RNI:RJHIN/2013/53539

शिव आमंत्रण

आध्यात्म की नई उड़ान...

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण

वर्ष 06 अंक 05 हिन्दी (मासिक) मई 2019 सिरोही पृष्ठ 16 मूल्य ₹ 9.50

08

05 स्वयं के प्रति रखें अच्छा नजरिया...

08 भोपाल में एकसाथ 108 कार्यक्रम आयोजित

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक

सामाजिक बदलाव के लिए तपस्वियों की सेवा-साधना

- समाज कल्याण के लिए की जाने वाली सेवाओं की रूपरेखा तैयार
- विश्वभर से विभिन्न प्रभागों के अध्यक्ष, उपाध्यक्ष और राष्ट्रीय संयोजक हुए शामिल
- महिला सशक्तिकरण, नशा मुक्ति, जैविक-यौगिक खेती, स्वच्छता अभियान पर विशेष रूप से देशभर में सालभर होंगे कार्यक्रम
- सड़क सुरक्षा से लेकर शिपिंग एविएशन और पुलिस व सेना के जवानों के लिए होंगे मोटिवेशनल सेमीनार

आबू रोड समाज कल्याण के ध्येय को लेकर समर्पित प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय आबू रोड शांतिवन में राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक 10 अप्रैल से 14 अप्रैल तक आयोजित की गई। इस पांच दिवसीय बैठक में संस्थान द्वारा सालभर देश-विदेश में आयोजित किए जाने वाले कार्यक्रम, रैली और अभियानों की रूपरेखा तैयार की गई। बैठक में मुख्य रूप से देश-विदेश से संस्थान के सभी 20 प्रभागों के राष्ट्रीय अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, राष्ट्रीय समन्वयक, मुख्यालय संयोजक, वरिष्ठ सदस्य सहित समर्पित रूप से सेवाएं दे रहे ब्रह्माकुमार भाई-बहनों ने भाग लिया। बैठक की अध्यक्षता करते हुए महासचिव बीके निर्वैर मार्गदर्शन करते हुए जरूरी सुझाव दिए।

म्हारो राजस्थान स्वर्णिम राजस्थान अभियान...

बैठक में राजस्थान जोन की ओर से एजेंडा रखा गया कि इस वर्ष पूरे राजस्थान में 'म्हारो राजस्थान स्वर्णिम राजस्थान अभियान' चलाया जाएगा। यह अभियान सितंबर माह में पूरे प्रदेश में चलाया जाएगा। इसमें गांव से लेकर कस्बा और शहरों में लोगों को जनजागृति का संदेश दिया जाएगा।

समाज सेवा प्रभाग...

- 'स्वस्थ जीवनशैली से खुशहाल समाज' अभियान
- **अवधि:** 50 दिवसीय अभियान
- **स्थान:** जम्मू-कश्मीर में शुभारंभ, मुंबई में समापन
- संस्थान के समाजसेवा प्रभाग द्वारा जम्मू-कश्मीर से मुंबई के बीच 50 दिवसीय अभियान निकाला जाएगा। जो 7 प्रदेशों से होते हुए मुंबई पहुंचेगा। जहां गरिमामयी कार्यक्रम के साथ समापन होगा। जगह-जगह कार्यक्रम होंगे और मुख्य रूप से युवाओं पर फोकस किया जाएगा।

यातायात एवं परिवहन प्रभाग...

दुर्घटनाएं रोकने के लिए करेंगे 'योग के प्रयोग'

समाज में तेजी से बढ़ती सड़क दुर्घटनाएं एक गंभीर समस्या बन चुकी हैं। इसकी रोकथाम करने के लिए ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के यातायात एवं परिवहन प्रभाग ने वर्षों तक शोध करके एक प्रोजेक्ट बनाया है। इसके तहत जिस स्थान पर सड़क दुर्घटनाएं होती हैं वहां बीके भाई-बहनें 'योग के प्रयोग' करते हुए शुभ बाइब्रेशन देते हैं। इस वर्ष सड़कों पर सामूहिक राजयोग किया जाएगा।

ये देंगे संदेश...

- हेलमेट पहनने, यातायात नियमों का पालन का संदेश।
- मन पर नियंत्रण ही बाहरी नियंत्रण का आधार।
- राजयोग मेडिटेशन का महत्व

1800
से अधिक पदाधिकारी हुए शामिल

20
प्रभागों के राष्ट्रीय अध्यक्ष-उपाध्यक्ष भी पहुंचे

05
दिन चला विश्व सेवाएं पर मंथन

10 -14
अप्रैल तक चली बैठक

संस्थान लोगों को आध्यात्मिक रूप से सशक्त बनाने के साथ सामाजिक क्षेत्र में भी अपनी जिम्मेदारी निभा रहा है। हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी किसानों के लिए जैविक-यौगिक खेती अभियान, नशा मुक्ति, पर्यावरण जागरुकता, अलबिदा डायबिटीज, पॉजीटिव थिंकिंग, स्वच्छता व स्वस्थ जीवनशैली संबंधी कार्यक्रम सेवाकेंद्रों पर चलाए जाएंगे। इसकी रूपरेखा तैयार की गई है।

राजयोगिनी दादी जानकी,
मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

ये रहे उपस्थित...

बैठक का संचालन व अध्यक्षता महासचिव बीके निर्वैर, अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन ने किया। इसमें मुख्य रूप से संस्था के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष बीके करुणा, उपाध्यक्ष बीके आत्म प्रकाश, शांतिवन प्रबंधक बीके भूपाल, बीके भरत, बीके अमीरचंद, बीके आशा, बीके संतोष, बीके चन्द्रिका, बीके सुषमा, बीके आरती, बीके कमला, बीके अवधेश सहित बड़ी संख्या में वरिष्ठ भाई-बहनें उपस्थित रहे।

सर्व सहमति से इन्हें भी पारित किया गया...

- ग्राम विकास प्रभाग द्वारा किसानों को जैविक-यौगिक खेती करने के लिए संदेश देंगे। साथ ही देशभर में अभियान, सभा, संगोष्ठी और सम्मेलनों का आयोजन किया जाएगा।
- संस्थान के विश्वभर में स्थित सेवाकेंद्र पर अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर मेगा योग महोत्सव कार्यक्रमों का आयोजन।
- शिपिंग एवं टूरिज्म विंग द्वारा स्प्रीरिचुअल टूरिज्म को बढ़ावा देने के लिए विशेष कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे।
- प्राकृतिक आपदाओं जैसे बाढ़, तूफान, भूकम्प, सूखा आदि में लोगों की मदद के लिए विशेष प्रबंधन टीम गठित की जाएगी, ताकि तुरन्त लोगों की मदद की जा सके।
- देशभर में पर्यावरण संरक्षण का संदेश देने के लिए ज्यादा से ज्यादा संख्या में पौधरोपण के लिए मुहिम चलाई जाएगी।
- विशेष रूप से पुलिस व सेना के जवानों के लिए मोटिवेशनल कार्यक्रमों का आयोजन देशभर में किया जाएगा।
- नशामुक्ति, रक्तदान, महिला सशक्तिकरण, मूल्य शिक्षा, जेल सेवा आदि कार्यक्रम हर वर्ष की तरह चलते रहेंगे।
- राजयोग अनुभूति शिविर, समाज के विभिन्न वर्गों के लिए अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय माउंट आबू में राष्ट्रीय सेमीनार और सम्मेलनों का आयोजन सालभर किया जाएगा।
- राजयोग थॉट लैब की स्थापना की जाएगी। इसके तहत ऑडियो-विजुअल रूम, एक्जीबिशन गैलरी, एक्सरसाइज, स्प्रीचुअल लाइब्रेरी, रिसर्च युनिट, साइलेंस जोन बनाया जाएगा, जिसके जहां लोग शांति के कुछ पल बिता सकें।

प्रेरणापुंज

दादी जानकी

मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

पहले खुश रहने और योगयुक्त रहने की सीखें कला

शिव आमंत्रण » आबू रोड। हम खुश होंगे तो सब खुश होंगे। हम जरा भी कोई कारण से न खुश होंगे तो कोई खुश नहीं होंगे। पहले तो खुश रहने और योगयुक्त रहने की कला सीखनी चाहिए। जो हम सच्ची दिल से सेवा करके सबको मदद दें। थोड़ा मान-शान की इच्छा भी बहुत माथा खराब करती है। अपमान भी बहुत दु:खी बनाता है। इनसे अपने को बिल्कुल फ्री रखें। यह अपने ऊपर कृपा करनी है। जो हमारे संकल्प, हमारी वृत्ति, वायब्रेशन दूर वालों को भी पहुंचते हैं, तो पास वालों को भी पहुंचता है। जिस टोन से जो हम बोलेंगे वैसे वह सुनेंगे। जैसा संकल्प करेंगे, वैसा पहुंचेगा। पहुंचता है जरूर इसलिए हम अपने संकल्प को शुद्ध, शांत बनाएं तो कितना फायदा है। जैसे बाबा ने कहा व्यर्थ संकल्प न हो पर उनसे इनोसेंट हो जाएं। देवताएं हैं ही इनोसेंट तो उनके लिए कोई बड़ी बात नहीं। लेकिन हम श्रेष्ठ ब्राह्मण आत्माएं इनोसेंट रहें। हो सकता है यह हम अनुभव से कहते हैं कि एकदम इनोसेंट रहें - यह हो सकता है? हमें इन बातों की अविद्या हो, ऐसे संकल्प उत्पन्न ही न हों। पहले तो यह समझें यह व्यर्थ है तो उसकी उत्पत्ति बंद करेंगे। देखा जाता है व्यर्थ संकल्पों की उत्पत्ति का मूल कारण ही है - देह अभिमान। जरूरी समझ कर संकल्प उठाते हैं लेकिन जरूरी नहीं है। फिर और जो व्यर्थ सोचने वाले हैं वह भी इसमें शामिल हो जाते हैं। जो नहीं सोचने वाले हैं वह शामिल होंगे ही नहीं, वह कहेंगे मैं क्या जानूं इस धंधे से। यह खोटा धंधा है, यह धंधा नुकसान वाला है।

बाबा हमेशा कहते कि जो अच्छा बिजनेस वाला होगा वह कभी नुकसान वाली बात नहीं करेगा। बिजनेस वाले सिर्फ अपने लिए नहीं कमाते हैं लेकिन अनेकों का उसमें फायदा होता है, तो अनेकों का भला भी करते हैं। तो सच्चे बिजनेस वाले अनेकों का भला करने के लिए बिजनेस करते हैं न कि अपनी लक्जरी लाइफ बनाने के लिए कमाते हैं। औरों का भला हो इसलिए कमाते हैं। तो हम भी बाबा के बच्चे कमाई करते हैं तो उसमें सबका भला समाया हुआ है। कभी गफलत से घाटे में नहीं जाते हैं। इसलिए बाबा ध्यान खिंचवाते कि पढ़ाई और योग में जरा भी सुस्ती न हो। वह भी नुकसान कारक है, घाटा डालती है। हमको देख और करेंगे। यह भी ड्रामा अनुसार एक बहुत बड़ा बंधन है। जो हम करेंगे सो पाएंगे, दूसरा जो हम करेंगे हमको देख और करेंगे - यह बंधन भी प्यारा है। इस प्रकार का बंधन अलबेला और सुस्त बनाने नहीं देता है। योग और पढ़ाई यह ब्राह्मण जीवन की शोभा है। भले कितना भी और काम करें लेकिन इसमें अगर मिस होता है तो दिल को खाता है। तो योग अच्छा तब होगा जब कभी हमारी कॉन्सेंस बाइट न करें, गलती न हो। आजकल तो दुनिया में कई ऐसे अलबेले हैं जिसको जबरजस्ती गलती महसूस कराते हैं। वह नहीं करते हैं। कहते हैं हमनें रांग थोड़े ही किया है पर जबरजस्ती कराते हैं, वह नहीं कहते हैं। कहते हैं हमने रांग थोड़ेही किया है पर जबरजस्ती कराते हैं।

कोई होते हैं जो अपने आप समझते हैं कि मेरे से यह ठीक नहीं हुआ है। तीसरे होते हैं जो ऐसे करते ही नहीं हैं जो उनको गलती महसूस हो। तो हम अपने से पूछें कि हम किसमें हैं? योग तभी अच्छा लगेगा, योगयुक्त स्थिति तभी रहेगी जब हम अपने लिए समझदार, सयाने बनें। बाबा ने हमारी बुद्धि को दिव्य बनाने के लिए समझाइश दी है। मेरी बुद्धि पहले सदा सतोगुणी हो तो बर्तन साफ होने से बाबा जो सुनाता है वह हमारी बुद्धि में अच्छी तरह से बैठता रहेगा और दिव्यता आती रहेगी। इसके लिए रोज सुबह बुद्धि रूपी मटके को साफ करना चाहिए। जो बाबा ने सुनाया वह बुद्धि रूपी मटके में ज्ञान पानी की तरह रहेगा और सारा दिन हम औरों को पिला सकेंगे। बुद्धि में ज्ञान नहीं ठहरेगा तो औरों को हम क्या पिलाएंगे?

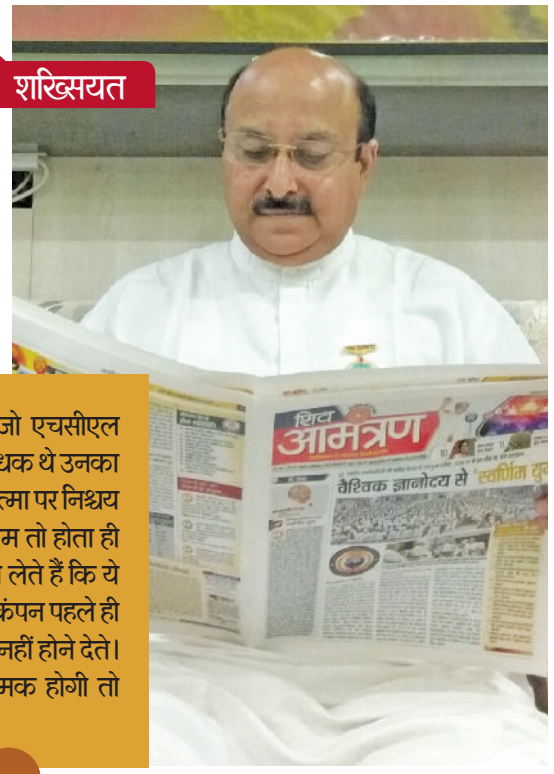
याद में रहना माना देह-अभिमान को खत्म करते जाना। यह भी देखना होता है कि देह-अभिमान से परे रहें। हम सच्ची दिल से अपने आपसे पूछें जब भी चाहें देह के भान से परे होकर के बाबा के पास बैठूं। तो कितना समय बैठती हूं या कोई सर्विस के ख्यालात चलते हैं? शांत चित्त रहने वाले ही निश्चिंत रहते हैं। जिम्मेवारी बाबा के ऊपर है, बाबा सब ठीक रखता ही है। हमारी जवाबदारी है हमको ठीक रहना है। कभी भी हमारा कॉन्सेस यह न कहे मैंने रांग किया, कोई हमको सामने यह न कहे कि तुमने रांग किया। बाबा न कहे कि तुमने रांग किया। हम जज , वकील अपने लिए बनें, औरों के लिए नहीं।

क्रमशः...

राजयोग के अभ्यास से होती है विचारों की सर्जरी, जीवन में आती है कार्यकुशलता

शिव आमंत्रण » आबू रोड। जीवन कैसा भी हो परन्तु यदि उसे सही दिशा में मोड़ा जाए तो वह सही पटरी पर दौड़ने लगता है। इसके लिए चाहिए कि वह अपने जीवन रूपी गाड़ी में कैसा विचारों और कर्म रूपी पेट्रोल का इस्तेमाल करता है। एचसीएल जैसी बड़ी कंपनी में प्रबंधक रहे दिल्ली के अनिल विग का जीवन लोगों के लिए प्रेरणादायी है। उन्होंने जीवन में जैसे ही ज्ञान-योग का पेट्रोल भरा पूरा जीवन बदल गया। प्रस्तुत है शिव आमंत्रण से विशेष बातचीत।

शख्सियत



मेडिटेशन सिखाता है मैनेजमेंट

मैं ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से पिछले 11 साल से जुड़ा हुआ हूं। सन् 2008 में जब हम बीके शिवानी दीदी का प्रोग्राम देख रहे था तो ऐसा लगा कि ये सारी बातें हमारे ही जीवन और परिवार से संबंधित हैं। उन्हीं पर वो चर्चा कर रही थीं तो एकदम दिल को छू गया। जैसे- ऑफिस, संबन्धों में मधुरता और बाहर में कैसे अपना बैलेंस बनाना है? लव और लॉ का बैलेंस कैसे रखना है? ये सारी चीजें सीखी। इससे पहले हमने अंदर की शक्ति के बारे में कभी नहीं जाना। लेकिन यहां पर हमें अपने आप को सेल्फ एम्पावर करने का जो ज्ञान मिला और इस ज्ञान को देखते हुए हमें जिज्ञासा हुई कि ये हमें जब टीवी पर इतना अच्छा लग रहा है तो क्यों ना हम इसके सोर्स में जाएं और जो सेन्टर है वहां पर हम इस राजयोग का क्यों न ठीक ढंग से कोर्स करें और फिर इसका अभ्यास भी करें। फिर हमने अपने नजदीक में मंडावली सेंटर पर गए। वहां ब्रह्माकुमारी दीदी ने हमें इसके बारे में समझाया। जैसे ही मैंने सेन्टर में प्रवेश किया तो वहां के बाइब्रेशन शक्तिशाली लगे और मुझे बहुत ही अच्छा महसूस हुआ। हम सपरिवार ही वहां गए थे। मेरी धर्मपत्नी नीलम विग सुप्रीम कोर्ट में कार्यरत हैं, साथ में बेटा अभिनव और बेटी रितिका। सात दिन के कोर्स के दौरान सेंटर इंचार्ज सुनीता दीदी ने न केवल हमारे समय के हिसाब से कोर्स कराया बल्कि हमें बहुत सहयोग भी किया।

> अनिल विग जो एचसीएल कंपनी में उच्च प्रबंधक थे उनका मानना है कि परमात्मा पर निश्चय रखने से हमारा काम तो होता ही है। जब हम ये सोच लेते हैं कि ये नहीं होगा तो वह प्रकंपन पहले ही पहुंचकर वह कार्य नहीं होने देते। जब सोच सकारात्मक होगी तो वैसा होना ही है।

> राजयोग के अभ्यास से नामुमकिन को भी मुमकिन करने की शक्ति मिलती है। राजयोग एक ऐसी प्रक्रिया है जो हमारे विचारों की सर्जरी कर देता है।

मेरे अंदर के बदलाव को लोगों ने भी देखा

सात दिन के कोर्स के दौरान रोज-रोज नई-नई चीजें पता चल रही थीं। जैसे आत्मा क्या है? शिव और शंकर में अंतर, 84 जन्मों की कहानी और भी नई-नई बातों के बारे में। कैसे हम आत्मा की शक्तियों को जागृत करें? आहिस्ते-आहिस्ते हमने कोर्स पूरा किया और उसके बाद मुरली (आध्यात्मिक सत्संग) शुरू की। मुरली सुनते-सुनते हमारे जीवन और व्यक्तित्व में बहुत बदलाव आया। जिसे देख कर आसपास, ऑफिस के लोग और परिवार के सदस्यों ने कहा कि आप में कुछ बदलाव आ रहा है। खान-पान भी धीरे धीरे सात्विक हो गया। हर समय जो भारीपन महसूस करते थे जिससे कुछ भी ठीक नहीं कर पाते थे। जिसके कारण गड़बड़ भी होती और बिल्कुल ही थका-थका सा महसूस करते थे लेकिन यहां पर आने के बाद राजयोग के अभ्यास से जीवन जीने की कला सीख ली। इसके बाद और भी गुण धारण होते रहे। जीवन में निर्भयता आ गई। पहले भय लगता था परिवार ठीक-ठाक रहे। अपने अंदर ऐसा महसूस होने लगा कि कोई शक्ति है जो हमारे अंदर जागृत हो गई है और इससे जीवन में नेगेटीविटी भी चली गई। पहले सोचते थे पता नहीं ये काम होगा या नहीं और अब महसूस होता है सब कुछ हुआ पड़ा है।

सबने कहा आज तो ये काम नहीं हो सकता

कुछ वर्ष पूर्व की बात है। मकान की रजिस्ट्री होनी थी, उसमें माताजी, एक भाई जो केरल से दिल्ली आया था और दूसरा भाई उत्तरांचल से एक दिन के लिए आया था। उसी दिन काम होना था तो निश्चित समय पर हम सभी डॉक्यूमेंट तैयार कर कोर्ट पहुंच ही रहे थे कि सुबह 11:30 बजे वकील का कोर्ट से फोन आया कि आज कम्प्यूटर में कुछ खराबी आ गई है, इसलिए काम नहीं हो पाएगा। कल ही काम हो पाएगा। पर मुझे ये आज ही करना था क्योंकि मेरे भाई बाहर से आए हुए थे। इसलिए हम और दूसरी पार्टी सब चाहते थे कि ये काम आज ही हो जाए। वकील के फोन आने के बाद उसी समय मैंने परमात्मा को याद किया कि बाबा अभी आपको ही ये देखना है आपही का मैं बच्चा हूं। आप का ही ये काम है। इस तरह से मुझे अंदर से आवाज आई कि ये काम बस हुआ ही पड़ा है। लेकिन उस समय सब लोग ये कह रहे थे कि ये काम नहीं हो सकता।

स्वयं परमात्मा ने की हमारी मदद

मैं निराश नहीं हुआ हर कोई कह रहा था कि काम नहीं होगा। पर अन्दर से मुझे भरोसा था कि निश्चिततौर पर काम होगा। एक डिप्टी कमिश्नर हैं जो साकेत कोर्ट में बैठते हैं। उनका एक दिन पहले का भी ये एक्सपीरिएंस है कि एक मंत्री पंजाब से आए थे तो वो थोड़ा लेट हो गए। इस पर डिप्टी कमिश्नर ने मंत्री को भी साफ मना कर दिया था कि हम अपने कोर्ट को एक्स्ट्रा टाइम में नहीं खोलेंगे।

मैंने उन लोगों से कहा कि आ रहा हूं। आप सब लोग वहीं रहें। फिर मैं कोर्ट पहुंचा तो वहां काफी भीड़ थी और लोगों का काम नहीं होने से वह नारे भी लगा रहे थे। तो मुझसे कहा कि अब आप कैसे करेंगे? मैंने कहा कि मुझे कमिश्नर से मिलना है। अपने भाई और वकील के साथ वहां गया और परमात्मा को याद करके बोला बाबा आपको सब कुछ करना है मेरी अर्जी है, आपकी मर्जी है। मुझे पूरा यकीन था कि ये काम परमात्मा अवश्य करवाएंगे। मैंने उनके स्टाफ को अपने मिलने की स्लिप दी। उस समय बड़े अधिकारी भोजन कर रहे थे। उन्होंने भोजन के बाद मुझे बुलाया और पूछा कि आपका क्या काम है तो मैंने उन्हें अपनी सारी स्थिति बताई और कहा कि आप इस काम को आज ही कर दीजिए। अचानक उन्होंने मुझे देखा पता नहीं उन्हें कौन सी चीज का आभास हुआ और उन्होंने अपने स्टाफ को बुलाया और दो लाइन की एक चिट्ठी लिखवाई और वो चिट्ठी मेरे हाथ में दे दी और मुझे कहा आप कोर्ट में जाइए और लंच के बाद आप का काम स्पेशल होगा। आपको कोई परेशानी हो तो मुझे कॉल कर देना। हम कोर्ट में पहुंचे तो कोर्ट का स्टाफ भी अचंभे में रह गया कि ऐसा कैसे हो गया और मुझे तो पता था कि बाबा मेरे साथ है तो बाकी जो मेरे परिवार वाले थे, वकील था, दूसरी पार्टी थी सब हैरान थे कि ये कैसे हो गया? ये कौन सी शक्ति थी जिसने ये सब करवा दिया तो कोर्ट ने हमें पूरा सपोर्ट किया। हमारा पूरा काम किया और 1 घंटे में सबकुछ करके हमें फारिग कर दिया।

मेडिटेशन से आती है कार्यकुशलता

ये ज्ञान मिलने के पहले हम अपनी जिंदगी को सिर्फ मैनेज कर रहे थे। मैनेजमेंट में रोज ऊपर नीचे चलता ही रहता था और भय जैसी कई चीजों का अहसास रहता था और कार्य कुशलता में भी कमी आती थी। परिवार के अंदर संबंधों में भी आती थी। इससे हमारी लाइफ का बैलेंस नहीं हो पाता था। ये ज्ञान लॉजिक सहित है जिससे हमारी बुद्धि खुलती है जिससे नए-नए प्रयोग होते हैं। इसलिए अपनी जिंदगी को बैलेंस बनाकर चलाने और निर्भय होकर जीने के लिए सभी लोगों को ये ज्ञान जीवन में अपनाना चाहिए। राजयोग के अभ्यास से नामुमकिन को भी मुमकिन करने की शक्ति मिलती है। मेरा मानना है कि राजयोग के अभ्यास से विचारों की सर्जरी हो जाती है। हर एक संकल्प सकारात्मकता में बदल जाता है और कार्यकुशलता में भी बढ़ोतरी होती है।

ब्रह्माकुमारीज़ धर्म-पंथ से अलग है

जहां धर्म सिर्फ एक पंथ और एक ही दिशा में चलते हैं वहीं ब्रह्माकुमारी कोई पंथ नहीं है। ये जैसे दुनिया में यूनिवर्सिटी है उसी तरह सब यहां पर लॉजिकल ज्ञान है। यहां पर व्यक्ति का व्यक्तित्व निखारा जाता है। उसे जीवन जीने की कला सिखाई जाती है। मेरा अनुभव कहता है कि "ईश्वर हमारे साथ है तो डरने की क्या बात है" इसलिए उस परमात्मा पर संपूर्ण निश्चय कर जीवन को सफल बनाएं। वर्तमान में आप लोधी रोड सेवाकेंद्र पर रोजाना मुरली क्लास करते हैं।

" हिसार केंद्रीय कारागृह बन गया सुधारगृह... बंदियों के व्यवहार में आए परिवर्तन से जेल अधिकारी खुश

मूल्य शिक्षा का असर: बंदियों का आचरण सुधरा, साफ-सफाई से रहने लगे, मेडिटेशन में बढ़ी रुचि

19 साल से चल रहा राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण, जेल से बदलकर निकले कई बंदी, अब जी रहे सभ्य जिंदगी

शिव आमंत्रण » हिसार/हरियाणा। ब्रह्माकुमारी संस्थान के सेवाकेंद्र की ओर से 19 वर्ष पूर्व हिसार केंद्रीय कारागृह में राजयोग मेडिटेशन प्रशिक्षण की शुरुआत की गई। इसका नतीजा यहा रहा कि जेल से निकलकर कई बंदी समाज की मुख्य धारा से जुड़ गए। साथ ही जो पहले अपराध के दलदल में फंस गए थे वह आज अच्छे कार्य कर अपनी आजीविका चला रहे हैं।

सेवाकेंद्र संचालिका राजयोगिनी बीके रमेश के मार्गदर्शन में एवं जेल प्रशासन के सहयोग से कारागार में वर्ष 2001 से नियमित रूप से सुबह-शाम आध्यात्मिक कक्षाओं का आयोजन किया जा रहा है। इसमें प्रतिदिन लगभग 50 से 55 बंदी भाग लेते हैं। इस आध्यात्मिक ज्ञान एवं राजयोग द्वारा सैकड़ों बंदियों के आचरण में परिवर्तन आया है।

हिसार केंद्रीय कारागृह में सत्संग करते बंदी भाई।

नशा और हिंसा की राह छोड़ी...

लगातार मोटिवेशन से बंदियों ने नशा लेना, हिंसा करना आदि छोड़कर परमात्मा के ज्ञान को जीवन में अपना लिया है। कारागार में कैदियों को स्वयं को बदलने के लिए ऐसी लगन लगी है कि अपराधवृत्ति और बदले के भाव ने प्रेम और करुणा का रूप ले लिया है। उनके आचरण और संस्कार दिव्य होते जा रहे हैं। वहीं दिनचर्या तपस्वियों जैसी हो गई है। नियमित ज्ञान का श्रवण करने वाले बंदी रोज सुबह 4 बजे से ब्रह्ममुहूर्त में परमात्मा के ध्यान में रम जाते हैं। जहां इन कैदीयों के चेहरों पर पहले आत्मग्लानि और पश्चाताप के भाव रहते थे, वहीं अब आत्म संतुष्टि और आत्म सम्मान साफ-साफ देखे जा सकते हैं।

जेल का माहौल बदला

जेल के अंदर प्रेरणादायक चित्र प्रदर्शनी, मेडिटेशन चित्र, अनमोल पुस्तकालय और प्रेरणादायी स्लोगन आदि लगाए गए हैं। इससे आते-जाते बंदियों की नजर इन पर पड़ती है और इससे उन्हें हमेशा अच्छे विचार और अच्छे कार्यों की प्रेरणा मिलती रहती है। जो बंदी पूरी तरह से बदल गए हैं उन्हें देख जेल में आने वाले नए बंदियों पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। इससे उनमें भी बदलने की भावना जागृत होती है।

2001
से जारी है राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण

50-55
कैदी प्रतिदिन लगाते हैं राजयोग ध्यान

" जब से ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राजयोग केंद्र की शुरुआत की गई है तब से जेल का वातावरण शांत रहता है। जो बंदी पहले आपस में लड़ते थे वह अब आपस में मिल-जुलकर रहते हैं। कैदियों के व्यवहार में परिवर्तन से वे जेल प्रशासन का सहयोग भी करते हैं। इससे जेल में पवित्र प्रकंपन फैलते हैं और वातावरण अच्छा हो रहा है। ब्रह्माकुमारीज़ को दिल से धन्यवाद।

» सतपाल कासनिया,
जेल उप अधीक्षक, केंद्रीय कारागृह, हिसार, हरियाणा

" परमपिता शिव परमात्मा की प्रेरणा से वर्ष 2001 में जेल में राजयोग प्रशिक्षण की शुरुआत की गई। इससे धीरे-धीरे जेल में परिवर्तन आना शुरू हो गया। पहले बंदी परेशान, तनावग्रस्त व चिंता में रहते थे, जो अब प्रभु चिंतन में मस्त व तनावमुक्त रहते हैं। उनके संस्कारों में सकारात्मक परिवर्तन आया है, जिसे देख मन प्रसन्न हो जाता है। शिवरात्रि पर बंदी जेल में झंडा फहराया जाता है। रक्षाबंधन पर राखी बांधने जाते हैं। प्रत्येक गुरुवार को भोग भिजवाया जाता है।

» बीके रमेश, संचालिका, हिसार सेवाकेंद्र, हरियाणा

" मुझे जेल में स्वास्थ्य और व्यसनमुक्ति की क्लास कराने का सौभाग्य प्राप्त हो रहा है। कई बंदी भाई व्यसनों को छोड़ अपनी सफलतम खुशियों से भरी जिंदगी जी रहे हैं।

» डॉ. बीके रामप्रकाश, वरिष्ठ राजयोगी, हिसार सेवाकेंद्र

" 20 वर्ष से ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़ा हूं। 15 वर्ष से केंद्रीय कारागार में अपनी सेवाएं दे रहा हूं। जो कैदी राजयोग का अभ्यास कर रहे हैं वे काम, क्रोध, बीड़ी, सिगरेट और तंबाकू आदि के व्यसन को छोड़ परमात्मिक सत्संग करते हैं। वे बड़े ध्यान से परमात्मा के महावाक्य सुनकर राजयोग का अभ्यास करते हैं।

» बीके डॉ. राकेश मलिक,
प्रोफेसर, लाला लाजपत राय यूनिवर्सिटी, हिसार, हरियाणा

घर-परिवार की तरह जेल में मनाते हैं हर त्योहार

शिव आमंत्रण » शिवरात्रि पर प्रत्येक वर्ष जेल परिसर में आध्यात्मिक कार्यक्रम का आयोजन किया जाता है, जिसमें सभी बंदी भाग लेते हैं। ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा प्रवचन दिए जाते हैं जिसके बाद शिवध्वज फहराया जाता है। जिसके नीचे बंदी अपनी बुराई छोड़ने का संकल्प लेते हैं। जेल अधीक्षक शमशेर दहिया एवं डिप्टी जेल अधीक्षक सतपाल कासनियां भी इस कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लेते हैं। इसके अलावा रक्षाबंधन पर ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा प्रवचन करने के उपरांत कार्यक्रम का आयोजन किया जाता है व बंदी भाइयों को राखी बांधी जाती है। राखी बांधने की खर्ची के एवज में ब्रह्माकुमारी बहनें उनसे कोई एक बुराई छोड़ने का संकल्प दिलवाती हैं। हिसार जेल के अंदर हर वर्ष कई त्यौहार मनाए जाते हैं। प्रत्येक गुरुवार को केंद्र द्वारा बंदी भाइयों के लिए विशेष प्रसाद का वितरण किया जाता है। इस कक्षा में जो बंदी भाग लेते हैं उनके आचरण में अभूतपूर्व परिवर्तन आया है। जो बंदी जेल से छूटकर गए हैं वो बाहर आकर परमात्म ज्ञान के सत्संग को रोज अटेंड करते हैं एवं शांति और सद्मार्ग पर चलने के लिए प्रचार-प्रसार कर रहे हैं। उनका गुस्सा छूट गया है व तनाव मुक्त हो गए हैं।

हिसार जेल में शिवरात्रि पर झंडा फहराते जेल अधीक्षक एवं बीके सदस्य।

जेल से छूटकर दूसरों को प्रेरित कर रहा एक फौजी

हत्या के मामले में जेल में जाना पड़ा। वर्ष 2013 में जेल में चलने वाली राजयोग पाठशाला में आना शुरू किया व साप्ताहिक कोर्स किया और नियमित रूप से परमात्म ज्ञान से जुड़ गए। इस दौरान हमारा तनाव बिल्कुल समाप्त हो गया। बार-बार आने वाला क्रोध भी एकदम शांत हो गया। 2013 से 2018 तक मैंने जेल के अंदर ही लोगों को ज्ञान दिया व नियमित रूप से इसका प्रचार करने लगे। इस प्रकार एक गुस्से और बदले की भावना बदल गई और अब मन शांत रहने लगा है। अब मैं प्रसन्न, तनावमुक्त व शांत रहता हूं और लोगों को भी इस मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित करता हूं। 30 मई 2018 को मुझे जेल से जमानत मिल गई। जेल से बाहर आकर भी मैं नियमित रूप से परमात्म ज्ञान का संदेश फैला रहा हूं और संस्था के मुख्यकेंद्र में रोजाना राजयोग की कक्षा में जाता हूं।

» महेंद्र सिंह, पूर्व फौजी, गांव खारिया, हिसार, हरियाणा

प्रेरक कहानी

जेल में एक मुस्लिम कैदी के बदलाव की कहानी, राजयोग मेडिटेशन ने बदली जीवन की दिशा

राजयोग ध्यान से छूटा नशा, परमात्मा के सत्य ज्ञान ने बदला जीवन: मोहम्मद नूर इस्लाम

खुद को बदल अनेकों को बदलने के लिए प्रेरित कर रहे, लोगों के लिए बने प्रेरणास्रोत

शिवआमंत्रण » दिल्ली। मेरा जन्म दिल्ली के हजरत निजामुद्दीन में गरीब परिवार में हुआ। घर के सभी सदस्य मम्मी, अब्बू और हम चारों भाई-बहनें पांचों वक्त की नमाज पढ़ते थे और खुदा पर बहुत विश्वास रखते थे लेकिन अचानक मम्मी की कैंसर से मृत्यु हो जाने से और बहन की टी.बी. से मृत्यु हो जाने से पिता को सदमा लगा।

मेरे पिताजी नमाजी से शराबी बन गए। फिर उन्होंने दूसरी शादी कर ली। अब्बू की अनुपस्थिति में दूसरी अम्मी हमें बहुत मारती थी। तंग होकर मेरा बड़ा भाई घर छोड़कर भाग गया। अब हम दो छोटे भाई रह गए। अब्बू की भी एक हादसे में मृत्यु हो गई। क्लेम के रूप में हमें कुछ रुपए मिले उन रुपयों से अम्मी ने दूसरी शादी कर ली। अब दोनों मिलकर हम दोनों भाइयों को अनाथ समझ कर अत्याचार करने लगे। फिर मैं भी अपने छोटे भाई को लेकर भाग गया।

अम्मी ने चोरी का इल्जाम लगाकर जेल करवा दी

मैं एक गांव में कबाड़ी का धंधा करने लगा। छोटे भाई का स्कूल में दाखिला करा दिया। अम्मी को पता चला तो वह हमें वहां से ले गईं और घर ले जाकर फिर से अत्याचार शुरू कर दिए। हम दोनों भाई फिर भागे और इसके बाद अम्मी ने चोरी का इल्जाम लगाकर मुझे जेल करवा दी।

ब्रह्माकुमारी में कोई धर्म-भेद नहीं

जेल में एक दिन देखा कि एक कोने में कुछ भाई ध्यान अवस्था में बैठे हैं। उनमें से एक मेरे ब्लॉक का भी था। उसने बताया कि यहां सच्चा ज्ञान मिलता है। वहां भगवान के चित्र लगे थे। मन में आया कि वहां जाऊं फिर सोचा मैं तो मुसलमान हूं, यह तो मुझे भगा देंगे। मैंने उस भाई से कहा मैं इनके साथ बैठना चाहता हूं। उसके कहने पर अमरीश नाम रख लिया और वहां बैठ गया पर बाद में पता चला कि यहां कोई धर्म भेद नहीं है। फिर मैंने लगन से साप्ताहिक राजयोग मेडिटेशन का कोर्स किया। सृष्टि के आदि-मध्य-अंत के बारे में जाना। कल्पवृक्ष के बारे में विस्तार से जाना। कर्मों की गति को जाना। दरोगा भाई ने नशा छुड़वाया। अब मैं पूरी तरह से नशामुक्त हूं। हर रोज बाबा (परमात्मा) की प्यार भरी मुरली (परमात्मा के महावाक्य) सुनता हूं तथा जीवन में पूरी तरह उतारता भी हूं। कभी कोई गलती भी हो जाती है तो बाबा को बताता हूं।

मैं अनाथ से सनाथ बन गया

मम्मी और अब्बू न होने के कारण मैं स्वयं को अनाथ समझता था लेकिन शिव बाबा ने मुझे अपना बच्चा बना कर अनाथ से सनाथ कर दिया है। अमृत वेले मैं बाबा की गोद में जब बैठता हूं तो मुझे एक पिता के स्नेह की अनुभूति होती है। मैं बाबा से पिता और माता का संबंध ही रखता हूं। बाबा ने मीठे बच्चे, मीठे बच्चे कहकर मुझे बहुत प्यार दिया है। अब दिल से यही आवाज निकलती है कि जिसके साथ स्वयं भोलानाथ भगवान हो वह अनाथ कैसे हो सकता है? हर रोज हम 15 भाई ईश्वरीय महावाक्य सुनते हैं। बस, अब तो यही तमन्ना है कि विश्व परिवर्तन के इस महान कार्य में मैं बाबा का पूरा-पूरा सहयोगी बनूं।

दिन-रात बस यही दिल से निकलता है -

बिन तेरे बाबा मेरी जिंदगी अलसाई थी,
पाकर तुझको, नई चेतना ने ली अंगड़ाई-सी।
तेरे प्यार की शीतल छाया में,
बेहद का सुख पाया है।
प्यारे बाबा!
तेरी यादों में परम आनंद समाया है।

- मोहम्मद नूर इस्लाम,
हरियाणा (कारागार)

संपादकीय

आंतरिक सशक्तिकरण से मिटेगा, असमानता का भाव

देश और दुनिया में सदियों से एक ऐसे भाव का दंश हमेशा से बना रहा है और वो है असमानता का। जब मनुष्य के अन्दर असमानता का भाव आ जाए तो निश्चित तौर पर वह एक अभिशाप है। इसे पाटने के लिए हमेशा प्रयास किया है। लेकिन यह संभव नहीं हो पाया। अब हम 21वीं सदीं में जी रहे हैं। विज्ञान और अध्यात्म का प्रभाव तेजी से बढ़ रहा है। ऐसे में यह भाव समाप्त होना चाहिए। लेकिन अभी सफलता नहीं मिल सकी है। इसकी एक खास वजह यही है कि हमने खुद को बाहर से मजबूत करने, सजाने और संवारने का प्रयास है लेकिन आंतरिक रूप से नहीं। यदि हम आंतरिक रूप से संवारने का प्रयास नहीं करेंगे तो निश्चित तौर पर यह खाई और बढ़ेगी। इसलिए अब एक और क्रांति की जरूरत है और वो है असमानता के भाव को समाप्त कर आध्यात्म का मार्ग अपनाने की। इससे ही समाज में असमानता का भाव समाप्त होगा और सभ्य समाज बनेगा।

बोध कथा जीवन की सीख

नि:स्वार्थ रूप से की गईं सेवाएं एक दिन अवश्य फल्लवित होती हैं

नर्स के रूप में हम तीन डायमंड विभूतियों के बारे में चर्चा करने जा रहे हैं। पहला महात्मा गांधी जो फादर ऑफ नेशन कहे जाते हैं। महात्मा गांधी के जीवन को जब हमने पढ़ा कि गांधीजी कैसे बड़े हुए, उनके जीवन में कौन-कौन सी धारणाएं थीं। उनके जीवन का बचपन से लेकर बड़े होने तक, बचपन में चोरी, मांस खाया और उसके पश्चाताप तक सबकुछ जो उन्होंने किया। कैसे एक-एक भूल को उन्होंने सुधारा, कैसे वो आगे बढ़े और कैसे इस देश का इतना बड़ा व्यक्तित्व बने। साबरमती का संत तथा राष्ट्रपिता जिसे आज कहते हैं। कैसे इस व्यक्ति ने अपनी दृढ़ इच्छा शक्ति से अपने जीवन की भूलों को ठीक करते हुए आगे बढ़ते हुए कहां से कहां पहुंच गए।

दूसरा हमारे समाज में पालना और सेवा का एक अभिप्राय शब्द नर्स भी है जिसे अंग्रेजी वर्ण में तोड़ कर व्याख्या किया जाए तो सुंदर अर्थ निकलता है। एन से नोबिल्टी अर्थात् चरित्र की महानता, यू से अप-टू-डेट अर्थात् अपने ज्ञान में संपूर्ण जागरूक, आर से रेस्पॉन्स, एस से स्किलफुल ज्ञान केवल थ्योरी का नहीं लेकिन प्रैक्टिकल और इ से एमपिथि अर्थात् केवल सहानुभूति नहीं समानुभूति। नर्सेज आंदोलन की शुरुआत करने वाली महिला फ्लोरेंस नाइटेंगल इंग्लैंड में जन्मी थी। ये महिला 1820 ई. में एक उच्च घराने में पैदा हुई थी। वह कैसे इतनी बड़ी व्यक्तित्व हुई? उस जमाने में नर्स के प्रोफेशन को इतनी मान्यता नहीं थी। लोग इसे ऊंचा प्रोफेशन नहीं समझते थे। मरीजों की हालत उस समय बहुत खराब रहती थी। कभी कपड़े नहीं बदले जाते तो कभी बेड की चादर नहीं बदली जाती थी, चारों तरफ गंदगी रहती थी। उस समय घर का विरोध सहन करते हुए इस महिला ने फैसला किया कि मुझे नर्स बनना है। अपनी डायरी में उन्होंने बहुत अच्छी बात लिखी है कि मुझे प्रभु ने आवाज दी है कि मुझे अपनी जिंदगी सेवा में लगानी है। उस युग में सेवा का सोचना कितनी आश्चर्यजनक बात है। ऐसी ये महिला जिन्हें लेडी विद् लैंप कहा जाता है।

इतिहास में एक प्रसिद्ध युद्ध हुआ था क्रीमियन वॉर, जिसमें अपने 38 साथियों के साथ वह गई और युद्ध में जो घायल सिपाही थे उनकी रात में सेवा करती थी। जब सारे चिकित्सक चले जाते थे तो उनके जाने के बाद वह हाथ में एक लालटेन लेकर रातभर सेवा करती थी। उन्होंने अपनी डायरी में जो अनुभव लिखे उसमें ऐसी बहुत ही चमत्कारी बातें हैं। जब सेवा का संकल्प आया अविवाहित रही, सारा जीवन सेवा में लगा दिया, अपने लिए कभी भी फीमेल का उच्चारण नहीं किया। स्वयं के लिए वह कहती थी, मैन ऑफ एक्शन, मैन ऑफ बिजनेस, मैन ऑफ सर्विस।

तीसरी विभूति प्रजापिता ईश्वरीय विश्व विद्यालय की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी जी हैं। इन्होंने अपना जीवन जबसे इस यज्ञ की शुरुआत हुई और जब से वो यहां आई शुरू से ही नर्स की भूमिका निभाई है। एक परिचारिका के रूप में उन्होंने यहां सेवा की। ऐसी दादी जानकी जी 1978 में टेक्सास अमेरिका में उन पर बहुत सारे प्रयोग किए। उसके बाद दादी जानकी जी को ‘द मोस्ट स्टेबल माइंड इन द वर्ल्ड’ डिक्लेअर किया गया। तो ऐसी तीन महान विभूति एक तरफ फादर ऑफ द नेशन, दूसरी तरफ द लेडी विद् लैंप और तीसरी तरफ ‘द मोस्ट स्टेबल माइंड इन द वर्ल्ड’ तो ये कितना अदभुत समागम है।

संदेश: समाज के कल्याण भाव को लेकर की गई नि:स्वार्थ सेवा अवश्य फल्लवित होती है। जैसे सामाजिक सेवाओं की प्रतिमूर्ति बनकर महात्मा गांधी, फ्लोरेंस नाइटेंगल और दादी जानकी ने अपने एक-एक सेकंड को समाज के लिए लगा कर अपने जीवन को सफल बनाया। यही हमारे जीवन का असली उद्देश्य होना चाहिए।

मेरी कलम से

[प्रो. वेद गुलियानी]
लेखक, राजकीय महाविद्यालय, हिसार, हरियाणा के पूर्व प्राध्यापक हैं।

विज्ञान या वि+ज्ञान

आज हर छोटी बड़ी बात पर सुनने को मिल जाता है कि विज्ञान का युग है यह तो होना ही है। अच्छा लगता है जब हम विज्ञान के आविष्कारों की बात करते हैं तथा उस द्वारा प्राप्त हो रही सुविधाओं को अपने जीवन में ढालने का प्रयास करते हैं। यात्रा आसान हो गई, समय की बचत हो जाती है। हर एक से कुछ सेकंड में ही बात हो जाती है। सब कुछ बहुत ही सरल हो गया है। हर क्षेत्र में सुविधा है चाहे वह व्यक्तिगत हो, सामाजिक हो, आर्थिक या राजनीतिक हो। सच में सब सरल हो गया है परन्तु क्या जीवन सरल हो गया है? संबन्ध सरल हो गए हैं? अपनेपन का अनुभव सरल हो गया है? किसी से चन्द मिनट मिल कर बैठना स्वतन्त्र भाव से बातें करना सरल हो गया है? क्या संस्कृति सरल हो गई है? क्या संबन्धों का बोध सरल हो गया है? बहुत बार मन में प्रश्न आता कि विज्ञान ने क्या सरल किया है या विज्ञान का उद्देश्य क्या है? बहुत पहले कहीं पढ़ा था कि विज्ञान दो विकल्पों पर काम करता है। पहला, विज्ञान मनुष्य के बहुत से काम कर दे जिसके परिणामस्वरूप उसके पास अपने लिए बहुत समय बच जाए। दूसरा, अगर व्यक्ति समय न बचाना चाहे तो विज्ञान अपनी खोज और आविष्कार की सहायता से उसके जीवन को अति सुखदाई बना दे। दोनों ही आदर्श, अच्छे हैं। परन्तु प्रश्न वहीं पर है कि क्या व्यक्ति के पास अब स्वंय के लिए तथा दूसरों के लिए समय ही समय है? या क्या हम कह सकते हैं कि इतने तकनीकी यंत्रों के साथ अब मनुष्य का जीवन बहुत सुखी है तथा वह चिन्ताओं व परेशानियों से स्वतंत्र हो गया है? कहने की आवश्यकता नहीं, हम सब इसका उत्तर जानते हैं। विज्ञान ने बहुत कुछ दिया परन्तु वह नहीं दिया जो मनुष्य को सुख-शान्ति तथा आराम दे सके। विज्ञान ने सबकुछ देने के साथ उसे चिन्ता तथा कष्ट का आसन दिया है।

विज्ञान ने मनुष्य की वास्तविकता, उसकी उत्पत्ति, स्वभाव, जीवन के लक्ष्य तथा इन सबमें मन तथा आत्मा की भूमिका को कभी स्वीकारा ही नहीं। कोई आश्चर्य नहीं होना चाहिए कि यदि हम इसी गति से इसी राह पर चलते रहे तो मशीनें तथा कम्प्यूटर मनुष्य का स्थान ले लेंगे। ब्रह्माकुमारीज़ एक ऐसी संस्था है जिसे विज्ञान का कोई विरोध नहीं। यहां विज्ञान का पूरा प्रयोग किया जाता है। विज्ञान को पूरा आदर दिया गया है लेकिन जहां विज्ञान रक्षक जाता है, वहां आध्यात्मिकता अपनी गति पकड़ लेती है। राजयोग मनुष्य के समय तथा जीवन की गुणवत्ता को परख कर उसे निखारता है। मनुष्य को निराकार सत्य की ऊंचाइयों को, जो चांद-सितारों से भी ऊंचा है, छूने तथा पाने की क्षमता प्रदान करता है। आवश्यकता बस इतनी कि विज्ञान स्वंय को अलग या श्रेष्ठ न मानें।

जैसा हम सोचते हैं, वैसा ही बनते जाते हैं

मन में अदभुत शक्तियां हैं। मन एक ऐसी चीज है जिसके बारे में स्वामी विवेकानंद ने कहा है कि ‘मन की जो शक्तियां हैं वो सूर्य की किरणों के समान हैं, जैसे ही वो एकाग्र होती हैं उनमें एक चमक सी आ जाती है। एक शक्ति सी भर जाती है तो मन इतना शक्तिशाली है कि कुछ भी इसके लिए असंभव नहीं है।’

आध्यात्म की नई उड़ान...

डॉ. सचिन]
मेडिटेशन एक्सपर्ट

1957 में एक आर्टिकल पब्लिश हुआ था जर्नल ऑफ प्रोजेक्टिव टेक्नोलॉजी। इस आर्टिकल में डॉ. वेस्ट का और मिस्टर राइट का वर्णन है। डॉ. वेस्ट के पास मिस्टर राइट ऐसे मरीज के रूप में पहुंचते हैं जिनके पूरे शरीर में कैंसर फैल चुका था। उनके जीवित रहने की संभावना बहुत कम थी। परन्तु उनका संकल्प था कि मुझे अभी जीना है। किसी आर्टिकल में वो पढ़ते हैं कि ऐसा एक ड्रग आया है जो कैंसर का इलाज कर सकता है। वो डॉक्टर को कहते हैं कि मुझे आप वो ड्रग दो और मुझे पूर्ण विश्वास है कि मैं ठीक हो जाऊंगा। मरीज के कहने पर डॉक्टर उसे वो दवाई इंजेक्ट करते हैं।

आश्चर्य की बात ये दिखाई है कि दो दिन के ही अंदर उसके शरीर की सारी गांठें चली जाती हैं और एक हफ्ते के अन्दर वो कैंसर फ्री डिस्चार्ज होता है। दो हफ्ते के बाद मिस्टर राइट इस दवाई के ही बारे में कहीं एक और आर्टिकल पढ़ता है कि ये जो दवाई बिल्कुल फालतू है। बहुत सारे रिसर्च इसके विरोध में जा रहे हैं। जैसे ही वो ये पढ़ता है तो फिर से डिप्रेशन में चला जाता है। फिर से दो दिन के बाद उसके शरीर में वो सारी गांठें आ जाती हैं फिर से वो दु:खी हो जाता है परन्तु इस समय डॉक्टर की इच्छा होती है कि मैं इसे मरने नहीं दूंगा। कुछ भी करके मुझे इसे जिन्दा रखना है। उसे अपने क्लिनिक में बुलाते हैं।

वेस्ट उसे कहते है जो उस दवाई की पहली बैच थी उसमें गड़बड़ थी अभी मैं आपको एक सुपर रेफिने इंजेक्शन दे रहा हूं जिससे आप ठीक हो जाओगे। मरीज को बहुत खुशी होती है और वो एक हफ्ते में फिर से ठीक हो जाता है। एक मास तक उसे कुछ नहीं होता है। एक मास बाद अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन डिक्लेअर करती है कि जो ड्रग है वह एकदम बेकार है किसी काम का नहीं। उस मरीज ने फिर से जब ये पढ़ा अब तो जग जाहिर हो चुका था कि ये ड्रग एकदम फालतू है तो उस मरीज की दो दिन में ही मौत हो जाती है।

ऐसा क्यों हुआ सोचने की बात है। एक तरफ तो हमारा मेडिकल फील्ड है और हर रोज नई-नई रिसर्च के साथ नई तकनीकें भी आ रही हैं। फिर भी कुछ तो ऐसा है जो हमारी पहुंच से बाहर है। शायद इन सब के पीछे कुछ और है जो काम कर रहा है वह मन है।

आप सभी जानते हैं ब्रेन तो एक ही है लेकिन मन दो तरह का होता है -एक को कहा जाता है चेतन मन और दूसरा होता है अवचेतन मन। जब तक अवचेतन मन के सिद्धान्तों को नहीं समझ लेते तब तक बहुत सारी चीजें नहीं समझ पाएंगे। चेतन मन, अवचेतन मन, बाह्य मन, अंतर मन, मेल-फीमेल, ऑब्जेक्टिव-सब्जेक्टिव ऐसे बहुत सारे नाम इसको दिए गए हैं। वास्तव में जो हम सोचते रहते हैं चेतन मन उसे स्वीकार कर लेता है वो ये नहीं देखता है कि क्या दिया जा रहा वह अच्छा या बुरा। ये मिट्टी की तरह है इसमें कोई भी बीज डालो ये कोई विरोध नहीं करता। जो भी हम उसमें डालते रहेंगे वो धीरे-धीरे उसे स्वीकार कर लेता है। धीरे-धीरे हम वैसे ही बन जाते जैसा सोचते हैं।

आज के युग में दो ऐसे लॉ हैं जिनकी आजकल ज्यादा चर्चा है- एक है लॉ ऑफ अट्रैक्शन और दूसरा है लॉ ऑफ बिलीफ। विश्वास का नियम और आकर्षण का नियम। जिसमें जिसका विश्वास वह वैसा बनता है। अगर ये विश्वास है कि मैं इस बीमारी से ग्रसित हूं मुझे ये बीमारी है तो ना होते हुए भी होने लगती है।

लार्ड बर्नार्ड शाह नाम का एक लेखक हुआ है उसने लिखा है जब वो 70 साल का हो गया तो उसने सोचा कि वह इंग्लैंड छोड़ देगा क्योंकि उस समय ये धारणा थी कि इंग्लैंड में व्यक्ति 70 साल जीता है। उसने सोचा कि मैं ऐसे गांव में जाऊंगा जहां ये धारणा नहीं है और फिर वो दूसरे गांव में चला जाता है, जहां वो देखता है एक कब्र है उस पर लिखा हुआ है कि इस व्यक्ति की 120 वर्ष की आयु में आकस्मिक मौत हुई है और वो सोचता है हां मैं इस गांव में ही रहूंगा और फिर वह 94 वर्ष तक जीवित रहता है। तो जो ये हमारा विश्वास है जो हम बचपन से सोचते हैं वह स्वत: ही कार्य करने लगता है।

दूसरा है आकर्षण का नियम। द सीक्रेट नाम की किताब भी लिखी गई है उस पर मूवी बनी है और उस पर बहुत चर्चा भी है। ये नियम कहता है जो भी हम सोचते है जो भी संकल्प करते हैं, हम जैसे भी सोच रखते हैं वो विचार जैसे कि प्रकृति में जाता है और वैसे ही विचारों को ढूंढता है और उन विचारों को खींच कर अपने पास लाता है। विचार-विचार से मिल रहा है रिएक्शन हो रही है और घटनाओं का निर्माण हो रहा है।

हम सोचते हैं कि मुझे ये करना है हम करने लगते हैं। हम सोचते है कि मैं वहां नहीं जा सकूंगा हम नहीं जाते हैं। अगर मैंने सोच लिया कि वो चीज मेरी है तो धीरे-धीरे वो मेरी होने लगती है। क्योंकि चेतन मन जो संकल्प करता है और जो अवचेतन मन में डाला जाता है तो अवचेतन मन उस पर कार्य करने लगता है। वो सब कुछ करता है और उसे अपना बना लेता है फिर धीरे-धीरे एक दिन वो साकार होने लगता है। इस सिद्धांत को आकर्षण का नियम कहते हैं। इसे बहुत गहराई से समझना है कैसे ये कार्य करता है किस सूक्ष्मता से ये कार्य करता है।

प्राचीन काल में इलाज कैसे होता था? लोग पीर, फकीप, नीम-हकीम बाबा के पास जाते और ठीक होकर आते थे। कौन सी विधि काम करती थी? यहां उनका ही अवचेतन मन ठीक करता था। वास्तव में वो विश्वास था जिस विश्वास के साथ लोग वहां जाता था। जब बीमार होते हैं तो बचपन से ही हमें कहा जाता है कि चलो डॉक्टर के पास, ये जो सोच है कि डॉक्टर के पास जाना है इसी सोच से व्यक्ति ठीक होना शुरू होता है। जब ये पता चल जाए कि ये डॉक्टर संसार का सबसे बढ़िया डॉक्टर है तब तो फिर और तेजी से ठीक हो जाता है। जब पता चल जाए इसकी फीस बहुत ज्यादा है तब तो और भी तेजी से ठीक होना चालू हो जाता है।

प्रेरक विचार
Spiritual THOUGHTS

कवि संत तुलसीदास, रामायण के रचनाकार

“ धर्म करने का काम दया भावना से उत्पन्न होता है और अभिमान तो केवल पाप को ही जन्म देता है ”

ईसा मसीह, धर्मपिता (ईसाई धर्म)

“ तुम अपने प्रभु से आत्मा, मन, बुद्धि और सारी शक्ति से प्रेम करना यही मेरी मुख्य आज्ञा है ”

बी.के. शिवानी
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ
अंतरराष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज़ की टीवी ऑइकॉन, गुरुग्राम, हरियाणा

जीवन प्रबंधन

स्वयं के प्रति रखें अच्छा नजरिया...
अपनी कैपेसिटी को बढ़ाने का सरल तरीका है सदा दुआएं कमाते रहना

स्वयं पर भरोसा रखकर अपनी क्षमता को बढ़ाने के लिए दुआओं का खाता जमा करने के साथ अपने मन के विचारों को भी पवित्र करके अपना भाग्य सिक्योर करें

शिव आमंत्रण आबू रोड। कोई हमारे साथ बहुत ज्यादा गलत करे तो क्या हम उसको दुआएं दे सकते हैं? फूल भेजेंगे, बुके भेजेंगे, लेकिन ब्लेसिंग नहीं भेजेंगे। ब्लेसिंग मतलब क्या कोई मेरे लिए गलत कर रहा है मैं अंदर से उसके लिए नफरत नहीं करूंगी, मैं अंदर उसके लिए बुरा नहीं सोचूंगा। अब हमें कार्मिक अकांउट को बंद नहीं करना है ठीक करना है। बंद नहीं होता, चैंज हो सकता है कि आज से हम जो आपके लिए सोचेंगे वो सिर्फ ब्लेसिंग्स और गुड विशेज है और वो करते ही हम अपने कार्मिक एकाउंट की क्वालिटी को चैंज कर देंगे। दोनों में से किसी एक को करना है। बचपन से सुना है कि जो करेगा वो पाएगा। तो किसी एक को चेंज करना है क्योंकि अगर मैंने नेगेटिव भेजा और फिर आपने भी नेगेटिव भेजा तो इट्स गेटिंग मोर एंड मोर मोर मोर कंपलेक्स। भेजते-भेजते अगर दोनों में से किसी एक ने कॉस्टयूम चेंज कर लिया और फिर मिलेंगे तो ज्यादा कॉम्प्लिकेटेड हो जाता है क्योंकि अब तो हमें याद ही नहीं है कि आप कौन हो, मैं कौन हूं?

जो जिनता देता हम भी प्राय: उतना ही देने का विचार रखते

कुछ लोगों से मिलकर हमें अच्छा क्यों नहीं लगता? और कुछ लोगों से पता नहीं चलता कि अच्छा क्यों लग रहा है इतना? कुछ लोग हमारी फैमिली से भाई-बहन हैं लेकिन उनसे लगाव नहीं है और कुछ लोग जिनसे कोई रिश्ता नहीं है लेकिन उनके लिए कहेंगे कि वो हमारे लिए परिवार से बढ़कर हैं क्यों? क्योंकि कभी न कभी हम दोनों बहुत अच्छी एनर्जी एक्सचेंज करके आए हैं। जब दिवाली आती है तो हम बैठकर लिस्ट बनाते हैं कि किसको क्या देना है? नार्मल क्राईटेरिया किसी को गिफ्ट देने का क्या होता है उसने क्या दिया था मुझे पिछले साल। स्वाभाविक रूप से जिसने मुझे 1000 रुपये का गिफ्ट दिया था हम भी उसे उतना ही देंगे? 10 हजार या 12 हजार का रुपए का गिफ्ट थोड़े ही न देंगे। जितना-जितना लेन-देन है उतना ही करेंगे। कुछ लोगों के पास बाकायदा नोट बुक में लिस्ट होती है किसने क्या दिया था क्योंकि अगले साल रेफर करना पड़ेगा। उसको बाय करने के लिए.. ये जिंदगी जीने का एक तरीका है।

जो एनर्जी किसी को देंगे वही मेरे पास वापस आती है

अगर हमें यह पता चले कि आज जो हम उनको गिफ्ट देंगे दिवाली के चौथे दिन तक वही गिफ्ट हमारे पास आने वाला है तो मैं कौन सा गिफ्ट खरीदूंगी? मैं वही खरीदूंगी जो मैं चाहती हूं, क्योंकि मुझे 100 प्रतिशत विश्वास है कि चौथे दिन वो मेरे पास आने वाला है। मैं ये नहीं कहूंगी कि उन्होंने हजार रुपए का भेजा मेरे को क्या फर्क पड़ता है। उन्होंने कितने का भेजा मुझे अगर 50 हजार रुपए की भी चीज पसन्द आएगी तो मैं ले लूंगी। क्योंकि वापस तो मेरे घर आने वाली है। ये लॉ ऑफ कर्म है। जो एनर्जी हम किसी को देंगे वो वापस हमारे पास ही आने वाला है इसलिए जो चाहिए उसे देते जाएं। खुशी चाहिए, रेस्पेक्ट चाहिए, ट्रस्ट चाहिए, प्यार चाहिए वही देते जाओ। देते समय भी मिल रहा है, वापिस आते समय भी मिल रहा है। लेकिन अगर हम कहेंगे उन्होंने तो 500 रुपए की दी थी मुझे भी 500 की ही देनी है फिर उन्होंने और कम करनी है।

ब्लेसिंग एक पावरफुल संकल्प है जो देने से खुद को ही मिलता

डेस्टिनी हमारी चॉइस है। ब्लेसिंग्स दें उनको जो हमारे साथ गलत कर रहे हैं। ब्लेसिंग क्या है ये केवल एक संकल्प है। किसी ने प्रश्न लिख कर भेजा कि किसी ने हमारे साथ गलत किया है तो हमें लीगल केस करना चाहिए या उसे ऐसे ही छोड़ दें। क्या उत्तर होगा? जो सही है बिल्कुल करना चाहिए लेकिन लीगल केस करना और एक है अंदर से नफरत करना। दोनों चीजों में बहुत अंतर है। कइयों के साथ हम कोई एक्शन नहीं लेते लेकिन अंदर ही अंदर नफरत करते रहते हैं। कार्मिक एकाउंट बहुत स्ट्रांग है। जो लीगली राइट है वह करेंगे लेकिन अंदर से दुआएं देंगे कि अब इस आत्मा के साथ मुझे कुछ भी गड़बड़ नहीं करनी है। पहले ही बहुत गड़बड़ हो गई। इसके बाद कोई गड़बड़ नहीं चाहिए। जिनके साथ उलझन है उनके साथ जल्दी जल्दी सब कुछ ठीक करना चाहिए, ताकि उनके साथ फिर कोई ऐसी भारी एनर्जी एक्सचेंज हमारे कार्मिक पैटर्न में नहीं आए।

खुद अपने बारे में गलत सोच लिया, तब नुकसान संभव

रोज मेडिटेशन में दुआएं भेजें। उनको सामने लेकर आएं और उसे एक मैसेज दें कि वह हमारा पास्ट था जो खत्म हो गया है। आज से आपके और मेरे बीच सिर्फ प्यार और सम्मान और दुआएं हैं। ये रोज सिर्फ उनको मन से मैसेज भेंजे। ये मैसेज भेजते ही पहले तो हमारी तरफ से थोड़ी-थोड़ी गड़बड़ी थी वह ठीक हो जाएगी और वहां पर मैसेज जाएगा तो उसका असर होने वाला है। वहां से भी एनर्जी वापस आएगी। वापस न भी आए वहां से तो हमें कोई फर्क नहीं पड़ता, क्योंकि हमारा कर्म हमारा भाग्य लिखता है। उनका कर्म उनका भाग्य लिखता है। हमें लगता है हम किसी के लिए गलत सोचेंगे और उनका गलत हो जाएगा या दूसरा डर आजकल कोई मेरे लिए गलत सोच रहा है इसलिए मेरे साथ गलत होता है, नजर लग गई किसी की, नजर लगना मतलब क्या? मतलब किसी ने सोचा कि मेरा हॉस्पिटल बंद हो जाए इसलिए मेरा गड़बड़ होने लग गया, ऐसा हो सकता है क्या? मैं यहां से बैठकर अभी एक सोच क्रियेट करती हूं कि मेरे सामने जो व्यक्ति सोफे पर बैठे हैं वो गिर जाएं तो क्या वो सोफे से गिरेगा नहीं। चाहे मैं 24 घंटे ये सोचू तो भी नहीं गिरेगा लेकिन जिस दिन उसने ऐसा सोच लिया कि मैं उसके बारे ये सोच रखती हूं और कहीं मैं सचमुच न गिर जाऊं तो? तो उस दिन जरूर गिर जाएगा।

हमारे विचार प्योर होंगे तो हमारा भाग्य भी सिक्योर होंगा

हम हमेशा दूसरों को दोषी ठहराते हैं और खुद को बीच में से हटा देते हैं। सब लोग हमारे लिए गलत सोच लें, उनकी सोच हमारा भाग्य नहीं लिखती है। उनकी सोच की एनर्जी सिर्फ हमारी सोच तक पहुंच सकती है। अगर हमारी सोच नेगेटिव हो गई डर से इनसिक्योरिटी से फिर हमारी सोच हमारा भाग्य लिखती है। अगर हम रोज चार्ज करते हैं अपनी बैटरी को, हम रोज परमात्मा से कनेक्शन रखते हैं तो कोई हमारे लिए कितना भी नेगेटिव सोचे हमारी सोच कैसी होगी? प्योर तो हमारे भाग्य सिक्योर। आज कल हमारे अंदर इतना डर हो गया है कि हम अपने जीवन में होने वाली अच्छी बातें भी किसी को नहीं बताते हैं। अभी पिछले सप्ताह मैं एक हॉस्पिटल में गई वहां मुझे दो डॉक्टर मिले। उनमें से एक ने बड़ी मिठास से कहा सिस्टर क्या आप जानती हैं इन्होंने पिछले महीने 102 सर्जरी की हैं। मैंने कहा डॉक्टर साहब मुबारक! कहते हैं क्या मुबारक इसने व्हाट्सएप ग्रुप पर डाल दिया। 4 दिन मेरे पास एक भी सर्जरी नहीं आई। अब देखिए इतने डर में और इतने वहम में हम रहते हैं। इतने डर में अगर हम रहेंगे तो औरों के प्रति हम कैसा सोच रहे हैं कि किसी ने मुबारक भी दी तो अंदर से लगता है कि इसको जरूर मेरे से कोई प्रॉब्लम है।

जो अपने जीवन से ईर्ष्या करता है वो हर समय दर्द में रहता है

हमारा कर्म, हमारा भाग्य लिखता है। हमारी एक-एक सोच की चेकिंग है कि मेरी सोच की क्वालिटी कितनी नीचे होते। अगर हम अच्छा कर रहे हैं फिर चाहे किसी को कोई प्रॉब्लम ही क्यों न हो, कोई भी आपका नुकसान नहीं कर सकता। अगर कोई आपसे ईर्ष्या करता है तो उस व्यक्ति के प्रति क्या भावनाएं होनी चाहिए? जो ईर्ष्या करता है वो हर समय दर्द में है। भावनात्मक बीमारियों का दर्द शारीरिक बीमारियों से ज्यादा होता है। क्योंकि उसके लिए कोई दवा भी नहीं है कि खाकर बंद हो जाए दर्द। कुछ अलग-अलग चीजें ले लेते हम शाम को वह अलग बात है लेकिन उससे दर्द ठीक नहीं होता। उससे आत्मा सिर्फ कमजोर होती है। डिपेंडेंसी जितनी बढ़ेगी, डिस्ट्रिक्ट जितना करेंगे पेन को यूजिंग मेथड उतना और भी गहरा होता जाएगा । इसलिए कभी भी इस बात का डर मत रखिये के कोई मेरे प्रति अच्छा नहीं सोचता और उनके प्रति दया भाव रखें। इनसिक्योरिटी की बीमारी बहुत जल्दी फैलती जा रही है। यहां तक कि कोई बहुत बढ़िया कर रहा और शिखर पर है वो भी उन लोगों से इनसिक्योर फील करता है जो आर्गेनाईजेशन में नए भर्ती होते हैं।

कैपेसिटी को बढ़ाने का सरल तरीका दुआएं कमाते जाओ...

अपनी सोच की सूक्ष्म चेकिंग करके दूसरों को हमेशा आगे बढ़ाओ। जो भी आता है दूसरे को सिखाते जाओ। सब कुछ सिखा दो उसको अपने से भी अच्छा बना दो। क्या मिलेगा बदले में? किसी से पूछो बहन बहुत टेस्टी सब्जी बनाई थी कैसे बनाई? बस ऐसे-ऐसे डाला हो गई खत्म...। बताएंगे नहीं रेसिपी अपनी क्योंकि मेरे को सारी प्रशंसा तो उस रेसिपी से मिल रही है और मैंने आपको बता दिया और आप ने एक और चीज ऐड करके और अच्छी रेसिपी बना दी तो मेरा क्या होगा? अगर हम दूसरों से शेयर नहीं करेंगे तो मेरी आत्मा की पावर घटती जाएगी। अब दूसरा ऑप्शन है जितना आता वो सब को बताओ, सब को शेयर करो, सब को इतना सिखाओ कि लोग कहें कि अब तो ये आप से भी ज्यादा अच्छा करते हैं तो फिर क्या हो जाएगा? कैपेसिटी को बढ़ाने का सरल तरीका दुआएं कमाओं। दुआएं नहीं कमाएंगे कैपेसिटी उतनी रह जाएगी और अगर आत्मा कमजोर हो गई तो कैपेसिटी भी धीरे-धीरे घट जाएगी।

डॉ. अजय शुक्ला | बिहेवियर साइंटिस्ट
गोल्ड मेडलिस्ट इंटरनेशनल ह्यूमन राइट्स मिलेनियम अवार्ड
डायरेक्टर (स्प्रीचुअल रिसर्च स्टडी एंड ट्रेनिंग सेंटर, बंजारी, देवास, मप्र)

जीवन दर्शन से मन, बुद्धि एवं संस्कार में परिवर्तन

जीवन का मनोविज्ञान- 12

स्व यं के विकास से जुड़ी सम्पूर्णता व्यक्ति को जीवन के भाव एवं विचार पक्ष से अधिक व्यवहार की वास्तविकता से संबद्ध करने का प्रयास करती है। जीवन के दार्शनिक सन्दर्भों से उपजे विश्लेषण मनुष्य को उसकी सच्चाई और अच्छाई से अवगत कराते हुए आत्मा की सतोप्रधानता के बारे में अपना अभिमत स्पष्ट कर देते हैं। एक बार आत्मिक जगत का अहसास व्यक्तिगत जीवन में हो जाने पर सात्विक चेतना का दायित्व बोध स्वयं को सदैव पवित्र बनाए रखने में मददगार होता है। जीवन के खुशनुमा पल जब प्रत्येक क्षण को आनंद से भर देने की प्रक्रिया में संलग्न होना चाहते हैं उस समय मन-बुद्धि एवं संस्कार का वृहद् स्वरूप में ढल जाना आवश्यक हो जाता है। स्वयं की सत्यता का परीक्षण व्यक्ति को जीवन की यथार्थता से परिचित कराता है। जिससे आत्मा की उच्चता का ज्ञान, पठन-पाठन व मनन-चिन्तन से गतिशील होकर दैनिक जीवन का व्यावहारिक स्वरूप बन जाता है।

मानवीय मूल्यों द्वारा कर्म, पुरुषार्थ और भाग्य का परिष्कार

जीवन का रहस्यमयी स्वरूप सदा स्वयं की प्रतिष्ठा को बनाए रखने के लिए कर्म जगत के प्रति निष्ठावान रहता है। स्वयं को सम्मान देने का नजरिया जब व्यक्तिगत जीवन के मूल्य को पुरुषार्थ में परिणीत कर देता है, तब भाग्य का उदित होना सुनिश्चित हो जाता है। जीवन की व्यापकता ने सृष्टि पर विभिन्न प्रतिभाओं का सृजन किया है, जिन्होंने अपने कर्म, पुरुषार्थ एवं भाग्य के सामंजस्य को संतुलित तरीके से गढ़ा है। स्वयं को परिष्कृत कर देने की अभिप्रेरणा मानवीय प्रवृतियों का वह जीवंत मूल्य होता है जो व्यक्ति को उत्थान के लिए जीवन पर्यन्त प्रेरणा प्रदान करता रहता है। जीवन के स्थायी गुण धर्म किसी भी देश काल एवं परिस्थिति में अपनी प्रभावशाली भूमिका से मनुष्य को कर्मक्षेत्र के लिए उत्तरदायी बनाए रखने में सहायक सिद्ध होते हैं।

आध्यात्मिक पुरुषार्थ से चेतना, चिंतन एवं पुण्य का निर्माण

स्वयं के कल्याण में आत्मिक चेतना का जागृति से युक्त गतिशील स्वरूप व्यक्ति को जीवन के उमंग-उत्साह से सराबोर कर देता है। मानव द्वारा उन्नति की अवधारणा में चिन्तन की गहराई से क्रमिक विकास के आधार को महत्व प्रदान करते हुए आगे बढ़ने की शक्ति निहित होती है। स्वयं को केंद्र में रखकर किसी भी व्यक्ति द्वारा जीवन दर्शन के आध्यात्मिक पुरुषार्थ से चेतना-चिन्तन एवं पुण्य का निर्माण किया जा सकता है। यदि कोई व्यक्ति गतिशील जीवन के उद्देश्य को परिभाषित करने की चेष्टा करता है तो उसे यह ज्ञात हो जाता है कि आत्मिक उन्नति द्वारा ही चेतना की स्वीकारोक्ति के परिणाम कितने सुखद होते हैं। स्वयं का विकसित परिवेश अपने सकारात्मक ए समर्थ एवं महान चिंतन से पुण्य का निर्माण करने में सक्षम होता है क्योंकि इसके परिदृश्य में श्रेष्ठ ए शुभ और पवित्र विचारों का योगदान सदैव बना रहता है ।

राजयोग द्वारा महान आत्मा, धर्मात्मा और देवात्मा का अभ्युदय

जीवन में समभाव का दृष्टिकोण जीव जगत के मध्य अनुसरण करने की अवस्था को प्रतिपादित करता है, जिसमें आत्मिक स्वरूप में सदा बने रहना उच्चता का प्रमाण होता है। स्वयं को अन्तःकरण से महान कर्म के क्रियान्वयन हेतु तत्पर कर लेना और धर्मगत आचरण का अनुकरण करते हुए जीवन मूल्य को सृजित करना पुण्य के अभ्युदय का परिणाम है। जीवन के चरित्र का गठन मानवीय चिंतन का वह पवित्र विचार है जिससे आत्म जगत देवत्व को पोषित करते हए नैसर्गिक रूप से पुष्पित एवं पल्लवित होने लगता है। स्वयं के आत्मिक गुणों एवं शक्तियों से संबंधित सिद्धांत और व्यवहार की शुचिता व्यक्ति को सृष्टि के सर्जक से संबंध स्थापित करा देती है। जीवन का दार्शनिक बोध मानव के आध्यात्मिक मूल्य का पक्षधर होते हुए सदैव इस सत्य को रेखांकित करता है, जिसमें राजयोग के प्रयोग से मानव का देवात्मा के रूप में रूपांतरण होना सुनिश्चित हो जाता है।

रियल लाइफ

कोर्ट ने निर्णय दिया कि ये लोग शांतिप्रिय और समाज-सुधारक हैं

प्रजापिता ब्रह्मा बाबा

संस्थापक
प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

रियल लाइफ कॉलम में हम आपको प्रत्येक अंक में बताएंगे इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय के मार्ग में क्या बाधाएं आईं और उनका सामना ब्रह्मा बाबा ने कितनी सरलता से किया.... जीवन को पलटने वाली अद्भुत जीवन कहानी पुस्तक से क्रमश...

इस सिलसिले में मुख्यमंत्री तथा विधिमंत्री ने सिंध की विधान सभा में जो भाषण दिए वे बहुत ही तथ्यपूर्ण हैं (उन्होंने दिनांक 24 मार्च 1939 को सिन्ध विधानसभा में यह भाषण किया)। उन्होंने स्पष्ट कहा कि मंत्रीमंडल के हिन्दू सदस्यों ने हमें त्यागपत्र की धमकी दी है। परंतु हम किसी की धमकियों से डरने वाले नहीं हैं। हरेक को अपने धार्मिक मन्तव्य के अनुसार सत्संग या साधना करने का कानूनी अधिकार है। ओम् मंडली पर प्रतिबंध किस धारा के अंतर्गत लगाया जाए? उन्होंने हज़रत मुहम्मद का उदाहरण देते हुए तथा अन्य सुधारकों का हवाला देते हुए यह भी कहा कि शुरू में वे लोग भी संख्या में थोड़े होते थे और उन पर भी लोगों ने अत्याचार किए थे।

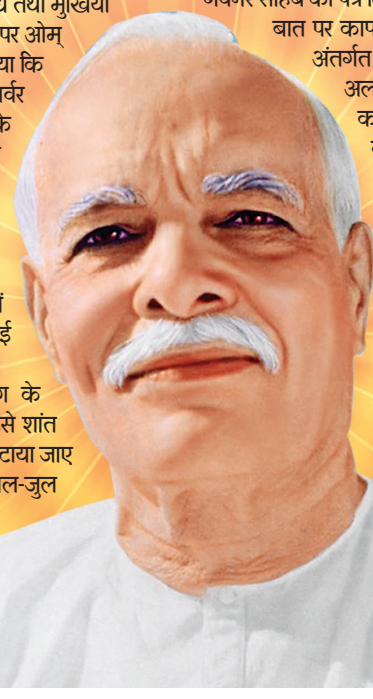
उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि दादा जी से जो भी जायज मांग की गई थी वह उन्होंने पूरी की। उन्होंने यह भी कहा कि वास्तव में ज्यादती तो एंटी ओम् मंडली की ही है।

परंतु अंत में जब उन्होंने अपना मंत्रीमंडल इसी कारण से टूटते देखा तो वे थोड़े-से झुक गए। सरकार ने एक ट्रिब्यूनल नियुक्त किया। परंतु उस ट्रिब्यूनल में भी सिंधी भाई-बन्ध तथा मुखियों के रिश्तेदार व्यक्ति ही नियुक्त किए गए थे। इस पर ओम् मंडली की ओर से सरकार को स्पष्ट बताया गया कि ट्रिब्यूनल के एक सदस्य तो सिन्ध आब्ज़र्वर (समाचार-पत्र) की बोर्ड ऑफ डायरेक्टर्स के चेयरमैन हैं और वह पत्र तो एंटी ओम् मंडली का ही पक्ष शुरू से लेता आ रहा है और ट्रिब्यूनल के इस सदस्य का ऐन्टी 'ओम मण्डली' के कुछ सदस्यों के बारे में भी बताया गया कि वे भी एंटी 'ओम मंडली' के पक्षपाती हैं। अतः सरकार को यह आवेदन पत्र दिया गया कि ट्रिब्यूनल में निष्पक्ष व्यक्ति होने चाहिए। या तो उनमें कोई अंग्रेज आदि हों या निष्पक्ष हिन्दू हों।

इसके अतिरिक्त यह भी कहा कि पिकेटिंग के परिणामस्वरूप जो वातावरण बिगड़ गया है, उसे शांत किया जाए और जो सेक्शन 144 लागू है, उसे हटाया जाए ताकि 'ओम मण्डली' के प्रतिनिधि आपस में मिल-जुल सकें और वे अपने वकील से राय-सलाह भी कर सकें। पुनः यह भी मांग की गई कि ट्रिब्यूनल के सामने वकील को लाने की भी स्वीकृति दी जाए क्योंकि 'ओम मंडली' की प्रबंध कमेटी की सदस्याएं कानूनी बातों को पेश करने की विधि से अपरिचित हैं। इसके अलावा सरकार से यह भी कहा गया कि ट्रिब्यूनल को यह अधिकार होना चाहिए कि वह साक्षी के लिए जिन व्यक्तियों को चाहे बुला सके। ट्रिब्यूनल की कार्य पद्धति का भी पता लगना चाहिए। जिन बातों पर उसे जांच करनी है, उनकी भी सूची प्रकाशित होनी चाहिए। परंतु 'ओम मंडली' की ओर से सरकार को लिखी गई इन बातों की कोई सुनवाई न हुई। न ही उनके प्रतिनिधियों को वकील पेश करने की इजाजत दी गई। न उनके आपस में खुली तरह मिलने-जुलने के लिए उचित वातावरण पैदा किया गया। अतः 'ओम मण्डली' ने ट्रिब्यूनल की बैठकों में सम्मिलित होने से इनकार कर दिया। 'ओम मण्डली' के बहुत से सदस्यों ने व्यक्तिगत रूप से ट्रिब्यूनल को लिखा था कि हम भी ट्रिब्यूनल के सामने 'ओम मण्डली' के मन्तव्यों तथा कार्यों को स्पष्ट करना चाहते हैं। यद्यपि वे प्रतिष्ठित कुल के नर-नारी थे परंतु उनमें से किसी को भी साक्षी के लिए नहीं बुलाया गया था। आखिर ट्रिब्यूनल ने 'ओम मण्डली' के प्रतिनिधियों की सुनवाई किए बिना एक तरफा निर्णय दे दिया। इसमें उसने यह सिफारिश की कि 'ओम मण्डली' के सदस्य अलग-अलग रहें। यह बड़ा विचित्र निर्णय था क्योंकि 'ओम मण्डली' के सदस्य तो प्रायः परिवार ही थे। क्या पति अपनी पत्नी से, पिता अपने पुत्रों से अलग रहे? ट्रिब्यूनल का इस बात पर तो ध्यान ही नहीं गया था कि बहुत से पूरे कुटुम्ब ही 'ओम मण्डली' में थे। अतः इस फैसले की कई समाचार पत्रों जैसे कि सिंध गजट में कड़ी आलोचना हुई। बहुत से शिक्षित लोगों ने यह आवाज उठाई कि यह अन्याय है। हर-एक को अपने धार्मिक सिद्धांतों पर चलने की पूरी वैधानिक स्वतंत्रता है और होनी चाहिए। 'ओम मण्डली' की ओर से भी गवर्नर साहब को पत्र लिखा गया। सामाचार पत्रों में इस बात पर काफी चर्चा हुई कि जिस कानून के अंतर्गत 'ओम मण्डली' के सदस्यों को अलग रहने के लिए कहा गया है वह कानून तो इस मामले में लागू ही नहीं होता। वह तो किसी ऐसी संस्था पर लगाया जा सकता है जो उपद्रव करती हो परंतु 'ओम मण्डली' के बारे में तो हाईकोर्ट पहले भी एक बार निर्णय दे चुकी है कि ये लोग शांति प्रिय हैं और समाज-सुधारक हैं।

आगे क्या हुआ अगले अंक में
क्रमशः....

"पिछले अंक में आपने जाना कि ओम राधे के जवाब को जज साहब ने गंभीरता से लिया क्योंकि जज साहब को भी ओम राधे का जवाब अच्छा और तर्कपूर्ण लगा। अब आगे...



वंडर्स ऑफ BRAHMAKUMARIS

इस कॉलम में हम आपको हर बार ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान एवं भाई-बहनों को मिले पुरस्कार या सम्मान से रुबरु कराएंगे। इस बार आप जानेंगे ब्रह्माकुमारीज़ के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय को डिग्री तथा नाशिक परिसर की विशेष महिलाओं का नारी शक्ति 2019 पुरस्कार से सम्मान....

रांची विश्वविद्यालय ने बीके मृत्युंजय को डॉक्टर ऑफ फिलासफी की डिग्री प्रदान की

झारखंड की राज्यपाल द्रौपदी मुर्मू बीके मृत्युंजय को डिग्री प्रदान करते हुए।

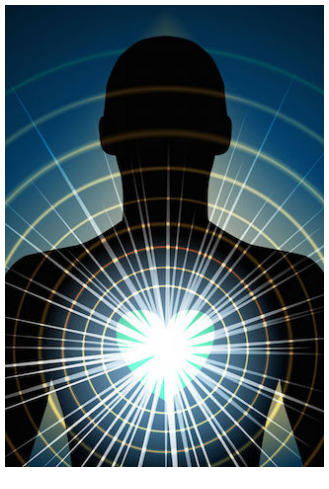
शिव आमंत्रण » नासिक। रांची विश्वविद्यालय के 32वें दीक्षांत समारोह में झारखंड की राज्यपाल द्रौपदी मुर्मू ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय को डॉक्टर ऑफ फिलासफी की डिग्री प्रदान की। पांच हजार डिग्री धारकों की उपस्थिति में ये डिग्री बीके मृत्युंजय को समाज में की गई उत्कृष्ट सेवाओं और मूल्यों के प्रचार-प्रसार में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभाने के लिए प्रदान की गई। इस दौरान प्रो-वाइस चांसलर प्रो. कामिनी कुमार तथा रांची विश्वविद्यालय के रजिस्ट्रार भी विशेष रूप से मौजूद थे।

इंटरनेशनल स्पीकर डॉ. सुनीता को मिला लीडर विथ अ पर्पज अवार्ड

शिव आमंत्रण » सूरत/गुजरात। समाज के लिए की गई निःस्वार्थ सेवा के लिए इंटरनेशनल स्पीकर बीके डॉ. सुनीता को नारी उत्थान के प्रयासों को सराहते हुए लीडर विथ अ पर्पज अवॉर्ड से नवाजा गया। बैंगलुरु के होटल ग्रैंड मैकग्राथ में आयोजित इस कार्यक्रम में फ्यूचर वुमन लीडर समिट के नॉलेज पार्टनर मनीष कुलकर्णी के हाथों यह अवार्ड दिया गया। विज्ञान, मनोविज्ञान, प्रबंधन और आध्यात्मिकता को एक साथ लाने के उद्देश से किए गए प्रयास के लिए यह सम्मान उनको दिया गया है।

अगले अंक में आप जानेंगे संस्था की अन्य उपलब्धियों के बारे में... पढ़ते रहिए शिव आमंत्रण।

माइंड पॉवर ऑफ YOUTH



राजयोग के अभ्यास से आंतरिक शक्तियों का विकास हुआ

सपना रानी
एमए, इकोनॉमिक्स (स्टूडेंट)
कैथल (हरियाणा)

अपनी पढ़ाई के दौरान मार्क्स कम आने के वजह से बहुत अपसेट चल रही थी। इसी बीच ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से जुड़कर मेडिटेशन सीखने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। राजयोग के अभ्यास से मुझमें एकाग्रता की शक्ति का विकास हुआ। इससे मेरी पढ़ाई में काफी उन्नती मिली। इसके अभ्यास से आंतरिक शक्तियों का विकास हुआ और विचारों में बहुत ही बेहद आश्चर्यजनक सकारात्मक सोच विकसित हुई। राजयोग के अभ्यास से जीवन जीने की कला के साथ संतुलन और अनुशासन भी आ गया। इससे बुद्धि विकास के साथ निर्णय शक्ति भी तेजी से बढ़ी। जिससे जीवन में वैल्यू की प्रधानता आ गई। इसके लिए मैं परमात्मा पिता का शुक्रगुजार हूं जो कि राजयोग जैसी कला सिखा कर धन्य कर दिया।

राजयोग के अभ्यास से प्रभु की छत्रछाया का अनुभव होता है

महेश कुमार
इंश्योरेंश एडवाइजर,
पातड़ा (पंजाब)

बचपन में जब भी मन्दिर में जाता था तो वहां पर देवी-देवताओं की मूर्तियों को देखकर मन में विचार उठते थे कि इनको ऐसा बनाने वाला कौन है, इनकी पूजा क्यों हो रही है? ऐसे बहुत से प्रश्न मन में उठते थे इन सभी प्रश्नों का उत्तर मुझे ब्रह्माकुमारीज़ में 7 दिन का कोर्स करने के बाद मिला। अब मुझे पता चल गया है कि निराकार परमपिता परमात्मा ही कलियुग के अंत में इस धरा पर अवतरित होकर ब्रह्मा तन को आधार बनाकर हम बच्चों को ऐसी शिक्षा देते हैं कि जिसको जीवन में धारण कर हम भविष्य में सतयुगी देवी-देवता बनते हैं। राजयोग के निरंतर अभ्यास से जीवन में बहुत परिवर्तन आया है। जीवन में आई कठिन परिस्थितियों को भी राजयोग द्वारा बहुत सहज तरीके से पार कर लिया। इससे जीवन में धैर्यता, सन्तुष्टता, गंभीरता आदि गुणों का समावेश हुआ, जीवन जीने की कला सीख ली। राजयोग से हर पल प्रभु की छत्रछाया का अनुभव होता है।

परेशान होने को हमने स्वाभाविक मान लिया है, हर परिस्थिति में रहें खुशः बीके शिवानी

यूपी के सीएम योगी आदित्यनाथ को सौगात देते बीके शिवानी तथा बीके भाई-बहनें। साथ में प्रवचन सुनते बड़ी संख्या में उपस्थित नागरिकगण।

शिव आमंत्रण ➤ लखनऊ। यूपी की राजधानी लखनऊ में ज्ञान और विज्ञान की धारा बही। योग और जीवन विशेषज्ञ बीके शिवानी के आगमन पर कई कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। यूपी के सीएम योगी आदित्यनाथ से बीके शिवानी की मुलाकात हुई। उन्होंने कई विषयों पर चर्चा की।

एक पब्लिक कार्यक्रम में बीके शिवानी ने कहा कि क्या ऐसा संभव है कि हम किसी भी परस्थिति में खुश रह सकें या जब परस्थिति मेरे अनुरूप हो तभी खुश रह सकते हैं। जीवन की परिस्थितियां हमेशा हमारे अनुरूप नहीं होती हैं। आज परेशान होने को हमने स्वाभाविक मान लिया है। लेकिन व्यर्थ के विचारों से नुकसान तो हमारा ही होता है। हमारे घर वाले, बच्चे भी वैसे नहीं होते जैसा हम चाहते हैं। उनके बोल और व्यवहार हमें बुरे लगते हैं और हम कहते हैं क्रोध आना, बुरा लगना स्वाभाविक है। साथ ही जीवन के कई पहलुओं पर भी बारिकी से प्रकाश डाला और लोगों को राजयोग सीखने की सलाह दी। कार्यक्रम में कैबिनेट मंत्री ब्रजेश पाठक, मेयर संयुक्ता भाटिया, मुख्य सचिव जितेन्द्र कुमार, जगदीश गांधी, नीता राणा, आलोक रंजन, सुरभि रंजन, प्रमुख सचिव डॉ. रजनीश दुबे, संयुक्त दुबे, एसएस लाधानी जी मुख्य रूप से उपस्थित थे।

राजयोग का कमालः दांतों से एक साथ तीन ट्रक खींचकर किया अचंभित

शिव आमंत्रण ➤ आबू रोड। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय शांतिवन में चल रहे कार्यक्रम में ब्रह्माकुमार आशीष भाई (भोपाल) ने अपने दांतों से एक साथ तीन ट्रक खींचकर सभी को अंचभित कर दिया। जैसे ही भाई-बहनों ने उन्हें दांतों से ट्रक खींचते देखा तो सभी आश्चर्यचकित रह गए।

चर्चा में बीके आशीष ने बताया कि यह कारनामा वह राजयोग मेडिटेशन के नियमित अभ्यास से कर सके। राजयोग में वह शक्ति है कि हम जीवन में कोई भी असंभव कार्य को संभव कर सकते हैं। राजयोग से मेरे जीवन को एक नई दिशा मिली है। उन्होंने कहा कि कोई भी कार्य शुरू करने के पहले एक मिनट परमात्मा का ध्यान करने से उस कार्य को पूरा करने की जिम्मेदारी फिर परमात्मा की हो जाती

है। इस दौरान संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिन, कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय, मुख्य अभियंता बीके भरत, भोपाल जोन की डायरेक्टर बीके अवधेश मुख्य रूप से उपस्थित रहे।

महिला सम्मेलन भरतपुर के नगर सुधार न्यास ऑडिटोरियम में आयोजन, बड़ी संख्या में पहुंचीं महिलाएं

महिलाओं को अपने बच्चों को श्रेष्ठ संस्कार देने के लिए पहले स्वयं में श्रेष्ठ संस्कार धारण करने होंगेः डॉ. सविता

शिव आमंत्रण ➤ भरतपुर। श्रेष्ठ संस्कार देने के लिए महिला को स्वयं में श्रेष्ठ संस्कार धारण करने होंगे। 21वीं सदी के परिदृश्य में नारी के दो स्वरूप सामने आते हैं। पहला, वह सभी क्षेत्रों में क्रियाशील है, उच्च पदों पर है, सेना और पुलिस में भी अपनी भूमिका अदा कर रही है। दूसरी ओर पुरुष प्रधान समाज में आज भी भ्रूण हत्या, दहेज तथा अन्य कुरीतियों का शिकार है।

उक्त उद्गार माउंट आबू से पधारीं महिला प्रभाग की मुख्यालय संयोजिका बीके डॉ. सविता ने व्यक्त किए। नगर सुधार न्यास ऑडिटोरियम में ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा 'वर्तमान परिदृश्य में नारी की महति भूमिका' विषय पर महिला सम्मेलन का आयोजन किया गया। उन्होंने अरुणिमा सिन्हा का उदाहरण देते हुए कहा कि अपने माता-पिता द्वारा दिए गए संस्कारों के फलस्वरूप ही उसकी एक टांग कट जाने के बाद भी अपने मनोबल के आधार पर एवरेस्ट फतह की। यही नहीं वो सभी महाद्वीपों की सभी चोटियों को फतह कर चुकी है।

राजस्थान सरकार के स्वास्थ्य राज्यमंत्री डॉ. सुभाष गर्ग ने कहा चुनौतियों का मुकाबला करने के लिए राजयोग की भूमिका अति महत्वपूर्ण है। बदलते हुए

परिवेश में राजयोग का अभ्यास जरूरी है। यदि पुरुष परिवार की धुरी हैं तो महिला मुख्य धुरी है।

नारी में संवेदनशीलता होना आवश्यक

भरतपुर की प्रमुख महिला उद्योगपति रजनी अग्रवाल ने कहा कि विपरीत परिस्थितियों में सहज बने रहने की क्षमता, संवेदनशीलता, नारी में होना आवश्यक है। विश्व को विनाश की ओर अग्रसर होने से रोकने में नारी सक्षम है। ब्रह्माकुमारीज़ ने ये साबित कर दिया है। आगरा सबजोन प्रभारी बीके शीला ने भी अपने विचार रखे।

कार्यक्रम में सभी ने दो मिनट का मौन रखकर पुलवामा के शहीदों को श्रद्धांजली अर्पित की। बीके संतोष ने ब्रह्माकुमारी संस्था का परिचय देते हुए कहा कि दुनिया की ये एकमात्र ऐसी संस्था है जिसकी बागडोर नारी शक्ति के हाथ में है। बीके हीरा ने सभी को राजयोग के माध्यम से शांति की गहन अनुभूति कराई। श्री अग्रसेन महिला शिक्षण संस्थाओं द्वारा अनेक मनोहारी सांस्कृतिक एवं वीर सैनिकों पर आधारित गीत एवं नृत्य प्रस्तुतियां दी गईं। साथ ही होली नृत्य भी प्रस्तुत किया गया।

अलविदा डायबिटीज

पिछले अंक से क्रमशः

बीमारी एक परंतु रूप अनेक

बीके डॉ. श्रीमंत कुमार
मधुमेह विशेषज्ञ
ग्लोबल हॉस्पिटल, माउंट आबू

गर्भावस्था में डायबिटीज (Gestational diabetes):

महिलाओं के लिए गर्भावस्था एक तनाव पूर्ण अवस्था है। गर्भावस्था के दौरान शरीर में कुछ हार्मोन्स् का स्राव अधिक मात्रा में होने के कारण शरीर में विशेष परिवर्तन परिलक्षित होते हैं। स्ट्रेस हार्मोन्स् (Stress Hormones) के क्षरण अधिक होने के कारण महिलाओं में रक्तचाप (Blood Pressure) तथा ब्लड शुगर (Blood Sugar) भी बढ़ने लगते हैं। फलतः गर्भावस्था में कुछेक महिलाओं में उच्च रक्तचाप (High Blood Pressure) तथा डायबिटीज की बीमारी शुरू हो जाती है। अमेरिका जैसे विकसित राष्ट्र में लगभग 7 गर्भवती महिलाओं में से 1 में डायबिटीज शुरू होना दिखाई देती है। परंतु भारत जैसे विकासशील राष्ट्र में 4 गर्भवती में से 1 पाई जाती है।

कुछ विशेष ज्ञातव्य बातें:

- ✔ गर्भावस्था में यदि डायबिटिज होती है तो बहुत महिलाओं को पता भी नहीं होता है क्योंकि मुख्यतः यह एक खामोश बीमारी है। विशेष बात तो यही है कि यह बीमारी मां और बच्चा दोनों के लिए जानलेवा बन सकती है।
- ✔ बार-बार गर्भपात होना यह भी डायबिटिज के कारण हो सकता है। इसके कारण बच्चा मां के पेट में विकलांग भी हो जाते हैं। कुछ बच्चों की शारीरिक वृद्धि अत्यधिक होने के कारण (4-5 किलो) प्रसव संबंधित समस्या भी उत्पन्न हो सकती है तथा वह बच्चा बहुत ही कम उम्र में डायबिटिज से ग्रसित हो जाता है।
- ✔ कुछ महिलाओं में डायबिटिज गर्भावस्था से पहले बार्डर लाइन अवस्था में रह सकती है और गर्भावस्था शुरू होते ही पूर्ण रूप में दिखाई देने लगती है। अधिकतर महिलाओं में डायबिटिज गर्भावस्था का प्रथम पर्याय (Trimester) के बाद शुरू होती है। कुछ महिलाओं में दूसरी व तीसरी पर्याय में भी शुरू होती है।

कैसे निदान करें ?

प्रत्येक महिला को प्रेगनेंसी के लिए वास्तव में प्लानिंग करना चाहिए और गर्भावस्था से पहले ही अपना हेल्थ चेकअप करा लेना चाहिए। जिसमें ब्लड शुगर भी अवश्य शामिल हो। गर्भावस्था का पता चलते ही हर तीसरे महीने में ब्लड शुगर की जांच कराना बहुत जरूरी है।

कैसे कराएं चेकअप ?

गर्भावस्था से पहले (Pregnancy planning के लिए):

- सवेरे-सवेरे खाली पेट (Fasting blood sugar) चेक करें।
- ग्लूकोज शरबत (75gm Anhydrous Glucuse 250 मि.ली. से 300 मि.ली. पानी में घोलकर) पीने के दो घंटे बाद शुगर चेक करें। इसे ओजीटीटी (OGTT-Oral Glucose Tolerance Test) भी कहते हैं।

गर्भावस्था में :

- सवेरे-सवेरे खाली पेट अथवा नाश्ता आदि करने के बाद OGTT कराएं।
- उपरोक्त वर्णित OGTT किसी पैथोलॉजी लैबोरेट्री में जाकर ही कराएं।

कब समझें शुगर नार्मल है ?

गर्भावस्था से पहले :

- (Fasting) खाली पेट 100 मि.ग्रा. से कम तथा ग्लूकोज़ शरबत पीने के दो घंटे के बाद (OGTT) 140 मि.ग्रा. से कम।

गर्भावस्था में :

- ओजीटीटी (OGTT) 140 मि.ग्रा. से कम।
- यदि ओजीटीटी (OGTT) 140 मि.ग्रा. से ज्यादा है तब कहेंगे डायबिटीज हो गया है।

क्या करें ?

यदि ओजीटीटी (OGTT) 140 मि.ग्रा. से ज्यादा है तब अवश्य ही अपने स्त्री रोग विशेषज्ञ तथा मधुमेह विशेषज्ञ के परामर्श में रहना बहुत ही जरूरी है।

यहां करें संपर्क

बीके जगजीत मो. 9413464808 पेशेंट रिलेशन ऑफिसर, ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, माउंट आबू, जिला- सिरोही, राजस्थान

मदद के बढ़ाए हाथः अर्बुदा गोशाला के लिए दो ट्रक चारे की सहायता

ब्रह्माकुमारीज़ ने हर परिस्थिति में निभाया सामाजिक दायित्व

शिव आमंत्रण ❯ आबू रोड। ब्रह्माकुमारीज संस्थान की ओर से सिरोही के अर्बुदा गोशाला को दो ट्रक चारा सहायता के रूप में प्रदान किया गया। ट्रक की रवानगी के समय संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, सोशल एक्टिविटी ग्रुप के अध्यक्ष बीके भरत, पर्यावरणविद् बीके मोहन सिंघल समेत कई लोग उपस्थित थे। इससे पूर्व भेजे गए चारे के ट्रक की पहली खेप को उतारने के किए खुद जिला कलेक्टर सुरेंद्र कुमार सोलंकी, एसडीएम हंसमुख कुमार, तहसीलदार सुरेंद्र कुमार पहुंचे। इस दौरान गोबरगैस संयंत्र और मिल्क यूनिट लगाने पर भी चर्चा की गई। इस मौके पर सिरोही की प्रभारी बीके अरुणा, बीके मोहन, बीके भानु, बीके पारी, बीके कोमल उपस्थित रहे।

राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, सोशल एक्टिविटी ग्रुप के अध्यक्ष बीके भरत सहित कई लोगों ने ट्रक रवानगी दी। इनसेटः कलेक्टर ट्रक से चारा उतरवाने के लिए पहुंचे।

अधिकारियों को बताए राजयोग मेडिटेशन के फायदे

शिव आमंत्रण ❯ अहमदनगर। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान द्वारा 'मानसिक स्वास्थ्य और राजयोग ध्यान' विषय के तहत महाराष्ट्र नेवासा स्थित त्रिमूर्ति पावन प्रतिष्ठान कॉलेज में शासकीय अधिकारी, कर्मचारी और आशा सेविकाओं के लिए विशेष प्रशिक्षण शिविर का आयोजन हुआ। राष्ट्रीय आयुष अभियान और ब्रह्माकुमारीज़ के संयुक्त प्रयास से हुए इस शिविर में मुख्य अतिथि में कॉलेज के संस्थापक साहेबराव पाटिल, उपाध्यक्ष स्नेहल घाडगे, नेत्ररोग विशेषज्ञ बीके डॉ. सुधा कांकरिया, राजयोग शिक्षिका बीके सरला मुख्य रूप से उपस्थित रहे। शुभारम्भ दीप प्रज्वलन कर हुआ। अंतिम कड़ी में बीके बहनों ने अतिथियों को ईश्वरीय सौगात भेंट की तो डॉ. सुधा कांकरिया का शॉल ओढ़ाकर सम्मान किया गया। डॉ. कांकरिया ने शरीर और आत्मा का संबंध स्पष्ट किया और भगवान शिव या परमात्मा हमारा आत्मा का पिता कैसे है, उससे संबंध करके खुशी और शक्ति कैसे प्राप्त करें, इसके बारे में विस्तार से बताया।

ब्रह्माकुमारीज़ स्वर्णिम संसार की स्थापना के लिए संकल्पितः जनसंपर्क मंत्री शर्मा

शिव आमंत्रण के संपादक बीके कोमल

शिव आमंत्रण ❯ भोपाल। लोगों की धारणा बन गई है कि हम नहीं सुधरेंगे। इस अवधारणा पर ब्रह्माकुमारीज़ प्रहार करती है। ब्रह्माकुमारीज़ लोगों को बदलने का कार्य करती है। संस्था समाज परिवर्तन की दिशा में सकारात्मक कार्य कर रही है एवं स्वर्णिम समाज की स्थापना हेतु कृत संकल्पित है। अतः ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा स्वर्णिम संसार के निर्माण हेतु मीडिया का योगदान विषय पर कार्यक्रम का आयोजन सराहनीय है। उक्त विचार जनसंपर्क मंत्री पीसी शर्मा ने स्वर्णिम भारत के निर्माण में मीडिया का योगदान विषय पर राष्ट्रीय मीडिया सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। शिव आमंत्रण के संपादक व ब्रह्माकुमारीज़ के पीआरओ बीके कोमल, राजी खुशी के संपादक कमल दीक्षित, ओम शांति मीडिया के संपादक बीके गंगाधर, नेशनल को-ऑर्डिनेटर बीके सुशांत, स्वदेश समाचार प्रमुख एवं वरिष्ठ पत्रकार राजेन्द्र शर्मा, वरिष्ठ पत्रकार शिव अनुराग पटेरिया, बीके शैलजा, बीके रीना ने भी विचार व्यक्त किए।

स्वर्ण जयंती महोत्सव भोपाल जोन एवं अव्यक्त पालना का स्वर्ण जयंती वर्ष मनाया गया

भोपाल में एक साथ 108 कार्यक्रम आयोजित

शिव आमंत्रण ❯ भोपाल। आज हर व्यक्ति हर चीज को जीतना चाहता है। बल्कि हमें हर पल को जीने की कोशिश करनी चाहिए। भगवान श्रीकृष्ण ने गीता में अर्जुन को कहा था कि जिंदगी को जीतना नहीं, बल्कि जीना है। श्रीकृष्ण ने अर्जुन को गीता में कभी यह नहीं कहा कि तुम किसी को मारो, बल्कि उन्होंने यह कहा कि युद्ध के लिए तैयार रहना है। जीवन में अच्छाई के साथ सच्चाई को चुनना सिखाती है गीता।

उक्त उद्गार कर्नाटक से पधारीं राजयोगिनी बीके वीणा ने गीता महासम्मेलन में व्यक्त किए। ब्रह्माकुमारीज़ के भोपाल जोनल हैडक्वार्टर पांच दिवसीय स्वर्ण जयंती महोत्सव का आयोजन किया गया। इस उपलक्ष्य में भोपाल शहर में एक साथ 108 कार्यक्रम विभिन्न सरकारी मंत्रालयों, कार्यालय, निजी संस्थाए, संगठन और लायंस-रोटरी क्लब में सभा सेमीनार व वर्कशॉप आयोजित की गईं। समापन समारोह में संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि गीता हमें सिखाती है कि कभी भी पाप और झूठ का सहारा नहीं लेना चाहिए। बचपन से ही बच्चों में अच्छे संस्कार डालना चाहिए। गीता जीवन जीने का एक रास्ता है।

गीता हमें सिखाती है, कि जिंदगी जीने के लिए है, जीतने के लिए नहीं। आप जिस क्षेत्र में भी काम कर रहे हैं, वहां धर्म से ही कर्म करो। आज व्यक्ति जीवन में धर्म अलग समय पर करता

है और कर्म अलग समय पर करता है। वर्तमान समय में धर्म क्षेत्र और कर्म क्षेत्र को एकाकार करने की जरूरत है। कोई भी काम हम करते हैं भले ही वह सरकारी क्यों न हो भगवान का कार्य समझ कर करना चाहिए। केवल गीता सुनने या पढ़ने से कल्याण नहीं होगा, बल्कि गीता में बताई गई श्रीमत को अपने जीवन में अपनाना होगा और खुद गीता बनना पड़ेगा।

अच्छाई के साथ सच्चाई को भी चुनो »

उन्होंने कहा जीवन में हमें अच्छाई के साथ सच्चाई को भी चुनना है। श्रीकृष्ण ने कहा है कि इन्सान को जीवन में कर्मशील होना चाहिए। उसे हमेशा कर्म करने के लिए तत्पर रहना चाहिए और फल की चिंता नहीं करना चाहिए। कर्म में योग शामिल करने से कर्मों में कुशलता आती है। कर्म दिव्य और श्रेष्ठ होते हैं। यह संसार कर्म प्रधान है। हमारे कर्म सात्विक और दूसरों के लिए सुखदाई होंगे तो कभी भी प्रायश्चित नहीं करना पड़ेगा। संस्थान से जुड़े लाखों भाई-बहन गीता के अनुसार जीवन जी रहे हैं।

ये भी रहे उपस्थित »

अतिथि के रूप में ब्रह्माकुमारीज़ की जोनल डायरेक्टर बीके अवधेश, बीके दुर्गेश नंदिनी, बीके दीपा, विधानसभा के प्रमुख सचिव अवधेश प्रताप सिंह, भारतीय वन सेवा के अधिकारी शरद गौर, सीपी मुरसेनिया मुख्य रूप से उपस्थित रहे। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में बीके भाई-बहन भी शामिल हुए।

स्वर्णिम प्रशासन के लिए दिल-दिमाग एवं कर्म का संतुलन होना आवश्यक

शिव आमंत्रण ❯ भोपाल। स्वर्णिम दुनिया में ईमानदारी एवं पारदर्शिता होती है। वहां मैं का स्वरूप नहीं होता हम का स्वरूप होता है। आपके अंतर्गत कार्य करने वाले लोगों को पैसे से ज्यादा प्यार एवं अपनापन चाहिए होता है। यही बातें उनके अंदर आपके प्रति विश्वास पैदा करती हैं। विश्वास कहीं और से नहीं बल्कि अपनेपन से पैदा होता है। स्वर्णिम प्रशासन के लिए दिल-दिमाग एवं कर्म का संतुलन होना आवश्यक है। अगर यह निश्चय हो जाए कि हम आत्माएं अपना पार्ट बजा रही हैं हम जो चाहें वह कर सकते हैं। हम चाह लें तो पत्थर को भी पानी कर सकते हैं। आई एम द कैप्टन आफ द शिप। उक्त विचार ब्रह्माकुमारीज़ के ओआरसी गुरुग्राम की डायरेक्टर बीके आशा ने व्यक्त किए। भोपाल जोन के हैडक्वार्टर राजयोग भवन द्वारा स्वर्ण जयंती महोत्सव के उपलक्ष्य में 'स्वर्णिम श्रेष्ठ प्रशासन' विषय पर राष्ट्रीय प्रशासक सम्मेलन आयोजित किया गया। भोपाल जोन की निदेशिका बीके अवधेश ने बताया 5 दिवसीय स्वर्ण जयंती महोत्सव के अंतर्गत भोपाल के विभिन्न संस्थानों में 108 से भी अधिक कार्यक्रम आयोजित किए गए। क्षेत्रीय निदेशिका बीके उर्मिल ने राजयोग की अनुभूति कराई।

मुंबई में वैश्विक ज्ञानोदय द्वारा स्वर्णिम युग विषय पर सर्वधर्म सम्मेलन का आयोजन

इस्लाम का मतलब है शांति और अमन: करीमवाला

शिव आमंत्रण ➤ मुंबई। डोम्बिवली सेवाकेंद्र द्वारा वैश्विक ज्ञानोदय द्वारा स्वर्णिम युग थीम के अन्तर्गत ब्राह्मण सभा हॉल में सर्व धर्म सम्मलेन का आयोजन किया गया।

इसमें मौलवी व मुबारका इंग्लिस हाईस्कूल के प्राध्यापक अब्बास वालिक करीमवाला ने कहा अगर आप अपने लिए जो चाहते हो वह सभी के लिए सोचो तो कभी कुछ गलत होगा ही नहीं। क्योंकि इन्सान खुद के लिए कभी गलत सोच ही नहीं सकता। पीस, शांति और अमन यही तो है इस्लाम का मतलब। लेकिन आज इस शब्द को और उसके अर्थ को लोगों ने बहुत पीछे छोड़ दिया है। अगर इस्लाम का नाम लेकर कोई गलत काम करता है तो वह इस्लामी है ही नहीं।

फादर रॉक पीटर लोबो ने कहा सृष्टि का निर्माण करने के बाद भगवान ने मनुष्य को बनाया और इसकी देखभाल करने के लिए उसको सौंप दी। खुशी से रहने, एक दूसरे के साथ प्यार से व्यवहार करने के लिए कहा। भागवताचार्य बालकृष्ण महाराज पाटील ने कहा कि धर्म पर चलने में ही सुख है। धर्म तो दुनिया में बहुत है लेकिन धर्म मानवता है, इसे जरूर निभाना आना चाहिए।

जैन श्वेताम्बर ठेरापंथी के अध्यक्ष सुरेश सिंघवी ने कहा हिंदू, मुस्लिम, सिख, ईसाई यह सब धर्म इंसानियत के बाद हैं। अपने लिए जो अच्छा लगता है वह समाज के लिए भी अच्छा होता है। छोटे-छोटे कर्म करके भी हम अपने देश और समाज के प्रति भावना व्यक्त कर सकते हैं।

डोंबिवली सेवाकेंद्र की संचालिका बीके शकु ने कहा हम सब एक परमपिता परमात्मा के बच्चे हैं और इस नाते से आत्मा-आत्मा भाई-भाई हैं। उनका और हमारा स्वरूप एक जैसा है, बिन्दू समान। उसके बाद उन्होंने पांच संकल्पों की प्रतिज्ञा सभी पधारे हुए सदस्यों से कराई। गोविंदानंद श्रीराम मंदिर की अध्यक्षा माधुरी घाटे, वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक एसएन जाधव ने भी अपने विचार व्यक्त किए। समापन पर शॉल-ओढ़ाकर, तुलसी का पौधा एवं ईश्वरीय सौगात भेंटकर सभी अतिथियों को सम्मानित किया गया।

श्रीकृष्ण-सुदामा मिलन नृत्य नाटिका देख दर्शक हुए भाव-विभोर

कथा में श्रीमदभागवद् गीता के प्रसंगों का बताया आध्यात्मिक रहस्य

शिव आमंत्रण ➤ अहमदनगर। महाराष्ट्र के अहमदनगर में रहाटा के पिंपरी निर्मल उपसेवाकेंद्र में सप्त दिवसीय श्रीमद् भागवद् गीता का आयोजन किया गया। उद्घाटन सत्र में विश्वात्मक जंगलीदास महाराज आश्रम के चांगदेव महाराज, पूर्व मंत्री अन्ना साहेब, मीरा सोसायटी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके नलिनी, माउंट आबू से आए राजयोग प्रशिक्षक बीके बालू ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इसमें आमजन सहित नगर के पत्रकारों ने भी बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। समापन पर बीके बहनों को सम्मानित किया गया। इस दौरान युवाओं द्वारा श्रीकृष्ण-सुदामा मिलन नृत्य नाटिका प्रस्तुत की गई, जिसे देखकर सभी भाव-विभोर हो गए। वहीं श्रीलक्ष्मी व श्रीनारायण की चैतन्य झांकी देख सभी मंत्रमुग्ध हो गए।

भारत के प्रथम लोकपाल घोष से ब्रह्माकुमारीज़ सदस्यों की मुलाकात

शिव आमंत्रण ➤ नई दिल्ली। भारत के प्रथम लोकपाल जस्टिस पीसी घोष से दिल्ली के पाण्डव भवन की प्रभारी बीके पुष्पा एवं जस्टिस वी. ईश्वरैय्या ने मुलाकात कर ईश्वरीय सौगात एवं शुभकामनाएं दी। साथ ही ब्रह्माकुमारीज़ की सेवाओं से भी अवगत कराते हुए मुख्यालय आने का निमंत्रण दिया। उन्होंने संस्थान के कार्यों की सराहना करते हुए इसे समाज के लिए उपयोगी व सार्थक पहल बताया। समाज को आज मूल्य शिक्षा की बेहद जरूरत है।

भुवनेश्वर

डेवलपिंग इनर स्ट्रेंथ टू सिक्योर आउटर सक्सेस विषय पर कार्यशाला

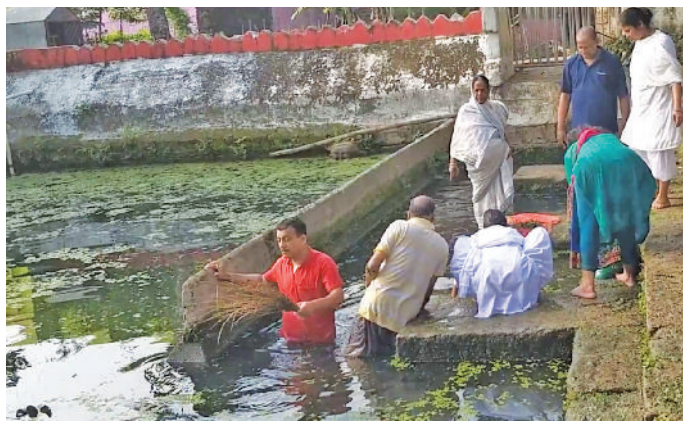
बाहरी सफलता के लिए आंतरिक शक्ति का विकास जरूरी

शिव आमंत्रण ➤ भुवनेश्वर/ओडिशा। एसबीआई लर्निंग सेंटर द्वारा एसबीआई के सुरक्षा बलों में आध्यात्मिकता की अलख जगाने के लिए कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसमें बिजेबीनगर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके तपस्विनी ने डेवलपिंग इनर स्ट्रेंथ टू सिक्योर आउटर सक्सेस विषय पर संबोधित करते हुए कहा कि आप हमेशा अपनी विशेषता से अवगत होंगे तो आपके पास मानसिक स्थिरता, आत्म सम्मान और आत्मविश्वास होगा। यदि आप इसे अपने कर्तव्य में उपयोग करते हैं, तो आपके पास सबसे अच्छा व्यवहार और कार्रवाई होगी। कर्तव्य बाधाओं से मुक्त होंगे। आप बिना किसी डर-चिंता के अपना कर्तव्य निभा सकते हैं और सभी चुनौतियों का सकारात्मक रूप से सामना कर सकते हैं। ज्ञान और ध्यान हमें आंतरिक रूप से शक्तिशाली बनाता है जो स्थायी है, यह हमारा आधार या व्यक्तित्व है। इसके लिए हमें अपने मन और बुद्धि को शांत, अच्छा रखने होगा और अपने अमर पिता भगवान से जुड़ना होगा। आंतरिक शक्ति बाहरी दुश्मन का सामना करने में मदद करती है। इस प्रकार आंतरिक शक्ति बाहरी सफलता की ओर ले जाती है। हमें इसके नियमित अभ्यास की जरूरत है।

बीके सुमित्रा ने अपनी भूमिका के आधार पर एक कविता लिखी और सुनाई। बीके संतोष ने संस्थान का संक्षिप्त परिचय दिया। प्रतिभागियों को मानसिक व्यायाम के साथ शारीरिक व्यायाम भी कराया गया। अंत में प्रतिभागियों को आशीर्वाद कार्ड और प्रसाद वितरित किया गया। एसबीआई लर्निंग सेंटर के डायरेक्टर रविनारायण पटनायक सहित अन्य सुरक्षा से जुड़े अधिकारी-कर्मचारी उपस्थित रहे।

सार समाचार

ब्रह्माकुमार भाई-बहनों ने की गौरी कुंद की सफाई



शिव आमंत्रण ➤ भुवनेश्वर। ब्रह्माकुमारी संस्थान के बीजेबी नगर सेवाकेंद्र और केदार गौरी अपार्टमेंट ओनर एसोसिएशन के संयुक्त प्रयास से केदार गौरी मंदिर के परिसर एवं विशेष गौरी कुंद की सफाई की गई। स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके तपस्विनी के नेतृत्व में किए गए इस प्रयास में बीके संतोष सहित सेवाकेंद्र से जुड़े ब्रह्माकुमार भाई-बहनों ने उत्साह से भाग लिया। इस मौके पर ग्राउंड वाटर डेवलपमेंट की सुपरिटेंडेंट इंजीनियर सुकांता भी मुख्य रूप से मौजूद रहीं।

'नासिक परिसर' पत्रिका ने बीके वासंती सहित अन्य महिलाओं को 'नारी शक्ति पुरस्कार' से सम्मानित किया

शिव आमंत्रण ➤ नासिक। सासाहिक 'नासिक परिसर' पत्रिका की ओर से नगर में अलग-अलग क्षेत्रों में उल्लेखनीय कार्य कर रही महिलाओं को नारी शक्ति सम्मान से नवाजा। इस वर्ष नासिक रोड स्थित ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें सेवाकेंद्र संचालिका बीके वासंती केन्द्रीय कारागृह की वरिष्ठ तुरुंग अधिकारी पल्लवी कदम, नगर सेविका सुषमा पगारे, स्वीत प्रभाग समिति सदस्या कांता ताई व्हराडे, महापौर नयना ताई घोलप, एसटी महामंडल की पहली महिला वाहतूक नियंत्रक दुर्गा जोंधले, मिस महाराष्ट्र 2018 ऐश्वर्या साळवे, उज्जीवन बैंक व्यवस्थापक कौशल्या सोनजे, एलआईसी की अंतर्राष्ट्रीय क्लब मेंबर ममता भट्ट, छत्रपति सेना महानगर प्रमुख पूजा खरे, गोसावी महिला मंडल अध्यक्ष मनीषा बुवा आदि समाज के विभिन्न क्षेत्रों में विशेष कार्य करने वाली महिलाओं का सम्मान किया गया। बीके वीना, बीके पुष्पा, बीके शक्ति ने महिलाओं को मोमेंटो और तुलसी का पौधा देकर सम्मानित किया।

व्यापार में भी आध्यात्म से होती है सफलता की प्राप्ति

शिव आमंत्रण ➤ दिल्ली। स्प्रीचुअलिटी फॉर सक्सेस इन बिजनेस विषय पर दिल्ली के करोल बाग सेवाकेंद्र पर व्यापारियों के लिए कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें टीटी ग्रुप के चेयरमैन रिकबचंद जैन ने ईमानदारी के गुण को अपनाने की प्रेरणा दी। व्यापारियों को आध्यात्मिकता की शक्ति कैसे जीवन में सफलता को प्राप्त कराती है इसके बारे में बताते हुए मुंबई से पधारीं व्यापार एवं उद्योग प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका बीके योगिनी ने सफलता की चाबी दृढ़ संकल्प को बताया। बीके दीपा ने जीवन में आध्यात्मिकता के महत्व को स्पष्ट किया। करोल बाल सेवाकेंद्र प्रभारी बीके पुष्पा ने सभी का आभार मानते हुए राजयोग का कोर्स करने की अपील की। यह कार्यक्रम संस्था के व्यापार एवं उद्योग प्रभाग द्वारा आयोजित किया गया था, जिसका लाभ ट्रेडर्स फेडरेशन के महासचिव रामलाल, व्यापार प्रकोष्ठ के अध्यक्ष गुलशन गुगनानी समेत कई व्यापारियों ने लिया। संचालन बीके विजय ने किया। अंत में सभी को ईश्वरीय प्रसाद एवं साहित्य प्रदान किया गया।

समस्या समाधान

राजयोग के अभ्यास से मन को नियंत्रित करना सीखें

ब्र.कु. सूरज भाई
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

हम एक ऐसे संसार में रह रहे हैं जिसने 50 वर्षों में भैतिक रूप से बहुत विकास किया है। साइंस और टेक्नोलॉजी के द्वारा घर-घर में सुखों के साधन पहुंच गए हैं पर आप सब जानते हैं जिस मनुष्य के लिए ये सुख के साधन बने उसको सुख नहीं मिला। मनुष्य की टेंशन बढ़ती गई, रोग बढ़ते गए। आज हर शहर में मेडिकल कॉलेज मिल जाएंगे, गलियों में डॉक्टर्स की भरमार है परंतु रोगों की भी भरमार है। टेंशन, रोग, समस्याएं संबंधों में कड़वाहट, सुसाइड केस बहुत ज्यादा हो गए हैं। सिक्कम जाना हुआ, वहां पता चला कि तेजी से लोग सुसाइड कर रहे हैं। सभा में मिनिस्टर्स भी बैठे थे सेक्रेटरी भी तो मुझे कहा कि आप संदेश दो हमारे राज्य को, ताकि राज्य के सुसाइड केस कम हो जाएं।

मैनेजमेंट कोर्स बहुत हो गए लेकिन मैनेजमेंट कठिन होता जा रहा

समस्याएं बढ़ती जा रही हैं मन कमजोर होता जा रहा है, क्यों हुआ? आप अपने जीवन की यात्रा को सुखपूर्वक व्यतीत करें। सबन्धों में मधुरता भर दें और अपनी जिम्मेदारियों को एन्जॉय करें। जिम्मेदारियां आज टेन्शन बन गई हैं। मनुष्य भागने लगा है, जिम्मेदारियों से। लेकिन हम उन्हें एन्जॉय करें और जिम्मेदारियों को खेल की तरह निभा सकें। इसके लिए अपनी इनर शक्ति को पहचानें कि हम सभी कौन आत्माएं हैं। हमारे पास दो महान शक्तियां रहती हैं मन और बुद्धि। गलती क्या हुई कि बुद्धि के विकास पर तो सब ने बहुत ध्यान दिया। जिस चीज से मनुष्य को सच्चा सुख मिलता है वो है मन।

शक्तियों के विकास और शुद्धिकरण को ही अध्यात्म कहते हैं...

हम ऐसा कह सकते है कि जीवन की गाड़ी के मन-बुद्धि दो पहिया सुदृढ होने चाहिए लेकिन बुद्धि का पहिया बहुत मजबूत और मन का पहिया टूटा-फूटा हो तो जीवन की गाड़ी ठीक से नहीं चल रही है। हमारा लक्ष्य है कि जो कुछ मनुष्य भूल गया है भौतिकता की चकाचौंध में हम अध्यात्मिकता को बिल्कुल इग्नोर करते गए हैं। हमारी शक्तियों का विकास हमारा शुद्धिकरण इसको आध्यात्म कहते हैं। अगर हम इसको छोड़ बैठे तो भौतिक उपलब्धियां हमें सुख कैसे देंगी। हमारे सामने सुंदर भोजन रखा हो खाने के लिए मगर मन उदास हो या हम बहुत बीमार हों तो क्या हम एन्जॉय कर सकेंगे। तो भौतिकता के साथ हमने स्प्रीचुअल प्रोग्राम का बैलेंस जब तक हमने नहीं सीखा हम जीवन का आनंद नहीं ले पाएंगे। इसलिए हम स्प्रीचुअली पर भी ध्यान दें। कुछ समय अपने लिए भी निकालें। हम बिजी हो गए हैं कार्यों में अपने को भूल गए हैं। इसलिए हर मनुष्य अपने से बहुत दूर होता जा रहा है। हमें अपने को अपने से मिलाना है। अपनी शक्तियों को पहचानना है। अपनी प्यूरिटी के बल को महसूस करना है।

एक ओर विकास है, दूसरी ओर उसका दुष्परिणाम है, हम कैसे बचें?

हमारे चारों ओर क्या हो रहा, प्रकृति ने हमें हवा दी श्वास लेने के लिए लेकिन हवा को हमने बिल्कुल प्रदूषित कर दिया है। ये प्रदूषित हवा हमारे अंदर जा रही है, इसलिए मनुष्य बीमार हो रहा है। हम सबने विकास के नाम पर बड़े बड़े टावर्स लगाए हैं। जैसे- टी वी, इंटरनेट, मोबाइल का टावर, इनसे कितनी बुरी तरंगें चारों और फैल रही हैं, जिससे मनुष्य में मानसिक बीमारियां बढ़ रही हैं। अब एक ओर विकास है दूसरी ओर उसका दुष्परिणाम है, हम कैसे बचें? विकास भी आवश्यक है और उसके दुष्परिणाम को भी हमें समाप्त करना है। इसके लिए आध्यात्मिकता परम आवश्यक है। कहते हैं मनुष्य एक दिन में लगभग 21000 श्वास लेता है। ऐसे ही मनुष्य एक दिन में 30 हजार से 40 हजार संकल्पों की रचना करता है। इसमें से नेगेटिव बहुत होते हैं। जिनसे हमारे मन की शक्तियां बहुत नष्ट होती हैं। हमें ये जानना चाहिए अगर हम बहुत ज्यादा सोचते हैं तो हमारे मन की गति बहुत तेज हो जाती है। एक आम स्थिति में हमारे मन में 20 से 25 विचार निरंतर उठते हैं। अगर हम टेंशन में आ गए या क्रोध आ गया तो ये गति 35 से 40 तक हो जाती है। अगर हमारा चित्त शांत है तो हमारी गति धीमी 10 या 15 तक आ जाती है। सवेरे जब हम उठते हैं तो हमारा मन शांत होता है। एक मिनट में शायद 5-10 विचार ही उठते हैं। धीरे-धीरे गति बढ़ती है।

अपने विचारों को बहुत पॉजीटिव, शुभभावनाओं वाला बनाने की जरूरत

जिसको हम स्प्रीचुअल एनर्जी कहते हैं वो शक्ति हमारे मन में रहती है। कौन कितना शक्तिशाली ये उसके मन की शक्तियों से कैसे जाना जाता है। अब सबसे महत्वपूर्ण बात है कि हमारे हर संकल्प में रचनात्मक ऊर्जा होती है जो कुछ हम सोचते हैं, उसके प्रकम्पन हमसे चारों ओर फैलते हैं और जिसके बारे में सोच रहे हैं उसको वो टच कर रहे हैं फिर उसको टच करके वो वापिस हमारे पास भी आ रहे हैं। ध्यान रखें अगर आप किसी व्यक्ति के प्रति नफरत के, घृणा के या बदले के भाव रख रहे हैं तो वो उसको इफेक्ट कर लौट कर हमारे पास आएंगे। जिससे दोनों को नुकसान हो रहा है। संबंध सुधारने हैं तो हमें अपने विचारों को पॉजिटिव, शुभभवनाओं वाला बनाने की जरूरत है।

जबलपुर में 'सड़क सुरक्षा जीवन रक्षा अभियान' शुरू

शिव आमंत्रण ❯ जबलपुर/मप्र। यातायात को दुरुस्त करने के उद्देश्य से यातायात पुलिस जबलपुर और ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के कटंगा कॉलोनी सेवाकेन्द्र के संयुक्त प्रयास से सड़क सुरक्षा जीवन रक्षा अभियान की शुरुआत की गई है। शुभारम्भ पर एडिशनल एसपी अमृत मीना ने कहा कि वर्तमान में यातायात की दशा और दिशा को सुधारने में सभी को सहयोग प्राप्त हो रहा है। यातायात की दशा और दिशा को सुधारने का हमारा यह प्रयास अवश्य ही सफल होगा। इसमें ऑटो चालक, जनसामान्य, समाजसेवी संस्थाओं का सहयोग यातायात सुधार को मदद करता है। इस अवसर पर एएसपी अमृत मीना समेत नानाजी देशमुख, पशु चिकित्सा विज्ञान विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. पीडी जुआल, रीजनल ट्रांसपोर्ट ऑफिसर संतोष पाल, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके विमला ने दीप प्रज्वलन कर अपने विचार रखे। साथ ही सड़क के नियमों का पालन एवं न्यायालय के आदेशों का सम्मान करने पर भी जोर दिया गया। उपस्थित जनों को यातायात के नियमों का पालन करने की प्रतिज्ञा कराई गई।

दीप प्रज्ज्वलन कर कार्यक्रम का प्रारंभ करते अतिथि।

शुभभावना, शुभकामना में है पारिवारिक-मानसिक समस्याओं का समाधान

शिव ध्वज फहराकर कार्यक्रम का समापन करते अतिथि एवं अन्य।

शिव आमंत्रण ❯ जयपुर। ब्रह्माकुमारीज़ के जयपुर राजापार्क सेवाकेंद्र में वुमन डे पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें सेवाकेंद्र प्रभारी बीके पूनम ने कहा कि स्वयं को देह न समझ आत्मा समझते जाएंगे तो आत्मा का सशक्तिकरण स्वतः ही हो जाएगा। विपरीत परिस्थिति में भी सभी के प्रति शुभभावना, शुभकामना रखना ही आज की सभी पारिवारिक, मानसिक समस्याओं का समाधान है। नारी इस मानव समाज की जननी है। इसलिए सबसे पहले हमें स्वयं का सशक्तिकरण करना होगा, तभी हमारा समाज, देश और विश्व सशक्त बनेगा।

राजयोग सीखकर बनें कर्मयोगी: डॉ. रश्मी

महारानी कॉलेज की वाइस प्रेसिडेंट डॉ. रश्मी जैन ने कहा कि राजयोग में 8 योग बताए हैं। आप सभी को राजयोग सीख कर्मयोगी बनना है। सभी महिलाओं को एक-दूसरे का सहयोगी बनना है। सभी को मिल पॉजीटिव वातावरण बनाना है। यह बनेगा राजयोग मेडिटेशन से। मुख्य अतिथि एडिशनल एसपी सुनीता मीणा ने राजयोग की सराहना करते हुए कहा सामना करने की शक्ति, सहन करने की शक्ति राजयोग के द्वारा ही आ सकती है। उन्होंने बेटियों को सशक्त बनाने और अच्छी पढ़ाई के लिए प्रेरित किया। नारी को अपने अन्दर की शक्ति को जगाकर आत्मनिर्भर बनने की प्रेरणा दी। इस दौरान डीएवी कॉलेज की असिस्टेंट प्रोफेसर मोनिका शर्मा, इंटरनेशनल वॉलीबाल प्लेयर अनीता नेहरा भी उपस्थित थीं।

अवतरण होने के बाद परमात्मा शिव ने सभा में सबसे पहले कहा- 'वंदे मातरम्'

सभा को संबोधित करती बीके कुलदीप व अन्य अतिथि।

शिव आमंत्रण ❯ हैदराबाद। कहते हैं नारी जागेगी तो स्वर्ग आएगा। बच्चे की पहली गुरु माता ही होती है। भारत माता की जय बोलने के पीछे भी यही भाव है कि कभी तो भारत की माताओं ने इस धरती पर स्वर्ग लाया था। कोई भी कार्यक्रम शुरू होने के पहले वंदे मातरम का गीत बजता है तो वह भी यही संकेत देता है। ब्रह्माकुमारीज संस्था की स्थापना 1936 में हुई और परमात्मा शिव का अवतरण होने के बाद सभा में सबसे पहले वंदे मातरम् कहा।

उक्त विचार हैदराबाद के शांति सरोवर में 'बीइंग शक्ति नो मैटर वॉट' विषय पर आयोजित महिला सम्मेलन में शांति सरोवर की निदेशिका बीके कुलदीप ने व्यक्त किए। उन्होंने कहा सहन करना नारी की कमजोरी नहीं बल्कि सबसे बड़ी शक्ति है और इतिहास इसका गवाह है। नारी तू अबला नहीं सबला है। जब जब तूने हुंकार भरी यह समाज बदला है। तेरे ही त्याग की गाथा गाता ये जग सारा है। भारत सब देशों में महान देश है। दुनिया में सुख-चैन की सब चीजें होते हुए भी कुछ भी नहीं है। उसका कारण उनके पास चरित्र रूपी धन की कमी है। मुख्य अतिथि एक्ट्रेस एवं टीटीडीपी की प्रवक्ता रेवती चौधरी, साईं किरण हॉस्पिटल की वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. प्रतिमा ग्रोवर, आर्किटेक्ट जगदम्बा क्रोविदि ने भी जीवन में मेडिटेशन को शामिल करने पर जोर दिया। इंटरनेशनल स्पीकर डॉ. सुनीता चांडक ने भी अपने विचार रखे। समापन पर राजयोग के गहन अनुभूति कराई गई।

आत्मिक रूप से सशक्त नारी हर क्षेत्र में पाती है अधिकतम सफलता

कार्यक्रम में बीके राधा के साथ नगर की गणमान्य नारी शक्ति।

शिव आमंत्रण ❯ लखनऊ। आत्मिक रूप से सशक्त नारी हर क्षेत्र में सफल होती है। आत्म-बल से कभी भी तनाव, डिप्रेशन आदि मानसिक रोग नहीं होते। इन गहन बिन्दुओं पर विचार-विमर्श करने के लिए लखनऊ के गोमतीनगर सेवाकेंद्र पर महिलाओं के लिए कार्यक्रम आयोजित किया गया।

सेवाकेंद्र प्रभारी बीके राधा ने अपने संबोधन में महिलाओं से प्रश्न पूछे कि क्या वे स्वयं को सशक्त समझती हैं? अगर हां, तो क्यों और अगर नहीं तो क्यों ? क्या इन कमजोरियों का कारण बाह्य है या स्वयं हमारे अन्दर की कमजोरियां हैं? परिचर्चा में सार निकला कि सशक्त मन को करना है। कहते भी हैं मन के जीते जीत है। आत्मिक रूप से सशक्त नारी तन, मन, धन, सम्बन्ध-सम्पर्क हर क्षेत्र में सफल होती है। आत्म-बल से कभी भी तनाव, डिप्रेशन आदि मानसिक रोग नहीं होते हैं। आज की जरूरत है खुद आत्मिक रूप से सशक्त होने एवं दूसरों को करने की। यह सशक्तिकरण राजयोग से होता है। इस दौरान कस्टम कमिश्नर निहारिका लाखा, स्क्वाड्रन लीडर राखी अग्रवाल, डॉ. सम्युकता दुबे और प्रख्यात बिजनेसमैन रचना जैन ने भी विचार रखे। इस दौरान बड़ी संख्या में नगर की गणमान्य महिलाएं उपस्थित रहीं।

प्रेरणा

मुंबई के मलाड में संबंधों में सुमधुरता विषय पर कार्यक्रम आयोजित

मन का संतुलन बनाए रखने से असंभव काम भी हो जाते हैं संभव

शिव आमंत्रण ❯ मुंबई। शकिलम् फाउंडेशन, श्रीलक्ष्मी नारायण ट्रस्ट और प्रगति मित्र मंडल के संयुक्त तत्वावधान में मलाड पश्चिम के ठक्कर हॉल में 'संबंधों में सुमधुरता' विषय पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

इसमें मलाड सेवाकेन्द्रों की प्रभारी बीके कुंती ने कहा कि मन का संतुलन बिगड़ने से ही सारी समस्याओं का जन्म होता है। मन के संतुलन को बनाए रखने से सभी काम सम्भव हो जाते हैं और संबंधों में भी समरसता रहती है। इस अवसर पर प्रगति मित्र मंडल के मैनेजिंग कमेटी के भानुभाई शाह, ट्रस्टी निरंजन सेठ, तथा सीए आनंद मेहता समेत अन्य कई गणमान्य लोगों को बीके कुंती ने धार्मिक प्रभाग की स्मारिका भेंट की। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में शहर के विशिष्ट नागरिक मौजूद थे।

सभा को संबोधित करतीं बीके कुंती व उपस्थित श्रोतागण।

'बचपन एक्सप्रेस' ...

शिक्षा से होंगे सपने साकार, बाल विवाह नर्क का द्वार

रेडियो मधुबन ने यूनिसेफ और सीआरएफ के साथ मिलकर चलाई मुहिम

बच्चों को शिक्षा से जोड़ने व बाल विवाह रोकने के लिए आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को दी ट्रेनिंग

बचपन एक्सप्रेस कार्यक्रम में नुक्कड़ नाटक पेश करते बच्चे।

'बचपन एक्सप्रेस' का ट्रेनिंग लेती आंगनवाड़ी कार्यकर्तायें।

शिव आमंत्रण ➤ आबू रोड। आज 21वीं सदी में भी कई बच्चे ऐसे हैं जिन्हें न शिक्षा का अधिकार मिल पाता है और न ही अपना बचपन मासूमियत से जीने का। क्योंकि बाल विवाह जैसा अभिशाप आज भी कई बच्चों को जीवनभर की पीड़ा देता है। इसलिए रेडियो मधुबन 90.4 एफएम पर यूनिसेफ और सीआरएफ के सहयोग से एक मुहिम चलाई जा रही है, जिसका नाम है 'बचपन एक्सप्रेस'।

इसके तहत जनजातीय भवन, दानवाव में महिला एवं बाल विकास विभाग, आबूरोड द्वारा आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं के लिए सामुदायिक रेडियो, रेडियो मधुबन की ओर से एक विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें 300 से अधिक आंगनवाड़ी कार्यकर्ता शामिल हुईं। इस दौरान रेडियो मधुबन की टीम ने 'जादूगर दिखाए बाल विवाह का भविष्य' ड्रामा प्रस्तुत किया गया। जिसमें एक बच्ची की अगर स्कूल छुड़वा कर शादी कर दी जाती है तो उसका दुष्परिणाम क्या हो सकता है, ये दिखाया गया। आबूरोड के सीडीपीओ नितिन गेहलोत ने कहा कि नुक्कड़ नाटक जैसे तरीकों से जागरुकता लाई जा सकती है। रेडियो मधुबन की प्रोडक्शन हेड बीके कृष्णा ने शिक्षा की एहमियत को बताया। बचपन एक्सप्रेस के तहत जगह-जगह कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे।

ज्ञान सरोवर में विदेशियों ने उत्साह से मनाया 'ग्रीन डे'

शिव आमंत्रण ➤ माउंट आबू। ज्ञान सरोवर एकेडमी फॉर ए वेटर वर्ल्ड में विदेशी बीके भाई-बहनों के लिए ग्रीन डे के उपलक्ष्य में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसकी शुरुआत बीके डेविड द्वारा निर्देशित साइलेंट वॉक से की गई। इस दौरान प्रकृति पर चित्रकला प्रतियोगिता भी आयोजित की गई, जिसमें प्रतिभागियों ने पर्यावरण बचाने के लिए अपने मन के भाव चित्रों के माध्यम से उकेरे। साथ ही कार्यशालाएं आयोजित की गई, जिसमें हरियाली का महत्व बताया गया। हारमनी हॉल में क्रिएशन ऑफ गोल्डन एज विषय पर बीके सोंजा ने बीके गोलो तथा यूरोप एवं मिडिल ईस्ट की निदेशिका बीके जयंती से कई सवाल पूछे। समापन दादी जानकी पार्क में सामूहिक राजयोगाभ्यास के साथ किया गया। इसमें 500 से अधिक बीके भाई-बहनों ने भाग लिया।

विदेशियों के लिए ज्ञान सरोवर में आयोजित ग्रीन डे कार्यक्रम मे शामील भाई बहनें।

त्रिदिवसीय कुंभ मेला

ब्रह्माकुमारीज़ ने लगाया भव्य मेला, कर्नाटक के मुख्यमंत्री भी पहुंचे...

18 फीट ऊंचा शिवलिंग रहा आकर्षण, छह लाख लोग पहुंचे

18 फीट ऊंचा शिवलिंग देखने उमड़ी श्रद्धालुओं की भीड़। कर्नाटक के मुख्यमंत्री एचडी कुमारस्वामी भी पहुंचे।

शिव आमंत्रण ➤ मैसूर। टी.नरसिपुरा में कावेरी, काबिनी और हेमावती तीन नदियों का संगम है। वहां हर तीन वर्षों में कुम्भ मेले का आयोजन किया जाता है। इस वर्ष ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा एक भव्य मेला लगाया गया। इसका अवलोकन करने कर्नाटक के मुख्यमंत्री एचडी कुमारस्वामी भी मुख्य रूप से पहुंचे। इस त्रिदिवसीय कुम्भ मेले में 12 ज्योतिर्लिंग तथा 18 फीट ऊंचा शिवलिंग, शिव प्रदर्शनी और स्थायी यौगिक कृषि प्रदर्शनी भी लगाई गई, जिसका उच्च शिक्षा मंत्री जीटी देवेगौड़ा, पर्यटन मंत्री एसआर महेश तथा विधायक ने किया। पूरे मेले के दौरान करीब छह लाख से भी अधिक लोगों ने पहुंचकर 12 ज्योतिर्लिंग व 18 फीट के शिवलिंग के दर्शन किए और आध्यात्मिक संदेश प्राप्त किया। सभी ने संस्थान के कार्यों की सराहना करते हुए शुभकामनाएं भी दी। इस अवसर पर मैसूर सबजोन प्रभारी बीके लक्ष्मी सहित अन्य बीके सदस्य विशेष रूप से मेले में मौजूद रहे।

सार समाचार

सामूहिक राजयोग में फिल्म जगत की हस्तियां हुईं शामिल

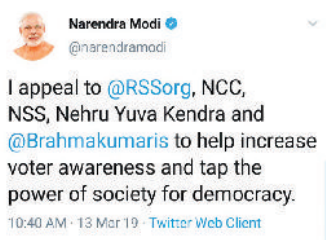
शिव आमंत्रण ➤ मुंबई। मलाड के लिबर्टी गार्डन में सामूहिक राजयोग कार्यक्रम आयोजित हुआ। कार्यक्रम में बोरीवली सबजोन प्रभारी बीके दिव्यप्रभा ने संबोधित करते हुए कहा कि अपनी नेचर में शुभभावना देने के संस्कार को धारण करें। मलाड सेवाकेन्द्रों की प्रभारी बीके कुन्ती सहित टीवी अभिनेता किन्शुक वैद्य, नितिन गोस्वामी तथा प्राची ठक्कर मुख्य अतिथि के तौर पर शामिल हुए। इस दौरान बड़ी संख्या में मौजूद लोगों ने राजयोगाभ्यास कर विश्व में शांति के प्रकम्पन फैलाएं। वहीं फिल्म जगत की हस्तियों ने अपने अनुभवों को साझा किया। साथ ही गॉड ऑफ गॉड फिल्म की सफलता के लिए अपनी शुभकामनाएं दीं।

दिमाग का डिब्बा साफ रहे तो तन-मन रहेगा स्वस्थ

शिव आमंत्रण ➤ मुंबई। मलाड के डिंडोशी के संस्कृति हॉल में संतुलन से बेहतर जीवन विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें टीवी एक्टर और योगा टीचर नुपूर अलंकार ने कहा कि घर के डिब्बे में कचरा जमा करके हमने तीन दिन तक रखा तो तीसरे दिन वह पूरा सड़ जाता है। तो हम दिमाग में किसी के प्रति गलत विचार रखेंगे तो हमारा हाल क्या होगा? इसलिए दिमाग का डिब्बा हर रोज साफ रहे। इसकी तरफ हमारा ध्यान रहे तो हम तन के साथ मन से भी स्वस्थ रह सकते हैं। मन स्वस्थ है तो बाकी चीजें अपने आप ठीक चलती हैं। कार्यक्रम में मलाड सेवाकेंद्रों की प्रभारी बीके कुंती, ज्ञानधारा सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शोभा मौजूद रहीं। उन्होंने सकारात्मक तथा स्वस्थ मन द्वारा जीवन को बेहतर बनाने की प्रेरणा दी।

मतदाता जागरुकता के लिए प्रधानमंत्री का आह्वान

शिव आमंत्रण ➤ आबू रोड। लोकसभा चुनाव में अधिक से अधिक संख्या में मतदान करने के लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने ट्वीट कर ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से वोट जागृति की अपील की है। ताकि देश का प्रत्येक नागरिक अपनी भूमिका को अहम समझते हुए मतदान करे। इस अपील में उन्होंने लिखा है कि मतदाता जागरुकता बढ़ाने और लोकतंत्र के लिए समाज की शक्ति का दोहन करने में सभी को मदद करनी चाहिए। इससे पहले भी प्रधानमंत्री सामाजिक विकास के कार्यक्रमों के लिए भी अपील कर चुके हैं। इनमें ऊर्जा संरक्षण, नशामुक्ति, महिला सशक्तिकरण और कुपोषण जैसे विषय शामिल थे।



अंदर की शक्ति को जागृत करने से होगा सर्वांगीण विकास

शिव आमंत्रण ➤ राजगढ़/मप्र। सेवाकेंद्र की गीता पाठशाला ग्राम पिपलबे में महिलाओं का सर्वांगीण विकास विषय पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसका उद्घाटन ग्राम की मुखिया गंगा बाई, पिपलबे माध्यमिक स्कूल की शाला प्रभारी रानु वर्मा एवं शाला प्रभारी कृष्णा मालवीय, पूर्व सरपंच रामकला तोमर, बीके कविता, बीके सुमित्रा द्वारा दीप प्रज्ज्वलन कर किया गया। कुमारी सुशीला एवं कु. धीरज ने नारी के सम्मान में कविता प्रस्तुत की। कुमारियों ने महिला जाग्रति का सन्देश देते हुए सुंदर नृत्य प्रस्तुति दी। राजयोग शिक्षिका बीके कविता ने बताया कि नारी का सर्वांगीण विकास तभी हो सकता है जब वो अपने अंदर की शक्ति को जाग्रत कर आगे आने की हिम्मत रखे। बाद में महिलाओं को ईश्वरीय सौगात भेंटकर सम्मानित किया।

श्रीमदभागवद् कथा सप्ताह में दिया परमपिता परमात्मा का परिचय

शिव आमंत्रण ➤ राजगढ़/मप्र। जनपद पंचायत में हिन्दू चेतना मंच एवं महाकाल सेवा समिति द्वारा आयोजित साप्ताहिक श्रीमदभागवद कथा के समापन में ब्रह्माकुमारीज़ को भी आमंत्रित किया गया। कथावाचक अलकनंदा द्वारा सबका सम्मान किया गया। इस दौरान राजयोग शिक्षिका बीके सीमा ने परमात्मा का सत्य परिचय दिया। विश्व में सद्भावना व एकता लाने एवं जाग्रति लाने के कार्य में समर्पित रूप से सेवाएं करने पर राजयोग शिक्षिका बीके कविता व बीके सीमा का सम्मान किया गया। इस अवसर पर पत्रकार भानु ठाकुर, दरगाह सदर एहतेशाम हसन सिद्दीकी, पूर्व नपा अध्यक्ष नम्रता विजयवर्गीय उपस्थित रहे।

यदि दुर्योधन मुरली सुनते तो महाभारत युद्ध ही नहीं होता: राज्यपाल सोलंकी

शिव आमंत्रण ➤ अगरतला/त्रिपुरा। ब्रह्माकुमारी संस्थान के ईश्वरीय सेवाओं के 25 वर्ष पूर्ण होने पर भव्य सिल्वर जुबली समारोह आयोजित किया गया। इसमें त्रिपुरा के राज्यपाल कप्तान सिंह सोलंकी ने कहा 140 देशों में संस्थान द्वारा दिए जा रहे शांति के सन्देश का कार्य अद्भुत है। ब्रह्माकुमारीज के हैडक्वार्टर में मैं एक दो बार गया था और वहां मौजूद शांति का गहन अनुभव किया। यदि दुर्योधन ब्रह्माकुमारीज़ में मुरली सुनते तो महाभारत का युद्ध ही नहीं होता। इच्छाएं हमें अच्छा बनने नहीं देतीं हैं इसका दुर्योधन एक मिसाल है। संस्थान ने नशामुक्ति, मूल्याधारित शिक्षा, महिला सशक्तिकरण, रक्तदान शिविर आदि क्षेत्रों में उत्कृष्ट कार्य किया है। आज के तथाकथित शिक्षित युवा को विशेषतः महिलाओं को इस ज्ञान की बहुत जरूरत है। उन्हें शिक्षित करने वाली टीचर को इन मूल्यों को धारण कर रोल मॉडेल बनना पड़ेगा। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके कविता ने शॉल ओढ़ाकर एवं ईश्वरीय सौगात भेंट कर राज्यपाल सोलंकी का सम्मान किया। इसके पूर्व शिवध्वजारोहण कर डी एडिक्शन, वैल्यू बेस्ड एजुकेशन, वुमेन एम्पावरमेन्ट एवं ब्लड डोनेशन कैम्प का उद्घाटन किया।

अच्छा भोजन, अच्छी नींद और चिंता से मुक्त जीवन ही अच्छी सेहत का राज

शिव आमंत्रण ➤ उल्हासनगर/महाराष्ट्र। शिवदर्शन धाम में मधुमेह और मोटापे पर विशेष सेशन का आयोजन किया गया। इसमें अमेरिका से आई डॉ. राधा सुखानी ने पैक फूड, फास्ट फूड से होने वाले नुकसानों से अवगत कराया। उन्होंने कहा पैक फूड में कोई ताकत नहीं और उसमें केमिकल जादा है। अच्छा भोजन, अच्छी नींद और चिंता से मुक्त जीवन ही अच्छी सेहत का राज है। उन्होंने कहा इन तीनों का बैलेंन्स न होने से शरीर में हार्मोनल बदलाव आते हैं जो इंसुलिन, कोर्टिसॉल, मेलॅटोनीन को प्रभावित करते हैं। जिनके कम ज्यादा होने से शरीर पर अनेक बीमारियों का आक्रमण होता है।

इन बातों का रखें ध्यान...

घर में ज्यादा से ज्यादा फलों, सब्जियों और दालों का प्रयोग करें। सरसों, तिल व नारियल तेल का भी इस्तेमाल करें। दिन में एक बार खाए तो योगी, दो बार खाए तो भोगी, तीन बार खाए तो रोगी और चार बार खाए तो महारोगी। आज आहार पौष्टिक नहीं हैं, दिनचर्या संतुलित नहीं, कृत्रिम आहार में फैट ज्यादा है, खाते ज्यादा हैं और चलते कम इसलिए मोटापा आ जाता है। वह कम करने के लिए डाईटीशियन और एक्सरसाइज ट्रेनर के पास भागते हैं। करीब 15 कैन्सर मोटापे से जुड़े हैं। आहार में चीनी और मैदे की मात्रा जादा है तो भी इंसुलिन बढ़ जाता है। दूध में लेक्टो शुगर होने के कारण डायबेटिस पैदा होता है। कारण दूध देनेवाले जानवर को मक्का खिलाया जा रहा है।

मोटिवेशनल ट्रेनर बीके प्रो. स्वामीनाथन ने कहा...

एजुकेशन सिस्टम में पैसा कमाने का प्रबंध तो है लेकिन जीवन में खुशी पाने का प्रबंध नहीं

दीप प्रज्ज्वलन कर कार्यक्रम का उद्घाटन करते बीके स्वामीनाथन व अतिथि।

शिव आमंत्रण ➤ नागपुर। नीतियां पृथ्वी पर पांच ब्लू जोन्स हैं जहां के लोग खुशी से रहते हैं और कम से कम सौ वर्ष जीते हैं। मैं कोई भी ब्ल्यू जोन में नहीं गया हूं लेकिन उसके लिए ब्रह्माकुमारीज़ जोन में जाता हूं। वहीं की ब्रह्माकुमारीज़ चीफ को मैंने देखा तो वह 103 बरस की हैं। दिनभर व्यस्त रहती हैं और फिर भी चुस्त और मस्त रहती हैं।

यह बात कही मैनेजमेंट ट्रेनर बीके स्वामीनाथन ने मेक माइंड योर बेस्ट फ्रेंड विषय पर विश्व शांति सरोवर रिट्रीट सेंटर में आयोजित कार्यक्रम में कही। उन्होंने कहा विश्व में जो पांच ब्ल्यू जोन हैं उसमें कैलिफोर्निया का लोमो लिंडा, इटली का सार्दिनिया, जापान का ओकिनावा, ग्रीस का इकारिया, कोस्टा रिका का निकोया समाविस्ट है। जान है तो जहान है। उन लोगों की स्वस्थ जीवनशैली थ्री डायमेंशनल है। उसमें 1. व्यायाम, 2. भोजन 3. मेडिटेशन इन तीन बातों का समावेश है। इसमें एक बात सीखने की यह है कि वह सब चीजें खुशी से करते हैं। व्यायाम भी टेन्शन में नहीं मजे-मजे में करेंगे। नेशनल सिविल डिफेंस कॉलेज के डायरेक्टर जीएस सैनी, मोरारजी टैक्सटाइल में स्वीपिंग एंड प्लैनिंग डिपार्टमेंट के प्रेसिडेंट एंटिनो जेलियो, संचालिका बीके रजनी और बीके प्रेमप्रकाश ने भी अपने विचार रखे।

राजयोग को अपनाकर ले सकते हैं जीवन का आनंद: सांसद

दीप प्रज्ज्वलन कर कार्यक्रम का उद्घाटन करते बीके स्वामीनाथन,अतिथि एवम् बडी संख्या में उपस्थित श्रोतागण।

शिव आमंत्रण ➤ बीरगंज/नेपाल। पिलुवा आदर्शनगर में बनने वाले चरित्र निर्माण आध्यात्मिक पीस पार्क एवं रिट्रीट सेंटर के निर्माण योजना समारोह और स्नेह मिलन कार्यक्रम में मुख्य अतिथि सांसद ज्वाला कुमारी शाह ने कहा आज की व्यस्त एवं तनावपूर्ण जीवनशैली में व्यक्ति राजयोग साधना तथा आध्यात्मिक चिंतन को अपनाकर शान्त, आदर्श एवं तनावमुक्त जीवन का आनंद ले सकता है। मानवमात्र के नैतिक एवं चारित्रिक उत्थान के लिए समर्पित पवित्र ब्रह्माकुमारी संस्था इस महान कार्य में हम सब की मदद कर रही है।

शिवध्वज भी फहराया...

इस दौरान विधायक पारस शाह, शारदा शंकर प्रसाद, जीतपुरसिमरा उप महा नगरपालिका के नगर प्रमुख डॉ. कृष्ण पौडेल ने संस्थान द्वारा मानव के नैतिक एवं चारित्रिक उत्थान के क्षेत्र में होने वाले कार्यों की सराहना की। साथ ही इसे समाज के लिए उपयोगी बताया।

केक कटिंग के साथ शिवध्वज भी फहराया गया। कार्यक्रम की अंतिम कड़ी में वीरगंज सेवाकेंद्र प्रभारी बीके रवीना द्वारा सभी गणमान्य अतिथियों का शाल ओढ़ाकर एवं ईश्वरीय सौगात भेंट कर स्वागत किया। इस मौके पर बड़ी संख्या में बीके सदस्य मौजूद रहे।

पहल

राजस्थान के सामुदायिक रेडियो प्रसारणकर्ताओं की कार्यशाला आयोजित

रेडियो के प्रसारण कार्यक्रमों का आदान-प्रदान करने का संकल्प

शिव आमंत्रण ➤ आबू रोड। यूनिसेफ राजस्थान, वागड़ रेडियो बांसवाड़ा और माउण्ट आबू के सामुदायिक रेडियो केंद्र रेडियो मधुबन 90.4 एफएम के संयुक्त तत्वावधान में राजस्थान के सभी कार्यरत सामुदायिक रेडियो प्रसारणकर्ताओं की कार्यशाला शांतिवन परिसर में आयोजित की गई। इसमें राजस्थान के सामुदायिक रेडियो की कार्यप्रणाली का अध्ययन, प्रयासों का एकीकरण और कार्यक्रम का आदान-प्रदान पर चर्चा की गई। इस दौरान आबूरोड सीडीपीओ नितिन गहलोत ने रेडियो संवाददाताओं के सवालों के जवाब देते हुए भविष्य में ऐसे कार्यक्रम के निर्माण में अपना सहयोग देने के बात कही।

यहां से पहुंचे रेडियो संवाददाता...

उदयपुर से आए प्राकृतिक संसाधन और पोषण विशेषज्ञ दीपक शर्मा ने पोषण संबंधित परंपरागत ज्ञान के इस्तेमाल और प्रसार करने पर जोर दिया। राजस्थान बांसवाड़ा से वागड़ रेडियो से आरजे जागृति, टोंक से आपणो रेडियो वनस्थली, अजमेर के रेडियो तिलोनिया से आरजे गीता, रेडियो मधुबन से प्रोग्राम हैड कृष्णा वेणी, आरजे शुभश्री, आरजे पवित्र, आदिवासी जागरूक युवा संगठन के विनोद कुमार आदि प्रमुख रूप से उपस्थित रहे।

कार्यशाला में उपस्थित विविध रेडियो स्टेशन के प्रतिनिधी एवम् अधिकारी।

'राजस्थान री आवाज' के प्रसारण का लिया संकल्प...

कार्यशाला के अंत में 'राजस्थान री आवाज' नाम के कार्यक्रम का भी सृजन किया। इसके अंतर्गत हर सप्ताह एक घंटे के लिए एक-दूसरे के कार्यक्रमों का प्रसारण करने का संकल्प लिया। रेडियो मधुबन की आरजे उषा और आरजे आरुशी ने गीत की प्रस्तुति दी। रेडियो मधुबन के केन्द्र प्रभारी बीके यशवंत पाटिल ने सभी अतिथियों का सम्मान किया।

सृष्टि-चक्र के अंतर्गत काल-चक्र की कहानी

स्व प्रबंधन

बीके ऊषा, स्व प्रबंधन विशेषज्ञ, माउंट आबू

पिछले अंक से क्रमश...

एक उपर्युक्त विवेचन से यह स्पष्ट हो जाता है कि 'स्वास्तिका' का ज्ञान व्यक्ति को सकारात्मक और निर्भय बना कर जीवन की हर चुनौती को पार करने की शक्ति प्रदान करता है। इसलिए इस कालचक्र का संबन्ध हमारे जीवन चक्र के साथ भी है। जब व्यक्ति यह स्वीकार करना सीख लेता है कि 'जो हुआ वह अच्छा' जो हो रहा है वह अच्छा और जो होने वाला है वह भी अच्छा' तो जीवन में कभी दुःख की लहर आ नहीं सकती। तभी तो कहा जाता है कि सुख और दुःख यह मन की स्थिति पर आधारित है। जब मन इस रहस्य को समझ लेता है तो कभी दुःख, तनाव और गुस्सा आ नहीं सकता। यह समय का चक्र परमात्मा की सर्वोत्तम रचना है जो एकदम परफेक्ट है, शुभ है और श्रेष्ठ है। इसमें कभी कोई कमी हो ही नहीं सकती। इसमें कमी निकालने का अर्थ है कि अभी हमारी बुद्धि में ज्ञान की पराकाष्ठा की कमी है।

काल चक्र की कहानी

इस काल चक्र को स्वास्तिका के चिह्न के रूप में दिखाया गया है। जिसके चारों भाग बराबर होते हैं। पांच हजार वर्ष के कालचक्र का हर युग 1250 साल का होता है। यह कालचक्र एक घड़ी की तरह घूमता है। इसकी शुरुआत कब हुई यह तो पता नहीं जैसे दिन-रात की शुरुआत का पता नहीं होते हुए भी उसका पहला पहर सुबह को माना जाता है। वैसे ही इस काल चक्र का पहला पहर सतयुग को माना जाता है। अब समय की कहानी यह है कि जैसे बच्चों को कहानी सुनाते हैं कि बहुत पहले की बात है...समय के पहले पहर को सतयुग कहा जाता था।

सतयुग

काल चक्र के पहले पहर की शुरुआत स्वास्तिका के राइट हैंड से होती है और राइट माना रायटियस (पवित्र, सच्चा)। इसलिए कोई भी शुभ कार्य दाहिने हाथ से किया जाता है। स्वास्तिका का हाथ दाहिनी ओर से आशीर्वाद की तरह है जो इस बात का सूचक है कि सतयुग में सभी आत्माएं परमात्मा से आशीर्वाद की प्राप्ति से संपन्न थीं। इसीलिए उन्हें भगवान-भगवती के रूप में जाना जाता है। धर्मग्रंथों में इस बात के संकेत मिलते हैं। बाईबल में जेनिसिस चैपटर वन में कहा है कि परमात्मा ने मनुष्यों को अपने जैसा बनाया था। सतयुग से पहले कलियुग था कलियुगी पतित मनुष्यों को अपने समान पूजनीय बनाया था। गुरु नानक देव जी ने भी कहा कि 'मानस ते देवता किए करत न लागी वार' और हिन्दू धर्म में भी कहा गया है कि 'नर ऐसी करनी करे जो नारायण बने और नारी ऐसी करनी करे जो श्री लक्ष्मी बने' अर्थात् कलियुगी नर-नारी ही अपनी करनी द्वारा श्रेष्ठ बन सकते हैं। श्रेष्ठ कर्म का ज्ञान परमात्मा ही आकर देते हैं। उनको भगवान-भगवती इसलिए कहा जाता है क्योंकि 'भगवान' दो शब्दों से मिलकर बना है। भाग+वान अर्थात् जिन्होंने परमात्मा से आशीर्वाद में सर्वश्रेष्ठ भाग्य प्राप्त किया।

कालचक्र के आदि सतयुग में संपूर्ण सत्यता व्याप्त थी। असत्यता क नामो-निशान नहीं था। वहां एक मत, एक भाषा, एक धर्म और एक दैवी राज्य था। देवताओं को सूर्यवंशी भी कहा जाता है। भावार्थ जैसे सूर्य संपन्न है, उसकी कला भी घटती-बढ़ती नहीं, वैसे ही इस युग में देवी-देवता, पशु-पक्षी और प्रकृति अपन संपूर्ण पवित्र सतोप्रधान स्वरूप में स्थित थे। जिनकी महिमा में गायन है सर्वगुण संपन्न, 16 कला संपूर्ण, संपूर्ण निर्विकारी, मर्यादा पुरुषोत्तम, अहिंसा परमोधर्म... इस दुनिया के लिए कहा जाता कि वहां शेर और गाय भी एक साथ, एक घाट पर पानी पीते थे।

'जहां डाल-डाल पर सोने की चिड़िया करती थी बसेरा' अर्थात् जहां पवित्रता , सुख-शांति और समृद्धि संपूर्ण रूप में विद्यमान थी। तब यह धरती भी अपने धन-धान्य की संपन्नता पर गर्व करती थी। सोलह कला संपूर्ण का भाव कोई गिनती वाली बात नहीं लेकिन 16 अंक यह संपूर्णता का अंक है। कोई बात 100 प्रतिशत सत्य हो तो उसे सोलह आने सत्य कहते हैं। पूर्णमासी का चन्द्रमां भी सोलह कला संपन्न होता है। इसी प्रकार देवी-देवता सोलह कला संपन्न थे अर्थात् संपूर्ण संपन्न थे।

उस दुनिया में श्री लक्ष्मी और श्री नारायण का राज्य था। इसलिए श्री नारायण के साथ एक शब्द जुड़ता है-'सत्य नारायण'या 'सूर्य नारायण' जिसका तात्पर्य है कि श्री नारायण सतयुग के महाराजा थे और सूर्यवंशी थे। श्री लक्ष्मी-श्री नारायण ही आदि सनातन देवी-देवता धर्म के महाराजा-महारानी थे। काल चक्र का यह समय वही स्वर्णकाल था, जिसको आज तक सभी धर्म वाले अलग-अलग नामों से याद कर रहे हैं। किसी ने स्वर्ग या वैकुण्ठ कहा, किसी ने जन्नत या बहिश्त कहा, किसी ने हैविन या पैराडाइज कहा, किसी ने एटलांटिस कहा ऐसे अनेक नामों से यह युग जाना गया है।

क्रमशः...

करेलीबाग में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. हार्दिक गजेरा ने कहा...

असंतुलित जीवनशैली से किडनी की बीमारी हो गई वैश्विक

आज सौ में से 17 लोगों को सामने आ रही किडनी की समस्या

शिव आमंत्रण ▶ बडोदरा। किडनी की बीमारी से हर साल करीब 8.50 लाख से भी ज्यादा लोगों की मौत हो जाती है। इसकी सबसे बड़ी वजह है असंतुलित जीवन पद्धति। वर्ल्ड किडनी डे के उपलक्ष में वड़ोदरा के करेलीबाग में विशेष कार्यक्रम का आयोजित किया गया।

मुख्य वक्ता नेफ्रोलोजिस्ट डॉ. हार्दिक गजेरा ने कहा कि किडनी की समस्या आज वैश्विक स्तर पर आगे आ रही है। सौ में 17 लोगों को आज किडनी की समस्या है। किडनी पूरी खराब होने तक हमें उसकी बीमारी समझ में नहीं आती है। इसलिए हर छह महीने में एक बार किडनी की जांच कर लेना जरूरी है।95 प्रतिशत किडनी बिगड़ने पर थकावट महसूस होने लगती है, सांस फूलने लगती है, पांव में सूजन आती है, यूरीन कम होने लगता है। इंडिया रेनल फाउंडेशन की हैड लेखा जोशी और हेल्दी कैंपस की डायरेक्टर लीना थक्कर ने कहा कि बीमारी के प्रीवेन्शन के लिए हम काम करते हैं। पेशन्ट को महीने में 900 के दो डायलायजर लगाने होते हैं। गरीब मरीज को हम डायलायजर और ट्यूबिंग फ्री देते हैं। इस मौके पर स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके चंपा ने अतिथियों को ईश्वरीय सौगात भेंट की।

सभा को संबोधित करते नेफ्रोलोजिस्ट डॉ. हार्दिक गजेरा।

शिवदर्शन धाम में बीके टीचर्स का स्नेह मिलन कार्यक्रम आयोजित

वरिष्ठ बहनों ने नए-नए सेवा के प्लान बनाने और स्वंय को सशक्त बनाने की प्रेरणा दी

शिव आमंत्रण ▶ उल्हासनगर/महाराष्ट्र। नवनिर्मित शिवदर्शन धाम में मुम्बई की सभी बीके टीचर्स के लिए स्नेह मिलन का कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें महाराष्ट्र, आंध्रप्रदेश एवं तेलंगाना जोन की निदेशिका बीके संतोष, बोरीवली सबजोन प्रभारी बीके दिव्यप्रभा, घाटकोपर सबजोन प्रभारी बीके नलिनी, मुलुंद सबजोन प्रभारी बीके गोदावरी, उल्हासनगर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सोम, कुर्ला कैम्प रोड सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके पुष्पा, गॉडलीवुड स्टूडियो के कार्यकारी निदेशक बीके हरिलाल की विशेष उपस्थिति रही। ब्रह्माकुमारी बहनों के प्रवेश पर मोतियों से सजी माला एवं फूलों का बना बैज पहनाकर स्वागत किया गया।

सम्पूर्ण जीवन मानवता की सेवा में लगाने वाली इन बहनों के लिए विशेष एक दिन की रीफ्रेशमेंट रिट्रीट आयोजित की गई। इसमें वरिष्ठ बीके बहनों ने भी सेवाओं के नए-नए प्लान बनाने व स्वयं को हर रीति से सशक्त बनाने की प्रेरणा दी।

रिफ्रेशमेंट होकर रिट्रीट से सेवा के प्लेन्स बताती बीके संतोष एवम् उपस्थित भाई बहनें।

रामजपो आश्रम ब्रह्माकुमारीज़ को समर्पित

गौरतलब है कि उल्हासनगर स्थित सुप्रसिद्ध रामजपो आश्रम के ट्रस्टी फतेह सिंह ठाकुर थे। जहां लगातार सामाजिक सेवाएं चलती थी। उनके देहावसान के बाद यह आश्रम ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान को दे दिया गया। जिसे मुंबई के ठाकुर स्टूडियो वाले फतेहसिंह ठाकुर के सुपुत्र जगदीश सिंह ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की ईश्वरीय सेवाओं में पूरा समर्पित कर दिया और वे आज खुद भी सपरिवार ईश्वरीय सेवा कर रहे हैं।

सार्थक पहल

ब्रह्माकुमारीज़ व महाराष्ट्र सरकार के संयुक्त प्रयास से 'एक कदम कैंसर मुक्ति की तरफ' अभियान शुरू

आहार, व्यायाम, ध्यान एवं सकारात्मक सोच से रह सकते हैं कैंसरमुक्त

सभा को संबोधित करते महाराष्ट्र के स्वास्थ्य मंत्री एकनाथ शिंदे व उपस्थित श्रोतागण।

ठाणे में कैंसर मुक्ति अभियान के तहत संदेश देते बीके भाई-बहनें।

शिव आमंत्रण ▶ ठाणे/महाराष्ट्र। महाराष्ट्र शासन आरोग्य सेवा एवं ब्रह्माकुमारीज़ के संयुक्त प्रयास से कैंसर मुक्ति अभियान का उद्घाटन ठाणे के विठ्ठल सायन्ना सामान्य अस्पताल परिसर में महाराष्ट्र के स्वास्थ्य व परिवार कल्याण मंत्री एकनाथ शिंदे ने किया।

'वेलनेस ऑफ वुमन-एक कदम कैंसर मुक्ति की तरफ' यह एक विशेष अभियान है जिसमें मुख्य रूप से आहार, व्यायाम व ध्यान के साथ हमेशा सकारात्मक सोच बनाए रखने के सुझाव दिए जाते हैं। फोग्सी की राष्ट्रीय संयोजिका बीके डॉ. शुभदा नील ने महिलाओं में होने वाले कैंसर को जड़ से दूर करने के लिए तीन तरह की विशेष जीवनशैली के महत्व के बारे में समझाया। इसमें मुख्य रूप से आहार, व्यायाम व ध्यान के साथ-साथ हमेशा सकारात्मक सोच बनाए रखने के सुझाव दिए गए। डॉ. शुभदा नील ने 'वंदे मातरम' गीत पर एक्सरसाइज के टिप्स भी बताए। मुख्य अतिथि के रूप में ठाणे महानगर पालिका की महापौर मीनाक्षी शिंदे, जिला परिषद के मुख्य कार्यकारी अधिकारी हीरालाल सोनावणे, महाराष्ट्र राज्य आरोग्य सेवा के सहसंचालक डॉ. साधना तायडे, जिला आरोग्य अधिकारी डॉ. मनीष रेंघे, सेवाकेंद्र प्रभारी बीके लतिका भी मौजूद रहीं। डॉ. शुभदा नील द्वारा लिखित 'वेलनेस ऑफ वुमन- एक पाऊल कैंसर मुक्तिसाठी' नामक पुस्तिका का अनावरण किया गया। इसके अलावा उन्हीं के द्वारा निर्देशित 'माझा महाराष्ट्र, कैंसरमुक्त महाराष्ट्र' वीडियो व 'कैंसरमुक्त रहे नारी' गीत व वीडियो का अनावरण भी किया गया। ब्रह्माकुमारीज़ संस्था के मुलुंड जोन की संचालिका बीके गोदावरी ने नारी शक्ति के महत्व व समाज में उनके योगदान पर अपने विचार प्रकट किए। संचालन डॉ. अर्चना पवार ने किया।

सूचना

सामाजिक सेवाओं तथा आंतरिक सशक्तिकरण के प्रयास के साथ निकाला गया मासिक शिव आमंत्रण समाचार पत्र एक संपूर्ण अखबार है। इसमें आप सभी पाठकों का लगातार सहयोग मिल रहा है, यही हमारी ताकत है।

वार्षिक मूल्य ▶ 110 रुपए
तीन वर्ष ▶ 330
आजीवन ▶ 2500 रुपए

पत्र व्यवहार का पता

संपादक ▶ ब्र.कु. कोमल
ब्रह्माकुमारीज़ शिव आमंत्रण ऑफिस,
शांतिवन, आबू रोड, जिला- सिरोही,
राजस्थान, पिन कोड- 307510
मो ▶ 9414172596, 9413384884
Email ▶ shivamantran@bkivv.org
▶ amantran.bihar@gmail.com

इंटरनेशनल संस्करण की शुरुआत

गॉडलीवुड स्टूडियो में नित नए-नए आयाम तय हो रहे हैं। इसी के तहत अनेक तरह के कार्यक्रम बनाए जा रहे है जिससे लोगो के जीवन में एक नई ऊर्जा आ रही है। यह एक ऐसा कार्यक्रम है जिससे समाज में युवाओं की प्रतिभा को एक विशाल मंच प्रदान कर रहा है। जहां से वे अपनी हुनर का जलवा दिखा सकें। इस गॉडलीवुड स्टूडियो ओरिजनल में नए उभरते सितारों की आवाज, पहचान और एहसास है। इससे उनके अन्दर छिपी प्रतिभा को निखारा जा सकता है। यह निश्चित तौर पर एक बेहतर प्रयास साबित होगा। इस सामग्री को कई चैनलों के माध्यम से समाज में फैलाने में मदद मिलेगी।

बीके हरीलाल, कार्यकारी निदेशक, गॉडलीवुड स्टूडियो, मनमोहिनीवन (राजस्थान)

नई दिल्ली में अंतरराष्ट्रीय महासम्मेलन आयोजित...

विश्व की अनेक समस्याओं का समाधान है आध्यात्मिकता: प्रणव मुखर्जी

महासम्मेलन में 22 देशों से पधारे गणमान्य प्रतिनिधियों ने लिया भाग

शिव आमंत्रण » नई दिल्ली। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा 'नाजुक समय के लिए आध्यात्मिक समाधान' विषय पर इंदिरा गांधी स्टेडियम में एक दिवसीय अन्तर्राष्ट्रीय महासम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें 122 देशों के गणमान्य प्रतिनिधियों ने भाग लिया।

समापन सत्र में मुख्य अतिथि पूर्व राष्ट्रपति प्रणव मुखर्जी ने कहा आज मानव समाज काम, क्रोध, लोभ और हिंसा रूपी भयावय समस्याओं से जूझ रहा है। चारों ओर लोग निराशा, भय, अशान्ति, असंतुष्टता व अवसाद से घिरे हुए हैं। इसका मूल कारण मानव के सामाजिक, नैतिक व आध्यात्मिक मूल्यों में गिरावट ही है।

उन्होंने कहा कि ऐसे नाजुक समय में आध्यात्मिकता ही एकमात्र सहारा है जो मनुष्य की चेतना को संकीर्ण स्वार्थ, लोभ-लालच व धर्मान्धता से ऊपर समग्र मानवता के साथ जोड़े, वासुधैव कुटुम्बकम और विश्व एक परिवार की भावना के साथ जोड़कर विश्व बन्धुत्व की परिवेश निर्माण करें। भारत का यह प्राचीन आध्यात्मिक ज्ञान व परम्परा विश्व को नई दिशा और दशा प्रदान करेगा। एक समृद्ध राष्ट्र और सुखमय विश्व के नवनिर्माण के लिए नई पीढ़ी को इस आध्यात्मिकता से प्रेरित करने की जरूरत है। अर्जेंटीना की उपराष्ट्रपति गेब्रियाला मिशेटी ने कहा राजनीति का मतलब मानवता से प्रेम और उनकी परिवार के सदस्यों की तरह सेवा करना है। अगर मैं राजनीति को मानव सेवा से नहीं जोड़ती तो राजनीति मात्र शक्तियों का दुरूपयोग बनकर रह जाएगी। मेरा भगवान के साथ सम्बन्ध जुड़ने से ही राजनीति को दिशा मिली है और यह एक मानवता की सेवा बन गई है। अपने प्रेम को मानवता के उत्थान के लिए लगाना ही विश्व को हमारी देन है। ब्रह्माकुमारीज़ के अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन ने विश्व परिवर्तन के लिए जागृत करने के लिए ऐसे सम्मेलन को जरूरी बताया। प्रेरक वक्ता बीके शिवानी ने कहा विश्व में सभी देश अलग हैं, संस्कृति अलग है, संस्कार अलग है परन्तु भगवान के साथ संबंध कॉमन है। ईश्वर के साथ यही आध्यात्मिक संबंध विश्व में परिवर्तन लाएगा। यूरोप देशों में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके जयंती, यूके के वरिष्ठ पत्रकार नेविल हॉजकिन्सन, आस्ट्रेलिया के लीडरशिप प्रोजेक्ट के प्रेरता विक्टर परटन, सैशेल्स से वैलेन्टिना सैट, ब्राजील से प्रबन्धक विशेषज्ञ केन ऑडोनल एवं आस्ट्रेलिया में सेवाकेन्द्र संचालक चार्ली हॉग ने भी अपने विचार व्यक्त किए। हांगकांग से हैरी वॉग ने मैजिक शो से सभी को आश्चर्यचकित कर दिया। विभिन्न धर्मों के गुरुओं ने अपनी शुभकामनाएं दीं।

खटास मिटाने, सौहार्द्र का वातावरण बनाने की सिखाई युक्ति

खुशियों का बिग बाजार में खुशी का इवेंट दिखाते बीके शक्ति राज।

शिव आमंत्रण » रायपुर। खुशियों का बिग बाजार वाह जिंदगी वाह विषय पर दो दिवसीय शिविर का आयोजन छत्तीसगढ़ के रायपुर स्थित तिल्दा नेवरा में किया गया। इसमें माउण्ट आबू से मेमोरी एंड माइंड मैनेजमेंट ट्रेनर बीके शक्तिराज ने रिश्तों में बढ़ती खटास को मिटाने के लिए आपस में सौहार्द्र का वातावरण बनाने की युक्ति सिखाई। उदाहरणों के माध्यम से समझाया कि क्यों और किस बातों के कारण हमारी खुशी गुम हो जाती है। इन छोटी-छोटी गतिविधियों और डांस म्यूजिक का साथ लेकर बीके शक्ति ने सब को खुशियों से भरपूर कर दिया तथा निश्चिंत जीवन जीने की कला सिखाई।

अंतिम दिन योग अभ्यास के माध्यम से सभी श्रोता गणों को अपने अंतर जगत की यात्रा पर ले गए जहां उन्हें बचपन से लेकर माता-पिता के प्यार की अनुभूति कराई। साथ ही जैसे-जैसे बड़े होते गए तो क्या बुराइयां, क्या गलतियां की उन सभी को करीब से दिखाया। फिर अचानक एक एक्सीडेंट में मृत्यु का दृश्य दिखाते हुए उनको एहसास कराया कि मृत्यु होने के बाद का दृश्य कितना भयानक है। इसमें व्यक्ति खुद की लाश को देख रहा था और उसके घर वाले उसके आसपास रोते बिलखते दिखाई दे रहे थे। वह व्यक्ति उन लोगों से बहुत कुछ कहना चाहता था पर अब बहुत देर हो चुकी थी। भगवान के पास पहुंचकर उसने बताया कि पाप अपने परिवार वालों की खुशी के लिए किया पर परिवार वाले उसके पाप का भागीदार नहीं बनना चाहते थे। तब व्यक्ति ने भगवान से कुछ पल और मोहलत लेकर फिर से अपने शरीर में प्रवेश किया। अब उसने उन सभी लोगों को माफ किया जिन्होंने उसे दुख दिया था तथा उन सभी लोगों से माफी मांगी जिसको उसने दुख दिया था।

सभी श्रोताओं का मनाया अलौकिक जन्मदिन...

बीके शक्ति बाद में सभी को वर्तमान में ले आए। इस अनुभव के दौरान बहुत से लोगों की आंखों से आंसू बह रहे थे। वर्तमान में पहुंचकर सभी काफी हल्का और रिलेक्स महसूस कर रहे थे। यह जीवन का एक नया जन्म जैसा प्रतीत हो रहा था। इसके सेलिब्रेशन के लिए उपस्थित सभी श्रोतागणों का जन्मदिन मनाया गया, जिसमें सभी ने मोमबत्ती जलाई और ब्रह्माकुमारी बहनों ने केक काटकर बधाई दी। बीके शक्ति ने सभी को एक संकल्प में बांधकर 21 दिनों के लिए मेडिटेशन में उसे दोहराने का संकल्प कराया। मल्टीनेशनल कंपनी जीएमआर पावर प्लांट में भी मोटिवेशनल वर्कशॉप आयोजित की गई।

ब्रह्माकुमारी रानी ने चोटी से ट्रक खींचकर किया अचंभित

शिव आमंत्रण » भोपाल। ब्रह्माकुमारीज़ भोपाल के स्वर्ण जयंती समारोह में बीके रानी ने चोटी से ट्रक खींचकर दर्शकों को अचंभित कर दिया। इस मौके पर भोपाल जोन की निदेशिका बीके अवधेश, सुप्रीडेन्ट इंजीनियर गीता द्विवेदी सहित बड़ी संख्या में लोग उपस्थित रहे।

जीवन मूल्यों की रक्षा करने वाला बन जाता है अमर : बीके भगवान

विद्या भारती स्कूल के बच्चों को संबोधित करते बीके भगवान।

शिव आमंत्रण » सीकर/राजस्थान। राजस्थान के सीकर में माउंट आबू से आए हुए बीके भगवान ने संघमित्र आईटीआई व मेडिकल इंस्टीट्यूट, ग्रामीण महिला शिक्षण संस्थान और विद्या भारती पब्लिक स्कूल में आयोजित नैतिक शिक्षा से सशक्त युवा विषय पर सेमिनार में विशेष व्याख्यान दिया।

उन्होंने कहा आज की छात्राएं भविष्य की नारी हैं। अगर वर्तमान की छात्राओं को सशक्त बनाया जाए तो भावी नारी भी सशक्त होगी। नारी सशक्त तो परिवार, समाज और देश सशक्त बन सकता है। वर्तमान के छात्रों को नैतिक शिक्षा द्वारा सशक्त बनाने की आवश्यकता है। जीवन मूल्यों की रक्षा करने वाला अमर बन जाता है।

उन्होंने कहा समाज में व्यक्ति दो चीजों से पहचाना जाता है। पहला है ज्ञान और दूसरा है उसका नैतिक व्यवहार। व्यक्ति के सर्वांगीण विकास के लिए यह दोनों ही अति आवश्यक हैं। अगर ज्ञान सफलता की चाबी है तो नैतिकता सफलता की सीढ़ी। एक के अभाव में दूसरे का पतन निश्चित है। नैतिकता के कारण ही विश्वास में दृढ़ता और समझ में प्रखरता आती है। नैतिक शिक्षा गुणों का विकास करती है। बच्चों को संस्कारों से जोड़ती है, उन्हें उनके कर्तव्यों का ज्ञान कराती है और परिवार, समाज, समूह के नैतिक मूल्यों को स्वीकारना तथा सामाजिक रीति-रिवाजों, परम्पराओं व धर्मों का पालन करना सिखाती है। नैतिक शिक्षा वह शिक्षा है जो हमें बड़ों का आदर करना, सुबह जल्दी उठना, सत्य बोलना, चोरी न करना, माता-पिता के चरणस्पर्श करना तथा आपराधिक प्रवृतियों से दूर रहना सिखाती है। बचपन से ही बच्चों को नैतिक शिक्षा का पाठ पढ़ाने से उन्हें भले-बुरे, उचित-अनुचित का ज्ञान हो जाता है। वह समझने लगते हैं कि कौन सा व्यवहार सामाजिक है और कौन सा असामाजिक।

काम, क्रोध की आग बुझाने का फायर ब्रिगेड है राजयोग

शिव आमंत्रण » मोहाली। सुख शांति भवन फेज 7 द्वारा हीलिंग माइंड एंड बॉडी राजयोग मेडिटेशन विषय पर कार्यशाला संपन्न हुई। इस मौके पर सेक्टर 69 के पार्षद सतबीर सिंह ध्नोया मुख्य रूप से मौजूद रहे जिनका पुष्पगुच्छ से स्वागत किया गया, वहीं स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके प्रेमलता ने वर्तमान समय दुआएं देने के महत्व को स्पष्ट किया। इस कार्यशाला का लगभग 170 विभिन्न वर्गों जैसे डाक्टर, आध्यापकों, व्यापारियों, उद्योगपतियों, समाज सेवकों व अधिकारीयों ने लाभ लिया।

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के ग्लोबल अस्पताल द्वारा हर वर्ष हजारों मरीजों की की जाती है जांच

नि:शुल्क नेत्र शिविर: 268 लोगों की जांच, 32 का मोतियाबिंद ऑपरेशन के लिए चयन

भीनमाल में नि:शुल्क 112वां नि:शुल्क नेत्र शिविर संपन्न

शिव आमंत्रण ➤ भीनमाल/राजस्थान। ब्रह्माकुमारी राजयोग केन्द्र एवं ग्लोबल नेत्र अस्पताल, आबू रोड व छोगाराम देवासी कॉर्पोरेट क्लब सदस्य भारतीय जीवन बीमा निगम की ओर से 112वां निःशुल्क नेत्र चिकित्सा शिविर प्रभु वरदान भवन में आयोजित किया गया।

इसमें नगरपालिका अध्यक्ष सांवलाराम देवासी ने कहा मैं इस संस्थान से नजदीक से जुड़ा हूं और इनकी सेवाओं से प्रभावित होकर मैंने भी पूर्व में दो कैम्प कराएं हैं। उन्होंने लोगों को अपनी कमाई का कुछ हिस्सा पुण्य के कार्यों में लगाने की प्रेरणा दी। भारतीय जीवन बीमा निगम के ब्रांच मैनेजर विनोद गुप्ता ने कहा कि इस परोपकारी कार्य को करने की प्रेरणा मिली। ताकि मुझे जीवन में कभी भी चश्मा न लगाना पड़े।

भारतीय जीवन बीमा निगम के सौजन्य से 112 वाँ निःशुल्क नैत्र चिकित्सा शिविर जांच करते डॉक्टर तथा अतिथि और अन्य उपस्थित थे।

राजयोग केन्द्र की संचालिका ब्रह्माकुमारी गीता ने कहा मुझे शहर व आसपास की आध्यात्मिक सेवा के लिए इधर-उधर जाना होता था। उस दौरान गांवों की हालात एवं जरूरत को ध्यान में रखकर जरूरतमंदों की सेवा करने की भावना से हमने यह कैम्प करवाने की सेवा का बीड़ा उठाया। इस प्रेरणा से इस समय यह 112वां कैम्प करने जा रहे हैं। परमात्मा की कृपा से आज तक के सभी ऑपरेशन सफल रहे हैं। ब्रह्माकुमारी हर्षा जैन ने बताया गीता बहिन द्वारा जैन दर्शन को लेकर एक टीवी सीरियल बनाया जा रहा है। डॉ. निमेश ने आंखों के महत्व को समझाकर उनकी देखभाल को लेकर जानकारी प्रदान की। गुमानसिंह ने आभार जताया। कैम्प में ग्लोबल नेत्र अस्पताल की टीम द्वारा 268 मरीजों के आंखों की जांच कर उचित परामर्श प्रदान किया गया। मोतियाबिन्द ऑपरेशन योग्य 32 मरीजों को ऑपरेशन के लिए ग्लोबल नेत्र अस्पताल आबू रोड भेजा गया। इस अवसर पर नागरिक कल्याण मंच के अध्यक्ष माणकमल भंडारी सहित बड़ी संख्या में गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

परमात्मा शिव के तीन दिव्य कर्त्तव्य हैं- स्थापना, पालना और संहार: बीके शांता

शिव आमंत्रण ➤ हाथरस/उप्र। 'आएं हम खुद को बदल लें, जग बदलता जाएगा। शिक्षा होगी तब सफल, जब आचरण सिखलाएगा' किसी कवि द्वारा दिया गया यह संदेश सासनी में ब्रह्माकुमारीज़ संगठन के संगम मार्केट पर अलीगढ़ रोड स्थित आनन्दपुरी कालोनी सेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित एक कार्यक्रम में दिया गया। अवसर था जल संरक्षण सप्ताह के आरम्भ का।

नवोदित कवियित्री तथा जल संरक्षण पर बनी फिल्म 'सेव वाटर' की निदेशिका, फिल्म अभिनेत्री हेमाराज ने बेटियों के संरक्षण पर जोर देते हुए कविता पाठ किया। उन्होंने 'नहीं है औरत कहीं सुरक्षित' भावनात्मक कविता सुनाई। आशु कवि अनिल बौहरे ने पर्यावरण खासतौर पर गंगा को प्रदूषित न करने की अपील करते हुए कविता पाठ 'हमने गंगा में कचरा बहाया' सुनाई। ब्रजभाषा फिल्म निर्माता, गायक जेएस चौहान ने भी संबोधित किया।

परमात्मा संगमयुग पर आए हुए हैं...

आनंदपुरी कॉलोनी केन्द्र संचालिका बीके शान्ता ने कहा यह भी समझना है कि हम किस प्रकार से जल को सुरक्षित रखना होगा। उन्होंने परमात्मा शिव के तीन दिव्य कर्त्तव्य- स्थापना, पालना और संहार के आधार पर शिव परमात्मा और शंकर देवता में महान अन्तर को स्पष्ट किया तथा कहा कि परमात्मा शिव कलियुग के अन्त और सतयुग के आदि के इस कल्याणकारी युग पुरुषोत्तम संगमयुग में आए हुए हैं। इस भूल में न रहना कि भगवान आएंगे और उद्धार करेंगे। समापन पर उन्होंने फिल्म अभिनेत्री हेमाराज, फिल्म निर्माता व गायक जेएस चौहान तथा आशु कवि अनिल बौहरे को प्रतीक चिह्न देकर सम्मानित किया।

सीख

तालानगरी औद्योगिक विकास एसोसिएशन में किया राजयोग कोर्स

'राजयोग' तनावमुक्ति, व्यसनमुक्ति और विकारों से मुक्ति की प्रभावशाली विधि

शिव आमंत्रण ➤ हरदुआगंज/उप्र। तालानगरी औद्योगिक विकास एसोसिएशन में सात दिवसीय राजयोग मेडिटेशन का पाठ्यक्रम पूरा होने के बाद कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें ब्रह्माकुमारी प्रेरणा ने कहा मेडिटेशन आज के समय की प्रमुख आवश्यकता है। बहुत लोग मेडिटेशन सीखना व करना चाहते हैं। परंतु मेडिटेशन सीखने के लिए साप्ताहिक पाठ्यक्रम आवश्यक है। मेडिटेशन जिसे राजयोग भी कहा जाता है वह तनावमुक्ति, व्यसनमुक्ति तथा विकारों से मुक्ति के लिए बहुत ही प्रभावशाली विधि है जो बहुत सरल रूप से ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्रों पर सिखाई जाती है। ऐसे साप्ताहिक पाठ्यक्रम आयोजित किए जाने की बहुत आवश्यकता है।

बीके कमलेश तथा सत्य प्रकाश ने संगठन के महत्व तथा समय के महत्व पर प्रकाश डाला। अध्यक्ष नेकराम शर्मा ने तथा महामंत्री सुनील दत्ता ने ऐसा शिक्षाप्रद कार्यक्रम प्रस्तुत करने के लिए ब्रह्माकुमारी बहनों का आभार व्यक्त किया।

साथ ही भविष्य में ऐसे कार्यक्रम औद्योगिक क्षेत्र में अधिक से अधिक करने का अनुरोध किया। ब्रह्माकुमारी प्रेरणा तथा सीमा को मोमेंटो देकर सम्मानित किया। ब्रह्माकुमारी कमलेश बहन ने सभी पदाधिकारियों को ईश्वरीय सौगात दी और सेवाकेन्द्र पर आने का निमंत्रण दिया।

नई राहें

बीके पुष्पेन्द्र

मन को व्यर्थ विचारों से मुक्त रखना भी एक 'साधना'

विचार एक रचनात्मक प्रक्रिया है जो गुणात्मक रूप में कार्य करती है। कोई विचार पहले मन में आता है और यदि मन उसमें आनंदित महसूस करता है, रुचि लेता है और उसका पालन-पोषण करता है तो वह धीरे-धीरे अमरबेल की तरह बढ़ता जाता है। इस प्रक्रिया में उस विचार का लंबे समय तक मन में चिंतन उत्प्रेरक का कार्य करता है, जो उसे साकार रूप देने के लिए शक्ति और ऊर्जा के साथ जुट जाता है। ये प्रक्रिया इतनी सूक्ष्म और महीन होती है कि हम समझ ही नहीं पाते हैं कि कब मन में कोई विचार आया, उसका चिंतन किया और फिर बुद्धि की तराजू पर न तौलकर वह अपना साकार रूप लेते हुए कर्म में प्रवीण हो गया। ये प्रक्रिया सतत और निरंतर चलती रहती है। गीता में भगवान ने सबसे ज्यादा उपदेश मन पर दिया है। साथ ही स्पष्ट किया है कि कैसे इसे नियंत्रित करके सही दिशा में ले जा सकते हैं।

व्यर्थ विचार पाइजन के समान...

सबसे पहले हमें व्यर्थ और समर्थ विचारों में भेद समझना होगा। ऐसे विचार जो परचिंतन और परदर्शन से ओतप्रोत हों और जिनके साकार होने की स्थिति में दुःख-दर्द, पीड़ा की अनुभूति हो और मानसिक-शारीरिक व आर्थिक हानि पहुंचाएं वह व्यर्थ विचारों की श्रेणी में आते हैं। वहीं ऐसे विचार जो हमें आत्मिक उन्नति की ओर ले जाएं, सद्मार्ग और सद्विवेक की ओर ले जाएं, सद्गुणों और सत्संग की ओर प्रेरित करते हुए जीवन लक्ष्य को पाने में सहायक हों उन्हें समर्थ विचार की श्रेणी में रखा जाता है। मन में उत्पन्न होना वाला एक-एक व्यर्थ विचार ऐसे पाइजन (जहर) के समान है जो उसे अंदर से खोखला और कमजोर बना देता है। शोधकर्ताओं ने ब्रेन के अध्ययन में पाया है कि मन में जब भी नकारात्मक, द्वेष-ईर्ष्या, ग्लानि-नफरत, हिंसा, बुराई या कमजोर विचार जन्म लेता है तो उस समय ब्रेन में कोशिकाओं की तेजी से मृत्यु (सेल्स डेड) होने लगती है। उनमें एनर्जी का ह्रास होने लगता है। संरचना में बिखराव होने से शक्ति कम हो जाती है। जब लगातार ऐसे विचार का प्रादुर्भाव जारी रहता है तो धीरे-धीरे मन की शक्ति कम होने लगती है। बौद्धिक क्षमता भी नष्ट होने लगती है।

न बीज डालेंगे, न अंकुरण होगा...

यदि हम जमीन में बीज ही नहीं डालेंगे तो पौधा अंकुरित नहीं हो सकता है, जब पौधा नहीं होगा तो फसल भी तैयार नहीं हो सकती है। इसी तरह यदि मन की पहरेदारी के प्रति इतने चौकस, सतर्क और सचेत रहें कि व्यर्थ विचारों रूपी अमरबेल का अंकुरण ही न हो पाए या बीज ही न डल पाए। इससे हमें अंकुरित पौधे को उखाड़ने में अपनी ऊर्जा नष्ट नहीं करनी पड़ेगी। व्यर्थ विचारों से मुक्त रहना एक ऐसी साधना है जिसने इसे साध लिया उसका जीवन कर्मयोगी बन जाता है। ऋषि-मुनियों ने भी मन को अनियंत्रित घोड़े की संज्ञा देकर नेति-नेति कह कर छोड़ दिया। अब पुनः परमात्मा हमें शिक्षा दे रहे हैं मेरे बच्चों! 'मनमनाभव'। मन को मुझ में लगाओ तो मैं तुम्हें सर्वबंधनों, सर्व समस्याओं से मुक्त कर दूंगा। मन को मारा या दबाया जा नहीं सकता है, उसे सिर्फ सही दिशा देकर सुधारा जा सकता है। सुधार की इस प्रक्रिया में राजयोग मेडिटेशन बंजर जमीन में पानी की बूंदों की तरह काम करता है।

संकल्प से सृष्टि का निर्माण...

हमारा एक-एक संकल्प हमारी सृष्टि की रचना कर रहा है। हम पर निर्भर है कि हम अपनी सृष्टि को कैसा बनाना और देखना चाहते हैं? यदि आप चाहते हैं कि सभी मुझसे प्रेम करें तो पहले खुद को प्रेमपूर्ण विचारों की आभा से आलोकित करना होगा। यदि आप चाहते हैं कि सभी आपका सम्मान करें तो पहले खुद को सम्मान देना होगा। यदि हम खुद का ही सम्मान नहीं करेंगे तो दूसरे हमारा सम्मान कैसे करेंगे? सम्मान देंगे तो सम्मान मिलेगा। चारों ओर नकारात्मक माहौल के बीच हमें विचारों के चुनाव में सावधानी और सतर्कता बरतनी होगी। अपने श्रेष्ठ व सकारात्मक संकल्पों, उच्च लक्ष्य और श्रेष्ठ कर्मों से अपने मन की पहरेदारी की दीवार इतनी मजबूत और शसक्त बनानी होगी कि चोर (व्यर्थ विचार) उसे फांदने की जुर्रत ही न कर सकें। एक बार हमने मजबूत दीवार खड़ी कर ली तो फिर निश्चिंतता और निर्भयता के साथ आगे कदम बढ़ाया जा सकता है। मन की दीवार को बलशाली बनाने में रोजाना सत्संग, सकारात्मक चिंतन, आध्यात्मिक व प्रेरक पुस्तकों का अध्ययन, राजयोग मेडिटेशन और सुखदायी कर्म, ईंट-सीमेंट और पानी का काम करता है। इसमें मन के मौन को शामिल कर दिया जाए तो यह जोड़ और पक्का हो जाता है। जरूरत है तो अपने मन को बुरे विचारों से मुक्त कर डस्टबिन बनाने की जगह अच्छे विचारों की रचना कर उसे सुगंधित इत्र बनाना, जिसकी खुशबू स्वयं को भी आनंदित करती है और संपर्क में आने वाले हर व्यक्ति को सुखदायी अनुभूति कराती है।

लेखक शिव आमंत्रण के संयुक्त संपादक हैं।

❝ दुहाबी में नवनिर्मित राजयोग सेवाकेन्द्र समाजसेवा के लिए समर्पित...

सरकार जो कार्य नहीं कर सकी वह ब्रह्माकुमारीज़ कर रही: पूर्व उप प्रधानमंत्री

शिव ध्वजारोहण के साथ कार्यक्रम की शुरुआत की गई

दीप प्रज्ज्वलन कर नए भवन को समाजसेवा के लिए समर्पित करते अतिथि।

शिव आमंत्रण ➤ दुहाबी/नेपाल। दुहाबी में नवनिर्मित राजयोग सेवाकेन्द्र का उद्घाटन कार्यक्रम सरस्वती सेकंडरी स्कूल ग्राउंड में आयोजित किया गया। इसमें नेपाल के पूर्व उप प्रधानमंत्री विजय कुमार गच्छदार और काठमांडू जोन की निदेशिका बीके राज ने शिव ध्वजारोहण कर भवन को समाजसेवा के लिए समर्पित किया। कार्यक्रम में संबोधित करते हुए पूर्व उप प्रधानमंत्री विजय कुमार ने कहा नेपाल सरकार जो कार्य नहीं कर सकी वह कार्य ब्रह्माकुमारीज़ के सेवाकेंद्र कर रहे हैं। जब-जब ब्रह्माकुमारीज़ के कार्यक्रम में शामिल होने का मौका मिलता है तो ऐसा लगता है कि हम भी सफेद वस्त्र पहन के ईश्वरीय सेवा के लिए आश्रम में समर्पित हो जाएं। इस दौरान मेयर वेद नारायण, डिप्टी मेयर सुनीता दहाल, समाजसेवी भरत चौधरी, बिराटनगर सबजोन प्रभारी बीके गीता, प्रभारी बीके बोध कुमारी, बीके रामसिंह ने भी संबोधित किया। इसमें बच्चों द्वारा सांस्कृतिक प्रस्तुतियां भी दी गईं।

बाली में होली पर गुण और विशेषता धारण करने का संदेश

शिव आमंत्रण ➤ देनपसार (बाली)/इंडोनेशिया। भारतीय वाणिज्य दूतावास द्वारा होली मिलन समारोह मनाया गया। इसमें काउंसिल जनरल आरओ सुनील बाबू ने कहा कि होली पर्व उत्सव और आनंद का त्योहार है। गवर्नर प्रतिनिधि विराटनी, इंडिया कल्चरल सेन्टर के निदेशक मनोहर पुरी विशेष रूप से मौजूद रहीं। कार्यक्रम में हजारों लोगों के साथ बच्चे भी शामिल हुए। इंडोनेशिया में ब्रह्माकुमारीज़ की नेशनल को-ऑर्डिनेटर बीके जानकी ने होली का आध्यात्मिक अर्थ बताते हुए जीवन में गुण और विशेषताओं को धारण करने का संदेश दिया।

पिरामिड के आकार का बनाया मेडिटेशन रूम, पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र बना

शिव आमंत्रण ➤ मधेल/नेपाल। ब्रह्माकुमारीज़ के ओम शांति पीस पार्क में नवनिर्मित पिरामिड का उद्घाटन नेपाल के पूर्व उप प्रधानमंत्री विजय कुमार गच्छदार व काठमांडू जोन की निदेशिका बीके राज ने किया। शिवध्वज फहराकर व रिबन काटकर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। कार्यक्रम में पूर्व उप प्रधानमंत्री गच्छदार ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान को इस सामाजिक कार्य के लिए धन्यवाद देते हुए कहा कि इतना विशाल पिरामिड निर्माण करके आपने पुण्य का काम किया है। साथ ही यह स्थान इस क्षेत्र के विकास का कार्य करेगा। यहां के लोगों में खुशहाली लाने का काम करेगा और पर्यटकों के लिए भी खास आकर्षण का केंद्र बनेगा। बीके राज ने दुख का कारण मन में छिपे नकारात्मक वृत्ति को बताया। इसके पश्चात उन्होंने पिरैमिड का अवलोकन किया और कुछ समय के लिए शांति का अनुभव किया।

आनंदमय जीवन के लिए हर चीज का संतुलन जरूरी: बीके रेखा

शिव आमंत्रण ➤ विनचेस्टर/लंदन। लंदन के सिटी ऑफ विनचेस्टर स्थित द हाउस ऑफ कॉमन्स में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में वर्ल्ड तमिल आर्गेनाइजेशन, यूके वुमंस नेटवर्क और यॉर्कशायर इंडियन बिजनेस नेटवर्क द्वारा विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया। ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से प्रतिनिधित्व करते हुए ग्लोबल को-ऑपरेशन हाउस से बीके रेखा ने 'बेहतर संतुलन, बेहतर दुनिया' विषय पर संबोधित किया। उन्होंने कहा कि जीवन में हर बात का बेहतर संतुलन जरूरी है। बाद में उन्होंने सभी को राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से शांति की गहन अनुभूति कराई। इस दौरान बीके राचेल भी उपस्थित रहीं। कार्यक्रम में नगर की 150 से भी अधिक गणमान्य महिलाओं ने भाग लिया। सांसद केट ग्रीन, पार्षद करीमा मारिकर ने भी सभा को संबोधित करते हुए महिलाओं को सशक्त बनने के लिए प्रेरित किया।

संदेश — हेल्दी माइंड, हेल्दी पीपल, हेल्दी प्लेनेट को लेकर लगाई एक्जीबिशन

यूएन एन्वायरनमेंट असेंबली में ब्रह्माकुमारीज़ शामिल

शिव आमंत्रण ➤ नैरोबी/ केन्या। फोर्थ यूनाइटेड नेशंस एनवायर्नमेंट असेंबली की ओर से इनोवेटिव सोलुशंस फॉर एन्वायरनमेंट चैलेंजेस एंड सस्टेनेबल कंजम्पशन एंड प्रोडक्शन विषय पर आयोजन किया गया। शुरुआत में इथियोपिया में हुए फ्लाइट क्रैश में अपनी जान गंवाने वाले लोगों की आत्म शांति के लिए दो मिनट का मौन रखकर कार्यक्रम की शुरुआत की गई। फेथ फॉर अर्थ मीट के तहत इस वर्ष 51 देशों से 130 फेथ लीडर्स ने भाग लिया। इसमें ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से राजयोग शिक्षिका बीके उर्वशी और बीके प्रतिभा ने भी भाग लिया। बाद में उन्होंने यूएनईपी की डायरेक्टर जोएस से मुलाकात की। ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से हेल्दी माइंड, हेल्दी पीपल, हेल्दी प्लेनेट एक्जीबिशन लगाया गया। इसमें बीके सोंजा और बीके जिनेश द्वारा संस्थान द्वारा विश्व कल्याण व समाजसेवा के क्षेत्र में किए जा रहे कार्यों की जानकारी दी गई। एक्जीबिशन का कई डेलीगेट्स ने अवलोकन किया।

सार समाचार

12 ज्योतिर्लिंग मेले का हजारों लोगों ने लिया लाभ

शिव आमंत्रण ➤ रतनपुरा/श्रीलंका। रामेश्वर शिवम मंदिर में ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा 12 ज्योतिर्लिंग आध्यात्मिक दर्शन मेले का आयोजन किया गया। इसमें एक्जीबिशन के माध्यम से लोगों को पीस, हैप्पीनैस, प्योरिटी, लव और एंजॉयफुल लाइफ बनाने का संदेश दिया गया। साथ ही परमपिता शिव परमात्मा का सच्चा परिचय और राजयोग मेडिटेशन के बारे में बताया गया। मेले का मेयर तीरोन, म्युनिसिपल काउंसिल मेम्बर सामनाथ, पार्लियामेंट मेंबर टीबी विजिथुंगा सहित हजारों लोगों ने अवलोकन किया।

विश्व शांति के लिए किया गया सामूहिक योग

शिव आमंत्रण ➤ देनपसार/ बाली। इंडोनेशिया में बाली की राजधानी देनपसार में बने ग्रेट वर्ल्ड पीस गोंग परिसर में वर्ल्ड मेडिटेशन ऑवर का आयोजन किया गया। इसमें 100 से अधिक बीके भाई-बहनों ने भाग लिया। साथ ही विशेष सामूहिक योग कर विश्व में शांति एवं पवित्रता के प्रकम्पन फैलाए। ब्रह्माकुमारीज़ की नेशनल को-ऑर्डिनेटर बीके जानकी ने मेडिटेशन कमेंट्री कराई। बाद में पीस वाक के माध्यम से सभी को शांति का सन्देश दिया गया।

आठ हजार लोगों ने लिया एक्जीबिशन का लाभ

शिव आमंत्रण ➤ सिंगापुर। ब्रह्माकुमारीज़ और शिव मंदिर के संयुक्त प्रयास से एक्जीबिशन लगाई गई। इसमें डायमंड शिवलिंग सभी के आकर्षण का केंद्र रहा। 3डी शो के माध्यम से राजयोग मेडिटेशन का संदेश दिया गया। कम्युनिकेशन और इन्फर्मेशन मिनिस्टर एस इश्वरण और सांसद मुरली पिल्लई ने एक्जीबिशन का अवलोकन कर संस्थान द्वारा किए जा रहे कार्यों की सराहना की। श्री शिवन मंदिर के अध्यक्ष ने डायमंड लिंगम और मिनी 3-डी थिएटर का उद्घाटन किया। एक्जीबिशन का आठ हजार से अधिक लोगों ने अवलोकन किया। वहीं 3डी शो के माध्यम से तीन हजार लोगों को मोटिवेट किया गया। साथ ही दस हजार ब्लेसिंग कार्ड वितरित किए गए।

Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2018-20, Licensed to Post without pre-payment No. RJ/WR/WPP/18/2018
Posted at Shantivan P.O. Dt. 18 to 20 of Each Month

● प्रकाशक एवं मुद्रक: ब्र.कु. करुणा द्वारा प्रकाशित एवं डी.बी. सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित ● सलाहकार संपादक: प्रो. कमल दीक्षित ● संपादक: ब्र.कु. कोमल ● संयुक्त संपादक: ब्र.कु. पुष्पेन्द्र ● लेआउट: अमर (नोएडा) ● RNI No.: RJHIN/2013/53539