आत्मा मतलब हरेक के संस्कार, हरेक के व्यवहार को देखते हुए भी उसको दुआएं दे कि ये आत्मा भी ठीक हो जायेगी, परमात्मा इस आत्मा को शक्ति दे। ये नहीं कि इस आत्मा ने मेरे साथ ऐसा क्यों किया? वो अन्दर से दर्द में है। इस समय यहाँ पर बहुत सारी बीमारियां चल रही हैं। किसी को ईर्ष्या की बीमारी है। किसी को डर की बीमारी है। किसी को निंदा करने की बीमारी है। इनको पहचानना है कि इस आत्मा को अन्दर कौन-सी बात का दर्द हो रहा है। जो खुद ही दर्द में है उससे क्या नाराज़ होना! परमात्मा कहते हैं, जिनको सारे राज़ पता है, वो कभी नाराज़ नहीं हो सकते हैं। नाराज़ वो आत्मा होती है जिसको राज़ ही नहीं पता किसी चीज का। कलियुग है, घोर कलियुग है, तो घोर कलियुग में बैटरी डाऊन है, ये राज़ हमें पता है तो नाराज़ कैसे होंगे किसी के साथ! तो आज से हर आत्मा के

प्रति बस दुआएं देनी हैं। मन से दुआएं देनी हैं। उसको देते-देते हमारी बैटरी भी चार्ज हो जायेगी और जिसको देंगे उसकी बैटरी भी चार्ज हो जायेगी।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - डॉ. कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 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।

पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

हमारा यह कहना है कि भले समय बदल रहा है लेकिन आप तो वही हैं ना! आपने थोड़े ही अपने विचारों को बदला है। सभी उन बातों से कहते हैं कि समय के हिसाब से चलना पड़ता है लेकिन हमारा संकल्प समय को मात देने वाला है। बस थोड़ा अपने को मान्यताओं से बाहर निकालना है। मत मानिये कि लोग क्या कह रहे हैं, भेड़ चाल की चाल में चलना, अपनी शक्तियों को खो देना है। हाँ ये जरूर हुआ है कि इतने दिन अपने किये संकल्पों पर ध्यान न देने के कारण संकल्प कुछ के कुछ हो गए हैं, लेकिन उससे दिशा बदली है, लेकिन दशा बदलने की ताकत आज

है, आप वही हैं। आपने अपना समय वैसा किया है। समय जब ठीक था, उस समय आप क्या कर रहे थे, किन संकल्पों में बिज्जी थे, याद है? नहीं ना। बस यही करना



आज समय बदल रहा है

को हम जैसा इस्तेमाल करें वैसा वो चलेगा। माना कि कुछ गलतियाँ आपसे हुई हैं लेकिन उन्हें सुधारने के बजाय, बार-बार खुद को कोसना कहाँ की बुद्धिमानी है! तो आओ एक बार फिर उठो, फिर दुबारा समय को अपनी मुट्ठी में बांध आगे बढ़ो।

जब कुछ उचित नहीं लगता है तो हम भगवान की दुहाई देते आगे बढ़ते जाते हैं, कितने वर्ष लोगों ने ऐसा करके निकाला है, फायदा-नुकसान क्या हुआ, किसी ने सोचा? नहीं ना! बस करते चले गए। लेकिन अब आगे का भी समय कर्म के आधार से ठीक करना है। इसलिए कर्म अच्छा ही करना पड़ेगा। इसमें कोई भी कॉम्प्रोमाइज नहीं कर सकता है। यहां ये नहीं चलेगा कि मैंने माँ के लिए,

सभी इस बात को लेकर कई बार बहुत परेशान होते हैं कि आज के दौर में कई बार ऐसे निर्णय लेने पड़ते हैं जो हमारा मन नहीं कहता, फिर भी करना पड़ता है। ऐसा सभी का मानना है, लेकिन ऐसा नहीं है। जीवन में हमेशा बातों का आना लाजिमी है। लेकिन निर्णय वही लें जो आपको सुकून दे।

भी आपके संकल्पों में उतनी ही है।

समय की धुरी जैसे चलनी है, वैसे चलनी है।

लेकिन उसे गति प्रदान करना हमारा काम है। हमें परमात्मा सिर्फ यही सिखाते हैं कि अपने संकल्पों पर विश्वास करना सीखो। आज तक आपने जो कुछ संकल्प किया

है कि हमें याद नहीं है कि हमने कुछ कभी ऐसा किया है, बस समय को दोष देते जा रहे हैं। अभी पूरी तरह से अपने को जगाने की जरूरत है। क्या जगाना है कि समय

मैंने पापा के लिए किया। नहीं कर्म तो कर्म है, अपने लिए सबकुछ आपने किया। इसलिए समझना है संकल्प और समय को।



शांतिवन। ग्लोबल सम्मिट कम एक्सपो में सीतापुर उ.प्र. के सांसद राजेश वर्मा को मोमेंटे देकर सम्मानित करते हुए राजयोगिनी दादी जानकी तथा राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय। साथ है राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी।



चाणम युगका लागि परमात्म शक्ति (God's Power for Golden Age) कार्यक्रमको राष्ट्रिय शुभारम्भ। कार्यक्रमको अध्यक्षता राजयोगिनी ब्र.कु. अमीरचंद। मंचासीन हैं केन्द्रीय मंत्री पदमा कुमारी, क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी, प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. प्रेम तथा अन्य अतिथिगण।



फरीदाबाद-हरियाणा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् नवनिर्वाचित विधायक सीमा त्रिखा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. कौशलया।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहले-02(2019-2020)

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

ऊपर से नीचे

1. रोज अपना...चेक करना है, बही खाता (4)
3. पास, करीब, समीप (4)
4. समाचार पत्र, खबरनामा (4)
5. ...तुम्हारी ओ प्यारे भगवन,पलक में भरके (3)
8. अति उत्साह, आवेश, उत्तेजना (2)
10. द्वापर से देवतायें...में चले गये,गिरती कला (4)
13. मुखिया, नायक, अगुआ (4)
14. परिणाम, नतीजा, लाभ (2)
15. ...चक्रधारी बन माया का गला काटना है (4)
17. शिक्षा, सावधानी (4)
19. स्वच्छ, پاک, शुद्ध (2)
20. नोन, लवण, सलोनापन (3)
21. धाव, चोट, जख्म (3)
22. सहायता, सहयोग (3)
24. दुवा, अशीर्वाद, शुभकामना (2)
26. स्थल, स्थान, ज़मीन (2)

बाएं से दाएं

1. सरोवर, तालाब (3)
2. श्रवण रस, सुनने से प्राप्त आनंद (4)
6. ...का चौर सौ लख का चौर (2)
7. मेल-मिलाप, आपसी सम्बन्ध (4)
9. दीवाल, भीत (3)
11. सशय, अनुमान (2)
12. थोड़ा, अल्प (2)
13. सिर, मस्तक, वाण (2)
14. माया ने तुम बच्चों को अमीर से...बना दिया (3)
15. वैकुण्ठ, सतोप्रधान दुनिया, बहिस्त (2)
16. नौकर, चाकर, सेवक (2)
18. भगवान का भोग, आशीर्वाद, कृपा (3)
20. नर्म, मुलायम, मृदुल (3)
21. यम, यमराज (2)
23. ज़मीन, धरती, पृथ्वी (2)
24. दुःखदायी, कष्टकारक (3)
25. कही गई बात, कथन (3)
27. कमाई, प्राप्ति (4)

ब्र.कु. राजेश, शान्तिवन



हसनपुर-हरियाणा। ब्रह्माकुमारिज मेडिकल विंग द्वारा आयोजित 'होलिस्टिक वेल-बीइंग : ए वे ऑफ लाइफ' विषयक कॉन्फ्रेंस के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. लक्ष्मी, डॉ. ब्र.कु. किरण, डॉ. ब्र.कु. मिनानी, ब्र.कु. इंदिरा, डॉ. गोविंद बैसला, डॉ. बाबूलाल, डॉ. रामसिंह, डॉ. ललित कुमार तथा अन्य।



छर्गा-उ.प्र.। वित्त चिकित्सा शिक्षा एवं प्राविधिक शिक्षा राज्यमंत्री संदीप सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रेखा, ब्र.कु. रितेश तथा अन्य।



कोटा-राज.। नवरात्रि कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए ओपन यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर आर.एल. गोदारा, नशामुक्ति केन्द्र अध्यक्ष व राष्ट्रपति अर्वाड से सम्मानित डॉ. आर.सी. सहनी व स्नेहलता सहनी, ब्र.कु. उर्मिला तथा ब्र.कु. ज्योति।



कोटा-राज.। केन्द्रीय कारागार में व्यसन मुक्ति एवं पुनर्वास केन्द्र के उदघाटन पश्चात् डी.जी.पी. एन.के.आर. रेड्डी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. उर्मिला तथा ब्र.कु. ज्योति,वल्लभनगर।



नवरंगपुर-ओडिशा। जिला प्रशासन की ओर से 50 साल की अवधि में अध्यात्म और राजयोग के क्षेत्र में उत्कृष्ट उपलब्धियों के लिए उप क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. नीलम को 'बेस्ट सिस्टर ऑफ द वर्ल्ड सर्टिफिकेट तथा मोमेंटो' देकर सम्मानित करते हुए कलेक्टर एंड डिस्ट्रिक्ट मजिस्ट्रेट डॉ. अजीत कुमार मिश्रा। साथ है डिविजनल फॉरेस्ट ऑफिसर रंजीत कुमार मालिक।



बिहार शरीफ-नालंदा(बिहार)। नवरात्रि पर चेतन्य देवियों की झँकी का शुभारम्भ करते हुए सी.जी.एम. प्रतिभा जी, थाना प्रभारी, ब्र.कु. अनुपमा, ब्र.कु. पूनम तथा अन्य।



सुन्नी-शिमला(हि.प्र.)। उपसेवाकेन्द्र के वार्षिकोत्सव कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राज्यपाल महोदय बंडारू दत्तात्रेय, ब.कु. प्रकाश, मा.आबू, ब.कु. अंजलि, हैदराबाद, उपसेवाकेन्द्र संचालिका ब.कु. शकुंतला तथा अन्य।



न्यू जर्सी-यू.एस.ए.। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् पिसकैटवे के मेयर व काउंसिल मैन के साथ राजयोगी ब.कु. अमीरचंद।



उकलाना मंडी-हरियाणा। रेलवे स्टेशन अधीक्षक राजीव वर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. दीपक, माउण्ट आबू तथा ब.कु. किरण।



वडोदा-उ.प्र.। इम्युसिका सिनेमा विशु पैलेस के मैनेजर एवं स्टाफ को ईश्वरीय संदेश के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब.कु. प्रवेश बहन तथा ब.कु. सोमा बहन।



भीम-देवगढ़(राज.)। थाना स्कूल में वृक्षारोपण करते हुए स्कूल के प्रिंसिपल, ब.कु. राधा, ब.कु. शैलवम, माउण्ट आबू तथा अन्य।



वाह-विहार। ब्रह्माकुमारीज द्वारा जेल में आध्यात्मिक जागरूकता कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में अधिकारियों एवं कैदी भाइयों के साथ ब.कु. बहनें।



बैंगनी रंग का बैंगन स्वास्थ्य के लिए कितना लाभकारी है, ये कम ही लोग जानते हैं। तो आइए जानते हैं कि ये किस तरह से लाभकारी है:-

स्वास्थ्य का खजाना है-बैंगन। इसमें कई प्रकार के विटामिन व खनिज होते हैं। इसमें कैलोरीज बहुत ही कम होती है। इसलिए यह हृदयरोगियों, मधुमेह व मोटे लोगों के लिए वरदान है। बी-समूह के विटामिनों से भरपूर है। विटामिन बी-1, बी-3, बी-5, बी-6, और बी-9 (फोलेट) इसमें प्रचुर मात्रा में होते हैं। इन विटामिन में वसा, कार्बोज की चयापचय क्रिया सुगम हो जाती है। विटामिन बी-5 हार्मोन प्रणाली व स्नायु प्रणाली को सक्रिय करता है और बी-3 पाचन तंत्र व त्वचा के लिए अत्यंत लाभकारी होता है। बी-9 शारीरिक व मानसिक विकास के लिए जरूरी है। विटामिन बी के अतिरिक्त बैंगन में विटामिन ए, सी, ई और के भी होते हैं। ये सभी विटामिन एण्टीऑक्सीडेंट्स हैं। हमारी रोग प्रतिरोधक प्रणाली को मजबूत बनाते हैं। विशेषतया इसमें-सुपरऑक्साइड

स्वास्थ्य कवच बैंगन

डिस्म्यूटेज नामक एंटी ऑक्सीडेंट होता है। ये एण्टी ऑक्सीडेंट हमें बुढ़ापे से बचाता है, सूजन से बचाता है, कैंसर रोधक है और स्नायु रोगों को भी रोकता है।

कैंसर के लिए तो बैंगन विशेष लाभकारी है। पैरों में होने वाली सूजन में बैंगन बहुत लाभकारी है। पोटाशियम से भरपूर है। 100 ग्राम बैंगन में 618 मि.ग्रा. पोटाशियम होता है। कोलेस्ट्रॉल पर नियंत्रण रहता है, जिससे उच्च रक्तचाप पर नियंत्रण रहता है और हृदय रोग से बचाव रहता है। बलगम नहीं जमने देता है। कोलेस्ट्रॉल भी एक प्रकार का कफ ही है। बैंगन खाने से बलगम पिघल कर बाहर निकल जाता है क्योंकि बैंगन गर्म होता है। इसलिए गर्भवती महिलाओं को विशेषतया गर्भवस्था के पहले तीन महीने और प्रसूति के बाद 40 दिन तक बैंगन कम खाने चाहिए। आँतों में रक्तस्राव को रोकने के लिए, आँतों के अल्सर के लिए बैंगन अद्भुत है। चाइनीज चिकित्सा पद्धति में इसका, इन रोग में बहुत प्रयोग लेते हैं। कभी-कभी मशरूम खाने से फूड पाइजनिंग हो जाती है, ऐसी स्थिति में बैंगन का रस पीने से अथवा भूनकर गूदा खाने से बहुत लाभ होता है।

तिल्ली बढ़ जाने पर प्रातः खाली पेट बैंगन को भूनकर शहद मिलाकर खाने से लाभ होता है। अनिद्रा में भी बैंगन भूनकर शहद के साथ खाएँ। टमाटर और बैंगन का सूप पीने से भूख अच्छी लगती है। पाचनशक्ति बढ़ती है। इसमें रेशा भी प्रचुर मात्रा में होता है, जो पाचन के लिए आवश्यक है।

पथरी में भी बैंगन का सूप पीना हितकर है। पथरी की आरम्भिक अवस्था में पथरी टूट कर निकल जाती है। बैंगन में लौह, मैंगनीज, जिंक जैसे खनिज भी प्रचुर मात्रा में होते हैं। कैल्शियम का भी भण्डार है- बैंगन। इससे हड्डियाँ मजबूत होती हैं। हीमोग्लोबिन की कमी नहीं होती है। लाल रक्तकण बनते हैं। 100 ग्राम में 8 ग्राम प्रोटीन भी होता है, जिससे माँसपेशियाँ सुदृढ़ होती हैं। बच्चों के लिए बैंगन खाना हितकर है।

बैंगन गैस बनने से रोकता है, परन्तु अम्लपित्त, एसिडिटी वालों को बैंगन नहीं खाना चाहिए। बवासीर, मिर्गी के दौर, छोटी माता तथा अधिक पसीना आने पर बैंगन लाभकारी है। बैंगन को भूनकर, टमाटर, हरी मिर्च, धनिया मिलाकर खाना स्वादिष्ट और स्वास्थ्यवर्द्धक भी होता है।

स्वास्थ्य



साक्षी भाव में रहना ही सच्चा योगी बनना है

अलग समय पर देखने पर भी उसमें फर्क पड़ जाता है, ऐसा वे समझते नहीं या जानते नहीं।

इस जगत की भीड़ में रहना, निरंतर दौड़भाग करते रहना, चिंता और टेंशन के बीच जीना इतना ज्यादा कठिन नहीं जितना कोई शांत और एकांत स्थान पर अकेले-अकेले, कोई भी प्रकार की प्रवृत्ति के बिना जीने का समय आये तो उसे सहन करना बहुत कठिन लगता है। कोई अच्छे, समझदार मानव को सभी सुविधा से भरे एक रूम में सिर्फ तीन महीने के लिए बंद कर दिया जाये तो शायद ही कोई ऐसा व्यक्ति निकल सकेगा जो कि पागल न हो जाये। बाकी तो अधिकतर लोग विक्षिप्त, शुनमुन और मानसिक रीति से बीमार हो जायेंगे। रूम में बहुत अच्छे प्रकार का खाद्य पदार्थ मिल जाता हो, सोने के लिए अच्छा बेड हो, अच्छे-अच्छे वस्त्र मिल जायें, सभी तरह की सुविधायें हों तो भी मनुष्य ज्यादा समय एकांत में रह ही नहीं सकता।

अनेक लोग आपको ऐसे कहते हुए या सुनते हुए मिलेंगे कि काम कर-कर के जैसे कि ऊब गये हैं, थक गये हैं। संसार की इस मायाजाल से और कामकाज से मुक्ति मिल जाये तो बहुत अच्छा। लेकिन उस व्यक्ति को एक रूम में शांति से परे-परे समय व्यतीत करते

हुए आराम करने को कहा जाये तो वो लम्बे समय तक रह नहीं सकेगा। उसके पास न्यूज पेपर, रेडियो, टीवी, कोई भी प्रकार की चीज़ न हो तो धीरे-धीरे वो व्यक्ति खुद के साथ खुद ही बात करना शुरू कर देगा। अकेले-अकेले बड़बड़ करेगा, बकवास करेगा। तीन महीने के अंत तक वो शायद पागल हो ही जायेगा! पागल का मतलब इतना है कि वो अपनी एक काल्पनिक दुनिया बना लेगा और उनके साथ बातें करना या उनके साथ लड़ना-झगड़ना शुरू कर देगा। ऐसी हरकतें दिखाई देनी शुरू हो जायेंगी।

दुनिया में दो प्रकार के लोग होते हैं। एक ऐसे लोग हैं जो दुःख को भूलने की कोशिश करते हैं। उसके लिए वे न्यूज पेपर, टीवी देखना, तास खेलना, खेल खेलना, पिकचर, पार्टी आदि में समय बर्बाद करेंगे या दारू या कोई न कोई व्यसन का शिकार हो जायेंगे। अलग-अलग स्त्री-पुरुषों को भोगने में अंदर का सुख भूल जाता है। जैसे ही उन्हें एकांत मिले, कोई व्यक्ति या कोई प्रवृत्ति न मिले तो पागल जैसा व्यवहार करने लग जायेंगे। दुःख को भूलने के तमाम प्रयास निष्फल जाये तब मनुष्य भीतर से विक्षिप्त बन जाता है। दुःख को भूलने का प्रयास कितना भी किया जाये, फिर भी दुःख तो अंदर ही होता है। मात्र उसे नये-नये आवरण से ढक दिया जाता है।

इसके विपरीत दूसरे प्रकार के मानव ऐसे होते हैं, जिन्हें दुःखों को भूलने में मज़ा नहीं आता।

अनुभव

कठिनाई में की परमात्मा ने मदद

मैं विमल राधा भालेराव, जलगांव महाराष्ट्र से हूँ। मैं इस ईश्वरीय मार्ग पर 12 वर्षों से राजयोग का अभ्यास करते हुए सुकून भरा जीवन जी रही हूँ। दस वर्ष की उम्र में ही मेरी शादी हो गई। शादी के बाद मैं और मेरे पति ने दसवीं पास की। इसके बाद मेरे पति को फौज में नौकरी लग गई। 24 साल की नौकरी पूरी करने के बाद उन्होंने जामनेर गांव, महा. में एम.सी.बी. में नौकरी की। वहाँ से रिटायर होने के छः महीने बाद ही उन्हें हार्ट अटैक आया और उन्होंने शरीर छोड़ दिया। मेरे पति के ना रहने का गम मुझे बहुत सताता। मैं बहुत दुःखी रहती। मेरी चार लड़की और दो लड़के हैं। मेरा छोटा लड़का जामनेर के शेंदुणी गांव में टीचर था, वो मुझे वहीं अपने पास ले गया। वहाँ हमारे पड़ोस में एक परिवार था जिसमें दोनों पति-पत्नी ब्रह्माकुमारीज से जुड़े हुए थे और रोज सेवाकेन्द्र पर जाकर ज्ञान का अध्ययन व राजयोग का अभ्यास किया करते थे। उन्होंने मुझे देखा तो मुझसे बात की और कहा कि माता जी, आप भी हमारे साथ सेवाकेन्द्र पर चलो। उन्होंने दो दिन मुझसे कहा तो मैंने कहा कि ठीक है, मैं आज आपके साथ चलूंगी।

मैं पहले दिन सेवाकेन्द्र पर गई। कुछ ईश्वरीय महावाक्य कानों में पड़े। वहाँ पर बजने वाला ईश्वरीय मधुर संगीत जैसे कि मेरे अंतरमन में उतरता जा रहा था। मुझे बहुत शांति की अनुभूति हो रही थी। मैंने अगले दिन से ही सात दिन का कोर्स करना आरंभ कर दिया। कोर्स के पश्चात् नित्य मुरली (ईश्वरीय महावाक्य) सुनती और बाबा की अलग-अलग किताबें पढ़ती। इसमें मुझे बहुत रस आता।

मैं सदा ज्ञान में मगन रहती। मुझे कई बार अलग-अलग समय पर शिव बाबा से जुड़ी अलग-अलग अनुभूतियाँ होतीं। एक बार मुरली सुनने से पूर्व मुझे ऐसी अनुभूति हुई जैसे कि मैं अशरीरी हो गई और मैं आत्मा अपने शरीर से निकलकर अपने ही शरीर को निहार रही हूँ। मैंने देखा कि मुझपर ऊपर से लाल प्रकाश की किरणें उतर रही हैं और मेरे मस्तक में आत्मा बिन्दु चमक रही है। ये अनुभूति कुछ पल की हुई।

इसके पश्चात् एक बार मैं दोपहर को योग में बैठी तो मुझे ऐसा लगा कि मेरे पीछे ब्रह्मा बाबा बैठा है, कुछ देर की ऐसी अनुभूति हुई। इसी प्रकार कभी कृष्ण और कभी नारायण के साक्षात्कार होते। कभी कभी तो योग में मैं अशरीरी हो जाती और वतन में बाबा से मिलन मनाती और बाबा से भिन्न-भिन्न प्रेरणाएं लेती।

कुछ समय पश्चात् मेरा परिवार जामनेर आ गया और हम वहीं रहने लगे। उसके बाद हमें एक मास की सेवा हेतु माउण्ट आबू के ज्ञानसरोवर में आना हुआ। मेरे साथ एक माता और थी। एक मास सेवा के पश्चात् जब वापिस जाने का समय आया तो हम दोनों मातायें अपनी ट्रेन के

प्लेटफॉर्म पर करना है तो हम आपका सामान नहीं ले जा पायेंगे। फिर हम बाबा की याद में वहीं खड़े हो गए और बाबा को कहने लगे कि बाबा अब आप ही हमारी मदद करो। इतने में एक ब्रह्माकुमार भाई हमारे पास आया और बोला कि चलो माता मेरे साथ। मैं आपको दूसरे प्लेटफॉर्म पर पहुंचा देता हूँ। उस भाई ने हम दोनों माताओं का बैग एक कंधे पर और एक हाथ में ले लिया और चलने लगा। हम भी उसके पीछे-पीछे चलते हुए दूसरे प्लेटफॉर्म पर आ गये। फिर मैंने उस भाई से कहा कि हमने तो टिकट भी नहीं ली है। फिर उस भाई ने कहा कि एक माता यहाँ सामान के पास खड़ी हो जाए और एक माता मेरे साथ चले। फिर उसके साथ आकर मैंने टिकट ले ली।

विमल राधा भालेराव, जलगांव, महा.

फिर उस भाई ने कहा, अब आप उस माता के पास चले जाओ। फिर मैंने उस पार जाने के लिए अभी सीढ़ी पर पांव ही रखे थे कि पीछे मुड़कर उस भाई को देखना चाहा तो दूर-दूर तक कोई भाई दिखाई ही नहीं दिया। ये तो सिर्फ मेरे बाबा की कमाल ही थी। वो हम माताओं की मदद करने एक भाई के रूप में आ गया! जब हम दोनों माताओं को ये अनुभव हुआ तो हम मन ही मन खुशी में झूमने लगे कि बाबा को हम बूढ़ी माताओं की तकलीफ देखी नहीं गई, वो स्वयं हमारी मदद करने पहुंच गया! आपका कोटि-कोटि धन्यवाद है बाबा! आप अपने बच्चे को कभी भी परेशानी में नहीं देख सकते। आप धन्य हो बाबा, आप धन्य हो।

मैं बचपन से ही अपनी माँ के साथ शिव की उपासना करती, उनके साथ शिव के मंदिर जाती और शिव के दर्शन की आश रखती। लेकिन मुझे क्या पता था कि वो साक्षात् ही मुझे मिल जायेगा! मेरा सहयोगी, मेरा साथी, मेरा सहारा बन जायेगा! अब तो मेरा मुख एक ही गीत गुणगुनाता है, मेरा तो एक शिवबाबा, दूसरा न कोई...!!!

भगवान मदद करता है, यह हमने सुना तो था, पर विश्वास में वो बात नहीं उतरती थी। पर जब सारे व्यक्ति-वस्तुओं का स्थूल सहारा खत्म हो जाता तब सच्चे हृदय से परमात्मा को याद करने पर वो हमारी मदद करने अवश्य आता है। वो अपने बच्चों को कठिनाइयों में देख नहीं सकता। ऐसा ही मेरे साथ हुआ, बस मैंने कहा, वो अपने तरीके से मेरी मदद कर चला भी गया...

समय अनुरूप आबू रोड रेलवे स्टेशन पर जाकर ट्रेन आने का इंतजार करने लगे। तभी हमें पता चला कि ट्रेन इस प्लेटफॉर्म पर न आकर दूसरे प्लेटफॉर्म पर आ रही है। दूसरे प्लेटफॉर्म पर जाने के लिए एक लम्बा ओवर ब्रिज पार करना था और हम दोनों सिर्फ मातायें और हमारे पास सामान थोड़ा ज़्यादा था, जिसे लेकर पार करना बहुत मुश्किल था। ऐसी हालत में मैंने वहाँ पर ट्रेन के इंतजार में खड़े एक-दो भाइयों से कहा कि आप हमारा सामान दूसरे प्लेटफॉर्म पर पहुंचाने में हमारी मदद करें। लेकिन उन्होंने कहा कि हमारे पास भी सामान बहुत ज़्यादा है और हमें भी



अमेठी-उ.प्र.। ज्ञानचर्चा के पश्चात् अमेठी की रानी व पूर्व शिक्षा मंत्री अमीता सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुषमा।



गुवाहाटी-रूपनगर(असम)। सेवाकेन्द्र पर सात दिवसीय राजयोग में डिटेनशन कोर्स करने के पश्चात् ग्राम विकास एवं पंचायती राज्यमंत्री नव कुमार डोले व उनके परिवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए उप क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. शोला।



गंगोह-सहारनपुर(उ.प्र.)। लोकसभा कैराना सांसद प्रदीप चौधरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भारतभूषण, ब्र.कु. संतोष तथा ब्र.कु. रानी।



हाजीपुर-बिहार। नवरात्रि पर आयोजित चैतन्य देवियों की झाँकी के उद्घाटन पश्चात् विधायक अवधेश सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अंजली। साथ हैं ब्र.कु. आरती व ब्र.कु. एस.डी. भाई।



वरेली-उ.प्र.। जयनारायण इंटर कॉलेज के बच्चों को नैतिक मूल्यों एवं जीवन में सफलता के सूत्रों व जीवन में कभी भी व्यसन न करने की शिक्षा देते हुए ब्र.कु. डॉ. सचिन परब।



धुनेश्वर-ओडिशा। नवरात्रि पर्व पर चैतन्य देवियों की झाँकी के उद्घाटन पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. चार्ली, नेशनल कोऑर्डिनेटर, ऑस्ट्रेलिया, ब्र.कु. लीना, ब्र.कु. दुर्गा तथा ब्र.कु. कल्पना।



जमशेदपुर-झारखंड। दुर्गा पूजा पर आयोजित चैतन्य देवियों की झाँकी का शुभारंभ करते हुए फूड एंड सल्लाई मिनिस्टर सरयू राय, समाजवादी मनमोहन सचदेवा, ब्र.कु. संजू तथा अन्य।



कादमा-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज एवं पवनधोर हॉस्पिटल, भिवानी के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित आँखों के निःशुल्क चिकित्सा जाँच शिविर के पश्चात् चित्र में डॉ. तरुण, डॉ. संदीप, डॉ. पवन सुखबीर, बहन हसीना, डॉ. सुभाष भाई, दीपक शर्मा, ब्र.कु. वसुधा तथा अन्य।



आस्का-ओडिशा। नवरात्रि पर चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् उपस्थित हैं विधायक मंजुला स्वैन, ब्र.कु. प्रवाती तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।



गवा-ए.पी. कॉलेजी। आध्यात्मिक कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए रेलवे सुपरीन्टेंडेंट श्री कृष्ण त्रिपाठी, रेलवे डायरेक्टर, रेलवे एम्प्लॉय, ब्र.कु. सुनीता तथा अन्य।

मन को समझ गये तो उसे चलाना आसान हो जायेगा

गतांक से आगे... जब बाहरी बातों से प्रभावित हो जाते हैं तो फिर धीरे-धीरे नेगेटिव भावनायें मन के अन्दर क्रियेट होने लगती हैं। इसीलिए प्रभाव में नहीं आओ क्योंकि जो प्रभाव में आया उसके ऊपर दबाव आयेगा। और दबाव आयेगा तो तनाव आयेगा ही आयेगा, बढ़ेगा ही बढ़ेगा। तो तनाव जब बढ़ा, अधीनता आ गई। इसीलिए नेगेटिव विचारों की जड़ यही बात है। अब उसको खत्म करना है तो कैसे करें? क्योंकि प्रभाव कौन कौन सी चीजों को खत्म कर देता है, इस तरह हमें गिरती कला की ओर ले जाता है। नीचे उतार देता है। ये विधि या रास्ता बताया है उसका। जब भी आप किसी की बातों के प्रभाव में आ गये, जब भी आप किसी चीज के प्रभाव में आ गये, जब भी आप किसी भी समस्या के प्रभाव में आ गये तो आपके अन्दर पॉजिटिव विचार खत्म हो जायेंगे और आपके अन्दर एक तरह की डिपेंडेंसी आ जायेगी कि वो व्यक्ति जैसा चाहे वैसा आप करने लगोगे। वो चीज भी आपको अधीन कर देती है, नींद हराम कर देगी, नींद नहीं आने देगी, आपको शांति से बैठना है तो शांति से बैठने नहीं देगी। डिपेंडेंसी आ जाती है और जैसे ही डिपेंडेंसी आई, आपका सेल्फ रिस्पेक्ट, स्वमान, स्वाभिमान खत्म हो जाता है। क्योंकि अधीनता आने से अभिमान आ जाता है। उसके आने के कारण हम और ज्यादा अधीनता को स्वीकार करने लगते हैं। ज्यादा चाहिए, और ज्यादा चाहिए क्योंकि रास्ता नहीं मिल रहा है। एक के बाद दूसरी अधीनता लगातार चलने लगती है।

अधीनता जब जीवन के अन्दर आ जाती है तो क्लियरिटी खत्म होने लगती है। कन्फ्यूजन शुरू हो जाता है और माइंड इतना कन्फ्यूज हो जाता है कि फिर ये कन्फ्यूज्ड माइंड सिर्फ पॉजिटिव सोचने की क्षमता नहीं रखता है।



-डॉ. कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

रखता है। और इसीलिए फिर जीवन में गलतियां होने लगती हैं, गलतियों पर गलतियां होती हैं और फिर गलत डिजीजन ले लेते हैं। और जब गलत डिजीजन का परिणाम भुगतना पड़ता है तो वेस्ट ऑफ टाइम, वेस्ट ऑफ एनर्जी, सब वेस्ट होने लगता है। इसलिए इससे हम अपने आपको बचाएं। इनके प्रभावों से बचने की आवश्यकता है। क्योंकि ये अधीनता नहीं तो फिर जब भी कोई घटना आती है, जब भी कोई समस्या, परिस्थिति आती है तो ये

घटना, परिस्थिति, समस्या, हमसे एक प्रत्युत्तर की मांग करती है। एक रिस्पॉन्स की डिमांड करती है। और जब ये प्रत्युत्तर की मांग करती है तो ये प्रत्युत्तर कहाँ से निकलता है? और यहाँ मान लो कि मेरे प्रत्युत्तर में नेगेटिव भावनायें आ गईं, ये नेगेटिव भावनायें कहाँ से निकलेंगी? वो हमारे बिहेवियर से बाहर आती है। गुस्से के रूप में बाहर आती है और ये बिहेवियर उस घटना में, उस परिस्थिति में शामिल होता है। तो ये घटना जो आई, ये घटना एक नेगेटिव प्रत्युत्तर क्रियेट करती है। ये प्रभावित करती है हमारे व्यवहार को। कैसे हमारे इन्फ्ल्यूएन्स के अधीन हो जाते हैं और जब हमारे व्यवहार को इन्फ्ल्यूएन्स करती है तो उस घटना में, समस्या में शामिल हो जाता है। तो समस्यायें, परिस्थिति, प्रॉब्लम्स जो भी आते हैं, ये प्रत्युत्तर मांग करते हैं और अगर प्रत्युत्तर में नकारात्मकता आ गई, नकारात्मक भावनायें आ गईं, ये प्रभावित करती हैं हमारे व्यवहार को। जब ये यहाँ से निकलती है तो ये जाकर मिलती है उस व्यवहार में, उस परिस्थिति में शामिल हो जाती है। तो ये घटना उलझेगी या सुलझेगी? उलझेगी। सुलझेगी तो नहीं। कैसे गलतियों पर गलतियां होती हैं। अब उलझेगी, सुलझेगी नहीं। इसीलिए उसने प्रत्युत्तर की मांग की। और ज़्यादा गुस्सा आया। और ज़्यादा व्यवहार आपका निकला ऐसा। फिर से जाके उसमें शामिल हुआ। उलझेगी या सुलझेगी? और उलझेगी। ऐसे उलझते-उलझते छोटी सी बात, राई जैसी बात पहाड़ बन जाती है।

- क्रमशः

साक्षी भाव में रहना ही... - पेज 6 का शेष

वे उसे भूलने में रुचि नहीं रखते। पीड़ा शामक, पेन किलर, औषधि लेकर अपने दर्द को दबाते नहीं हैं। इस प्रकार के मनुष्य दुःख के जड़ में जाते हैं और जड़ से ही दुःख को दूर करने का प्रयास करते हैं। जैसे कि ध्यान, मेडिटेशन, प्रेम, अध्यात्म, अंतर्त्यात्रा के तमाम प्रकार के उपाय आजमाते हैं। वे लोग दुःख को जड़ मूल से दूर कर सकते हैं। रहते तो इसी दुनिया में हैं लेकिन दुःख उन्हें स्पर्श भी नहीं कर सकता। वे अपना साक्षी भाव बनाकर जीते हैं। जीवन में जो कुछ भी मिलता है, सुख या दुःख, वे सबको अपने मन में स्वीकार कर लेते हैं। प्रभु प्रसाद की तरह हरेक परिस्थिति को अपनाकर जीते भी हैं और उसको प्रेम भी करते हैं। ऐसे लोगों को कोई भी परिस्थिति दुःखी नहीं कर सकती। इस तरह के कैटेगरी वाले लोगों को हम योगी कहते हैं। योगी माना वो जो हर परिस्थिति में सच्चाई व वास्तविकता को उसी रूप में स्वीकार करता है और उससे अप्रभावित रहता है।

तो आपने देखा, दो तरह के लोग जो समान परिस्थितियां होते भी एक वे जो एकांत का आनंद नहीं ले पाते, उसका लुप्त नहीं उठा पाते, जबकि दूसरे प्रकार के वे लोग जो हर परिस्थिति में जीना जानते हैं और उसका लुप्त उठाते हैं। उनके मन में रहता कि उनका ये जीवन उन्हें प्रभु प्रसाद के रूप में मिला है, उसे जीना है, बस जीना है। तो जो प्रवृत्तिशील और प्रगतिशील रहते हुए भी साक्षी भाव में रहते हैं वे ही सच्चे योगी कहलाते हैं। अगर इतिहास में भी हम देखें तो गांधी जी, नेल्सन मंडेला आदि महान व्यक्तियों ने अपने कारावास में भी स्वसर्जन करके, एक नई रचना रचकर दुनिया को दिया और जिया भी। जिसको आज हम चाह कर भी भूल नहीं पाते।



राँची-झारखण्ड। नवरात्रि कार्यक्रम का शुभारंभ करने के पश्चात् सम्बोधित करते हुए डी.के. सिंह, डायरेक्टर, राजेन्द्र इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइंसेस। साथ हैं ब्रिगेडियर बी.जी. पाठक, सैनिक कल्याण निदेशालय, राजेन्द्र सरावगी, अध्यक्ष, सेवा सदन, आर. डी. सिंह, नेशनल प्रेसीडेंट, पेट्रोल एंड डीजल एसोसिएशन, ए.के. सिंह, हेड, हॉर्टिकल्चर रिसर्च इंस्टीट्यूट, आई.सी.ए.आर. राँची, विष्णु बुधिया, समाज सेवी, दीपक रंगटा, डायरेक्टर, आनंदिता स्टील तथा ब्र.कु. निर्मला।



पानसा-पंजाब। महात्मा गांधी की 150वीं जयंती पर वृक्षारोपण करते हुए ब्र.कु. सुदेश दीदी, ब्र.कु. रोता, ब्र.कु. सुनीता तथा अन्य।



सोनीपत-हरियाणा। रिट्रीट सेंटर में पंजाब ज़ोन की सोनियर टीचर्स के लिए आयोजित पाँच दिवसीय 'समाप्ति एंड द फाइनल स्टेज' रिट्रीट के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. मीरा दीदी, मलेशिया, ब्र.कु. आशा दीदी, ओ.आर. सी. दिल्ली, ब्र.कु. अमीरचंद तथा सभी सोनियर टीचर्स।



! यह जीवन है !

लोगों का आदर केवल उनकी शक्त या सम्पत्ति के कारण नहीं करना चाहिए बल्कि उनकी उदारता के कारण करना चाहिए। हम सूरज की कद्र उसकी ऊंचाई के कारण नहीं करते बल्कि उसकी उपयोगिता के कारण करते हैं। अतः व्यक्ति नहीं व्यक्तित्व आदरणीय है।



ख्यालों के आईने में...

विचारों की खूबसूरती कहीं से भी मिले चुरा लो, क्योंकि चेहरे की खूबसूरती तो उमर के साथ बदल जाती है, मगर विचारों की खूबसूरती हमेशा दिलों में अमर रहती है।

शब्द से ज़्यादा महत्व भावना का होता है अर्थात् हम क्या कहते हैं ये उतना महत्व नहीं रखता बल्कि हम किस भावना से कहते हैं वो ज़्यादा महत्वपूर्ण होता है।



रानी-राज। मैराथन रेस का हरी झंडी दिखाकर शुभारंभ करते हुए तहसीलदार जितेन्द्र राठोड़, बी.डी.ओ. नवीन कुमावत, डॉ. जीतेन्द्र राजपुरोहित, बी.सी.एम. एच.ओ., ब्र.कु. मोहन व ब्र.कु. भानू, माउण्ट आबू तथा अन्य।

कथा सरिता



एक राजा के पास सुंदर घोड़ी थी। कई बार युद्ध में इस घोड़ी ने राजा के प्राण बचाए और घोड़ी राजा के लिए पूरी वफादार थी। कुछ दिनों के बाद इस घोड़ी ने एक बच्चे को जन्म दिया। बच्चा काना पैदा हुआ, पर शरीर हूट-पुट व सुडौल था। बच्चा बड़ा हुआ, बच्चे ने माँ से पूछा, माँ, मैं बहुत बलवान हूँ, पर काना हूँ, यह कैसे हो गया? इस पर घोड़ी बोली, बेटा जब मैं गर्भवती थी, तब राजा ने मेरे ऊपर सवारी करते समय मुझे एक कोड़ा मार दिया, जिसके कारण तू काना हो गया। यह बात सुनकर बच्चे को राजा पर गुस्सा आया और माँ से बोला, माँ मैं इसका बदला लूंगा।

माँ ने कहा, राजा ने हमारा पालन-पोषण किया है। तू जो स्वस्थ है, सुन्दर है, उसी के पोषण से तो है। यदि राजा को एक बार गुस्सा आ गया, तो इसका अर्थ यह

नहीं है कि हम उसे क्षति पहुँचाएँ। मगर उस बच्चे के समझ में कुछ नहीं आया। उसने मन ही मन राजा से बदला लेने की ठान ली। वह

संस्कारों से ही उत्पन्न होते हैं मन के व्यवहार

लगातार राजा से बदला लेने के बारे में सोचता रहता था और एक दिन यह मौका घोड़े को मिल गया। राजा उसे युद्ध पर ले गया। युद्ध लड़ते-लड़ते राजा एक जगह घायल हो गया। घोड़े के पास राजा को युद्ध के मैदान में छोड़कर भाग निकलने का पूरा मौका था। यदि वह ऐसा करता, तो राजा या तो पकड़ा जाता या दुश्मनों के हाथों मार दिया जाता। मगर उस वक्त घोड़े के मन में ऐसा कोई ख्याल नहीं आया और वह राजा को तुरंत उठाकर वापिस महल ले आया। इस पर घोड़े को ताजुब हुआ और उसने माँ से पूछा, माँ आज राजा से बदला लेने का अच्छा मौका था, पर युद्ध के मैदान में बदला लेने का ख्याल ही नहीं आया और न ही राजा से बदला ले पाया। मन ने गवाही नहीं दी राजा से बदला लेने की, ऐसा क्यों

हुआ? इस पर घोड़ी हँसकर बोली, बेटा तेरे खून में और तेरे संस्कार में धोखा है ही नहीं। तू जानबूझकर तो धोखा दे ही नहीं सकता है। तुझसे नमक हरामी हो नहीं सकती, क्योंकि तेरी नस्ल में तेरी माँ का ही तो अंश है। मेरे संस्कार और सीख को तू कैसे झुठला सकता था! शिक्षा : वाकई यह सत्य है कि जैसे हमारे संस्कार होते हैं, वैसा ही हमारे मन का व्यवहार होता है। हमारे पारिवारिक संस्कार अवचेतन मस्तिष्क में गहरे बैठ जाते हैं। माता-पिता जिस संस्कार के होते हैं, उनके बच्चे भी उन्हीं संस्कारों के होते हैं, उनके बच्चे भी उन्हीं संस्कारों को लेकर पैदा होते हैं। हमारे कर्म ही संस्कार बनते हैं और संस्कार ही प्रारब्धों का रूप लेते हैं। यदि हम कर्मों को सही व बेहतर दिशा दे दें, तो संस्कार अच्छे बनेंगे और संस्कार अच्छे बनेंगे तो जो प्रारब्ध का फल बनेगा, वह अच्छा होगा।

एक देर बाद फिर राजा की छाती पर आकर बैठ जाती। यह देखकर बन्दर गुस्से से लाल हो गया। गुस्से में मक्खी को मारने के लिए हथियार ढूँढ़ने लगा। कुछ दूर ही उसे राजा की तलवार दिखाई दी। उसने वो तलवार उठाई और गुस्से में मक्खी को मारने के लिए पूरे बल से तलवार राजा की

राजा और सेवक बन्दर

थे। वह बन्दर भी शयन के पास बैठ कर राजा को एक पंखे से हवा कर रहा था। तभी एक मक्खी आई और राजा की छाती पर आकर बैठ गयी। जब बन्दर ने उस मक्खी को बैठा देखा तो उसने उसे उड़ाने का प्रयास किया। हर बार वो मक्खी उड़ती और

छाती पर मार दी। इससे पहले कि तलवार मक्खी को लगती, मक्खी वहाँ से उड़ गयी। बन्दर के बल से किये गए वार से मक्खी तो नहीं मरी मगर उससे राजा की मृत्यु अवश्य हो गयी।

शिक्षा : अगर किसी को अपना सेवक बनायें तो सोच-समझ कर बनायें।

एक बार एक महिला अपने कुछ दोस्तों के साथ होटल में खाना खाने गई। होटल कोई ज्यादा बड़ा नहीं था। ढाबे जैसा था। सब लोग बैठ गए और खाना खाने लगे। तभी कहीं से एक कॉकरोच उड़कर उस महिला के कंधे पर आकर बैठ गया। बस फिर क्या था, महिला चीखने-चिल्लाने लगी। उसे देखकर उसके दोस्त ही नहीं बल्कि होटल के और लोग भी चिल्लाने लगे। महिला की चीख-पुकार और उछल-कूद देखकर कॉकरोच ने फिर उड़ान भरी और इस बार दूसरी टेबल पर बैठी एक महिला के कान पर जाकर बैठ गया। पिछली बार की तरह इस बार भी महिला चीखने-चिल्लाने लगी। वहीं पीछे एक वेटर खड़ा था जो सब कुछ देख रहा था। जब तक वह कुछ समझता, कॉकरोच फिर से उड़कर वेटर की नाक पर

चुनौतियों को देखने का नज़रिया

को हाथ से पकड़ कर होटल के बाहर फेंक दिया। अब सोचने वाली बात यह है कि केवल कॉकरोच के किसी के ऊपर बैठ जाने से होटल में इतनी हलचल मच गई। लेकिन कॉकरोच तो वेटर के ऊपर भी बैठा था। लेकिन वह एकदम शांत था और समस्या का हल निकाला। अगर वेटर भी घबरा जाता और चीखने चिल्लाने लगता तो वह भी स्थिति को काबू नहीं कर पाता और समस्या का समाधान नहीं ढूँढ़ पाता। इस कहानी से यही सारांश निकलता है कि हमारी सफलता इसी बात पर निर्भर करती है कि हम चुनौतियों के प्रति कैसी प्रतिक्रिया व्यक्त करते हैं।



पटना सिटी-गाय घाट(विहार)। नवरात्रि पर आयोजित चैतन्य देवियों को झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में पथ निर्माण राज्यमंत्री नंद किशोर यादव, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी, ब्र.कु. बबोता तथा अन्य।



सिरसागंज-फिरोज़ाबाद(उ.प्र.)। सांसद डॉ. चन्द्रसेन जादौन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीतांजलि। साथ है ब्र.कु. शिल्पी तथा जेनुलाबदिन भाई।



भरतपुर-राज.। जिला कलेक्टर चेतन देवराज को 'म्हारी राजस्थान समृद्ध राजस्थान' अभियान की जानकारी देने के पश्चात् ईश्वरीय पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. शिवली, ब्र.कु. अनोता तथा ब्र.कु. भाई।



बहादुरगढ़-हरियाणा। पी.डी.एम. युनिवर्सिटी में ब्रह्माकुमारों के मेडिकल विंग द्वारा आयोजित अभियान का स्वागत किये जाने के पश्चात् कॉलेज के प्रिन्सीपल मनदीप सिंह विर्दी तथा आरोग्य मेडिकल केयर के डायरेक्टर डॉ. एम.डी. गुप्ता को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. विनीता, ब्र.कु. लक्ष्मी, ब्र.कु. उमा, ब्र.कु. सुरेन्द्र तथा ब्र.कु. रल।



सिमरगढ़ी-सुपौल(विहार)। नवरात्रि के उपलक्ष्य में आयोजित चैतन्य देवियों की झाँकी को शोभा यात्रा का शुभारम्भ करते हुए समाजसेवी एवं पूर्व मुखिया प्रो. वैद्यनाथ प्रसाद भगत, उप-प्रमुख सतीश कुमार सिंह, सेन्ट्रल बैंक मैनेजर सचिन कुमार सिंह, एल.आई.सी. ऑफिसर नगिना भगत, क्षेत्रीय निर्देशिका ब्र.कु. रजू, ब्र.कु. बबोता, ब्र.कु. जानकी, ब्र.कु. किशोर तथा अन्य।



छपरोली-उ.प्र.। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् विधायक सहेन्द्र सिंह के साथ ब्र.कु. बीना तथा अन्य।

सम्बन्ध प्रगाढ़ तब बने, जब सच्चाई सफाई हो

आपको पता हो कि व्यक्ति जब कहीं जल जाता है, आग से या भाप से तो काफी दिन तक उस जले हुए स्थान पर थोड़ी देर के लिए यदि आग या भाप लग जाये तो वह घाव ताज़ा हो जाता है। जब वह घाव ठीक हो जाता है तो भी आग देखने के बाद वो स्थिति हमें याद आ जाती है। इसी तरह हमने कोई भी कर्म किया हो, गुस्सा किया हो, तो बीच-बीच में वो बात हमें याद आ जाती है कि एक बार आप इस बात के लिए नाराज़ हुए थे या गुस्सा किया था। इन बातों को कहने के पीछे एक राज है कि जब भी किसी सम्बंध में खटास आयी तो कहीं न कहीं हमने कुछ ऐसा किया जो हमें मालूम नहीं चला, लेकिन हो गया। कारण क्या है? जैसे हम किसी सम्बंध को ध्यान से देखें, उसको जीवित रखने का आधार विश्वास होता है। लेकिन उस विश्वास में थोड़ा भी संदेह हो गया या कुछ भी हल्का सा धुंधलापन आये तो वह सम्बंध बिखरने लगेगा। हर सम्बंध में आज सच्चाई-सफाई के अभाव के कारण यह स्थिति है। सभी के सामने कहते हैं कि यह हमारे मामा, हमारे चाचा, हमारी बुआ बहुत अच्छे हैं, लेकिन उस व्यक्ति के जाने के बाद कहते कि, तारीफ करनी पड़ती है। अब ये तो सच्चाई-सफाई नहीं हुई ना। अंदर एक, बाहर दो वाली स्थिति है। चाहे बातचीत में हम एक दूसरे के साथ कितने भी अच्छे क्यों ना हों, लेकिन एक दूसरे के साथ साफ नहीं हैं। सफाई न होने के

कारण सम्बंध नजदीक होते भी दूर-दूर नज़र आते हैं। आज कोई भी रिश्ता ले लीजिए, चाहे पति-पत्नी का, माँ-बेटे का, पिता-पुत्र का हो। बेटा कहेगा, पापा वैसे बहुत अच्छे हैं, लेकिन कहीं-

बहुत प्रयास हम करते हैं कि सबकुछ अच्छा चले, चलता भी है, लेकिन होता क्या है बीच में कि इतना कुछ हम सम्बंधों के लिए करते व सोचते हैं, फिर भी बीच में कुछ खटास या भारीपन-सा आ जाता है। ज़्यादा देर तक ना भी चले, लेकिन एक बार यदि ऐसा हुआ तो बार-बार मन में वो बात आ जाती है कि एक बार तो इसने ऐसा किया था। तो क्या कारण है इसके पीछे...?

कहीं गलती कर देते हैं, अब ये सफाई नहीं है। पापा के पास ये वायब्रेशन्स बीच-बीच में पहुँचते रहते हैं। वैसे ही किसी भी रिश्ते में यह बातें इतनी

गहराई से जुड़ी हुई हैं कि कोई भी पूरी तरह से किसी के दिल पर असर नहीं छोड़ पा रहा है। वैसे ही यहाँ परमात्मा भी हम बच्चों के साथ निरंतर यह बोलते ही रहते हैं कि बच्चे आप सच्चे व साफ

कहीं उनका कुछ न कुछ कनेक्शन ज़रूर है। तो वह भगवान के साथ भी रहना चाहते हैं और सभी के साथ भी गहराई से जुड़े हैं। अब आप बताएं कि कहाँ से सम्बंध प्रगाढ़ होंगे! इसलिए यदि सबकुछ सम्बंधों में प्राप्ति करना चाहते हैं तो एक



डॉ. कु. अनुज, दिल्ली



बनो तभी परमात्मा के दिल पर चढ़ेंगे। परमात्मा कहते हैं कि बच्चे हमसे बार-बार कहते कि हम तो बस आपके ही हैं, लेकिन साथ-साथ कहीं न

के साथ, वह भी सच्चाई और सफाई के साथ जुड़े। फिर देखिए कितना बड़ा चमत्कार होता है...!

उपलब्ध पुस्तकें जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न- मैं एक कन्या हूँ। मेरे अंकल ही हमारे ऊपर बहुत तंत्र-मंत्र करते हैं। वो चाहते हैं कि केवल उनका नाम ही हो, हमारा नहीं। हम उनसे बहुत तंग आ चुके हैं। इससे बचने का हम क्या-क्या उपाय करें?

उत्तर- दूसरों पर तंत्र-मंत्र का प्रयोग करके कई लोग बहुत पाप कर रहे हैं। ऐसे लोगों की दुर्गति तो निश्चित है, पर आपके साथ तो स्वयं भगवान है। आपको तो थोड़ा कष्ट ही हो सकता है, बाकी तंत्र-मंत्र की शक्ति राजयोग की शक्ति के आगे गौण है। आप अपने अंकल के लिए शुभ-भावनाएँ रखा करो। भले ही वे आपके लिए शत्रुता रखते हैं, पर आप उनके लिए मित्र बन कर रहो।

आप अपने घर में आधे-आधे घण्टे इस स्वमान से योग किया करो कि मैं मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ और सर्वशक्तियों की किरणें मुझमें समाकर पूरे घर में फैल रही हैं।

दूसरी बात, सारा दिन इस स्वमान का अभ्यास करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ और तीसरी बात, एक लोटे में पानी लेना, उसे दृष्टि देकर 21 बार ये संकल्प करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ और फिर रोज उस पानी को पूरे घर में छिड़क देना। इससे उसके तंत्र-मंत्र के सभी प्रयोग नष्ट होते रहेंगे और राजयोग के समक्ष उसे हार माननी पड़ेगी।

प्रश्न- बाबा से मिलने के बाद मेरे जीवन में सुख-शान्ति आ गई। मेरी जन्म-जन्म की प्यास बुझ गई। परंतु मेरे परिवार में अभी भी अशान्ति बनी रहती है, कोई न कोई विघ्न आते ही रहते हैं। मैं इनसे मुक्ति का उपाय जानना चाहता हूँ?

उत्तर- आप यदि अमृतवेला उठकर बहुत पावरफुल योग करेंगे तो आपके घर के अनेक विघ्न हट जायेंगे। घर को निर्विघ्न व सुख-शान्ति सम्पन्न बनाने के लिए घर के वायब्रेशन्स को खुशी व प्रेम से भरना आवश्यक है। जिस परिवार में खुशी व प्रेम होगा, वहाँ अपदाएं-विपदाएं ठहरेंगी ही नहीं। खुशी के लिए एक ही बात करें कि हर बात को हल्का करके जल्दी से जल्दी समाप्त किया

करें। कुछ लोगों की आदत होती है बातों को लम्बा खींचने की, वे बातों को समाप्त करते ही नहीं। इससे सबकी खुशी नष्ट होती है। आपसी प्रेम बढ़ाने के लिए सभी को इस नज़र से देखो कि ये सब आत्माएं देवकुल की महान् आत्माएं हैं।

घर निर्विघ्न रहे इसके लिए अपने घर में, दुकान में या ऑफिस में 5 बार बापदादा का आह्वान करें और यह फील करें कि बापदादा आपके घर में आ गये और आपके अंग-अंग से चारो ओर किरणें फैल रही हैं। तीसरी बात, घर में तीन बार दस-दस मिनट बैठकर इस तरह से योग करो कि मैं मास्टर ज्ञानसूर्य हूँ और ज्ञान सूर्य की किरणें मुझ पर पड़ रही हैं,



फिर वो पूरे घर में फैल रही हैं। ऐसा करना नियम बना लो तो विनाशकाल में भी सुखद अनुभव होंगे।

“आत्मा का स्वधर्म पवित्रता है”
“ जो आत्मा की वास्तविक ज़रूरत है”
संसारिक भोग विलास यदि मनुष्य आत्मा का

मन की खुशी और सच्ची शांति के लिए देखें आपका अपना 'पीस ऑफ माइंड चैनल'

Peace of Mind
CABLE Network

hathw@ GTPL DEN DCCABLE
Digital Cable
FASTWAY UCN JioTV

TATA Sky 1065 airtel digital TV 678
VIDEOCON d2h 497 dishtv 1087

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

धरा पर आने का वास्तविक ध्येय होता तो संसारिक सुख से तृष्णा मिटनी चाहिए थी लेकिन वह नहीं मिटती बल्कि और बढ़ती है, अर्थात् संसारिक भोग विलास की चाह कभी मिटती नहीं। इससे सिद्ध होता है हमारा अस्तित्व ड्यूल है। हम स्थूल भी हैं और सूक्ष्म भी।

आज मानव की दिनचर्या केवल स्थूल पर ही एकाग्र है जिसकी पूर्ति के लिए वह भरसक प्रयास भी करता है, पर यह होड़ अन्तिम श्वास तक मिटती ही नहीं। इसका अर्थ यह हुआ कि हमारा कुछ और भी अस्तित्व है जिसको हम नकार रहे हैं और जिसकी ज़रूरत कुछ और है। यही उत्कंठा हमें अध्यात्म की ओर ले चलती है। अध्यात्म अर्थात् आत्मा का अध्ययन! हमारी दोहरी वास्तविक में एक है शरीर और दूसरी है आत्मा। शरीर स्थूल है तो आत्मा सूक्ष्म।

हमें ज्ञात है कि इस संसार में आँखों से दिखने वाली चीज़ मिट जाती है, जबकि सूक्ष्म एक ऊर्जा है जो कभी नहीं मिटती, सिर्फ परिवर्तित होती है। तो फिर ज़रा अपने आप से पूछिए कि किसको संवारने में अधिक समय देना चाहिए, अपने स्थूल अस्तित्व को या अपने सूक्ष्म अस्तित्व को? जाहिर है जो सदा है उसको संवारने में समय दिया जाए तो समय सफल होगा। परंतु आज अपनी दिनचर्या को देखिये कि हम किसको संवार रहे हैं!

पूरा दिन हम शरीर के लिए कमाने में बिता देते हैं, पर आत्मा, जो कि हम वास्तव में हैं, उसके लिए समय ही नहीं! फिर तृष्णा कैसे मिटेगी? क्योंकि चाह शरीर में नहीं आत्मा में उठती है। और हम उसे शरीर के लिए अर्जित होने वाली चीज़ों से पूर्ण करने की कोशिश करते रहते हैं क्योंकि हम यह नहीं जानते कि शरीर की ज़रूरत कुछ और है, आत्मा की कुछ और।

अगर वास्तव में संतुष्ट होना है, वास्तविक खुशी चाहिए तो आत्मा का अध्ययन करना होगा, इसकी ज़रूरत को समझना होगा, उसे पूर्ण करना होगा तभी मिलेगी वास्तविक संतुष्टि।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

कैसे पूरी होंगी हमारी मुरादे

हम मंदिरों, गुरुद्वारों में जाकर भगवान से कुछ न कुछ मांगते हैं जो हमें अप्राप्त है। और मंदिर न जाते हुए भी मन ही मन परमात्मा से हमेशा अपने कल्याण के लिए, अपने जीवन में सुख-शांति-समृद्धि के लिए मांगते ही रहते हैं। पर मांगने से ही यदि सबकुछ मिलता तो हमारा यह हाल नहीं होता। हम कहीं खरीददारी करने के लिए भी जाते हैं तो एक हाथ से हम देते हैं, दूसरे हाथ से लेते हैं। अगर हम चाहते हैं कि हमें कुछ मिले तो ये क्रम तो यहाँ भी चलता है। तो हम सिर्फ भगवान से मांगते हैं, लेकिन वो भी हमसे कुछ मांगता है। तभी तो हमारी एक दूसरे से लेन-देन होगी। परिणाम स्वरूप हमें जो चाहिए वो मिलेगा भी और हमारा जीवन भी मंगलमय होगा।

हम दिन-रात भगवान से कुछ न कुछ मांगते रहते, लेकिन सिर्फ मांगने से ही सबकुछ मिल जाता तो आज हमारी ये हालत नहीं होती। या तो हमारी मांग उन तक पहुँचती ही नहीं, या फिर हमारी मांगने की विधि में ही कुछ त्रुटियाँ हैं जिसके कारण हमारी मुरादे पूरी नहीं हो रहीं। आखिर वो सही विधि क्या है जिससे हमारी समस्त मंगलकारी मुरादे पूरी हो जायेंगी, इसके बारे में जानते हैं...

भगवान कल्याणकारी कैसे है?

अब आपको हम बताना चाहेंगे कि भगवान कल्याणकारी कैसे है? वो कैसे कल्याण करता है हमारा? आज हमारी हालत ये है कि हम सच और झूठ को भी नहीं समझ सकते। अगर हमें सत्यता का पता भी है, फिर भी हम झूठ ही करते रहते हैं। तब भला कैसे हम सुख-शांति-समृद्धि की आश कर सकेंगे! तो सबसे पहले हमारी बुद्धि ही इतनी कमजोर हो गई है कि हमारी सोच, हमारे अंदर की आवाज़ हमें सचेत तो करती है, परंतु कर्म में वो नहीं दिखता। इसीलिए परमात्मा आकर हमें सदबुद्धि और शक्ति देता है ताकि हम अपने विवेक और कर्म दोनों में समानता ला सकें।

एक हाथ दे, एक हाथ ले

भगवान से यदि हम प्राप्त करना चाहते हैं तो एक हाथ से देना भी होगा, दूसरे हाथ से लेना भी होगा। तो उससे प्राप्त करने के लिए उसकी पहली शर्त है 'मामेकम् शरणं ब्रज...' अर्थात् तुम मेरी शरण में आओ। गीता में भी इसका जिक्र है, परंतु हमने उसको सही अर्थ में समझा नहीं इसलिए हमें भगवान से जो चाहिए वो नहीं मिल पाता। अब परमात्मा कहते हैं 'तुम मेरी शरण में आ जाओ, बाकी चीजें भूल जाओ, निश्चिन्त हो जाओ।' मेरे ऊपर छोड़ दो। वो इतना हमें आश्वासन दिलाता है, और कोई इतना आश्वासन दिलाने वाला है इस दुनिया में! कहता है, 'तुम जो हो, जैसे भी हो, अजामिल जैसे पतित हो, कैसे भी महामूर्ख हो, कितने भी अपराध

किये हों, कोई बात नहीं, मैं बैठा हूँ ना, मैं तुम्हारी ज़िम्मेवारी लेता हूँ लेकिन तुम एक मेरी शरण में ही आओ। फिर भी हम उसको ज़िम्मेवारी नहीं देते। इसलिए परमात्मा कहते हैं 'समझदार से समझदार देखना हो तो यहाँ ही देखो और मूर्ख से मूर्ख को देखना है तो इसी दुनिया में देखो।'

समझते हुए भी ना करने वाले 'मूर्ख' मूर्ख किसको कहा जाता है, इसको हम एक घटित घटना के माध्यम से बताना चाहते हैं। आप जानते होंगे इतिहास में दो मूर्ख राजाएँ हुए हैं, एक मोहम्मद तुगलक, दूसरा फिरोज तुगलक। मोहम्मद तुगलक के बारे में कहते हैं, वो पढ़ा लिखा मूर्ख था। उसने पढ़ा तो बहुत था लेकिन प्रैक्टिकल में निल था, शून्य था, मूर्ख था। उसने ऐसे काम किये हैं, आपने सुना भी होगा। उसने दौलताबाद राजधानी बनाई। उसने कहा, दिल्ली को छोड़ो, सब वहीं चलो। उसके वज़ीर कहते, 'सारी राजधानी तैयार हुई ही नहीं, लोग कैसे जायेंगे!' कहता है, 'यह बादशाह का हुक्म है, आज रात होने से पहले सबको वहाँ पहुँचना होगा। दिल्ली आज ही खाली होनी चाहिए। अगर कोई यहाँ रहा तो उसको जेल में डाल दिया जायेगा।' दिल्ली के लाल किले में साउण्ड और लाइट का एक शो दिखाया जाता है, उसमें सबलोग रो रहे हैं, आवाज़ आती है रोने की। उन दिनों में बसें और ट्रक तो थे नहीं।

बैलगाड़ी में, घोड़े-गधों पर सामान लादकर ले जाना पड़ता था। झाड़ू, घर के सामान और बच्चे आदि को लेकर लोग जा रहे हैं, बच्चे रो रहे हैं, जानवर भाग रहे हैं। वहाँ जाकर देखा तो पानी का इंतज़ाम ही नहीं है। यह नहीं है, वह नहीं है। फिर वहाँ पहुँचने के बाद मोहम्मद तुगलक कहता है, 'चलो फिर वापिस दिल्ली चलो। यह बादशाह का हुक्म है।' इसको क्या कहें? मूर्खता ही कहेंगे ना? कई बार हम भी ऐसा काम करते हैं। सुनाते हैं ना तोते की कहानी। तोता खुद नल पर बैठकर कहता था, गंगूराम नल पर मत बैठो। हम समझते हैं कि यह नहीं करना चाहिए और दूसरों को भी समझाते हैं कि यह नहीं करना चाहिए लेकिन खुद वही काम करते हैं। तो ऐसे को क्या कहा जाये? समझते हुए भी नहीं करने वालों को, मूर्ख। एक होता है नादान, बेसमझ, भूल करने वाला, जिसको पता ही नहीं रहता। दूसरा होता है, बेवकूफ, जो जानते हुए भी बार-बार वही भूल करता है, और बार-बार समझाने पर भी वही भूल करता है।

उद्धार हेतु शरणागत हों

हमें समझना है कि जब तक मैं उस परमात्मा की शरणागति नहीं लूँगा तब तक मेरा उद्धार होने वाला नहीं है। भक्त कहते हैं कि भगवान भक्त वत्सल है। भक्तों पर उसकी कृपा होती है। आप भी जानते हैं, अनुभवी हैं कि जो जिसके भक्त हैं, श्रद्धालु हैं, जिसका उसके साथ प्यार है, उस प्रति उसकी मीठी दृष्टि तो होती है ना।

कोई व्यक्ति आपकी सेवा करता है, आपकी बातों को अमल में लाता है, आपके प्रति उसका प्यार है, आदर है तो स्वाभाविक है कि उसके प्रति आपके मन में थोड़ी सी भावना तो होती ही है। यह सम्बंध की बात है। इसी तरह भगवान शरणागत वत्सल है। आपको कोई चीज़ मिलेगी कैसे? सौदे से। इस दुनिया में भी सौदा होता है, कैसे होता है? एक हाथ से दो, एक हाथ से लो। अगर आप चाहते हैं कि हम कुछ भी ना दें और मिले बहुत, ये कैसे हो सकता है? देना ही पड़ेगा। यह अलग बात है कि परमात्मा भोलानाथ है, आप थोड़ा देंगे तो आपको वह कई गुणा देगा, लेकिन देना तो पड़ेगा। बिगर दिये कुछ मिलेगा-यह असम्भव है।

तो देर किस बात की!

भगवान कहते हैं 'मेरे पास जो भी है, उसके साथ मैं भी आपको समर्पित हो जाऊँगा। बच्चे, अगर आपका सबकुछ मेरे लिए हो जाएगा तो मेरा सबकुछ आपके लिए हो जाएगा।' इससे ज़्यादा सहज कोई और उपाय है? जब उसने ही कह दिया है कि मेरी शरण में आ जाओ, बाकी सब मैं कर दूँगा। भक्त भी कहते हैं कि भगवान की कृपा से लंगड़ा भी चलने लगता है और गूंगा भी बोलने लगता है। तो भगवान हमें खुद कह रहा है कि मेरी शरण में आओ, बाकी सब मैं कर लूँगा। तो देर किस बात की! जब आप भगवान को समर्पित होंगे तो सारी दुनिया आपको समर्पित हो जायेगी। दुनिया अनुभव करेगी कि यह तो जैसे शक्ति स्वरूपा है, यह मेरी इष्ट देवी है। आपके श्रेष्ठ वायब्रेशन्स उनको यह अनुभव करायेंगे। क्योंकि आपका मन उस परमात्मा के मन से मिला हुआ है। आप और परमात्मा मिले हुए हैं। तो फिर आपको कुछ भी चिंता करने की ज़रूरत नहीं है। इसलिए वह कहता है कि 'मा सूच' भगवान अभय दान दे रहा है कि चिंता करने की, भय करने की ज़रूरत नहीं। आपको हम यही बताना चाहते हैं कि आप पूर्ण रूप से जो भी हो, जैसे भी हो, आपमें कमी है, कमजोरी है, विशेषतायें हैं, योग्यतायें हैं, सबकुछ आप परमात्मा के हवाले कर दो। तब परमात्मा के पास भी जो कुछ भी है वो तुम्हारा हो जायेगा। कितनी सरल और सहज विधि है। परंतु हम उस विधि के तार को बनाये रखने में एक तरफा ही बात करते हैं। मांगते हैं, लेकिन हम कुछ देना नहीं चाहते। इसलिए हमारा कल्याण नहीं हो पाता। ●●●



- ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा



सासाराम-विहार। भाई दूज पर सांसद छेदी पासवान को तिलक लगाने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. बबीता।



छपरा-विहार। 'माय इंडिया ग्रीन इंडिया अभियान' के अंतर्गत ए.डी.एम. अरुण कुमार के घर पर पौधारोपण करते हुए ब्र.कु.अनामिका, ब्र.कु. मुन्नी, ब्र.कु. कमलावती, ब्र.कु. मुरारी, ब्र.कु. गणेश, ब्र.कु. संतोष तथा अन्य।



मोहाली-पंजाब। ब्रह्माकुमारीज के वार्षिक थीम 'गॉड्स पावर फॉर गोल्डन एज' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. संतोष दीदी, क्षेत्रीय निदेशिका, महाराष्ट्र, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, ब्र.कु. अमीर चंद, क्षेत्रीय निदेशिका, ब्र.कु. प्रेमलता, बीबी परमजीत कौर, लैडन, ब्र.कु. योगिनी, ब्र.कु. रमा तथा अन्य।



अमेट-राज.। 'म्हारो राजस्थान समृद्ध राजस्थान अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में नगरपालिका चेयरमैन नर्मदा देवी तथा भाजपा महिला मोर्चा अध्यक्षा किरण पगारिया को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गौरी तथा ब्र.कु. पूनम।



नैनीताल-उत्तराखण्ड। दुर्गा पूजा मेला में 'चैतन्य देवियों की झाँकी एवं सर्व आत्माओं के पिता झाँकी' का उद्घाटन करते हुए एस.एच.ओ. अशोक कुमार सिंह, ब्र.कु. नीलम, ब्र.कु. वीणा तथा अन्य।



रोहतक-हरियाणा। छोटू राम विधि संस्थान में पौधारोपण करने के पश्चात् उपस्थित हैं फॉरिस्ट ऑफिसर सुभाष कालरा, विधि संस्थान के डायरेक्टर आनंद सिंह देसवाल, ब्र.कु. रक्षा, ब्र.कु. वासुदेव तथा अन्य।



आर्ट गैलरी म्यूज़ियम-आगरा(उ.प्र.)। नवरात्रि के कार्यक्रम में चैतन्य देवियों की झाँकी के साथ समूह चित्र में ब्र.कु. संगीता, ब्र.कु. मधु तथा अन्य।

ज्ञानसरोवर की सिल्वर जुबली एवं दीपावली महोत्सव...

पच्चीसवीं वर्षगांठ पर रोशनी से जगमगाया ज्ञानसरोवर परिसर

ज्ञानसरोवर-मा.आबू। दीपावली के अवसर पर ज्ञानसरोवर का 25वां वार्षिकोत्सव बड़े धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. करुणा ने कहा कि दिवाली दिव्य ज्ञान की लौ जलाती है और अज्ञानता के अंधकार को दूर करती है।

ज्ञानसरोवर निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. निर्मला ने इस कार्यक्रम में भाग लेने के लिए सभी प्रमुख हस्तियों, दर्शकों तथा सदस्यों का आभार व्यक्त किया। उन्होंने उन लोगों को विशेष धन्यवाद दिया जिन्होंने पच्चीस वर्ष पूर्व ज्ञानसरोवर में इस कार्यक्रम के आयोजन की सफलता के लिए अपनी सेवाएं दी थीं। ब्रह्माकुमारीज की कार्यक्रम



दीपावली एवं सिल्वर जुबली महोत्सव पर दीप प्रज्वलित करते हुए राजयोगिनी दादी ईशु, ब्र.कु. करुणा, ब्र.कु. डॉ. निर्मला, ब्र.कु. मुन्नी दीदी तथा अन्य वरिष्ठ भाई बहनें। दीपावली पर रोशनी से रोशन होता ज्ञानसरोवर।



प्रबंधिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी ने ज्ञानसरोवर की स्थापना के दिनों और उन हस्तियों को याद किया जिन्होंने इसकी स्थापना में अपना अमूल्य योगदान दिया। उन्होंने ज्ञानसरोवर की सिल्वर

जुबली के उपलक्ष्य में ज्ञानसरोवर की दिव्य सेवाओं पर एक फिल्म बनाये जाने की इच्छा भी व्यक्त की। यूरोप स्थित ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयन्ती ने इस

भव्य आयोजन के लिए अपनी शुभकामनाएं दीं। पीस ऑफ माइंड चैनल के समाधान शो के एंकर ब्र.कु. रुपेश ने सभी का स्वागत किया। मधुरवाणी ग्रुप ने दिव्य गीतों से दर्शकों का मनोरंजन किया।

शिक्षा प्रभाग की राष्ट्रीय समन्वयक ब्र.कु. सुमन ने मंच संचालन किया। इस मौके पर राजयोगिनी दादी ईशु, शांतिवन प्रबंधक राजयोगी ब्र.कु. भूपाल, ग्लोबल हॉस्पिटल के निदेशक ब्र.कु. डॉ.

प्रताप मिड्डा, ज्ञानामृत के सम्पादक ब्र.कु. आत्मप्रकाश, सुरक्षा प्रभाग के चेयरपर्सन ब्र.कु. अशोक गाबा सहित देश तथा विदेश से बड़ी संख्या में गणमान्य अतिथि एवं लोग उपस्थित रहे।

‘राजयोग’ सकारात्मक विचारों की ऊर्जा का स्रोत किसान के हाथ में है सबका स्वास्थ्य



दीप प्रज्वलन के पश्चात् विनोद जाखड़, पूर्व अध्यक्ष, राजस्थान विश्वविद्यालय, रामजीलाल मीणा, ब्लॉक अध्यक्ष, रेसला, मामे खान, बॉलीवुड प्लेबैक सिंगर, राजयोगिनी ब्र.कु. पूनम दीदी, उपक्षेत्रीय निदेशिका, राजापाक, रमेश चंद मीणा, खाद्य मंत्री, राजस्थान, रहमान अली खान, बॉलीवुड सिंगर तथा महावीर गुर्जर, महासचिव राजस्थान विश्वविद्यालय।

जयपुर-राजापाक। ब्रह्माकुमारीज के राजापाक सेवाकेन्द्र द्वारा राजस्थान विश्वविद्यालय के मानविकी पीठ सभागार में ‘चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों का प्रबन्धन’ विषय पर आयोजित कार्यक्रम में उपक्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. पूनम ने युवाओं को अनेकानेक चुनौतियों का सामना करने के गुर सिखाए और कहा कि स्वयं को शक्तिशाली बनाने से ही परिस्थितियों पर विजय पाया जा सकता है। अपने जीवन का नियंत्रण स्वयं के हाथों

में होना चाहिए। सकारात्मक ऊर्जा के लिए राजयोग जीवनशैली को अपनाना जरूरी है। साथ ही उन्होंने सभी को राजयोग की गहन अनुभूति कराई। कार्यक्रम में राजस्थान सरकार से खाद्य मंत्री रमेश चंद मीणा ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज विश्व भर में हर मानव को जीवन जीने की श्रेष्ठ कला सिखा रही है। हम सभी के जीवन में समस्याओं का आना स्वाभाविक है, परन्तु उसका समाधान भी हमारे पास है। मौके पर उपस्थित मिसेज इंडिया युनिवर्स प्रीति मीणा ने अपने अनुभव साझा किए। कार्यक्रम में प्रसिद्ध बॉलीवुड प्लेबैक सिंगर मामे खान तथा सिंगर रहमान अली खान ने अपनी सुन्दर प्रस्तुतियों से कार्यक्रम को रंगारंग बना दिया। चाकसू विधायक वेदप्रकाश सोलंकी, राजस्थान विश्वविद्यालय की छात्रसंघ अध्यक्ष पूजा वर्मा, उपाध्यक्ष प्रियंका मीणा, महासचिव महावीर गुर्जर ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

तोशाम-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग द्वारा आयोजित कार्यक्रम में प्रभाग की अध्यक्षा राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी ने कहा कि आज बहुत ज्यादा रासायनिक खाद का प्रयोग होने से धरती की उर्वरक शक्ति कम हो गई है। भूमि बंजर होती जा रही है। किसानों की जितनी लागत है उतनी उपज नहीं हो रही है। अभी हमें धरती को बचाने के लिए, किसानों को स्वस्थ, समृद्ध बनाने के लिए फिर से जैविक पारंपरिक खेती की शुरुआत करनी होगी। हम सब का एक ही उद्देश्य है, एक ऐसा समाज बनाना, जहाँ सब लोग सुख शान्ति से रहें। सबके घर में समृद्धि हो, भाईचारा हो। ऐसा नहीं हम अपने खाने के लिए अमृत उत्पन्न करें और बेचने के लिए जहर, वो भी हमारा भाई है जिसे हम बेच रहे हैं। स्वार्थ का त्याग करें, स्वार्थ ने ही समाज को बांट कर रखा है। कार्यक्रम में डिप्टी डायरेक्टर ऑफ एग्रीकल्चर प्रताप सभरवाल, भिवानी, अखिल भारतीय किसान सभा हरियाणा के प्रधान मास्टर शेर सिंह, कृषि



सम्मेलन में राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी के साथ शुभ संकल्प लेते हुए अतिथिगण।

- किसान सम्मेलन का हुआ सफल आयोजन
- किसान व कृषि क्षेत्र से जुड़े अधिकारी हुए शरीक
- शाश्वत यौगिक खेती पर हुआ मंथन

विज्ञान केंद्र भिवानी से डॉ. वेद प्रकाश लुहाच, काली देवी मंदिर भिवानी से बाबा जगन्नाथ व कृषि प्रभाग के क्षेत्रीय संयोजक ब्र.कु. विजय ने भी यौगिक खेती पर अपने विचार रखे। इस मौके पर सतेंदर आर्य ने जैविक खेती के अपने अनुभव साझा किए। बच्चों द्वारा कविताओं के माध्यम से किसानों की सच्चाई का बखान किया गया। अंत में सभी से खाद व रसायन मुक्त तथा जल व्यर्थ न करने का शुभ संकल्प लिया। इस मौके पर तोशाम सरपंच देवराज गोयल ने ब्र.कु. सरला दीदी को मोमेंटो देकर सम्मानित किया।

ब्रह्माकुमारीज के वरिष्ठ सदस्यों के सम्मान में ‘अभिनंदन पर्व’

- ब्रह्मा बाबा के समय से संस्था से जुड़े 80 से अधिक सदस्यों का शोभा यात्रा के माध्यम से बड़े ही धूमधाम से किया स्वागत
- 50 से अधिक वर्ष से त्याग, तपस्या और सेवा के मार्ग पर समर्पित भाई-बहनों का हुआ सम्मान
- नृत्य नाटिका के माध्यम से 50 वर्ष पहले साकार बाबा के साथ के स्नेह संस्मरणों को बड़े ही मार्मिक ढंग से किया गया प्रस्तुत

ओ.आर.सी.-गुरुत्वागम।

ब्रह्माकुमारीज के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में संस्थान के वरिष्ठ सदस्यों के सम्मान में अभिनंदन पर्व का आयोजन हुआ। ब्रह्मा बाबा के समय से संस्था से जुड़े 80 से अधिक सदस्यों का शोभा यात्रा के माध्यम से बड़े ही धूमधाम से स्वागत किया गया। अपनी त्याग-तपस्या और सेवा के बल से संस्था को आज इस ऊँचाई पर ले जाने में इन महान आत्माओं का विशेष

योगदान रहा। कार्यक्रम में सभी के सम्मान में अभिनंदन पत्र तैयार किये गये। कार्यक्रम का शुभारंभ शंखनाद के द्वारा हुआ। इस अवसर पर ओ.आर.सी. निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कहा कि ऐसी महान विभूतियों का सहयोग एक ऐसे समय पर रहा जब संस्था अपने प्रारंभिक दौर में थीं। इन्होंने अपने तन-मन-धन से जो सहयोग दिया, उसने एक आधार का कार्य किया।



बायें से ब्र.कु. जयप्रकाश, ब्र.कु. सुंदरलाल, ब्र.कु. मीरा, ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. सुंदरी, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. वृजमोहन, ब्र.कु. शुक्ला, ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. विजया, ब्र.कु. शील व अन्य।

ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त महासचिव राजयोगी ब्र.कु. वृजमोहन ने कहा कि ब्रह्मा बाबा से जो भी मिला, उसके जीवन में बाबा के व्यक्तित्व की एक अमिट छाप पड़ी। बाबा हमेशा निंदा करने वाले को भी गले लगाते थे। उन दिनों की याद से आज भी आँखों में प्रेम के आँसू निकल आते हैं।

दिल्ली हरिनगर सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. शुक्ला दीदी ने कहा कि बाबा केवल शिक्षा ही नहीं देते थे बल्कि हर कार्य पहले करके दिखाते थे। उन्होंने कहा कि बाबा का जीवन सदैव ही मेरे लिए एक प्रेरणास्रोत रहा है। कार्यक्रम में ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. विमला,

ब्र.कु. जयप्रकाश, ब्र.कु. विद्या सागर, ब्र.कु. शिव कुमार एवं संस्थान के अनेक वरिष्ठ सदस्यों ने ब्रह्मा बाबा के समय के अपने अनुभवों को सभी के साथ साझा किया। कार्यक्रम में गीत, संगीत, कविता एवं नृत्य नाटिका के माध्यम से भी सभी का स्वागत किया गया। प्रसिद्ध गायक ब्र.कु.

युगरतन और ब्र.कु. जयगोपाल ने अपनी गायकी से सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. उर्मिल, ब्र.कु. मधु, ब्र.कु. दिव्या तथा ब्र.कु. येशु ने किया। बड़ी संख्या में लोगों ने उपस्थित रहकर कार्यक्रम का लाभ लिया तथा ब्रह्मा बाबा सम्मान जीवन बनाने की प्रेरणा ली।