RNI:RJHIN/2013/53539
Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2018-20
Licensed to Post without pre-payment
No. RJ/WR/WPP/18/2018

शिव आमंत्रण

आध्यात्म की नई उड़ान...

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण

वर्ष 06 अंक 09 हिन्दी (मासिक) सितम्बर 2019 सिरोही पृष्ठ 16 मूल्य ₹ 9.50

दिल्ली:प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को राखी बांधती हुई बीके आशा तथा बीके पुष्पा

05 एक ऐसा योग जिसमें हम बन ......

08 लोकसभा के अध्यक्ष ओम बिरला ने की....

समाज सेवा प्रभाग का अभियानः जम्मू से आगाज और मुम्बई में समापन.........

50 दिनों में 5 हजार कि.मी.की यात्रा, 400 कार्यक्रम 25 जेलों में 60 हजार कैदियों ने सीखा श्रेष्ठ जीवन का मंत्र

शिव आमंत्रण » आबू रोड। चण्डीगढ़/आबू रोड। लोगों का जीवन सुखी बनाने और बेहतर मानसिक और वैचारिक स्वच्छता से स्वस्थ, स्वच्छ और सुखी समाज के निर्माण के लक्ष्य को लेकर ब्रह्माकुमारीज संस्थान के समाज सेवा प्रभाग ने 28 अप्रैल से 16 जून, 2018 तक राष्ट्रीय अभियान आयोजित किया। 50 दिनों तक चले इस अभियान का आगाज जम्मू से किया गया और यह अभियान पांच हजार किमी की यात्रा कर मुम्बई पहुंचा जहां 28 अप्रैल को समापन किया गया। 7 प्रमुख राज्यों जम्मू-कश्मीर, पंजाब, हरियाणा, दिल्ली, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश और महाराष्ट्र के 50 बड़े शहरों व 100 से अधिक छोटे कस्बों की दूरी मापकर लोगों में आध्यात्मिक व नैतिक मूल्यों के प्रति जागृति के लिए प्रेरित किया गया। अभियान के रास्ते में आने वाले शहरों तथा गांवों में हर स्थानों पर कार्यक्रम कर लोगों को एक अच्छा इंसान, परिवार और समाज बनाने की सीख दी गयी। इस अभियान को रोटरी इंटरनेशनल, लायंस इंटरनेशनल, भारत विकास परिषद्, इनर व्हील क्लब सहित अनेक समाज सेवी संस्थाओं का सहयोग रहा।

इन स्थानों पर कार्यक्रम हुए आयोजित

इस अभियान के दौरान जेल, नशा मुक्ति केन्द्र, विकलांग व अन्ध विद्यालय, वृद्धाश्रम, अनाथालय, अस्पताल, स्कूल-कॉलेज, इंजीनियरिंग व मेडिकल संस्थान, बार एसोसिएशन, बैंक, पुलिस स्टेशन, इत्यादि में 400 से अधिक कार्यक्रम आयोजित किये गए।

इतने वक्ताओं ने दिया साथ

इस अभियान को सफल बनाने में देश के नामचीन 50 से अधिक वक्ताओं और यात्रियों ने भाग लिया। आध्यात्म और जीवन प्रबन्धन में दक्ष इन वक्ताओं ने लोगों में जागरूकता के लिए अपना पूरा समय दिया।

अभियान का आगाज जम्मू के पूर्व उप मख्यमंत्री डॉ. निर्मल कुमार, समाज सेवा प्रभाग के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष बी. के. अमीरचंद समेत कई विशिष्ट लोगों की उपस्थिति में किया गया।

इन जेलों में कैदियों ने पढ़ा मूल्यों का पाठ

अभियान के दौरान वक्ताओं और अभियान यात्रियों ने जेलों में जाकर कैदियों की श्रेष्ठ कर्म की सीख तो दी ही साथ ही प्रतिज्ञा भी करायी। इसके तहत तिहाड़ जेल दिल्ली, बुड़ैल जेल चंडीगढ़, भोंडसी जेल गुरुग्राम, केन्द्रीय कारागार अम्बाला, पटियाला, लुधियाना, अमृतसर, ग्वालियर, छतरपुर, इंदौर, सागर, भोपाल, उज्जैन, नागपुर, अमरावती, चंदरपुर, यवतमाल, बीड, अहमदनगर प्रमुख थी। 25 जेलों में करीब साठ हजार कैदी शामिल हुए।

राजनेताओं ने भी दिल से किया स्वागत

अभियान के दौरान एमपी की तत्कालीन राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने स्वागत किया। जम्मू में पूर्व उप मख्यमंत्री डॉ. निर्मल कुमार, पानीपत में ट्रांसपोर्ट मंत्री कृष्ण लाल पंवार, मुम्बई में मेयर विश्वनाथ महादेश्वर, चंद्रपुर में मेयर अंजली घोटेकर व पूर्व संसद नरेश बाबू, वर्धा में सांसद रामदास तडस, उस्मानाबाद में सांसद ओमप्रकाश राजे, विदिशा में विधायक लीना संजय जैन, खामगांव में विधायक राना दिलीप कुमार, उल्हासनगर में मेयर ज्योति कलानी, इंदौर में देवी अहिल्या यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉ. नरेंद्र धाकड़, सोलापुर में जिला पुलिस प्रमुख मनोज पाटिल, पठानकोट में अतिरिक्त उपायुक्त राजीव वर्मा, इनमें इंदौर में रोटरी डिस्ट्रिक्ट गर्वनर गुस्ताद अंकलेसरिया, जालंधर में रोटरी क्लब के डिस्ट्रिक्ट गर्वनर बृजेश सिंघल ने भी उत्साहवर्धन किया।

अस्पतालों में ईश्वरीय सेवा

सागर में गवर्मेंट मेडिकल कॉलेज, राष्ट्र संत तुकडोजी क्षेत्रीय कैंसर अस्पताल और अनुसंधान केंद्र नागपुर, फोर्टिस हॉस्पिटल अमृतसर, लायंस आई हॉस्पिटल उदगीर, सिविल हॉस्पिटल उस्मानाबाद, सिविल हॉस्पिटल पठानकोट, विठाई हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर बीड, रोटरी हॉस्पिटल अंबाला सहित अनेक अस्पतालों में भी अभियान के दवारा जीवन को सुखी और समाज को स्वस्थ बनाने हेतु बयान दिए गए।

50	दिन का अभियान	50	बड़े शहर	60	हजार कैदियों ने सीखा मूल्य शिक्षा
5000	किमी की दूरी	100	छोटे शहर	400	से अधिक विभिन्न कार्यक्रम
07	राज्य	25	जेल	50	वक्ता

मानवता का श्रेष्ठ कार्य

"इस तरह के कार्यक्रमों से मानवता का दीप हमेशा जलता रहता है। यदि मानवता नहीं तो मानव, मानव की श्रेणी में नहीं आयेगा। ब्रह्माकुमारीज संस्थान का कार्य सराहनीय है। इससे निश्चित तौर पर समाज में एक सकारात्मक बदलाव आयेगा।"

आनन्दी बेन पटेल, राज्यपाल, यूपी (तब मप्र की राज्यपाल थी)

मानवता का श्रेष्ठ कार्य

"ब्रह्माकुमारीज संस्थान समाज की सेवा के लिए हमेशा तत्पर रहती है। सभी वर्गों में मूल्यों के प्रति जागरूक करना, आध्यात्म के जरिए लोगों का जीवन बदलना बहुत पुण्य का कार्य है। यह अभियान निश्चित तौर पर अपने मकसद में पूरा होगा।"

निर्मल कुमार, पूर्व उपमुख्य मंत्री, जमू एवं कश्मीर

समाज सेवा परोपकार और पुण्य का कार्य

"समाज सेवा परोपकार और पुण्य का कार्य है। सेवा हमें मानसिक सुख देती है। आजकल छोटे बच्चों से लेकर बड़े-बूढ़े भी टेंशन, निराशा, हताशा से ग्रसित हो रहे हैं। अब जो व्यक्ति स्वयं टेंशन में होगा वह समाज में सबसे ज्यादा समस्या पैदा करेगा। इसलिए समय के साथ समाज में अनेक समस्याएं, कठिनाइयां पैदा हो रही है।"

बीके संतोष, अध्यक्ष, समाज सेवा प्रभाग, मुंबई

सामाजिक पुनर्निर्माण में समाज सेवियों की भूमिका अहम

"सामाजिक पुनर्निर्माण में समाज सेवियों की अहम भूमिका है। समाज को जब किसी चीज की जरूरत होती है तो सबकी नजरें समाज सेवियों पर पड़ती हैं। समाज सेवा में समय देना, सहयोग देना, किसी के दुःख दर्द, तकलीफ, कठिनाई को महसूस करना और उसे दूर करने के लिए प्रयास करना व प्रैक्टिकल में काम करना यह सबसे बड़ी सेवा है।"

बीके अमीरचन्द, उपाध्यक्ष, समाज सेवा प्रभाग, चण्डीगढ़

मानव को चरित्रवान बनाना सच्ची सेवा

"मानव को श्रेष्ठ मानव और चरित्रवान मानव बनाना ही सच्ची समाज सेवा है। सच्ची समाज सेवा के लिए सबसे पहले स्व सेवा जरूरी है, जिसके लिए स्व को जानना पड़ेगा। मनुष्य को उसकी वास्तविक पहचान देकर, उसे श्रेष्ठता की ओर प्रेरित करना बहुत बड़ी सेवा है। जो ब्रह्माकुमारीज संस्था कर रही है।"

बीके प्रेम, राष्ट्रीय संयोजक, समाज सेवा प्रभाग, गुलबर्गा

समाज में फैले सदभावना की लहर

"समाज में आज जरूरत है कि सकारात्मकता की लहर फैलायी जाये। क्योंकि जब तक एक सकारात्मक माहौल नहीं बनेगा तब तक नकारात्मकता पर विजय असंभव है। ब्रह्माकुमारीज का यह प्रयास समाज को बदलने में मील का पत्थर साबित होगा।"

रामदास तड़स, सांसद, वर्धा

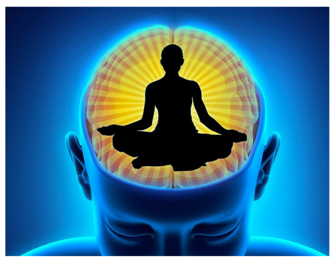
प्रेरणापुंज

दादी जानकी
मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

ज्ञान को सिमरण करो तो मन शान्त और शीतल हो जायेगा, व्यर्थ चिंतन खत्म हो जायेगा

शिव आमंत्रण आबू रोड। हम तो थक गये हैं, माना थकावट में नेत्र बन्द। जिसका तीसरा नेत्र बन्द वह त्रिकालदर्शी भी नहीं, यह बार-बार याद रहे कि हमको वह बनना है। बनाने वाला बना रहा है, अब बनना है। टाइम यह है। यह टाइम गया तो फिर नहीं बनेंगे। मुझे बनना ही है, बनाने वाला बना रहा है, अब बनना है। अब नहीं बनेंगे तो कब नहीं बनेंगे।

बाबा ने बहुत मीठी-मीठी बातें सुनाकर सार रूप में कहा है कि सारे ज्ञान का सार है- 'मनमनाभव और मध्याजी भव'। बस मनमनाभव में सब आ जाता। किसको याद करना है, कैसे करना है। उसमें फिर मध्याजी भव स्वर्ग की याद आती है, तो स्वर्ग के रचयिता की भी याद आती है। ज्ञान का सिमरण करो तो व्यर्थ चिन्तन से फ्री रहेंगे, या होगा सिमरण या होगा चिंतन। चिंतन व्यर्थ हो सकता है लेकिन ज्ञान का सिमरण किया तो बाप की याद आती है, स्मृति आती है। किसी भी प्रकार के चिंतन में गये माना क्यों, क्या में गये तो बाबा से दूरी दिखाई पड़ती है। ज्ञान का सिमरण किया तो बाबा की याद आई। ज्ञान का सिमरण करने से खुशी होती है। सिमरण तब होता है जब ज्ञान अच्छा लगता है।



सिमर-सिमर सुख पाओ, कलह कलेष मिटे सब तन, मन के। मन में जो थोड़ा कलेष होता है, गुस्सा और कलेष में फर्क है। अन्दर क्या बोलें, अच्छा नहीं लगता है। मन का जो कलेष है वह तभी मिटे, शीतल और शान्त तब रहे जब ज्ञान का सिमरण हो। सिमरण में दो बातें हैं- एक मैं आत्मा हूं, मन नाचता है, बुद्धि सूक्ष्म महसूस करती है, संस्कार उसमें सूक्ष्म है। मन बहुत प्रकार से सोचने वाला है, बुद्धि शान्त चाहती है लेकिन मन होने नहीं देता है। बुद्धि को ज्ञान मिलता ही है मन को कन्ट्रोल करने के लिए, संस्कार को बदलने के लिए। आत्मा को पवित्र बना रहे हैं स्वर्ग में जाने के लिए, स्वर्ग का राज्य लेने के लिए। बाबा ने ज्ञान सुनाया, हमने सिमरण किया, हर आत्मा में अपना रिकार्ड भरा हुआ है, यह ज्ञान परमात्मा ने दिया शान्त शीतल होने के लिए, इससे संस्कार शुद्ध बन जाते हैं। फिर कहेंगे आत्मा पवित्र हुई।

बाबा ने पवित्र कैसे बनाया? जब हमने ज्ञान का सिमरण किया। यह ज्ञान अन्दर ही अन्दर धुलाई का काम करता है। सोने से खाद निकालते हैं। उसके लिए आग अलग होती है। लोहे को गलाने की आग अलग होती है। आत्मा में खाद कैसे पड़ती गयी, इतनी छोटी सी आत्मा के अन्दर इतनी खाद पड़ गई- कर्मो के द्वारा। देह संबंध से ही देह-अभिमान में आये, फिर 5 विकारों ने मिलकर आत्मा को अशुद्ध बनाया, सारा झूठ अन्दर भर गया। फिर झूठ को निकालना, ओरीजिनल जो सच थी, कर्मो के हिसाब-किताब जो भर गये वह शुद्ध बनें, इस बात को समझना फिर इसको इतना शुद्ध बनाना, कितनी गुप्त मेहनत है। आत्मा को पवित्र बनाना है, फिर सेवा भी करनी है। जिसने खुद को कोर्स कराया हुआ है अच्छी तरह से वह दूसरों को भी करा सकता है। आत्मा-अभिमानी बना सकता है, परमात्मा से जुटा सकता है।

निमित्त दूसरे को सामने बिठाओ लेकिन अपने को बैठकर कोर्स कराओ, पढ़ाओ। अगर एक घण्टा दूसरों को पढ़ाने के लिए तैयारी करते, तो अपने आपको कभी एक घण्टा पढ़ाया है? जो बाबा ने समझाया है वह मैं अपने को पढ़ाऊं। तो यह पक्का हो सकता है, यह बाबा ने मुझे पढ़ाया। यह बातें और कोई पढ़ा ही नहीं सकता। बुद्धि महसूस करती है कि यह बातें वेद शास्त्रों में है ही नहीं। तो सिमरण करते-करते पक्का हो गया। पढ़ाने वाला कौन, उनसे योग लग गया। छोटी-छोटी बातें कोई सामने आई फिर मन्मनाभव यानी मन को इधर उधर की बातों से फ्री करके बाप से लगा दो। समेटने, सहन करने की शक्ति यह सब विस्तार का ज्ञान अभी सुना है, मन्मनाभव होने से ऑटोमेटिक सब शक्तियां आ जाती हैं। अपना काम करने लगती हैं।

- क्रमशः

सफलता के लिए जरूरी है मेहनत और लगन

तनावों से मुक्त होने का एक ही मंत्र है सकारात्मक सोच और राजयोग

काफी लम्बे समय तक फिल्मों में अपनी छाप छोड़ने वाले दिलीप देव 'वांटेड' और 'खेलें हम जी जान से' जैसी फिल्मों के बेहतरीन संपादन के लिए जाने जाते हैं। 2001 से फिल्म उद्योग में अपने कैरियर की शुरुआत करने के साथ ही बॉलीवुड में एक स्वतंत्र, सहयोगी और मुख्य सहायक संपादक के रूप में लगभग 25 फिल्मों में काम किया। आशुतोष गोवारिकर, बोनी कपूर, वाशु भगनानी, प्रभु देवा, गौतम मेनन और अन्य फिल्म निर्माताओं के साथ काम करने का अवसर मिला। वर्ष 2001 में गौतम मेनन द्वारा लिखित और निर्देशित फिल्म 'रहना है तेरे दिल में' के लिए सहायक संपादक के रूप में अपना पहला काम मिला। आध्यात्मिकता की रूझान ने एक नयी जिन्दगी दी।

शख्सियत

शिव आमंत्रण आबू रोड। झारखण्ड के नक्सल प्रभावित लोहरदगा के एक छोटे से गांव में साधारण परिवार में जन्मे दिलीप देव ने कभी नहीं सोचा था कि वो कभी मुम्बई की मायानगरी में अपनी किस्मत आजमायेंगे। लेकिन उनके जुनून और जज्बे ने यह सिद्ध कर दिया कि मेहनत से सफलता कदम चूमती है। ऐसा ही कुछ हुआ दिलीप देव के साथ।

बचपन से थियेटर देखने और अभिनय करने का बड़ा शौक था। धीरे-धीरे वे स्टेज शो भी करने लगे। इस तरह से आगे बढ़ते-बढ़ते दूरदर्शन तक पहुंच बना ली। इस तरह से पुणे दूरदर्शन दिल्ली दूरदर्शन के लोगों के साथ हमने मिलजुल कर काम किया। इस दौरान उन्हें कभी-कभी डायरेक्शन का भी अवसर मिलने लगा। परन्तु एक बार उन्हें डायरेक्टर का आफर इस शर्त पर आया कि पहले तुम एडिटर बनो। इसके बाद उन्होंने सीधे फिल्म इंडस्ट्री का रूख किया। उस वक्त का दौर ऐसा था जब मोबाइल नहीं होते थे। उस समय पीसीओ में जाकर एक-एक रूपये का सिक्का डालकर स्टूडियों में फोन किया करते थे कि आपके यहां कुछ जगह खाली है तो आप हमें बतायें ताकि हम आपके साथ काम कर सकें। फिर धीरे-धीरे स्टूडियो का काम मिला। वह स्टूडियो जाने-माने डाइरेक्टर प्रोड्यूसर एवं अभिनेता सतीश कौशिक जी का था। यहां रहने के दौरान हमारी मुलाकात फिल्म एडिटर संजय वर्मा जी से हुई, जो कोई मिल गया, खून भरी मांग जैसे कई फिल्मों को एडिट किया है। उनके साथ हमें काम करने का मौका मिला। वे मेरे एडिटिंग के प्रथम गुरूजी थे। लगान फिल्म से लेकर जोधा अकबर जैसी फिल्मों में मुझे उन्होंने काम दिया। जिसे फिल्मफेयर अवार्ड भी मिले।

> मैं ब्रह्माकुमारीज़ का मुरली महावाक्य भी रोजाना सुनता हूं और पढ़ता हूं। मैं पहले समझता था कि पुरानी दुनिया नष्ट होगी लेकिन यह नष्ट किस तरीके से होगी यह समझना है।

2008 में सलमान की फिल्म में काम मिला

आशुतोष ग्वारिकर के यहां मैं एडिटिंग की बारीकीयों को बहुत खीखने का प्रयास किया। इसकी वजह से वर्ष 2008 में सलमान भाई के वांटेड फिल्म में मुझे एडिटर के रूप में काम करने का मौका मिला। हर चीज का एक दौर आता है। जहां लोगों की अपनी-अपनी टेस्ट अलग होती है। इस समय संगीत का अलग ही टेस्ट है आजकल के गीत संगीतों में बहुत तरह के टेस्टों का समागम है।

समाज का आईना होती है फिल्म

फिल्म जो है समाज का आईना है इसमें कोई दो राय नहीं है। लेकिन हर फिल्म डाइरेक्टर एक जैसा नहीं होता और सबकी अपनी-अपनी सोच से फिल्म का निर्माण होता। ऐसा भी देखा जा रहा है कि सिर्फ अश्लील फिल्में ही नहीं चलती। बहुत अच्छी फिल्में भी अच्छी बिजनेस करती है। जबकि उतना अच्छा बिजनेस अश्लील फिल्में नहीं करती। क्योंकि अश्लीलता जो वह निचले लेवल का टेस्ट है जिसे सभी पसंद नहीं करते। जबकि अच्छी फिल्में हर क्लास के लोग पसंद करते हैं। पीके, बाहुबली, पदमावत जैसे कई फिल्में रिलीज हुई जिसमें अश्लीलता जरा सी भी नहीं है फिर कमाई का रिकार्ड तोड़ दिया। कोई भी अश्लील फिल्म को अगर देखें तो वह इसकी अपेक्षा कभी सफल नहीं हुई है। तो सोच का फर्क है। दूसरी चीज अश्लील फिल्में बनाने वाले जो डायरेक्टर हैं।

कठिनाईयों को फेस करने की ताकत मेडिटेशन में

बात 2009 की है जब मैं असिस्टेंट डाइरेक्टर था तभी ब्रह्माकुमारीज़ का परिचय मिला तब मैं यहां आया। मुझे यहां के बारे में बताया गया। कोई भी ज्ञान का फाउंडेशन तैयार होने में टाइम लगता है। फिर मैं जब 2015 में आया तो मुझे मेडिटेशन सीखने को मिला तब से निरंतर अभ्यास कर रहा हूं। ये जो संस्थान है मुझे लगता है हम जिस दौर से गुजरे हैं उससे हमारे जीवन में शारीरिक योगा और राजयोगा का महत्व काफी बढ़ गया है। तो हम अपनी मंजिल तक तो पहुंचेंगे लेकिन जटिलताएं भी होगी। लेकिन जटिलताओं कठिनाईयों को फेस करने की ताकत हमें इस ज्ञान और योग से आता ही है।

तनाव की स्थितियों में जरूरी है संयम

मैं मुंबई में बड़े-बड़े लोगों के साथ रहा हूं उसमें से आशुतोष गोवारिकर जी के बारे में कहना चाहुंगा कि उन्हें हम कभी भी परेशान होते देखा ही नहीं। किन्तु कल कुछ भी हो सकता है उसके लिए बहुतों को चिंतित देखा है। शुटिंग के दौरान एक्टर बीमार हो गये गाड़ी खराब हो गई। आग लग गई लोग किसी कारण वश नहीं पहुंच पाये ऐसे अनिश्चित बातें आने से तो काम हो या ना हो लेकिन काफी खर्चा तो हो ही जाता है। जब कभी ज्यादा खर्चा हो और फिल्म ना चले तो ऐसी ही स्थिति में बहुत ज्यादा ही स्ट्रेस का सामना करना पड़ता है। ऐसे बड़े-बड़े लोगों के भी सपने बहुत बड़े हैं सपने को पूरा करने का टेंशन है। ऐसी स्थितियों में संयम की बहुत जरूरत होती है।

शरीर के बजाए मन को नियंत्रित करता है राजयोग

किसी भी स्थिति से बचने के लिए राजयोगा तो करनी ही चाहिए। मुझे अनुभव हुआ है कि शरीर को कंट्रोल करने के बजाय हमे माइंड को कंट्रोल करने का ज्यादा प्रयत्न करना चहिए। क्योंकि स्ट्रेस टेंशन बॉडी की चीज नहीं है यह माइंड की चीज है। यह माइंड का स्टेटस है जिसे हमें राजयोगा से ट्रेंड करना चहिए तभी हम अपने मन से लेकर शरीर और सभी कार्यो पर इसका सकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं। ब्रह्माकुमारीज़ के प्रति हमेशा से मेरे मन में सम्मान रहा है। मैं हमेशा परमात्मा की छत्रछाया में खुशी से मुस्कुराता रहता हूं। इसके साथ ही सबको परमात्मा का परिचय देता हूं।

श्रेष्ठ कर्म से आयेगी सकारात्मक दुनिया

मैं ब्रह्माकुमारीज़ का मुरली महावाक्य भी रोजाना सुनता हूं और पढ़ता हूं। मैं पहले समझता था कि पुरानी दुनिया नष्ट होगी लेकिन यह नष्ट किस तरीके से होगी यह समझना है। आम इंसान यह समझता है कि सबकुछ खत्म हो जायेगा लेकिन ऐसा नहीं है। सृष्टि न कभी बनी न कभी खत्म होनी वाली यह भी अनादि है बस समय के साथ हर चीज परिवर्तनशील है। आज नकारात्मक विचार के जो वातावरण हैं वह धीरे-धीरे समाप्त होकर सकारात्मक दुनियां में परिवर्तन हो जायेगा।

निजी स्वार्थ से उपर उठने की जरूरत

आज हरेक समस्या के जड़ में निजी स्वार्थ है, घमंड है जिसने कई तरह के अपराध को जन्म दिया है। मैं ही सिर्फ महान हूं हमारा धर्म ही श्रेष्ठ है ऐसी विचार धारा को नष्ट करना पड़ेगा। यहां मैं ही सिर्फ महान बाकी सब बेवकूफ समझ आता है लेकिन हमसब महान हैं यह सही है।

देहअभिमान सभी बुराईयों की जड़

माया नगरी में प्रायः सभी देहअभिमान में रहकर अपनी मार्केटिंग करते हैं। अगर कुछ बेचना है तो दिखने वाली चीजें ही बिकेगी, इसलिए वहां दिखावा बहुत ज्यादा है। अगर हम आत्म अभिमानी होकर मायानगरी में उस फिल्म उद्योग में रहें तो हम जो बेचना चाह रहे है वह बिकेगा ही नहीं। इसलिए तो आत्म अभिमानी बिकने के काम ना आये लेकिन बेचने वाले के लिए जरूर काम आयेगा। क्योंकि आत्म अभिमानी अवस्था हमें बुराईयों, पापो और दुःखों से दूर कर सकता है। इस तरह हम माया नगरी में भी खुद के ऊपर राजयोग मेडिटेशन का प्रयोग कर शांति प्रेम से तनाव मुक्त जीवन जीया जा सकता है।

अच्छी फिल्में ही प्रेरणादायी

प्रेरणादायी और अच्छी फिल्में ही देखनी चाहिए। उसका असर मन पर पड़ेगा। जैसे कहा जाता है जैसा अन्न वैसा मन। अगर फिल्म देखना बंद नहीं कर सकते तो हम अच्छा फिल्म ही देखने-दिखाने का पुरुषार्थ करें। राजयोग और सकारात्मक सोच सफलता की सीढ़ी है।

असम तेजपुर कारागार में 2012 से आश्चर्यजनक परिवर्तन की बयार.................

ज्ञान और योग के तेज ने बदला तेजपुर केन्द्रिय कारागार में कैदियों का जीवन

सकारात्मक वृत्ति से बदल सकता है माहौल, भाग्य की रेखा भी

जिला कारागार बना जीवन सुधार गृह सैकड़ों कैदियों का बदल गया जीवन

शिव आमंत्रण » तेजपुर/असम। आज के समय में अपराधी मनोवृत्ति को प्रेमपूर्वक समझकर उसे सही राह पर चलने के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए। क्योंकि अपराध का मूल कारण नकारात्मक विचारधारा है। इस विचारधारा को समाप्त करने की दिशा में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान अहम् भूमिका अदा कर रही है। असम के तेजपुर कारागार में कैदियों के व्यवहार में महत्वपूर्ण सुधार लाने का श्रेय ब्रह्माकुमारीज को दिया जाता है।

तेजपुर जेल में ज्ञान योग सेवा की शुरूआत 2012 में रक्षाबंधन के दिन हुई। वर्तमान समय में 175 से 200 करते हैं योग एवं ध्यान लगाते हैं और मुरली सुनते हैं। पिछले सात वर्षों में अब तक करीब 2100 कैदियों का जीवन परिवर्तन हो चुका है। सेवाकेंद्र की तरह ही जेल के अंदर प्रदर्शनी पोस्टर, मेडिटेशन चित्र, प्रेरणादायी स्लोगन आदि जेल बैरक में दिखाई देती है। जहां इन कैदियों के चेहरे पर पहले आत्मग्लानि और पश्चाताप के भाव रहते थे वहीं अब आत्म संतुष्टी और आत्म सम्पनन साफ-साफ देखे जा सकते हैं। कई कैदियों के जीवन परिवर्तित होते देख उनके साथी भी इस पावन पुनित कार्य में बढ़-चढ़कर हिस्सा ले रहे हैं ताकि अधिकतम अपराध की उत्पन्न स्थली जेल को जल्द से जल्द सकारात्मक वृत्ति की उत्पन्न स्थली बनाया जाए तभी इस देश और दुनिया को स्वर्ग बनाया जा सकता है। जेल के अंदर ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा बताया जाता है कि तुम इस शरीर को चलाने वाली दिव्य प्रकाश स्वरूप चैतन्य आत्मा हो। यह शरीर नश्वर है। परमात्म ज्ञान मिलने के बाद कई कैदी अब प्रतिदिन राजयोग का अभ्यास करते हैं। उनका मानना है कि परमात्मा ने हमारी सारी पीड़ाएं हर ली है। मैं धीरे-धीरे बंधनों से मुक्त होता जा रहा हूं। अब तो सिर्फ एक ही कामना है, जैसे मेरा भला हुआ है, ऐसे ही सबका हो, सबके विकार दूर हों, सभी बंधनों से मुक्त हो, सबको शिक्षा मिले। इस ईश्वरीय कार्य में तन-मन-धन से समर्पित करने के लिए तैयार हूं।

सात सालों में 2100 कैदियों का बदल चुका है जीवन, करते हैं राजयोग

"मुझे तेजपुर जेल में ईश्वरीय सेवा करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। ब्रिटिश सरकार द्वारा बनाया गया तेजपुर कारागृह में सेवा करने के लिए सरकार से सन 2012 में ही आदेश मिला हुआ था। तब से लेकर अब तक करीब सात वर्ष पूरा हो चुका है। और यह आध्यात्मिक सेवाएं लगातार चलती आ रही है। अब तक करीब 2100 कैदियों का जीवन बदल चुका है। ऐसे तो रोज ब्रह्माकुमारीज़ का क्लास जेल के अंदर रोजना चल ही रहा है फिर भी विशेष मौके जैसे-स्वतंत्रता दिवस, असाम के त्योहार बिहु आदि उत्सव पर विशेष रूप से भव्य कार्यक्रम होता है जिसमें ब्रह्माकुमारियों को विशेष स्थान दिया जाता है। मुझे कई ऐसे अवसर पर वहां के अधिकारियों को भी सेवा करने का अवसर प्राप्त हुआ। समय-समय पर कैदियों को वहां के कामकाज में बेहतर रूची लेते देखा जा रहा है। ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा बताई समझाई बातों को सुनने और खाली समय में उसमें ज्ञान मुरली ज्ञान का चिंतन कर वे लोग बहुत खुश रहते हैं। आज वे विगत बुरे समय को भूल मानसिक राहत पा रहे हैं। वे सुबह जल्दी उठकर नहा धोकर मेडिटेशन करने लगते हैं। मुझे उन्हें देख कर अच्छा लगता है कि ये ज्ञान क्लास में भाग लेने वाले कैदियों भाईं उमंग उत्साह आने लगा है। वे लोग आपस में गाली गलौज के बदले ज्ञान की बातें ही करते हैं। ब्रह्माकुमारीज़ के विशेष कार्यक्रम के दौरान बाहर निकले हुए कैदियों को सेवाकेंद्र पर आमंत्रित भी किया जाता है। जो कभी अपराधिक छवि वाले दिखाई देते थे आज उनके चेहरे और चलन में एक आध्यात्मिक बदलाव नजर आ रहा है। अतः मैं यही कहना चाहता हूं कि राजयोग और ईश्वरीय ज्ञान से धीरे-धीरे उन लोगों में बदलाव आ रहा है जिससे वे कभी फिर अपराध और बुराईयों में लिप्त नहीं होगें जो उनकी बड़ी जीत है और साथ में यह हमारी भी जीत है।"

ब्रह्माकुमार तिलक, राजयोग शिक्षक, तेजपुर असम।

भोपाल सेंट्रल जेल में सीखाया गया सकारात्मकता का पाठ

शिव आमंत्रण » मप्र। भोपाल सेंट्रल जेल में कैदियों को तनाव मुक्ति विषय पर संबोधित करते हुए ब्रह्माकुमारी रूपा बहन जो दिल्ली से पधारे उन्होंने सभी को बहुत सुंदर तनाव से मुक्त रहने के लिए बताया कि वर्तमान में जी कर भविष्य को अच्छा बनाना है। सकारात्मक सोच से हम अपने भविष्य का निर्माण कर सकते हैं। साथ ही ग्वालियर से पधारी बीके ज्योति बहन ने बताया कि अपने जीवन का निर्माण हम स्वयं करते हैं। हमारे कर्म ही हमारे जीवन को अच्छा बनाते हैं। अतः परमात्मा को याद करके अच्छा ज्ञान सुनकर दिव्य गुणों की धारणा करके अपने जीवन को महान बनाएं हर दृश्य में कल्याण का भाव देखें। कई बड़े विद्वानों ने महात्माओं ने जेल में रहकर ही बहुत अच्छी रचनाएं कर के भविष्य के लिए एक उदाहरण पेश किया है। जेल को जेल ना समझे तपस्या स्थल समझ कर उसका लाभ उठाएं। भोपाल विवेकानंद सेवा केंद्र प्रभारी ब्रम्हाकुमारी मणि बहन जी ने राजयोग कराया।

कैदियों को क्लास कराती हुई बीके बहनें।

ज्ञान योग से हो रहा सुधार

"अभी कुछ सालों से प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्व विद्यालय की तरफ से कमला बहन जी तथा अन्य भाई-बहनों की सेवाओं से हमारे तेजपुर के स्थानीय कारागृह में सजावार कैदी भी सजामुक्त अपने को मजा में महसूस कर रहे हैं। ब्रह्माकुमारीज़ बहनें उन्हें ईश्वरीय ज्ञान से खुशनुमा जीवन बनाने के लिए भरपूर सेवाएं कर रही है। वे उन्हें गीता वेद शास्त्र से भी ज्यादा पावर फूल महावाक्य सुना कर आश्चर्यजनक परिवर्तन कर रही हैं। कारागार प्रभारी होने के हैसियत से मैंने करीब से महसूस किया कि अनेक कैदीयों में ज्ञान और ध्यान आदि के अभ्यास से उनकी उग्रता शांत होकर सकारात्मक परिवर्तन दिख रहा है।"

मृन्मय कुमार डाऊका
केंद्रीय कारागृह प्रभारी, तेजपुर असम

सहज दिखने लगा बदलाव

"मुझे तेज़पुर के स्थानीय कारागार की सेवा करने के लिए ब्रह्माकुमारीज़ की तेज़पुर मुख्य केंद्र से प्रेरित किया गया। कारागार के कैदी भाई-बहनों की ईश्वरीय सेवा करने पर पता चला की दुनिया में लोगों को न जानें कैसी-कैसी परिस्थितियों से गुजरना पड़ता है। शिव बाबा के पवित्र ज्ञान को जैसे ही हम ब्रह्माकुमारी बहनों ने यहां देना शुरू किया तो, सात दिन के पाठ्यक्रम के बाद से ही कैदी भाई-बहनों की मानसिक शांति और शक्ति में फर्क दिखाई देने लगा। वे पहले से ज्यादा खुश नजर आने लगे। हम बहनों को सुकून मिला की हम जीवन की यात्रा में दुःखी, अशांत और तनाव में फंसे लोगों को सही रास्ता दिखाने में सफल हो रहे हैं। ब्रह्माकुमारीज़ का ज्ञान और सहज राजयोग ने उन बेचारों के अंधेरे जीवन में प्रकाश स्तंभ की तरह आशा का मार्ग प्रशस्त किया।"

बी. के. कमला, सेवाकेन्द्र प्रभारी, तेजपुर, असम

ज्ञान से हो गये भयमुक्त

"प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय का प्रभाव लोगों पर आध्यात्मिक, मानसिक और शारीरिक रूप से पड़ता है। वे उन्हें पीड़ा मुक्त कराते हुए यथार्थ दिशा की ओर चलने में सहायता प्रदान करता है। जब वे हमलोगों को समझाते है तो, ऐसा लगता है जैसे की हम स्वर्ग में साक्षात सरस्वती जी की सामने बैठकर ज्ञान की बाते सुन रहे है। हम ऐसा महसूस करते हैं कि इस ज्ञान को सुनने के बाद हम भय से मुक्त हो जाते है और सत्यता की और आगे बढ़ने कही प्रेरणा मिलती है। परमात्मा का ज्ञान सुनने के बाद हमें जीवन में बहुत खुशी का अनुभव होता है।"

भास्कर ज्योति नाथ, कैदी

"तेज़पुर ब्रह्माकुमारीज़ की तरफ से कारागार में जो ज्ञान मिला वह अनोखा है। इस आध्यात्मिक ज्ञान को सुनने के बाद मुझे ऐसा अनुभव हो रहा है कि मैं धीरे-धीरे मानसिक और शारीरिक रूप से स्वस्थ हो रहा हूं। परमात्म ज्ञान सुनने के बाद हमें जीवन में बहुत खुशी मिली। अगर यह ज्ञान मैं पहले सुना होता तो मुझसे इस तरह के अपराध नहीं होते। अब तो यह लग रहा है कि दिए गए परमात्म ज्ञान को हम सदा सुनते रहें। ज्ञान सुनते समय हमें लगता है कि भगवान साक्षात् आकर सुना रहे है। इस ज्ञान से न हमारी सोच बदल गई बल्कि जीवन की दिशा और दशा की बदल गई। मैं यह नहीं समझ पा रहा हूं कि आखिर में किस तरह ब्रह्माकुमारीज़ बहनों को धन्यबाद ज्ञापित करूं।"

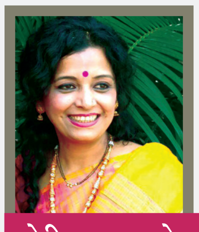
गगन नाथ, कैदी

संपादकीय

इस बार खास हो गयी स्वतंत्रता की राखी

आजादी के 73 वर्ष और उसी दिन राखी का पर्व बहुत कुछ एक साथ जोड़ दिया। स्वतंत्रता दिवस तो इसलिए भी खास हो गया क्योंकि 73 वर्ष से जमू और कश्मीर एक अलग रूप में था धारा 370 हटने के बाद पूर्णतया भारत में विलय हो गया। अब सपूर्ण रूप से कश्मीर से कन्याकुमारी तक भारत एक है, कहा जायेगा। इसी दिन रक्षाबन्धन का पर्व जब चाहे जवान सीमा पर जाता है या बहनों की रक्षा का संकल्प लेता है दोनो ही तिलक और रक्षा सूत्र की परिकल्पना से प्रारभ होती है। इन दोनो ही महापर्वों का एक साथ मनाना ऐतिहासिक है। स्वतंत्रता दिवस की खुशी तो हर को है ही साथ ही बहनों ने भाईयों की कलाई में राखी बांधकर देश की रक्षा और देश के अन्दर विकारों से आजादी का संकल्प भी दिलाया। क्योंकि अब समय है कि विकारों की बढ़ती तपिश मुक्ति की। इससे ही समाज में रामराज्य का सपना साकार होगा। जो परमात्मा शिव का उद्देश्य और महात्मा गांधी के सपने के साथ सीमा पर शहादत देने वाले जवानों के संकल्पों को पूरा किया जा सके। कमोबेश ब्रह्माकुमारीज संस्थान की स्थापना भी परमात्मा शिव ने तो इसीलिए की थी ताकि भारत को स्वर्ग बनाया जा सके।

निगेटिव को रोककर पॉजिटिव लाना सीखी



मेरी कलम से

अनुजा, अभिनेत्री] मुंबई

मेरी जीवन की शुरूआत पृथ्वी थिएटर से हुई। ड्रामा एक्टीविस्ट, सोशल एक्टिविस्ट, योगा ट्रेनर एवं टीवी पर काफी सिरियल किए हैं मैने कुछ कलाकारों के अतिरिक्त एड फिल्मों में अमिताभ बच्चन और काजोल जैसे बड़े हस्तियों के साथ काम किया है। एक्टर, मॉडल के अतिरिक्त एच आई वी पॉजिटिव बच्चों के लिए काम करती हूं। मेरा अनुभव ब्रह्माकुमारी का बहुत ही अच्छा है। इसी बीच ज्ञान सरोवर में एक कांफ्रेंस होने वाला था अंजलि अरोड़ा इसके लिए जरिया बनी। मम्मी की बीमारी को लेकर मुझे पुणे जाना पड़ा। ऐसा लग रहा था कि मैं नहीं जा पाऊंगी। मेरे लिए यह आश्चर्य का विषय रहा कि मम्मी की पूरी की पूरी रिपोर्ट न केवल ठीक हो गयी बल्कि रेलवे का जो टिकट कन्फर्म नहीं था वह भी कन्फर्म हो गया। मुझे यहां तक लाने का जरिया दयाल और तपस्वनी सर बने। यहां पांच दिन का मेरा अनुभव काफी अच्छा रहा। इस बीच बाबा से जो मैने मांगा वह सब मुझे मिला। यहां आने के बाद सबसे पहले मैने पांच दिन का राजयोग मेडिटेशन सीखा। इस बीच दो दिन के बाद ही मेरी बहन का फोन आया कि कोई सर्वेण्ट नहीं मिलने के कारण मुझे ही सब करना पड़ रहा है बहन से ऐसा सुन कर मुझे बहुत खराब लगा। मैं बाबा के कमरे में गई, मुझे बहुत रोना आया। मैने बाबा को कहा कि मैं अपनी मम्मी के प्रति अपनी जिमेदारी पूरी तौर पर नहीं निभा पर रही हूं। मेरी बहन मेरी अनुपस्थिति में काफी परेशान हो रही है। अपनी परेशानी बाबा के समक्ष रख कर मेडिटेशन रूम से वापस आ गयी। इसी बीच एक घंटे के अंदर ही मेरी बहन का फोन आया कि सर्वेण्ट मिल गया है।

देखा जाए तो मुंबई का जीवन काफी तनावपूर्ण है। यह हमेशा कहा जाता है कि वी पॉजिटीव लेकिन यह कोई नहीं बताता कि निगेटिव से पॉजिटीव में कैसे अपने को लाया जाए। ब्रह्माकुमारी में कुछ भाई एवं बहन को सुनने के बाद यह समझ में आया कि कैसे निगेटिव को रोक कर पॉजिटीव लाना है यह मैने कहीं दूसरी जगह नहीं सीखा है, यह मैं ज्ञान सरोवर में ही आकर सीखी हूं। यहां आने के बाद मेरे मन की जो भी इच्छा थी वह पूरी हो गयी। ज्ञान सरोवर में जितने भी भाई-बहन को मैने देखा सबके चेहरे से एक चमक प्रकट हो रहा था, जो बाहरी दुनिया में मेकप से भी पूरा होने वाला नहीं है। यहां का रहन-सहन, खान-पान मुझे काफी प्रभावित किया। आज से मैंने यह निश्चय कर लिया है कि मुझे नेचुरल चमक चाहिए। बहुत-बहुत धन्यबाद आप सबों का।

(बोध कथा | जीवन की सीख)

लोमड़ी की तरह नहीं, शेर की तरह बनों।

एक बौद्ध भिक्षु भोजन बनाने के लिए जंगल से लकड़ियां चुन रहा था कि उसने कुछ अनोखा देखा। उसने एक बिना पैर की लोमड़ी देखी, जो ऊपर से स्वस्थ दिख रही थी। उसने सोचा कि आखिर इस हालत में ये लोमड़ी जिन्दा कैसे है? वह अपने विचारो में खोया था कि अचानक हलचल होने लगी। जंगल का राजा शेर उस तरफ आ रहा था। भिक्षु भी तेजी से एक पेड़ पर चढ़ गया और वहां से देखने लगा। शेर ने एक हिरण का शिकार किया था और उसे अपने जबड़े में दबा कर लोमड़ी की तरफ बढ़ रहा था। उसने लोमड़ी पर हमला नहीं किया, बल्कि उसे खाने के लिए मांस के टुकड़े भी दे दिए। भिक्षु को यह देखकर और भी आश्चर्य हुआ कि शेर लोमड़ी को मारने की बजाय उसे भोजन दे रहा है। भिक्षुक बुदबुदाया। उसे अपनी आंखों पर भरोसा नहीं हो रहा था। इसलिए वह अगले दिन फिर वहीं गया और छिप कर शेर का इंतजार करने लगा। आज भी वैसा ही हुआ। भिक्षुक बोला कि यह भगवान के होने का प्रमाण है। वह जिसे पैदा करता है, उसकी रोटी का भी इंतजाम कर देता है। आज से इस लोमड़ी की तरह मैं भी ऊपर वाले की दया पर जिऊंगा। वही मेरे भोजन की व्यवस्था करेगा। यही सोचकर वह एक वीरान जगह जा के बैठ गया। पहले दिन बिता, कोई नहीं आया। दूसरे दिन कुछ लोग आए, पर किसी ने भिक्षुक की ओर नहीं देखा। धीरे-धीरे उसकी ताकत खत्म हो रही थी। वह चल-फिर भी नहीं पा रहा था। तभी एक महात्मा वहां से गुजरे और भिक्षु के पास पहुंचे। भिक्षु ने अपनी पूरी कहानी महात्मा को सुनाई और बोला,'आप ही बताए कि भगवान मेरे प्रति इतना निर्दयी कैसे हो गया? किसी को इस हालात में पहुंचना पाप नहीं है?' 'बिलकुल है', महात्मा जी ने कहा, लेकिन तुम इतने मुर्ख कैसे हो सकते हो? क्यों नहीं समझते कि ईश्वर तुम्हें उस शेर की तरह बनते देखना चाहते थे, लोमड़ी की तरह नहीं। जीवन में भी ऐसा ही होता है कि हमें चीजें जिस तरह समझनी चाहिए उसके विपरीत समझ लेते हैं। हम सभी के अंदर कुछ न कुछ ऐसी शक्तियां हैं, जो हमे महान बना सकती हैं। जरुरत है उन्हें पहचानने की, यह ध्यान रखें की कहीं हम शेर की जगह लोमड़ी तो नहीं बन रहे हैं।

संदेश: हमने जीवन को साधना के मार्ग पर, पवित्र मार्ग पर ले जाने या चलने का निर्णय लिया है तो पूरी सिद्दत, समर्पण भाव, एकाग्रता और परमात्म प्यार में मगन होकर पूरी लगन के साथ उस मार्ग पर चलना चाहिए तभी मंजिल मिलती है।

विकारों से मुक्त होने का उपाय खुद को व्यस्त रखें

स्वामी दयानन्द सरस्वती ने कहा है काम विकार हर रोज मेरे पास आता था परंतु मैं उससे कहता था कृपया इंतजार करे मैं अभी बिजी हूं। तो अपने आप को बिजी रखना सबसे बढ़िया रास्ता है। महानता इसमें नहीं की कभी नहीं गिरो लेकिन जब भी गिरो फिर से उठो इसमें महानता है। अपनी हर एक गलती हर एक हार से सीखो।

आध्यात्म की नई उड़ान...

डॉ. सचिन]
मेडिटेशन एक्सपर्ट

जे फ़ॉर जर्नी विथ इन

एक यात्रा जो हमारी आंतरिक यात्रा है। रोज एक यात्रा करना अपने अंतर जगत की। अपनी भावनाओं को देखना क्या भावनाएं हैं, क्या फीलिंग्स है? क्या लक्ष्य है? करना क्या था और कर क्या रहे हैं? इम्नानुएल कैंट एक जर्मन फिलॉसफर था। एक दिन सुबह 3 बजे उठने के बाद वह एक बगीचे में जाता है। ऐसा लगता है जैसे वह किसी चीज की तलाश में है, जिसके कारण वह सारी रात नही सो पाया। कुछ प्रश्नों के जवाब ढूंढ रहा है। वह सोचता है जिंदगी क्या है? निश्चित रूप से वह उलझन में है। इसी बीच अचानक उस बगीचे के माली ने, जो सो रहा था कोई आवाज सुनी। माली अपनी लालटेन जलाए आता है उससे पूछता है तुम कौन हों? क्या कर रहे हो? कहां से आये हो? और क्या चाहते हो? इम्मानुएल कैंट कहता है यही तो मैं जानना चाहता हूं कि मैं हूं कौन? क्या कर रहा हूं? कहां से आया हूं? और करना क्या है मुझे? मुझे रास्ता दिखाओ, यही तो वो प्रश्न है जिनके उत्तर मैं चाहता हूं। तो अपने अंतर की यात्रा करो और जिंदगी के बारे में कुछ जानने की कोशिश करो।

के फ़ॉर कीपिंग वन सेल्फ बिजी

खुद को बिजी रखना। हमारे मन में जब भी कमजोरी आयी पाप हुए वह कब हुए? तब हुए जब हम 10 मिनट्स खाली थे। जितने भी संसार के कैदी है, उनसे गुनाह तब हुआ जब वे खाली पड़े थे। इंटरनेट मोबाइल में वो सब चीज़ें देख ली जो देखनी नही चाहिए थीं। उसने जो देखी उससे वह सब करने की इच्छा हुई जो कुछ देखा और उसी आवेश में जुर्म कर दिया। नतीजतन अब सारी जिंदगी सजा भोग रहे है। लक्ष्य नहीं था खालीपन था तो, अपने आप को बिजी रखना सबसे बढ़िया रास्ता है। स्वामी दयानन्द सरस्वती ने कहा है काम विकार हर रोज मेरे पास आता था परंतु मैं उससे कहता था कृपया इंतजार करे मैं अभी बिजी हूं। तो अपने आप को बिजी रखना सबसे बढ़िया रास्ता है।

एल फॉर लव यानी लव योरसेल्फ फर्स्ट

हमको हमेशा सिखाया जाता है दूसरों से प्यार करो पर क्या हम अपने आप को प्यार करते हैं, पहले खुद से प्यार करो अपनी खूबियों को देखो मेरे में ये विशेषता है। आज हर किसी में कहीं न कहीं हीनता के भाव है। तो पहले अपने आप से प्यार करना शुरू करो।

एम फ़ॉर मोटीवेट योरसेल्फ

खुद को मोटीवेट करो, अपने आप को उठाओ फिर से उठाओ। कहा गया है महानता इसमें नहीं की कभी नहीं गिरो लेकिन जब भी गिरो फिर से उठो इसमें महानता है। अपनी हर एक गलती हर एक हार से सीखो।

एन फ़ॉर नेचर

रोज प्रकृति में जाना चिड़ियों की आवाज सुनना, कहीं नदी कहीं समुंदर आकाश कहीं पहाड़। आप कहेंगे हमारे पास ये कुछ नहीं है कहां से लाए शहरों में। उस चुप्पी को सुनने का प्रयास करें। ये नेचर बहुत कुछ सिखाता है। संसार में जितने भी बड़े मूर्तिकार, लेखक, कवि हुए है सब लोग प्रकृति प्रेमी थे। लव नेचर।

ओ फ़ॉर ऑब्जर्व साइलेंस

साइलेंस सभी को अच्छा लगता है साइलेंस में बहुत पॉवर है। महात्मा गांधी ने अपनी जीवन कहानी में लिखा है एक बार मैं साउथ अफ्रीका के एक आश्रम में गया। उस वक्त हजार से ज्यादा लोग थे उस आश्रम में। मैं यह देखकर आश्चर्यचकित रह गया कि वहाँ सभी साइलेंस में थे। उनके गुरु से मिले उनसे पूछा ये क्या है? तो उन्होंने कहा देखो हम मनुष्य कितने निर्बल है, क्या बोलना है यह भी तो समझ नही आता है, इससे तो अच्छा है न बोलो। इसलिये इस आश्रम का यह नियम है, जो यहां भर्ती होता है उसको मौन व्रत धारण करना पड़ता है। बस चुप रहकर अपने आपको देखते रहो यही इस आश्रम का नियम है। इसलिए महात्मा गांधी ने हर सोमवार को साइलेंस में रहना शुरू कर दिया। साइलेंस नेक्टर के समान है। दिनचर्या के कुछ घंटे जैसे के सुबह 9 बजे तक जब तक ड्यूटी नही जाता तब तक साइलेंस में रहना शुरू कर दीजिए।

पी फॉर पेशेंश धैर्य

मनुष्य का ऐसा स्वभाव है कि वह धैर्य की भी प्रार्थना करता है, फिर भी वह अधैर्य है, जैसे कोई व्यक्ति प्रार्थना करता है, हे प्रभु! मुझे धैर्य दीजिये परंतु जल्दी। एक चीनी फिलॉस्फर ने लिखा है इस सृष्टि में एक मनुष्य ही है जिसको जल्दबाजी है। इस झाड़ को देखो क्या कोई जल्दी है, नदी को देखो किसी को कोई जल्दी नही है, भागता हुआ पागल जैसा कौन है केवल मनुष्य। सारी दुनिया में भागम भाग है अब कुछ समय रुको।

क्यू फॉर क्विट यानी बैड हैबिट्स से छुटकारा

कोई भी बुरी एक आदत तो कम से कम चेंज करनी है जरूर आर मीन्स राजयोगा मैडिटेशन, राजयोगा कमेंट्री सुनो ये आपको आंतरिक यात्रा पर ले जाएगी। अभी एक हफ्ता पहले 28 साल के लड़के को हार्ट अटैक आया। आज लाइफ में भयंकर तनाव है, कैसा जीवन जी रहे है लोग। तो मैडिटेशन जरूर सीखना है।

एस फ़ॉर सेक्यूलेड (एकांत)

एकांत अर्थात जहां कोई न हो, मनुष्य की आवाज तक न हो। महान कार्य एकांत में होते है। रोज एकांत में जाओ। छत पे चले जाओ गार्डन में चले जाओ। ....क्रमशः

प्रेरक विचार
Spiritual THOUGHTS

डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन, पूर्व राष्ट्रपति

"हमें मानवता के उन नैतिक जड़ो को जरूर याद करना चाहिए जिनसे अच्छी व्यवस्था और स्वतंत्रता दोनों बनी रहे"

ईश्वर चंद्र विद्यासागर, समाज सुधारक

"संसार में सफल और सुखी वही लोग है, जिनके अंदर विनय है और विनय विद्या से आती है"

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

जीवन प्रबंधन

एक ऐसा योग जिसमें हम बन जाते हैं राजा

राजयोग का दूसरा अर्थ कनेक्शन। परमात्मा से शक्ति लेने के लिए अपने मन के कनेक्शन को ठीक रखें।

यदि शरीर का पोजीशन जाये तो परेशान नहीं होना चाहिए क्योंकि यह तो एक दिन जाना ही था, परन्तु मन के पोजिशन को संभाल कर रखने की आदत डालें।

शिव आमंत्रण ➤ आबू रोड। आज हम राजयोग के बारे में जानेंगे। परन्तु राजयोग की तकनीक को समझने से पहले कुछ बातें है जो जाननी जरूरी है। राजयोग का अर्थ है ऐसा योग जिससे मैं खुद पर राज कर सकूं। सारा दिन में कितनी बार ऐसा होता है कि हम कहते हैं कि मैं बोलना नहीं चाहता था लेकिन मेरे मुख से निकल गया ऐसा कभी-कभी होता! मैं ऐसा करना नहीं चाहता था लेकिन मेरा हाथ उठ गया। इसका मतलब ये आंखें, ये हाथ, ये मुख हमारे कण्ट्रोल में नहीं है और हमने देखा कि मन तो हमारे कण्ट्रोल में है ही नहीं। जब ये कर्मेन्द्रियां हमारे कण्ट्रोल में नहीं तो जीवन कैसी हो जाएगी? इसलिए राजयोग का अर्थ है खुद पर राज्य करना। जैसे ही अपने ऊपर राज्य करना शुरू करेंगे जीवन कैसा हो जायेगा? बहुत सरल।

मन को भटकने से रोकता है राजयोग

राजयोग का दूसरा अर्थ है कनेक्शन। अगर आप यहां बैठे है और यहां बैठ कर अपने बच्चों को याद करते हैं तो हम कहेंगे इसका योग अपने बच्चों से लगा हुआ है। इसी तरह राजयोग का अर्थ है सर्वोच्च के साथ कनेक्शन। आप अपने आप से पूछिएगा हम सभी भगवान को याद करते है? कोई रोज याद करते, कोई हफ्ते में याद करते, कोई एग्जाम में लेकिन कभी न कभी तो जरूर याद करते हैं। मान लीजिये हम 10 मिनट रोज भगवान को याद करते हैं लेकिन अपने आप से पूछिए उन 10 मिनट में कितनी देर भगवान की याद आती है और कितनी देर मन इधर-उधर की बातों में भटकता है? क्या लगता जब 10 मिनट उसकी याद में बैठें हैं? तो दस मिनट सचमुच उसकी याद आती है? और कितनी देर मन इधर-उधर भटकता है? मन की स्थिति कैसी रहती है? मान लीजिए हम कुछ प्रार्थना कर रहे हैं, मंत्र जाप कर रहे हैं, कोई पाठ कर रहे हैं तो मुख कर रहा है और मन इधर-उधर घूमता रहता है.... ब्रेकफास्ट बना कि नहीं, दरवाजे पर कौन है, बेल किसने बजाई, बच्चों का टिफिन पैक करना है वह सब कुछ करके वापस आ जाता है।

मन की चार्जिंग जरूरी

अगर मन भटक रहा है तो क्या मन की चार्जिंग होगी? किसकी चार्जिंग के लिए बैठे थे? मन की चार्जिंग के लिए लेकिन जिसकी चार्जिंग के लिए बैठे थे वह तो घूमने चला गया। उसको पता है यह प्रार्थना बोलने में एक घंटा लगेगा वह तो रोज देखते हैं प्रार्थना बोलते हुए तो कहते हैं यह तो मैंने सुन लिया और रोज सुनता हूं तुम अब बोलो और इतने में मैं घूमकर कर आता हूं हमारे अंदर जो चार्जिंग होना चाहिए, जो परिवर्तन होना चाहिए वह नहीं हो रहा है। जितनी देर परमात्मा को याद करते हैं अच्छा लगता है और जब उठते हैं तो व्यवहार वैसे का वैसा ही। मंदिर जाने से बहुत अच्छा लगता है लेकिन वापस आते तो फिर वैसे का वैसा ही। तो कहां क्या गलती हो रही है?

रिश्तों में सुधार के लिए अहंकार की करें विदायी

एक बच्चा अगर रोज पढ़ता है तो पढ़ाई उसकी बुद्धि में बैठ जाएगी तो धीरे-धीरे वे नॉलेजेबल बन जाएंगे। पढ़ाई उसके बिहेवियर में दिखाई देगी लेकिन हमारी पढ़ाई हमारे बिहेवियर में दिखाई नहीं दे रही है, हम पढ़ते कुछ और हैं लेकिन बिहेवियर कुछ और है। मुख पढता है, हाथ माला फेरते हैं लेकिन मन घूमकर आता है, पढ़ना मन को है। आज हमारे रिश्तों में कौन सा एक वर्ड है जिसकी वजह से प्रॉब्लम आती है? रिश्ते में कड़वाहट आ जाती है वह है ईगो। ईगो क्या है? अपना सही परिचय ना होने के कारण किसी और परिचय के साथ अटैचमेंट हो जाना और उसको ही मैं समझ लेना ही ईगो है। हमसे अगर यह पूछा जाये कि आपका परिचय क्या है तो हम अपने परिचय में क्या बताएंगे? सबसे पहले अपना नाम बताएंगे दूसरा अपनी क्वालिफिकेशन बताएंगे फिर अपने काम या प्रोफेशन के बारे में बताएंगे या कई बार हम अपनी जाति, धर्म या राष्ट्रीयता के बारे में बताएंगे या कई बार हम अपनी फैमिली के बारे बातएंगे।

व्यक्ति की वास्तविक पहचान जरूरी

अब देखें जब एक बच्चा पैदा होता है तो हमें नाम मिलता है हम नाम के साथ पैदा नहीं होते कोई हमें नाम देता है किसी को दस दिन बाद, किसी को महीने के बाद नाम मिलता है लेकिन जब तक नाम मिलता है आइडेंटिटी है या नहीं है? आइडेंटिटी है नाम तो एक लेबल है जो कि एक-दूसरे को बुलाने के लिए यूज़ करते हैं। उसके बाद परिवार मिलता है, पहले माता-पिता मिले फिर धीरे-धीरे भाई, बहन, दोस्त, टीचर, फिर पत्नी और फिर बच्चे। ..... धीरे-धीरे लिस्ट बढ़ती जाती है। फिर जैसे ही हमें डिग्री मिलती है बीस इक्कीस साल की उम्र में पहचान चेंज हो गई, अभी परिचय है मैं एक इंजीनियर हूं, डॉक्टर हूं। फिर जॉब मिली पोजीशन मिली जैसे ही पोजीशन मिली पहचान फिर चेंज हो गयी।

शरीर का पोजिशन असली नहीं

आपने देखा होगा कि रिटायरमेंट के बाद लोग अपने नाम के आगे एक्स लगाना शुरू कर देते हैं जैसे कि एक्स प्रेजिडेंट और उनके विजिटिंग कार्ड पे भी ये एक्स छोटा-सा लिखा रहता है। इतना छोटा की कोई देख भी ना पाए। क्यों होता होगा ऐसा अभी पोजीशन चली गई, रिटायर हो गए फिर भी वो एक्स लिख कर रखते हैं। क्यों होता होगा ऐसा? अगर पोजीशन चली गयी तो मैं कौन हूं? मेरी पहचान क्या है? ये नहीं पता इसलिए मैं अपनी पोजीशन जो के चली गयी है उसको पकड़ कर रखता हूं इसे ही आइडेंटिटी क्राइसिस कहा जाता है। अपनी आइडेंटिटी नहीं, तो जो चली गयी है चीज उसे पकड़ कर रखा है। जीवन की इस यात्रा में हमें बहुत सी चीजें मिलती हैं हमें नाम, परिवार, डिग्री, पोजीशन, बंगला, गाड़ी ऐसी बहुत सी चीजें मिलती हैं। ऐसे ही जब हमें बहुत सी चीजें मिलती है तो बहुत सी चीजें खो भी जाती है। कुछ-कुछ मिलता जाता है और कुछ खोता जाता है। जब कुछ जाता है तो कैसा लगता है? बुरा लगता है जैसे जब रिटायर हुए तो बुरा लगता है कि पोजीशन चली गयी अब कोई नहीं पूछेगा क्योंकि सब जो पूछते थे पोजीशन के कारण।

उदाहरण के लिए मुझे माइक मिलता है मैं इसे ऐसे पकड़ कर रखूंगी कि ये कभी नहीं गिरे, लेकिन अंदर से पता है के ये कभी न कभी तो गिरेगा परन्तु पकड़ कर ऐसे रखेंगे कि ये कभी भी गिरना नहीं चाहिए। मुझे ये ज्ञान है कि एक दिन ये गिर जाना है फिर भी मैं इसे दस दिन पकड़ कर रखती हूं और दसवें दिन ये गिर जाता है। तब मैं बहुत बुरा फील करती हूं कि गिर गया अब दस दिन कैसे बीते? लेकिन हम वो दस दिन भी एन्जॉय नहीं कर पाए क्यूंकि हमने ये विचार उत्पन्न कर दिया कि कही ये गिर न जाये। मालूम है कि एक दिन ये सब कुछ जाने वाला है हर कोई जानता है कोई सीक्रेट नहीं है। मिला है जितने भी समय के लिए दस साल, बीस साल, पचास साल, सत्तर साल लेकिन उसको किसमें बीता दिया? हाय कुछ हो न जाये इसको मिला था एन्जॉय करने के लिए उसके साथ खुश रहने के लिए लेकिन खुश क्यों नहीं रह पाए क्योंकि ये विचार पैदा कर दिया कि हाय ये खो न जाये जबकि मालूम है कि एक न एक दिन तो जाना ही है।

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

जीवन का मनोविज्ञान- 15

प्रेरणात्मक जुड़ाव से आत्म जगत की पवित्रता

अंतर्मन की शक्ति का श्रेष्ठ सामंजस्य

मनुष्य की स्थूल एवं सूक्ष्म शक्तियों के मध्य उपजे द्वंद के निराकरण हेतु जीवन की आधारभूत साधनों से संबंधित आवश्यकता तथा मनुष्य के मन, बुद्धि एवं संस्कार से उत्पन्न जीवन निर्माण के रहस्य को स्पष्ट किया गया है ताकि एक व्यक्ति अपने स पूर्ण जीवन काल में श्रेष्ठ सामंजस्य बनाकर गतिशील हो सके। जीवन में स्वयं का विकास अंतर्मन की शक्ति का वह स्वरूप है, जिसमें आत्म स मान की रक्षा करते हुए व्यक्ति स्वयं को आगे बढ़ाने का प्रयास करता है। क्योंकि मनुष्य के भीतर असीम क्षमताएं भरी होती हैं जिसे विभिन्न समय काल में जागृत करने की अनिवार्यता होती है। सामान्यतः व्यक्ति अपनी क्षमताओं से परिचित होता है और वह जीवनवृत्त (कैरियर) विकास हेतु अकादमिक, व्यावसायिक, तकनीकी एवं अनुसंधान आधारित शिक्षा की प्राप्ति हेतु अपने जीवन का स्वर्णिम काल भी विनियोजित कर देता है। जिसका परिणाम केवल आर्थिक व्यवस्था की पूर्णता के रूप में प्राप्त हो पाता है। जब हम मानवीय क्षमताओं को विकसित करने की बात करते हैं तब एक मनुष्य की मनुष्यता को बनाए रखते हुए स्वयं की शिक्षा, अनुभव एवं सक्षमता का सदुपयोग कैसे किया जाए इस तथ्य पर बल दिया जाता है। एक मनुष्य के द्वारा स्वयं को समझने की क्रिया का आरंभ होता है तो वह कई चीजों को सीखने का प्रयास भी करता है। यही अनुक्रम उसे यह बताता है कि कल्पना शक्ति के द्वारा सृजनात्मक गतिविधियों के नवीन आयाम को गढ़ा जा सकता है और नवाचार के प्रयोग से सृजन को सर्वोच्च शिखर पर पहुंचाया जा सकता है ।

कर्त्तव्य बोध की संवेदनशील अनुभूतियां

किसी मनुष्य का ऊंचाई पर पहुंच जाना, उसके द्वारा बनाए गए लक्ष्य का परिणाम होता है। लेकिन इस उच्च स्थान में सदा स्थायी रूप से स्वयं को स्थापित कर देना उस सत्य को प्रकट करता है जिसमें व्यक्ति के द्वारा अपनी स पूर्ण शक्ति से ईमानदारी के गुण को निजी जीवन में सम्मिलित किया गया है। मानवीय क्षमताओं को नई दिशा प्रदान करने में बौद्धिक क्षमता का विशिष्ट योगदान होता है क्योंकि कर्तव्य बोध की अनुभूतियां एवं व्यावहारिक जगत में जिम्मेदारी के साथ जवाबदेही की संस्कृति 'नई पीढ़ी' को विरासत के रूप में प्राप्त करने के लिए पूरी निष्ठा से पुरातन पीढ़ी के मार्गदर्शन का अनुसरण एवं अनुगमन करने की आवश्यकता होती है। जीवन की क्रमबद्धता में वरिष्ठ जनमानस की महत्वपूर्ण भूमिका को जब युवा शक्ति द्वारा स्वीकार कर लिया जाता है तब जीव आत्मा के प्रति संवेदनशील दृष्टिकोण का निर्माण हो जाना सहज हो जाता है। क्योंकि दो पीढ़ी के मध्य तर्कसंगत निर्णयन की स्थितियां वाद-विवाद का कारण बन जाती हैं जो अंततः संवाद की घनिष्ठता में परिणित हो जाती हैं। मनुष्य के स पूर्ण विकास में चेतन मन, बुद्धि की कुशलता एवं श्रेष्ठ संस्कार का विशेष योगदान होता है क्योंकि स्वयं को सकारात्मक बनाने के साथ-साथ सार्थक बना लेने की प्रक्रिया जीव आत्माओं के प्रति भावनात्मक दृष्टिकोण का परिणाम है जो जीवन निर्माण के सन्दर्भ एवं प्रसंग से पूर्णतः संबद्ध होता है। इस प्रकार जीवन निर्माण की प्रक्रिया में बौद्धिक समृद्धि का योगदान मानवीय क्षमताओं को वर्तमान परिवेश के धरातल पर नवीन दिशा प्रदान करने का पुण्य कर्म करना होगा तभी राष्ट्र निर्माण की सार्थकता को सही विधि से सुनिश्चित किया जा सकता है।

नई दिशा हेतु बौद्धिक समृद्धि का योगदान

मानव जीवन के उत्थान हेतु अंतर्मन के सूक्ष्म भावों का अध्ययन देश, काल एवं परिस्थिति के अनुसार समाज में व्यक्तित्व विकास हेतु किया जाता है जो पूर्णतः एक-दूसरे के प्रति अधिकतम सदभाव से जुड़ा होता है। अतः जीवन के उजले स्वरूप को सहजता, सरलता एवं विनम्रता की पूंजी से संबोधित करते हुए मन के साथ बुद्धि एवं संस्कार का समायोजन करना चाहिए, जिससे मस्तिष्क की प्रसन्नता तथा हृदय के आनंद को बनाया रखा जा सके। जीवन के संपूर्ण विकास हेतु समय-समय पर जिस संवाद को व्यक्तिगत एवं मूल्यांकन हेतु व्यवहार में लाना चाहिए उसके अंतर्मन के प्रश्नों का उपयोग किया जाना हितकर रहता है, जिसमें परिवर्तन की गुंजाइश आवश्यकता अनुसार परिस्थिति की गंभीरता को देखते हुए किया जाना श्रेयस्कर होता है।

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
ब्रह्माकुमारीज शिव आमंत्रण ऑफिस, शांतिवन, आबू रोड, जिला- सिरोही, राजस्थान, पिन कोड- 307510
मो ➤ 9414172596, 9413384884
Email ➤ shivamantran@bkivv.org

रियल लाइफ

मानसिक शुद्धि के लिए आध्यात्मिक ज्ञान जरूरी

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 क्रमशः...

"पिछले अंक में आपने जाना कि परमात्मा ने बताया कि बच्चे यह जन्म तुम्हारा मरजीवा है। इसलिए किसी में भी आशक्ति नहीं रखो, अपने आप को आत्मा समझने का प्रयास करो"

अब आपने परमपिता परमात्मा की गोद ली है अर्थात अब आप उनके बच्चे बने हैं। आप द्विज अर्थात ब्राह्मण बने हैं। आप अब ब्रह्मा-मुख वंशावली हैं। अतः अब आप बच्चों का बुद्धि योग एक परमपिता परमात्मा से ही होना चाहिए। अगर आपकी बुद्धि में दैहिक सम्बन्धों की याद आती रहेगी और मन में ईश्वरीय नाते की विस्मृति होती रहेगी तो आप ईश्वरीय जन्म-सिद्ध अधिकार प्राप्त नहीं कर सकोगे अर्थात आप स्वर्ग का स्वराज्य प्राप्त नहीं कर सकोगे।

भले ही कई-एक पूरे परिवारों ने भी इस ईश्वरीय यज्ञ में आत्म-समर्पण किया था परंतु बाबा ने समझाया कि अब आप आत्मिक नाते से व्यवहार करो। अब आप सभी प्रभु-वत्स अथवा यज्ञ वत्स हैं अतः यहां जो माता-पिता हैं उन्हें अपने लौकिक बच्चों की चिंता नहीं करनी चाहिए कि उन्हें खाना और वस्त्र आदि ठीक मिल रहे हैं या नहीं? सबकी संभाल करना यज्ञ-माता और यज्ञ-पिता का कर्तव्य है और सभी का सम्बंध उन्हीं से होना चाहिए। इस प्रकार की शिक्षा मिलने से और इस नियम के अनुसार चलने से यज्ञ-वत्सों का रहा-सहा मोह, बची-खुची ममता अथवा दैहिक संबंधियों से यथा-शेष लगाव भी जाता रहे। अब सभी का परस्पर आत्मा-आत्मा, भाई-भाई का अथवा भाई-बहन का ही पवित्र और शुद्ध स्नेह-युक्त नाता रहा, बाकी सभी नाते परमपिता परमात्मा ही से जुट गए और वे यज्ञ माता तथा यज्ञ पिता ही के आदेश, निर्देश और ईश्वरीय नियम के अनुसार ही चलने लगे।

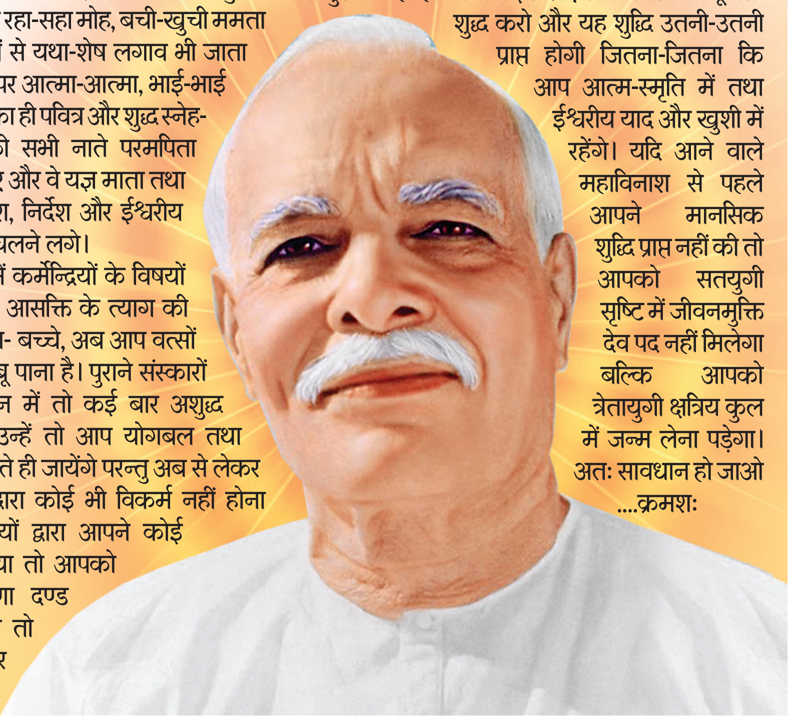
दूसरी ओर बाबा ने हमें कर्मेन्द्रियों के विषयों के चिन्तन और उनमें आसक्ति के त्याग की शिक्षा दी। बाबा ने कहा- बच्चे, अब आप वत्सों को कर्मेन्द्रियों पर काबू पाना है। पुराने संस्कारों के कारण आपके मन में तो कई बार अशुद्ध संकल्प उत्पन्न होंगे उन्हें तो आप योगबल तथा ज्ञानबल द्वारा शुद्ध करते ही जायेंगे परन्तु अब से लेकर आप की कर्मेन्द्रियों द्वारा कोई भी विकर्म नहीं होना चाहिए। यदि कर्मेन्द्रियों द्वारा आपने कोई ज्ञान-विरूद्ध कर्म किया तो आपको अब उसका सौ गुणा दण्ड मिलेगा क्योंकि पहले तो आप अज्ञानी थे और अज्ञानवश ही वह कर्म कर बैठते थे परन्तु अब आपको स्वरूप का, स्वधर्म का, लक्ष्य का और पुरूषार्थ का स्पष्ट ज्ञान मिला है। स्वयं को ईश्वर की संतान निश्चय करने के बाद तथा ज्ञान अर्थात समझ मिल जाने के बाद यदि कोई मनुष्य विकर्म करता है तो उसे कई गुणा दण्ड मिलना निश्चत है। इस प्रकार आंखों द्वारा बुरी दृष्टि से न देखना, मुख द्वारा बुरे बोल न बोलना, कानों द्वारा बुरे वचन न सुनना, परमपिता परमात्मा की स्मृति में स्थित होकर अनासक्त भाव से, शुद्ध ही भोजन खाना, सदा हर्षितमुख और प्रसन्न रहना ये सब शिक्षाएं भी बाबा ने हमें प्रैक्टिकल जीवन का आदर्श सामने देकर स्पष्ट रूप से दी। बाबा ने राजकुलोचित व्यवहार एवं शिष्ट चलन के लिए भी बहुत ही मधुर प्रेरणादायक रीति से शिक्षाएं दी।

निद्रा अवस्था को सतागुणी बनाने पर ध्यान

यहां तक कि बाबा ने निद्रा अवस्था को भी सतोगुणी बनाने की युक्तियां समझाई। उन्होंने यह नियम निर्धारित कर दिया कि सभी वत्स कुछ समय ईश्वरीय याद में बैठने के पश्चात ही सोयें। कई बार बाबा दो बजे रात को वहां आते जहां यज्ञ-वत्स सोये होते और अपने साथ आये वत्सों को सोये हुए वत्सों के चेहरे की ओर संकेत करके कहते कि देखो, उनके चेहरे से ही लगता है कि वे ईश्वरीय याद का अेयास करते सतोगुणी नींद सोये हैं मानों कि सुखपूर्वक विश्राम कर रहें हैं परन्तु इन दूसरे वत्सों को देखो, वे तमोगुणी निद्रा में अचेत-सी अवस्था में सोये पड़े हैं।

इस प्रकार कर्मेन्द्रियों के विषयों और पदार्थों में आसक्ति के त्याग तथा कर्मेन्द्रियों द्वारा विकर्मों के त्याग का पाठ प्रैक्टिकल जीवन में पक्का कराते-कराते कुछ ही वर्षो में बाबा ने मानसिक शुद्धि के लिए बहुत ही शिक्षा दी। बाबा कहते- बच्चे, यदि संकल्प शुद्ध नहीं होगा तो कर्मेन्द्रियों से भी बुरे कर्म हो ही जायेंगे। इसलिए अब मनसा को पूर्णतः शुद्ध करो और यह शुद्धि उतनी-उतनी प्राप्त होगी जितना-जितना कि आप आत्म-स्मृति में तथा ईश्वरीय याद और खुशी में रहेंगे। यदि आने वाले महाविनाश से पहले आपने मानसिक शुद्धि प्राप्त नहीं की तो आपको सतयुगी सृष्टि में जीवनमुक्ति देव पद नहीं मिलेगा बल्कि आपको त्रेतायुगी क्षत्रिय कुल में जन्म लेना पड़ेगा। अतः सावधान हो जाओ

....क्रमशः



वंडर्स ऑफ BRAHMAKUMARIS

इस कॉलम में आपको हर बार ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान एवं भाई-बहनों को मिले पुरस्कार या सम्मान से रुबरु कराएंगे। इस बार आप जानेंगे बीके मौरीन को भारत गौरव अवार्ड से नवाजा गया। यह अवार्ड लंदन के हाउस ऑफ कामंस में आयोजित कार्यक्रम में मिला........

बीके मौरीन 'फ्रेंड ऑफ इंडिया' अवॉर्ड से सम्मानित

हाउस ऑफ कॉमन्स ब्रिटिश पार्लियामेंट में मिला सम्मान

शिव आमंत्रण » लंदन। यूके में ब्रह्माकुमारीज़ की कार्यक्रम निदेशिका बीके मौरीन को लंदन के हाउस ऑफ कॉमन्स ब्रिटिश पार्लियामेंट में भारत गौरव 'फ्रेंड ऑफ इंडिया' अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। ब्रिटिश पार्लियामेंट में हुए समारोह में बीके मौरीन को ब्रिटेन के सांसद विजेन्द्र शर्मा, संस्कृति युवा संस्थान के पंडित सुरेश मिश्रा तथा अन्य अतिथियों ने भारत गौरव सम्मान 2019 से सम्मानित किया। यह सम्मान 'संस्कृति' युवा संस्था विश्व पटल पर भारत को गौरवान्वित करने वाली प्रतिभाओं को देती है। बीके मौरीन को यह सम्मान विश्व के नवनिर्माण हेतु किए गए अतुलनीय योगदान के लिए दिया गया। इस समारोह में कई दिग्गज हस्तियों की भी विशेष उपस्थिति रही।

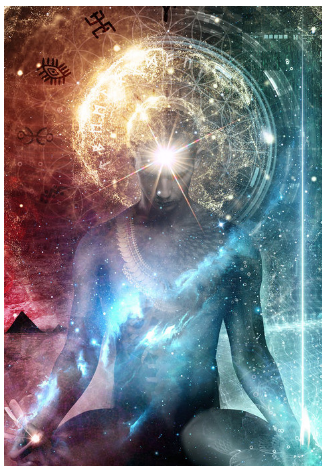
महेंद्र दत्त विवि. के 86 छात्रों ने सेवाकेंद्र का किया अवलोकन

विश्वविद्यालय द्वारा बीके जानकी हुईं सम्मानित

शिव आमंत्रण » देनपसार। इंडोनेशिया में बाली की राजधानी देनपसार स्थित महेंद्र दत्त विश्वविद्यालय के 86 छात्रों के एक समूह ने ब्रह्माकुमारीज़ सेंटर का अवलोकन किया, इस अवसर पर इंडोनेशिया में ब्रह्माकुमारीज़ की नेशनल को-ऑर्डिनेटर बीके जानकी ने मॉरल एजुकेशन और पॉज़िटिव थिंकिंग के महत्व पर विद्यार्थियों से बात की। जिसके पश्चात् सभी ने प्रदर्शनी भी विज़िट कर आध्यात्मिक ज्ञान का लाभ लिया। अंत में यूनिवर्सिटी की ओर से बीके जानकी को सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया।

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

माइंड पॉवर ऑफ YOUTH



रजायोग ध्यान से बदली जीवन की दैनिक दिनचर्या

लालो कुमार
ज्वैलर्स मिस्त्री, बेगूसराय

मैं उन्नतीस साल का एक ज्वेलर्स मिस्त्री हूं। नौ वर्ष पहले संसारिक जीवन बहुत दुःखदायी बीत रहा था, तभी एक दिन ब्रह्माकुमारीज़ का ईश्वरीय संदेश मिला। मुझे यह महसूस हुआ कि ब्रह्माकुमारीज़ का मैंने जो ज्ञान समझा वह कहीं और नहीं समझ सकता था। परमात्मा का सत्य ज्ञान समझ में आ गया की मैं कौन हूं, कहां से आया हूं, और मुझे जाना कहां है। आज घर को संभालते हुए राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास को कर खुशनुमा जिंदगी व्यतीत कर रहा हूं। अपनी एक ज्वेलर्स दुकान को और लौकिक परिवार को संभालते हुए संतुलित जीवन जी रहा हूं। एक युवा होने के नाते मैं युवाओं से अपील करना चाहूंगा कि वे शारीरिक व्यायाम को करते हुए इस सर्वश्रेष्ठ राजयोग को जीवन में अवश्य अपनाएं। हमेशा खुद के प्रति सकारात्मक रहें जिससे जीवन के हर नकारात्मक परिस्थिति को बदला जा सके।

बुरे एवं कड़े संस्कारों को जीतना सम्भव

तृप्ती कुमारी
सेंटर इंचार्ज, नेपाल

हमने अपने जीवन में राजयोग के अभ्यास से परमात्मा से बात करने का अनुभव प्राप्त किया है। मन तो होता था कि मैं निरन्तर भगवान को याद करूं परंतु जब याद में बैठते थे तो मन एक नया-नया इनट्रेस्टिंग तरीका ढूंढता था। यदि मैं अपने मन को स्थिर नहीं कर पाती तो मन इधर-उधर भागना ही था। ऐसे ही समय मुझे परमात्मा ने किसी माध्यम द्वारा नया तरीका का प्रेरणा दिया। यह तरीका मेरे लिए बहुत लाभदायक सिद्ध हुआ। मुझे जब लगता था कि बुरे और कड़े संस्कार एवं संकल्प को जीतना असम्भव है तो मन उदास होता था। तब परमात्मा वायदा याद आता कि तुम चिन्ता मत करो मै बैठा हूं तब मन खुश हो जाता था। ऐसा ज्ञान हो जो मेरे मन में खुशी ला दे, मन दिल से यह कहे कि परमात्मा मेरे साथ है।

ईश्वर का दूसरा रूप होता है शिक्षक, जो बालमन को सींचता है

अहंकार के वश होकर शिक्षा का ग्रहण करना कठिन है।

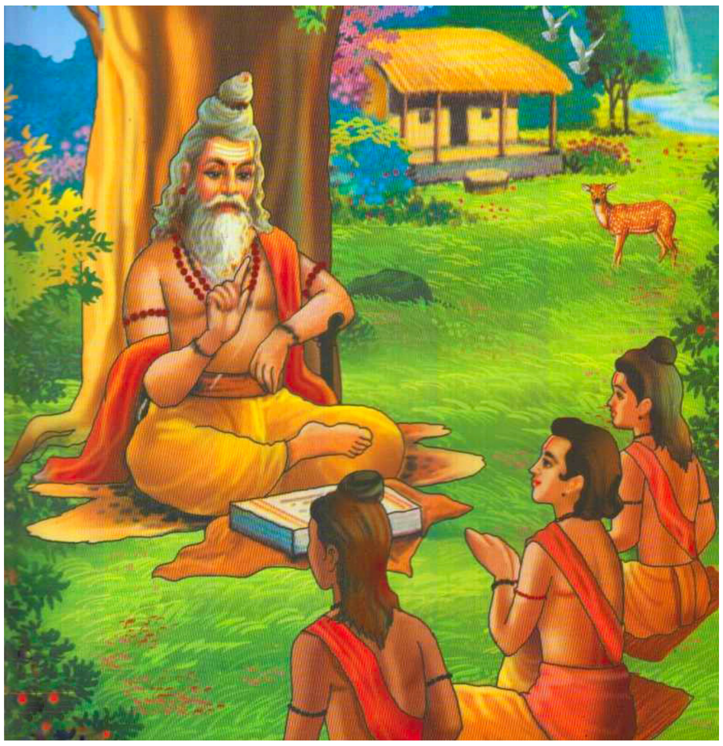
नयी दुनिया और नये संस्कार के लिए शिक्षकों के शिक्षक स्वयं परमात्मा अब पढ़ा रहे हैं।

5 सितंबर
शिक्षक दिवस विशेष

एक राजा था। उसे पढ़ने-लिखने का बहुत शौक था। एक बार राजा मंत्रीपरिषद के माध्यम से अपने लिए एक शिक्षक की व्यवस्था की। शिक्षक राजा को पढ़ाने आने लगा। राजा को शिक्षा ग्रहण करते हुए कई महीने बीत गए, मगर राजा को ऐसी पढ़ाई से कोई लाभ नहीं हुआ। राजा बड़ा परेशान, गुरू की प्रतिभा और योग्यता पर सवाल उठाना भी गलत था क्योंकि वो एक बहुत ही प्रसिद्ध और योग्य गुरु थे। आखिर में एक दिन रानी ने राजा को सलाह दी की राजन आप इस सवाल का जवाब गुरू जी से ही पूछ कर देखिये।

राजा ने एक दिन हिम्मत करके गुरू जी के सामने अपनी जिज्ञासा रखी, हे गुरुवर क्षमा कीजिएगा, मैं कई महीने से आपसे शिक्षा ग्रहण कर रहा हूं पर मुझे इसका कोई लाभ नहीं हो रहा है, ऐसा क्यों है? गुरू जी ने बड़े शांत स्वर में जवाब दिया- राजन इसका कारण बहुत ही सीधा-साधा सा है। गुरुवर कृपा करके आप शीघ्र इस प्रश्न का उत्तर दीजिए- राजा ने विनती की। गुरू जी ने कहा- राजन बात बहुत छोटी है परन्तु आप अपने बड़े होने के अहंकार के कारण आप इसे समझ नहीं पा रहे हैं और परेशान और दुःखी हैं। माना कि आप एक बहुत बड़े राजा हैं। आप हर दृष्टि से मुझसे पद और प्रतिष्ठा में बड़े हैं परन्तु यहां पर आपका और मेरा एक रिश्ता गुरू और शिष्य का है। गुरू होने के नाते मेरा स्थान आपसे उच्च होना चाहिए, परन्तु आप स्वयं ऊंचे सिंहासन पर बैठते हैं और मुझे अपने से नीचे आसन पर बैठाते हैं। बस यही कारण है, जिससे आपको न तो कोई शिक्षा प्राप्त हो रही है और न ही कोई ज्ञान मिल रहा है। आपके राजा होने के कारण मैं आपसे यह बात नहीं कह पा रहा था। कल से अगर आप मुझे ऊंचे आसन पर बैठायें और स्वयं नीचे बैठें तो कोई कारण नहीं कि आप शिक्षा प्राप्त न कर पायें। राजा की समझ में सारी बात आ गई और उसने तुरन्त अपनी गलती को स्वीकारा और गुरुवर से उच्च शिक्षा प्राप्त की।

मित्रों, इस छोटी सी कहानी का सार यह है कि हम रिश्ते-नाते, पद या धन वैभव किसी में भी कितने ही बड़े क्यों न हो हम अगर अपने गुरू को उसका उचित स्थान नहीं देते तो हमारा भला होना मुश्किल है। और यहां स्थान का अर्थ सिर्फ ऊंचा या



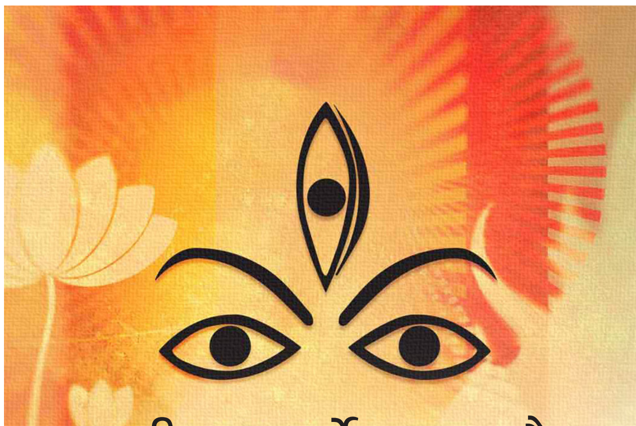
नीचे बैठने से नहीं है, इसका सही अर्थ है कि हम अपने मन में गुरू को क्या स्थान दे रहे हैं। क्या हम सही मायने में उनको सम्मान दे रहे हैं या स्वयं को ही श्रेष्ठ होने का घमंड कर रहे हैं? अगर हम अपने गुरु या शिक्षक के प्रति हेय भावना रखेंगे तो हमें उनकी योग्यताओं एवं अच्छाइयों को कोई लाभ नहीं मिलने वाला और अगर हम उनका आदर करेंगे, उन्हें महत्व देंगे तो उनका आशीर्वाद हमें सहज ही प्राप्त होगा।

शिक्षक ईश्वर का रूप

वास्तव में शिक्षक और शिक्षा के बिना अच्छे समाज और अच्छे संस्कार की कल्पना करना कठिन है। जिस समाज में शिक्षा और शिक्षक का सम्मान नहीं है वहां का समाज मूल्यहीन हो जाता है। इसलिए जो संस्कार माता पिता नहीं दे पाते वह शिक्षक देता है। कई बार तो ऐसा देखा जाता है कि कई बच्चे ऐसे होते है कि शिक्षक के आज्ञाकारी होने के कारण देश के बड़े से बड़े पद पर आसीन हो जाते हैं। उनके अन्दर गुण और मूल्यों की इतनी पराकाष्ठा होती है कि वह एक श्रेष्ठ इंसान बन जाते हैं।

आज के शिक्षकों की परिभाषा भी बदल सी गयी है। शिक्षक को ना तो शिक्षा का ही महत्व है और ना उनका आदर। इसलिए दिनों दिन मूल्य गिरते जा रहे हैं। समाज का रूप बदलता जा रहा है। भौतिक शिक्षा तो मिल रही परन्तु संस्कारों के अभाव से समाज आसुरीयता की ओर बढ़ता जा रहा है।

ऐसे में शिक्षकों के शिक्षक और गुरुओं के गुरु परमात्मा स्वयं अब शिक्षक बन पढ़ा रहे है। इसलिए ब्रह्माकुमारीज संस्थान में छोटी-छोटी बहनें परमात्मा का ज्ञान सुनाकर नयी दुनिया वाले संस्कारों को भर रही हैं। यदि हम थोड़ा भी अपना देहअभिमान त्याग कर ग्रहण करने की कोशिश करें तो हमारा पूरा जीवन ही बदल जायेगा। यही कुछ संदेश इस कहानी में समाय हुआ है। यदि परमात्मा के बताये मार्ग पर चलेंगे तो जीवन में उत्कृष्टता तो आयेगी ही साथ ही एक अच्छा समाज और परिवार का भी सृजन होगा। यही वर्तमान समय की मांग है।



नारी का सर्वोच्च रूप है दुर्गा और सरस्वती

भारत में शक्ति पूजन का और नवरात्रों को बहुत ही महत्व है। प्रश्न उठता है कि ये शक्तियां कौन थी? उनका इतना गायन क्यों होता है? उन्होंने कौन सा उच्च कार्य किया था? ये कब हुई हैं? उनके साथ हमारा क्या संबंध है और उन्हें जानने से हमें क्या प्राप्ति होगी?

शक्ति का पर्व के रूप में नवरात्रि मनाते हैं। शायद ही कोई देश और प्रदेश हो जहां नवरात्रि ना मनाया जाता हो। परन्तु यह आज तक लोग समझने का प्रयास नहीं किये कि आखिर नवरात्रि क्या है और क्यों मनाते हैं। नवरात्रि में पूजी जाने वाले नौ देवियों की महिमा व उनके स्वरूप, उनका इतिहास सब कुछ जानने कीजरूरत किसी ने नहीं समझी। बस अंधश्रद्धा में पूजते आये लेकिन उनसे प्राप्तियों से हमेशा ही दूर रहे। हम यह जानते हैं कि हरेक मनुष्य को जीवन में तीन चीजें अवश्य चाहिए होती है। उन तीनों में एक है धन। धन के बिना मनुष्य के बहुत आवश्यक कार्य भी रूक जाते हैं। अतः मनुष्य अपनी सारी दिनचर्या का बहुत सा समय धन कमाने में ही लगा देता है। धन को प्राप्त करने के लिए मनुष्य प्रातः दुकान खोलते ही श्री लक्ष्मी का पूजन करता है और प्रायः अपने जीवन में यही मानकर चलता है कि सभी धन की प्राप्ति के लिए करते हैं। प्रश्न उठता है कि श्री लक्ष्मी ने अखुट धन कैसे और किस से पाया और हम स्वयं श्री लक्ष्मी के समान धनवान कैसे बन सकते हैं?

मनुष्य को दूसरी चीज चाहिए-विद्या अथवा ज्ञान। प्रसिद्ध है कि ज्ञान के बिना भी मनुष्य की गति नहीं है। यह भी उक्ति है कि लिखेंगे-पढ़ेंगे बनेंगे नवाब। ज्ञान की प्राप्ति के लिए लोग सरस्वती का गायन-वंदन करते हैं। विश्व-विद्यालयों में भी सरस्वती को ज्ञान की देवी मानकर उनके चित्र वहां लगाये जाते हैं। सरस्वती को ज्ञान ज्ञानेश्वरी की उपाधि दी जाती है। प्रश्न है कि सरस्वती जी ने ज्ञान किससे प्राप्त किया और हम वह ज्ञान किससे प्राप्त कर सकते हैं? तीसरी चीज जो मनुष्य चाहता है, वह है शक्ति। शक्ति के बिना मनुष्य किसी काम का नहीं रहता। मनुष्य में शारीरिक तथा आत्मिक दोनों शक्तियां चाहिए। अतः ज्ञान शक्ति, योग शक्ति इत्यादि के लिए भी मनुष्य सरस्वती, दुर्गा इत्यादि का वंदन पूजन करते हैं। परंतु यहां भी प्रश्न उठता है कि शक्तियों को शक्ति किसने दी और हम उनके समान शक्तिवान कैसे बन सकते हैं? इस उद्देश्य से सरस्वती तथा श्री लक्ष्मी इत्यादि की जीवन कहानी को जानना अत्यावश्यक है।

शक्तियों की जीवन कहानी

शक्तियों के 108 नाम प्रसिद्ध हैं। वे सभी लाक्षणिक अथवा गुणवाचक नाम हैं। उन नामों से या तो उनके पवित्र जीवन का और उनकी उच्च धारणाओं का परिचय मिलता है, या जिस काल में वे हुई, उस समय का ज्ञान होता है, या परमपिता परमात्मा के साथ तथा मनुष्यमात्र के साथ उनके संबंध का बोध होता है और या तो उनके कर्तव्यों का पता चलता है। उदाहरणार्थ, शक्तियों के जो सरस्वती, ज्ञान विमला, तपस्विनी, सर्वशास्त्रमयी, त्रिनेत्री इत्यादि नाम हैं, उनसे यह परिचय मिलता है कि ये कौमार्य व्रत (ब्रह्मचर्य) का पालन करती थी और उनमें पवित्रता की धारणा थी। उनके आद्या, आदिदेवी इत्यादि जो नाम हैं, उनसे हमें यह ज्ञान होता है कि वे सृष्टि के आदि काल में अर्थात सतयुगी सृष्टि की स्थापना के कार्य के समय हुई थी। इसी प्रकार उनके ब्रह्मी, कुमारी, सरस्वती, भवानी शिवपुत्री, भव प्रिया अर्थात शिव के प्रिय, शिवमयी शक्तियां इत्यादि नामों से यह बोध होता है कि वे सरस्वती इत्यादि प्रजापिता ब्रह्मा की ज्ञान पुत्रियां थी और उन्हें परमात्मा शिव ने ब्रह्मा द्वारा ज्ञान शक्ति, योग शक्ति तथा पवित्रता की शक्ति दी थी। उनके दैहिक जन्म से संबंधित नाम और माता-पिता तो भिन्न थे परन्तु जब उन्होंने प्रजापिता ब्रह्मा द्वारा परमात्मा शिव से ज्ञान प्राप्त किया और परमपिता परमात्मा से आत्मिक संबंध जोड़ा तब उनके सरस्वती, शारदा, ज्ञाना, ब्राह्मी, कुमारी इत्यादि अलौकिक नाम प्रसिद्ध हुए। तब उन्होंने अन्य मनुष्यों को भी वह ईश्वरीय ज्ञान दिया। उस द्वारा उनके आसुरी लक्षणों का अंत किया और उनकी आत्माओं को शांत और शीतल किया। इस कारण उनके शीतला, दुर्गा तथा असुर संहारक शक्तियां इत्यादि जो प्रसिद्ध नाम हैं वे कर्तव्य वाचक हैं। प्रजापिता अथवा जगत पिता ब्रह्मा की कुमारी सरस्वती को अम्बा अथवा जगदम्बा भी इसीलिए कहा जाता है कि उन्होंने ज्ञान द्वारा सभी मनुष्यात्माओं को नया आध्यात्मिक जन्म अथवा मरजीवा जन्म दिया, आप समझ सकते हैं कि लौकिक और दैहिक रीति से तो कोई भी सारे जगत की एक माता नहीं हो सकती। परंतु आज भक्त लोग इन रहस्यों को नहीं जानते। आज यद्यपि वे सरस्वती को जगदम्बा नाम से संबोधित करते हैं।

भक्ति करते हैं, प्राप्ति नहीं करते

आज लोग शक्तियों की भक्ति तो करते हैं परन्तु उनकी तरह शक्ति की प्राप्ति नहीं करते। वे नवरात्रों के दिनों में मिट्टी के दीपक तो जगाते हैं परन्तु उस सदा जागती-ज्योति शिव से, जिसने कि शक्तियों को भी शक्ति दी थी। योग लगाकर स्वयं अपनी आत्मा की ज्योति नहीं जगाते। वे शक्तियों को तो तपस्विनी ब्रह्मचारिणी इत्यादि मानते हैं परन्तु स्वयं केवल नवरात्रों को ही ब्रह्मचर्य का पालन करके फिर से पतित हो जाते हैं। वे सरस्वती को मां अथवा अम्बे शब्द से पुकारते हैं परन्तु वे उस अलौकिक एवं पवित्र मां की तरह स्वयं पवित्र नहीं बनते। इस प्रकार अपने आचरण से वे मानो अम्बा का नाम बदनाम करते हैं। वे दस-बारह घंटे की अवधि वाली रात्री समझते हैं, उन्हें शिव रात्रि का पता नहीं है। वे कहते हैं कि अब तो कलियुग है, आज के युग में पवित्र बनना असंभव है। परंतु वास्तव में ऐसा न समझ कर उन्हें आज के युग को कर युग समझना चाहिए और बजाय शाब्दिक स्तुति के स्वयं ज्ञानवान, तपस्वी, विमल और शक्तिवान बनने का पुरूषार्थ करना चाहिए क्योंकि अब वही रात्रि आ चुकी है। अब परमपिता परमात्मा शिव अवतरित होकर कल्प पूर्व की तरह जगदम्बा सरस्वती तथा अन्यान्य शक्तियों द्वारा आसुरी गुणों का संहार करा रहे हैं। परंतु इस रात्रि में ज्ञान द्वारा जो जागेंगे ही नहीं, वे शक्ति कैसे पायेंगे?

शक्तियों के हाथ में अस्त्र-शस्त्र

शक्ति से अभिप्राय आध्यात्मिक शक्ति अथवा ज्ञान, योग तथा पवित्रता की शक्ति है, न कि माया की शक्ति या हिंसा करने की शक्ति। परन्तु आज भक्त लोग समझते हैं कि काली या दुर्गा में शत्रुओं का अथवा असुरों का संहार करने की शक्ति थी। चित्रों में शक्तियों के हाथों में भाले, खड्ग इत्यादि भी प्रदर्शित किए होते हैं। परन्तु वास्तव में शक्तियों के हाथों में ये शस्त्र नहीं थे। हिंसाकारी व्यक्तियों का पूजन कभी नहीं हुआ करता। देवियों के हाथों में अस्त्रों और शस्त्रों का मतलब अलंकार से है। वास्तव में नारी का उच्च स्वरूप ही शक्ति का प्रतीक है। यदि नारी अपने अन्दर दैवी गुणों को धारण कर ले तथा शक्ति स्वरूप बन जाये तो वह ही सरस्वती और लक्ष्मी का रूप बन जाती है। इसे साथ ही देवियों की देवी भी बन जाती है। यही आध्यात्मिक रहस्य है।

लोकसभा के अध्यक्ष ओम बिरला ने की ब्रह्माकुमारीज़ सेवाओं की सराहना

शिव आमंत्रण › **कोटा।** राजस्थान के कोटा में स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके उर्मिला एवं बीके सदस्यों ने लोकसभा के नवनिर्वाचित अध्यक्ष ओम बिरला से मुलाकात की। इस अवसर पर बीके बहनों ने उन्हें तिलक, बैच, गुलदस्ता देकर एवं शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया और अध्यक्ष पद के लिए संस्थान की ओर से शुभकामनाएं देते हुए कहा कि 'परमपिता परमात्मा से यही हमारी शुभकामना है कि इस क्षेत्र में आपके द्वारा अधिक से अधिक सेवा हो। आपकी ख्याति, प्रतिष्ठा एवं लोकप्रियता में ऐसी ही अभिवृद्धि होती रहे। आप निरंतर यशस्वी जीवन के सोपान तय करते रहें। इसके साथ ही उन्हें मुख्यालय माउंट आबू में आने का निमंत्रण भी दिया।

कोटाः लोकसभा अध्यक्ष को ईश्वरीय सौगात देते हुए बीके उर्मिला।

नये ज्ञान द्वारा नया स्वर्णीम भारत का निर्माण हो रहा :पोखरियाल

सभागार में संबोधित करते हुए केंद्रीय मंत्री पोखरियाल एवं अन्य।

शिव आमंत्रण › **नई दिल्ली।** शिक्षा समाज व देश की रीढ़ की हड्डी होती है और यह सम्मेलन एक समाज, एक देश नहीं अपितु समूचे विश्व के लिए विचार विमर्श हेतू है क्योंकि मूल्यों एवं आध्यात्मिकता सभी को आवश्यकता है, इसी से सुख शान्ति की प्राप्ति होती है जो सभी की जरूरत है। यह बात केन्द्रीय मानव संसाधन विकास मंत्री डॉ0 रमेश पोखरियाल ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्था के शिक्षा विभाग द्वारा भारत सरकार के मानव संसाधन विकास मंत्रालय के साथ स्थानीय अम्बेडकर इंटरनेशन सेन्टर में आज आयोजित नये ज्ञान द्वारा नया भारत राष्ट्रीय सम्मेलन के उद्घाटन भाषण में कहीं। माननीय प्रधानमंत्री के नये भारत निर्माण के संकल्प के साकार करने के संदर्भ में उन्होंने कहा कि लीडरशिप में इच्छा शक्ति होती है तो सारे परिवर्तन स्वतः होने लगते हैं और यह नई शिक्षा नीति उसी को सुदृढ़ करने के लिए है जिससे देश शिखर पर पहुंच जायेगा।

लायंस क्लब में नए प्रेसिडेंट की इंस्टॉलेशन सेरेमनी

शिव आमंत्रण › **अहमदाबाद।** लायंस क्लब की ओर से नए प्रेसिडेंट की इंस्टॉलेशन सेरेमनी का प्रोग्राम होटल क्राउन प्लाजा में आयोजित हुआ जिसमें ब्रह्माकुमारीज़ से अम्बावडी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शारदा को मुख्य अतिथि के तौर पर आमंत्रित किया गया। ज्ञात हो कि प्रकाश पटेल लायंस क्लब में नए प्रेसिडेंट के तौर पर नियुक्त हुए हैं जो करीबन 25 वर्षों से ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से जुड़े हैं, इसके साथ ही उन्होंने इस वर्ष अहमदाबाद से लन्दन तक बाइक से यात्रा कर एक नया रिकॉर्ड बनाया है, तो वहीं उनकी पत्नी रचना और पुत्री ने एक्टिवा से अहमदाबाद से लद्दाख तक यात्रा कर रिकॉर्ड बनाया है जिनको इस कार्यक्रम के दौरान अवॉर्ड से

सम्मानित किया गया। इस अवसर पर बीके शारदा ने अपने वक्तव्य में लायंस क्लब के नवनियुक्त प्रेसिडेंट प्रकाश पटेल को बधाई देते हुए अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की, साथ ही स्मृति चिन्ह भेंटकर सम्मानित किया।

बीसीएएस के राष्ट्रीय कार्यालय में कार्यशाला आयोजित, प्रसन्नता का आधार मन से कार्य करना: बीके पीयूष

शिव आमंत्रण › **दिल्ली।** नागर विमानन सुरक्षा ब्यूरो के राष्ट्रीय कार्यालय में कार्यस्थल पर प्रसन्नता विषय पर विशेष कार्यशाला आयोजित की गई। इसमें लोधी रोड सेवाकेंद्र से आए तनाव प्रबंधन विशेषज्ञ एवं मुख्य वक्ता बीके पीयूष ने कहा कि प्रसन्नता का आधार मन से कार्य करना, अपना समझकर काम करना, किसी ने कुछ कह दिया तो उसे क्षमा कर देना, किसी की बात को दिल से नहीं लगाना, सबसे मिलजुल कर रहना आदि है। उन्होंने कहा कि रात्रि को सोने से पूर्व परमात्मा पिता को धन्यवाद देकर सोने और प्रातः उठते ही ईश्वर को सच्चे दिल से सुप्रभात करने से सारे दिन खुशी बनी रहती है। राजयोग शिक्षिका बीके अस्मिता ने राजयोग मेडिटेशन की विधि बताई। महानिदेशक आईपीएस ज्योति नारायण ने संस्थान के कार्यों कि सराहना की। इस मौके पर विमानन मंत्रालय से जुड़े अधिकारी-कर्मचारी उपस्थित रहे।

एचपीसीएल रिफाइनरी में ट्रेनिंग

शिव आमंत्रण › **विशाखापट्नम।** विशाखापट्नम के एचपीसीएल रिफाइनरी में ब्रह्माकुमारीज़ के रेलवे न्यू कॉलोनी सेवाकेंद्र द्वारा सेमिनार आयोजित किया गया, जिसमें बीके नागेश्वर राव ने मेडिटेशन द्वारा मन को स्वच्छ बनाने का तरीका बताया तो बीके रमेश ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराया। सेमिनार के दौरान एचपीसीएल के डीजीएम एम रामन्नामूर्ति, ऑपरेशंस मैनेजर मिस्टर भास्कर ने ट्रेनिंग कि सराहना की और बीके सदस्यों का धन्यवाद ज्ञापित किया।

सार समाचार

भुवनेश्वर में ग्रीन इंडिया, क्लीन इंडिया प्रोजेक्ट के तहत किया पौधारोपण

पौधारोपण कर जल डालते हुए वन अधिकारी हरिश तथा बीके सदस्य।

शिव आमंत्रण › **भुवनेश्वर।** बेंगलुरु के उत्तराहल्ली स्थित कर्नाटक गवर्मेन्ट हाई स्कूल में इसरो लेआउट सेवाकेन्द्र द्वारा ग्रीन इंडिया क्लीन इंडिया प्रोजेक्ट के तहत कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें वार्ड न. 184 के पार्षद हनुमंथाई, साउथ बेंगलुरु के वन अधिकारी हरिश, स्कूल की हेड मिस्ट्रेस बेबी रानी, राजयोग शिक्षिका बीके सुजाता एवं बीके मेघा ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस मौके पर पौधारोपण समेत बच्चों को पर्यावरण के संरक्षण के प्रति जागरुक कराया गया एवं मानवीय जीवन में प्रकृति की भी भूमिका कितनी अहम है ये भी बताया गया।

जल संरक्षण अभियानः रैली से दिया पानी की एक-एक बूंद बचाने का संदेश

जल संरक्षण रैली का शुभारंभ करते विशिष्ट लोग।

शिव आमंत्रण › **अलीगढ़।** अचल सरोवर में जल संरक्षण अभियान के तहत शहर में रैली का आयोजन किया गया। दैनिक जागरण, श्री गंगा सेवा समिति एवं ब्रह्माकुमारीज़ हरदुआगंज सेवाकेन्द्र द्वारा ये कार्यक्रम आयोजित हुआ जिसमें हरदुआगंज सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके कमलेश ने कहा कि जल, जीवन के लिए सबसे अधिक मूल्यवान है और वर्तमान समय जल का दुरुपयोग करने से पानी का स्तर नीचे गिरता जा रहा है। ऐसे में पानी की एक-एक बूंद को बचाना बेहद जरूरी है। उन्होंने बताया कि ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय माउंट आबू में जल संरक्षण के लिए अनेकानेक आधुनिकतम उपाय जैसे रेन वाटर हार्वेस्टिंग, सीवेज ट्रीटमेंट प्लांट आदि अपनाए जाते हैं। बीके सत्यप्रकाश ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था जल एवं ऊर्जा बचत के लिए नवीनतम उपाय अपनाती है। इस रैली में गंगा सेवा समिति के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष वीरेन्द्र शर्मा, कोषाध्यक्ष सेवाराम शर्मा, दैनिक जागरण से छायाकार, बीके सत्य प्रकाश समेत बड़ी संख्या में लोगों की सहभागिता रही।

योग पखवाड़ाः ब्रह्माकुमारी बहनों ने बताया राजयोग मेडिटेशन का महत्व

जिलाधिकारी द्वारा प्रशस्ति पत्र प्राप्त करते हुए बीके मधु व अन्य।

शिव आमंत्रण › **आगरा।** आगरा के संजय पैलेस में योग पखवाड़ा समापन समारोह का आयोजन किया गया। इस मौके पर जिलाधिकारी एनजी रवि, मुख्य विकास अधिकारी नरेंद्र कुमार, महापौर नवीन जैन ने ब्रह्माकुमारीज़ आर्ट गैलरी म्यूज़ियम की बीके मधु समेत अनेक बीके सदस्यों को स्मृति चिन्ह एवं प्रशस्ति पत्र भेंटकर सम्मानित किया गया। समारोह के दौरान बीके मधु ने बताया कि जैसे शरीर के लिए योग महत्वपूर्ण है वैसे ही राजयोग मन की एकाग्रता और स्थिति के लिए महत्वपूर्ण है। इसके साथ ही बीके सदस्यों ने विशिष्ट लोगों को शिव आमंत्रण मासिक पत्रिका भेंटकर सम्मानित किया।

सेवाकेंद्र का वार्षिकोत्सव समारोह

● 30 जून 1995 को परमात्मा ने किया था बीजारोपण- बीके कुसुम

दीप प्रज्वलित कर वार्षिकोत्सव समारोह का उद्घाटन करती बीके कुसुम व अन्य सदस्य।

शिव आमंत्रण ➤ नरसिंहपुर। मध्यप्रदेश के नरसिंहपुर में वार्षिकोत्सव समारोह के अवसर पर भव्य कार्यक्रम दिव्य संस्कार भवन में सम्पन्न हुआ। इस कार्यक्रम का शुभारंभ सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके कुसुम, गाडरवारा सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके उर्मिला, करेली सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सरोज एवं कई बीके सदस्यों की उपस्थिति में दीप प्रज्वलित कर किया गया। वार्षिकोत्सव समारोह के उपलक्ष्य में सेवाकेंद्र संचालिका बीके कुसुम ने कहा कि इस ज़िले में ईश्वरीय विश्वविद्यालय द्वारा ज्ञान की अलख जगाने, ज्ञान सूर्य की किरणें बिखेरने और अनेक आत्माओं को तृप्त करने के लिए तपती हुई धरती को शीतल बनाने के लिए परमात्मा शिव ने 30 जून 1995 को यहां बीजारोपण किया। इस अवसर पर केक कटिंग के साथ नृत्य प्रस्तुतियां भी दी गई, साथ ही कलाकारों ने सांस्कृतिक कार्यक्रमों के ज़रिये सेवाकेन्द्र के इतिहास की स्मृतियों को पुनः जीवित किया।

ज़िला क्रीडा परिषद् समेत अनेक स्कूलों में कार्यक्रम

जवाहर नवोदय विद्यालय में कार्यक्रम का लाभ लेते विद्यार्थी

शिव आमंत्रण ➤ अलीराजपुर। लक्ष्य विहीन शिक्षा प्राप्त करना अनियंत्रित घोड़े के समान है, जो दौड़ता तो रहता है परंतु उसकी कोई दिशा नहीं होती है, परिस्थितियां तो स्वाभाविक रूप से प्रत्येक मनुष्य के जीवन में आती है, परंतु दृढ़ता पूर्वक उनका सामना करते हुए लक्ष्य की ओर सदा गतिमान रहना यही अच्छे विद्यार्थी की निशानी है, ये बात इंदौर से आए संस्थान के धार्मिक प्रभाग के राष्ट्रीय कार्यकारी सदस्य बीके नारायण ने मध्यप्रदेश में अलीराजपुर स्थित जवाहर नवोदय विद्यालय में आयोजित कार्यक्रम के दौरान कही, इस अवसर पर प्राचार्य संतोष चौरसिया भी उपस्थित थे।

आगे बहारपुरा में शासकीय कन्या उच्च माध्यमिक विद्यालय में प्राचार्या वंदना चौहान, ज़िला क्रीडा परिषद् में परिषद् के अध्यक्ष श्याम डाबर और पटेल पब्लिक स्कूल में वरिष्ठ अध्यापक विपिन पुरोहित की विशेष मौजूदगी में बीके नारायण ने विद्यार्थियों को विषय को रटने के बजाय अपने ढंग से प्रस्तुत करने की शक्ति से नए वस्तुओं के निर्माण और अनुसंधान करने की प्रवृत्ति को विकसित करने के लिए जीवन में आध्यात्मिक गुणों एवं मूल्यों को धारण करना आवश्यक बताया।

ग्रीन इंडिया क्लीन इंडिया अभियान

● 400 से अधिक बहुवर्षीय पौधे लगाकर पर्यावरण सुरक्षा का संदेश

पौधारोपण करते हुए बीके लीना व अन्य विशिष्ट जन।

शिव आमंत्रण ➤ ओड़िशा। भुवनेश्वर के समीप स्थित ब्रह्माकुमारीज़ के डिवाईन रिट्रीट सेन्टर के परिसर में ग्रीन इंडिया क्लीन इंडिया अभियान के तहत कई औषधीय पौधों, फलों के पौधों सहित 400 से अधिक बहुवर्षीय पौधे लगाने के लिए पौधारोपण किया गया। संस्था के सदस्यों समेत रोटरी क्लब की अध्यक्षा डॉ. रुक्मिणी, सीनियर एंवायरमेंटल इंजीनियर रवि, ओड़िशा पी.सी.सी.एफ के पूर्व चीफ देवब्रता स्वैन, न असिस्टेंट कमिश्नर अमीया पटनाईक, नाबार्ड बैंक के सीनियर बैंक ऑफिसर एन.एन. समनता, भुवनेश्वर सबज़ोन प्रभारी बीके लीना ने पौधे रोपे और पर्यावरण सुरक्षा का संदेश दिया।

पूरी दुनिया से शॉर्ट फिल्म मेकर्स को किया सम्मानित

मूल्यों की कमी ही संघर्ष का मूल कारण:बीके ईशु

राइट्स लिमिटेड के अधिकारियों व कर्मचारियों को संबोधित करते हुए बीके ईशु।

शिव आमंत्रण ➤ दिल्ली। दिल्ली के लक्ष्मी नगर स्थित राइट्स लिमिटेड में समस्याओं का समाधान विषय पर सेशन रखा गया। इस अवसर पर कम्पनी के टेक्निकल डायरेक्टर मुकेश राठौड़, जनरल मैनेजर आशुतोष शुक्ला समेत सैकड़ों अभियंताओं की उपस्थिति रही, जिनको सम्बोधित करते हुए बीके ईशु ने संघर्ष के विभिन्न रूपों को परिभाषित करते हुए संघर्ष का कारण मूल्यों की कमी, बढ़ती नकारात्मकता एवं व्यर्थ विचारों की तीव्रता को बताया। इसके साथ ही कहा कि अगर हम अंदर-बाहर दृष्टिकोण का पालन करते हैं तो उन्हें हल करना आसान हो जाता है। इस दौरान इंटरेक्शन सेशन समेत अन्य कई प्रकार की गतिविधियां भी प्रतिभागियों को कराई गई जिसमें सभी ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

तनावमुक्त जीवन:जिले के पुलिसकर्मियों के लिए कार्यक्रम

जिले के पुलिस जवान कार्यक्रम का लाभ लेते हुए एवं कार्यक्रम में उपस्थित मुख्य वक्तागण।

शिव आमंत्रण ➤ आलीराजपुर। ब्रह्माकुमारीज़ व ज़िला पुलिस के संयुक्त तत्वावधान में मध्य प्रदेश के आलीराजपुर में विशेष ज़िले के सभी पुलिस नौजवानों के लिए कार्यक्रम का आयोजन हुआ, जिसका विषय रहा तनाव मुक्त जीवन। मुख्य वक्ता के तौर पर संस्थान के धार्मिक प्रभाग के राष्ट्रीय कार्यकारी सदस्य बीके नारायण ने सभी पुलिस अधिकारियों व जवानों को संबोधित करते हुए देह अभिमान से बाहर निकल अपने आंतरिक स्वरूप को समझने पर जोर दिया। कार्यक्रम में एसपी विपुल श्रीवास्तव, ज़िला पुलिस उप अधीक्षक सीमा, सेवाकेंद्र संचालिका बीके माधुरी की उपस्थिति रही तो वहीं करीबन 250 पुलिस नौजवानों ने राजयोग को अपनी जीवनशैली में शामिल करने का संकल्प किया।

250
पुलिसकर्मियों ने राजयोग को जीवन में शामिल करने का लिया संकल्प

बीके सदस्यों ने पौधारोपण कर लिया सुरक्षा का संकल्प, महान कार्यों के लिए किया प्रेरित

पौधारोपण में उमंग-उत्साह से हिस्सा लेते अतिथि व संस्था से जुड़े लोग।

शिव आमंत्रण ➤ भुवनेश्वर। भुवनेश्वर के पटिया स्थित ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र द्वारा पटिया कॉलेज रोड के समीप पौधारोपण कार्यक्रम आयोजित हुआ, जिसमें नाल्को में मानव संसाधन एवं प्रशासन के महाप्रबंधक अमित पट्नायक, सिविल जज सरिता पांडा, सहायक वन संरक्षक सुनीता, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके गोलप समेत अन्य कई गणमान्य अतिथियों ने उपस्थित होकर वृक्षारोपण अभियान में भाग लिया और जनता को इस तरह के महान कार्यों के लिए प्रेरित किया। समापन सत्र में सेवाकेंद्र प्रभारी बीके गोलप ने सभी मेहमानों को ईश्वरीय सौगात के साथ विदाई दी।

पूरी दुनिया से शॉर्ट फिल्म मेकर्स को किया गया सम्मानित, कला समृद्धि इंटरनेशनल फिल्म फेस्टिवल 2019

ब्रह्माकुमारीज़ रेडियो मधुबन 90.4 एफएम मीडिया पार्टनर के रूप में आमंत्रित

कला समृद्धि इंटरनेशनल फिल्म फेस्टिवल का दीप प्रज्वलन कर शुभारंभ करती बीके संगीता और अन्य।

शिव आमंत्रण महाराष्ट्र। मुंबई में दूसरे कला समृद्धि इंटरनेशनल फिल्म फेस्टिवल 2019 में शॉर्ट फिल्म मेकर्स पूरी दुनिया से आमंत्रित हुए। इस मौके पर माउण्ट आबू में ब्रह्माकुमारीज़ के रेडियो मधुबन 90.4 एफएम मीडिया पार्टनर के रूप में आमंत्रित हुए थे। समारोह में कलाकारों का सम्मान कला समृद्धि के रोमेश पंवार व बॉलीवुड के कलाकार अली असगर, डीजे अकबर सामी व पार्श्व गायक शाहिद माल्या द्वारा किया गया। फिल्म स्क्रीनिंग के उद्घाटन अवसर पर कांदिवली वेस्ट सेवाकेंद्र प्रभारी बीके राज एवं बोरीवली ईस्ट की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके संगीता ने संस्थान का संक्षिप्त परिचय देते हुए राजयोग का अभ्यास कराया। इस अवसर पर रेडियो मधुबन की ओर से आर.जे बीके रमेश ने फिल्म फेस्टिवल में आए हुए मेहमानों का इंटरव्यू लिया और मुख्यालय आने का निमंत्रण दिया। इस समारोह का मुम्बई से लाइव प्रसारण रेडियो मधुबन से किया गया था जिसे राजस्थान और गुजरात के लोगों ने घर बैठे सुना। कार्यक्रम में कला समृद्धि के मैनेजर रमेश पवार और जूरी मनमोहन गुप्ता ने बीके राज और बीके संगीता का विशेष फोटो फ्रेम देकर सम्मान किया।

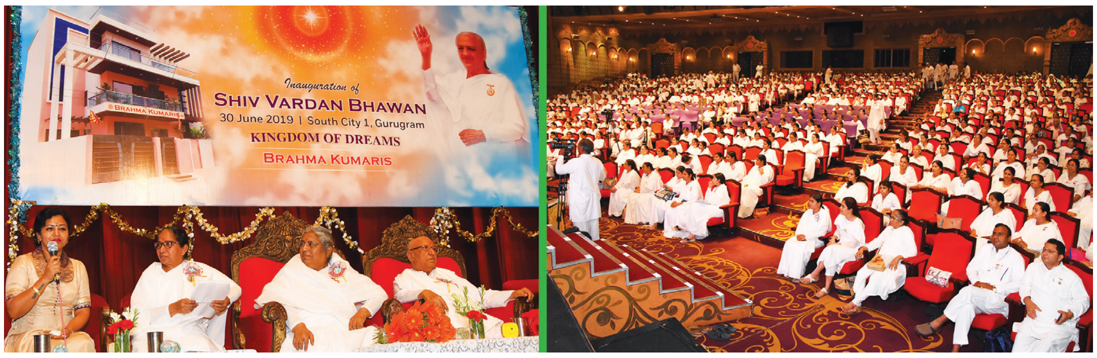
पर्यावरण संरक्षण: संस्थान के शिक्षा प्रभाग की देशव्यापी मुहिम, 50 दिन में दो लाख पौधे लगाकर लेंगे सुरक्षा का संकल्प

पौधारोपण करते अतिथिगण।

शिव आमंत्रण धमतरी। छत्तीसगढ़ में धमतरी स्थित आत्म अनुभूति तपोवन सेवाकेंद्र पर हरित भारत स्वच्छ भारत अभियान का पौधारोपण कर शुभारम्भ किया गया, संस्थान के शिक्षा प्रभाग द्वारा चलाये जा रहे इस अभियान के अंतर्गत देशभर में 50 दिनों के अंदर 2 लाख पौधों का रोपण करने की मुहिम चलाई जा रही है जिसके तहत धमतरी ज़िले में ब्रह्माकुमारीज़ ने एक हज़ार पौधों का रोपण करने का संकल्प लिया है। इस कार्यक्रम में अतिथि के रूप में आए धमतरी उद्यान के सहायक संचालक डी.एस कुशवाहा, लायनेस क्लब की अध्यक्षा ज्योति लूनिया एवं लायनेस सेक्रेट्री एस.डी नानकानी ने पर्यावरण के विषय में अपने विचार रखते हुए कहा कि बेमौसम और अनियमित बरसात, अत्यधिक गर्मी का पड़ना यह सब निशानी है जलवायु परिवर्तन की, हम बड़े भाग्यशाली हैं जो छत्तीसगढ़ जैसे वन बाहुल्य प्रदेश में रह रहे हैं जहां 40 प्रतिशत भाग वन आच्छादित है। इस अवसर पर बीके सदस्यों में बीके निलेश ने अभियान की जानकारी दी तो वहीं स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सरिता ने मानव स्वार्थ के कारण प्रकृति और पर्यावरण पर हो रहे नुकसान पर प्रकाश डालते हुए संस्था के शिक्षा प्रभाग द्वारा चलाए जा रहे अभियान की जानकारी दी।

उद्घाटन समारोह | समाज के विभिन्न वर्गों में आध्यात्मिकता को लेकर होंगे आयोजन

गुरुग्राम के साउथ सिटी-1 में नवनिर्मित शिव वरदान भवन समाजसेवा के लिए समर्पित



सभा को संबोधित करते हुए के.ओ.डी की थिएटर हेड संगीता सतीजा, साथ में बीके आशा व अन्य। उपस्थित विशाल जन समुदाय।

शिव आमंत्रण गुरुग्राम। गुरुग्राम के साउथ सिटी-1 में नवनिर्मित शिव वरदान भवन के तैयार होने पर किंगडम ऑफ ड्रीम्स में विशाल कार्यक्रम का आयोजन हुआ, जिसमें शहर के कई प्रतिष्ठित हस्तियों समेत संस्था के अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन, ओम् शान्ति रिट्रीट सेन्टर की निदेशिका बीके आशा, सहनिदेशिका बीके गीता समेत दिल्ली एन.सी.आर एवं आस-पास से हज़ारों की संख्या में संस्था के सदस्य उपस्थित हुए। इस खास मौके पर बीके बृजमोहन ने ईश्वरीय सेवाओं के विस्तार के लिए शुभकामनाएं दीं तो बीके आशा ने भवन के प्रति अपने उद्गार व्यक्त करते हुए कहा कि इस भवन के माध्यम से अनेकों आत्माओं को ज्ञान की रोशनी मिलेगी। प्रमुख और विशिष्ट अतिथियों में के.ओ.डी की थिएटर हेड संगीता सतीजा, मायोग हॉस्पिटल की संस्थापक एवं बाल रोग विशेषज्ञ डॉ. दीपा अग्रवाल, डॉ. हरिहर दास, एम वे ग्रुप के कंट्री हेड डॉ. ब्रिच समेत अन्य अतिथियों ने भी अपनी शुभआशाएं व्यक्त की। इस आयोजन के चलते दीप प्रज्वलन, केक कटिंग समेत प्रोफेशनल कलाकारों द्वारा भरतनाट्यम की सुन्दर प्रस्तुति दी गई। इस अवसर पर शिव वरदान भवन की केन्द्र प्रभारी बीके श्रीकला, राजयोग शिक्षिका बीके शिवानी एवं बीके सोनिका की भी विशेष मौजूदगी रही।

परमात्म शक्ति द्वारा स्वर्णिम युग की पुनर्स्थापना थीम पर आयोजन, युवाओं में नैतिक उत्थान पर दिया बल

शिव आमंत्रण पंजाब। पंजाब के तपा में मेरा भारत स्वर्णिम भारत आध्यात्मिक बस प्रदर्शनी अभियान के पहुंचने पर अग्रवाल धर्मशाला में कार्यक्रम रखा गया, जहां मुख्य अतिथि के तौर पर आए बरनाला के ए.डी.सी प्रवीण कुमार, तपा स्थित मार्कफेड के मैनेजर जगन्नाथ शर्मा, संस्था के युवा प्रभाग के संयोजक बीके अरुण, बठिंडा सर्किल प्रभारी बीके कैलाश, स्थानीय सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके उषा ने दीप जलाकर कार्यक्रम का उद्घाटन किया। परमात्म शक्ति द्वारा स्वर्णिम युग की पुर्नस्थापना थीम के अन्तर्गत आयोजित इस कार्यक्रम के ज़रिए युवाओं में नैतिक उत्थान पर बल दिया गया।

धरती मां की रक्षा के लिए निभाएं अपनी जिम्मेवारी: बीके मेघा

शिव आमंत्रण बैंगलुरु। सुब्रमंयापुरा के नेशनल हाई स्कूल में ग्रीन इंडिया क्लीन इंडिया प्रोजेक्ट के तहत बच्चों में जागरुकता बढ़ाई गई। ये कार्यक्रम इसरो लेआउट सेवाकेंद्र द्वारा आयोजित किया गया था जिसमें स्कूल के हेड मास्टर रामनाथ हेगड़े, सीनियर फैकल्टी राजू, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके मेघा तथा बीके सुजाता ने पौधारोपण किया। इस अवसर पर बीके मेघा ने सभी को धरती मां की रक्षा एवं पर्यावरण के संरक्षण के लिए अपनी ज़िम्मेवारी निभाने की बात कही। साथ ही प्रत्येक वर्ष प्रत्येक छात्र द्वारा कम से कम एक पेड़ लगाने के उद्देश्य से शपथ ग्रहण कराया गया।

मप्र नरसिंहपुर में मूल्यनिष्ठ पत्रकारिता, आवश्यकता और चुनौतियां पर संगोष्ठी

सेमिनार के बाद राजयोग का अभ्यास करते मीडियाकर्मी।

शिव आमंत्रण नरसिंहपुर। मध्यप्रदेश के नरसिंहपुर सेवाकेन्द्र पर संस्था के मीडिया प्रभाग द्वारा मूल्यनिष्ठ पत्रकारिता, आवश्यकता और चुनौतियां विषय पर परिसंवाद का आयोजन किया गया, जिसमें भोपाल से आए माखनलाल चतुर्वेदी राष्ट्रीय पत्रकारिता विश्वविद्यालय के पत्रकारिता विभाग के पूर्व अध्यक्ष प्रो. कमल दीक्षित ने ज़िले भर से आए हुए पत्रकारों का मार्गदर्शन करते हुए कहा कि सामाजिक प्रतिबद्धता के बिना पत्रकारिता की कल्पना भी नहीं कि जा सकती है। उन्होंने कहा कि पत्रकारों को अपनी विश्वसनीयता को बनाए रखना होगा। इस कार्यक्रम में इंदौर से आए प्रभाग के वरिष्ठ सदस्य बीके नारायण ने संस्था का परिचय दिया और जबलपुर से आए बीके पवन पांडे ने मीडिया प्रभाग का उद्देश्य स्पष्ट किया। स्थानीय सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके कुसुम ने संस्था का उद्देश्य समाज को मूल्यनिष्ठ बनाना बताया, उन्होंने कहा कि अगर मानव जीवन में श्रेष्ठता और महानता है तो उसमें छिपे हुए मानवीय मूल्य हैं।

सार समाचार

सीएम योगी आदित्यनाथ को सौगात भेंटकर, आध्यात्म पर किया मंथन

शिव आमंत्रण मुज़फ्फरनगर। उत्तरप्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ से बिजनौर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सुरेश तथा अन्य सदस्यों ने मुलाकात की। स्वामी कल्याण देव की पुण्यतिथि पर मुज़फ्फरनगर के शुक्रताल पहुंचे योगी आदित्यनाथ से ब्रह्माकुमारीज़ के सदस्यों ने मुलाकात कर उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट की एवं स्थानीय सेवाकेन्द्र पर आने का निमंत्रण दिया।

केंद्रीय मानव संसाधन विकास मंत्री को संस्थान की गतिविधियों से कराया अवगत

शिव आमंत्रण नई दिल्ली। नई दिल्ली में केन्द्रीय मानव संसाधन विकास मंत्री रमेश पोखरियाल से माउंट आबू से आई राजयोग शिक्षिका बीके शिविका एवं बीके नेहा ने मुलाकात कर उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट की तथा संस्थान की विभिन्न गतिविधियों के बारे में जानकारी दी।

राज्य पुलिसकर्मियों को बताए खुश रहने और सुखमय जीवन के सूत्र

तनावमुक्त और व्यसनमुक्त बनने का संकल्प लेते हुए पुलिसकर्मी।

शिव आमंत्रण सिरोही। राजस्थान के सिरोही ज़िले स्थित पुलिस लाइन में स्ट्रेस मैनेजमेंट वर्कशॉप आयोजित की गई, जिसमें 90 राज्य पुलिसकर्मियों, एसपी, एडिशनल एसपी, डिप्टी एसपी की विशेष उपस्थिति रही। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से दिल्ली के बीके संजीव ने मैनेजिंग चैलेंजेस, मा. आबू के कर्नल बीसी सती द्वारा आर्ट ऑफ हैप्पी लिविंग, कटक की बीके अस्मिता ने सेल्फ एम्पावरमेंट विषय पर सुंदर तरीके से प्रकाश डाला तथा सिरोही की बीके अरुणा ने पुलिसकर्मियों को राजयोगा मेडिटेशन का अभ्यास कराया। कार्यशाला में एसपी कल्याणमल मीणा, एडिशनल एसपी राजपुरोहित तथा डिप्टी एसपी ओम प्रकाश की विशेष उपस्थिति में कार्यक्रम संपन्न हुआ।

गॉड ऑफ गॉड्स फिल्म...

ब्रजभूमि फाउंडेशन और के एन इवेंट प्रमोटर ने बीके सरस्वती को 'नारी शक्ति को प्रणाम' अवार्ड से नवाजा

ब्रजभूमि फाउण्डेशन और केएन इवेंट प्रमोटर के पदाधिकारी बीके सरस्वती को अवार्ड देते हुए।

शिव आमंत्रण लुधियाना। पंजाब के लुधियाना में ब्रजभूमि फाउण्डेशन और केएन इवेंट प्रमोटर की ओर से मल्होत्रा रिजेंसी में नारी शक्ति को प्रणाम कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें विभिन्न क्षेत्रों से 65 महिला शख्सियतों को सम्मानित किया गया, इस अवसर पर एजुकेशन, मेडिकल, स्पोर्ट्स और सामाजिक कार्यकर्ताओं समेत अन्य क्षेत्रों में सफलता हासिल करने वाली महिलाओं का सम्मान हुआ। इस दौरान ब्रह्माकुमारीज़ लुधियाना सबजोन प्रभारी बीके सरस्वती को मानव जाति के उत्थान में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने, मूल्य शिक्षा और आध्यात्मिकता के माध्यम से समाज में की गई सेवाओं के लिए 'नारी शक्ति को प्रणाम' अवार्ड से सम्मानित किया गया। महिलाओं की प्रतिभा और उनकी अनकही कहानियों को प्रकाश में लाने और प्रोत्साहित करने के लिए ये आयोजन किया गया था, जहां कार्यक्रम के अंत में बीके सरस्वती ने महिलाओं की भूमिका पर अपने विचार रखे।

जीवन की पवित्रता हर समस्याओं का समाधानः बीके उर्मिला

गमले में पौधे लगाते हुए गणमान्य लोग व बीके सदस्य।

शिव आमंत्रण कोटा। वर्तमान में हो रहे जलवायु परिवर्तन से हर मानव भलीभांति परिचित है, प्राकृतिक संतुलन को बनाए रखने के लिए संस्थान द्वारा चलाए जा रहे हरित भारत स्वच्छ भारत अभियान, देशभर के शहरों में पेड़ों की संख्या बढ़ाने के लिए कारगर साबित होगा। इसी क्रम में राजस्थान के कोटा स्थित शक्ति सरोवर में आयोजित कार्यक्रम में महापौर महेश विजय, जयपुर से स्वच्छ भारत अभियान के अध्यक्ष बीके मनीष एवं स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके उर्मिला ने अपने विचार रखे। महापौर महेश विजय ने कहा कि वातावरण को शुद्ध करने का कार्य हमारे संकल्प करते हैं। सोच के प्रदुषण को समाप्त करने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान ज़रूरी है, बीके उर्मिला ने बताया कि प्रकृति के प्रति हमारे सद्भाव का मतलब हमारे जीवन की पवित्रता जीवन की हर समस्या के समाधान का मूल मंत्र बन जाती है। कार्यक्रम का आगाज़ दीप प्रज्वलन से किया गया था, जिसके पश्चात् पौधारोपण के ज़रिए सभी बीके सदस्यों को पर्यावरण संरक्षण के प्रति एक पौधा लगाने और उसकी संभाल करने की अपील की गई।

मप्र, बीना में यूथ विंग की ओर से 'अपना भाग्य खुद बनाएं' विषय वर्कशॉप आयोजित

हमारा एक-एक कर्म बनाता है भाग्यः बीके सरोज

सभा को संबोधित करती हुई बीके बहनें।

शिव आमंत्रण बीना/मप्र। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के ज्ञान शिखर सेवाकेंद्र पर युवा प्रभाग की ओर से सोमवार को वर्कशॉप का आयोजन किया गया। इसमें 25 से 35 साल के युवाओं ने भाग लिया। सभी ने ग्रुप डिस्कशन के माध्यम से संबंधित विषय पर अपने विचार रखे। अपना भाग्य खुद बनाएं विषय पर आयोजित वर्कशॉप में बीना सेवाकेंद्र प्रभारी वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी सरोज दीदी ने कहा कि हमारा एक-एक कर्म हमारे भाग्य का निर्माण करता है। इसलिए कोई भी कर्म बहुत सोच-समझकर करें। आप इस क्षण जो कर्म कर रहे हैं वह यह तय करेगा कि आपका अगला पल कैसा होगा। यहां तक कि हमारे मन में किसी के प्रति गलत विचार, नकारात्मक विचार भी आते हैं तो उससे हमारे भाग्य का खाता माइनस में जाता है। आप एक-एक पल को सफल करते जाइये आपका भाग्य अपने आप बनता जाएगा।

मेरा भारत स्वर्णिम भारत अखिल भारतीय अभियान

शिव आमंत्रण पंजाब। मोहाली में मेरा भारत स्वर्णिम भारत अखिल भारतीय प्रदर्शनी बस अभियान के पहुंचने पर सेवाकेन्द्र में पब्लिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें विशेष अतिथि विजिलेंस ब्यूरो के एस.एस.पी गौतम सिंघल ने संस्थान के इस कार्य की प्रशंसा करते हुए युवाओं से नारी का सम्मान कर देश के सभी कानूनों का पालन कर एक अच्छे नागरिक का फर्ज़ निभाने की बात कही।

सृष्टि-चक्र की हर एक घटना कल्याणकारी

स्व प्रबंधन

बीके ऊषा, स्व प्रबंधन विशेषज्ञ, माउंट आबू

आज की दुनिया की तुलना रावण राज्य के साथ की जाती है क्योंकि इस दुनिया में सभी प्राणियों में उत्तम प्राणी मनुष्य को माना जाता है। इसके निम्नलिखित कारण हैं-

- मनुष्य जैसा बुद्धिशाली कोई नहीं, विज्ञान की शक्ति से मनुष्य आज भौतिक सुख-सुविधाओं को इतना विकसित कर दिया है कि आज मानव वायु मार्ग से उड़ने लगा है या समुद्र मार्ग से सफर करता है। भौतिकता अपनी चरम सीमा पर है। साथ ही मनुष्य ने भी अपनी बुद्धि की शक्ति से प्रकृति के सभी तत्वों को अपनी सेवा में हाजिर कर रखा है। जैसे इन्द्र देवता को भी नलके में बंद कर रखा है, जो घरों में पानी भरता है और वायु देवता भी स्विचों में बंद हैं जब चाहे तब पंखा या एसी चालू कर लेता है और वायु देवता उसको शीतलता का अनुभव कराने के लिए सेवा में हाजिर हो जाते हैं। ऐसे ही अग्नि देवता गैस के सिलेंडरों में बंद हैं और व्यक्ति जब चाहे गैस का बटन दबाये और अग्नि देवता प्रगट होकर खाना पकाना चालू कर देते हैं। तो प्रकृति के सभी तत्व सेवा में हाजिर हैं।
- मनुष्य जैसा शक्तिशाली कोई नहीं। आज उनके पास भी मिसाईल पावर है और इन मिसाईलों में ब्रह्मास्त्र हैं, अग्नि मिसाईल हैं, वायु मिसाईल हैं, आदि-आदि।
- मनुष्य जैसा धनवान भी कोई नहीं। रात्रि के समय में बड़े शहरों का नजारा देखा जाएं तो सोने की लंका से कोई कम चमकदार भी नहीं हैं।
- मनुष्य जैसा भक्त भी कोई नहीं। आज गली-गली में धर्म स्थल बने हैं। भक्ति भी रोज की रोज बढ़ती जा रही है।

मनुष्य जीवन में भी अर्थ, बल, बुद्धि और भक्ति की चारों उपलब्धियां हैं। लेकिन आज के युग में मनुष्यात्माएं भी अपने ही सर्वनाश की ओर आगे बढ़ रहीं हैं क्योंकि आज मनुष्य जीवन में भी दो कमजोरियां मुख्य हैं।

1) उसका अहंकार चरम सीमा पर पहुंच रहा है

2) चरित्र भ्रष्टता या नैतिक पतन जीवन में आ गया है।

इसलिए कहा जाता है कि आज की दुनिया भी रावण राज्य बन गई है। ऐसे रावण राज्य में हर इन्सान अपने आपको एक बन्धन में महसूस करता है। किसी को बुरी आदतों का बंधन है तो किसी को व्यसनों का बंधन है, तो कोई अपने नकारात्मक स्वभाव व संस्कारों के बंधन के वशीभूत है। कलियुग में मनुष्यात्मा अपनी ही कर्मेन्द्रियों का और विकारों का गुलाम बन चुका है। जिनके वश होकर मनुष्य की शक्ल-सूरत कितनी विकृत होती जा रही है। वशीभूत व्यक्ति कितना नकारात्मक और हिंसक बनता जा रहा है। आज के समय में मनुष्य अपनी और परमपिता परमात्मा की वास्तविकता को भूल चुका है।

परमात्मा का सत्य परिचय न होने के कारण परमात्मा को कहां-कहां ढूंढ रहा है। कभी अग्नि की पूजा कर रहा है, कभी वृक्षों की पूजा कर रहा है तो कभी नदियों की पूजा कर रहा है। कभी जानवरों की पूजा कर रहा है तो कभी प्रकृति के पांचों तत्वों में ईश्वर को ढूंढना आरंभ कर दिया है। जब ऐसा समय आ जाता है तो कहा जाता है घोर अधर्म का समय या घोर कलियुग है। इतना होने पर भी लोग यही कहते हैं कि नहीं, कलियुग तो अजुन बच्चा है। कलियुग की आयु 4 लाख और 32 हजार वर्ष है और अभी तो 40 हजार वर्ष बाकी हैं। अब सोचने की बात है कि अगर अभी कलियुग बच्चा हो और 40 हजार साल पड़े हों और उसके बचपन में ही यह विकट परिस्थिति आ चुकी हो तो जब कलियुग जवान होगा, बूढ़ा होगा, तो क्या होगा? इस सम्बन्ध में प्रदीपजी का एक गीत बहुत ही सार्थक है-'देख तेरे संसार की हालत क्या हो गई भगवान, कितना बदल गया इन्सान...' एक अन्य गीत का उदाहरण भी प्रस्तुत है-

'श्री रामचन्द्र कह गये सिया से, ऐसा कलियुग आएगा...'

इसी गीत में कवि ने कलियुग में अधर्म के लक्षणों का बहुत सुन्दर वर्णन किया है कि कलियुग के अंतिम समय में क्या-क्या होगा और वे सारे लक्षणों वाले दृश्य वर्तमान समाज में दिखाई दे रहे हैं। अन्तिम समय की सारी निशानियों को सभी जानते हैं। परन्तु अंतिम समय की एक निशानी जो ध्यान पर आती है कि कलियुग का अन्त कब समझना चाहिए?

आर्ट ऑफ पॉजीटिव थिंकिंग और हाउ टू क्विट मोबाइल एडिक्शन विषय पर कार्यशाला

मोबाइल की लत गहन चिंता का विषय बन गई है

कार्यक्रम के दौरान उपस्थित प्रतिभागी व वक्तागण।

शिव आमंत्रण संगमनेर। महाराष्ट्र के संगमनेर स्थित विविध स्कूलों एवं कॉलेजों में आर्ट ऑफ पॉजीटिव थिंकिंग और हाउ टू क्विट मोबाइल एडिक्शन जैसे विषयों पर विद्यार्थियों को जानकारी दी गई। इस मौके पर संस्थान के व्यसन मुक्ति अभियान के डायरेक्टर बीके डॉ. सचिन परब ने बताया कि मोबाइल की लत आज एक गहन चिंता का विषय बन गया है जिससे निज़ात पाने के लिए हमें अपने मन को सकारात्मक एवं शक्तिशाली बनाना होगा। अमृतवाहिनी इंटरनेशनल स्कूल, अमृतवाहिनी कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग, होमियोपैथी मेडिकल कॉलेज एंड हॉस्पिटल और बिजी डेरे इंग्लिश मीडियम स्कूल में यह कार्यक्रम आयोजित किया गया जहां बीके सचिन ने स्कूल और कॉलेज के वरिष्ठ पदाधिकारियों की उपस्थिति में विद्यार्थियों को व्यसन मुक्त बनने के गुर सिखाए। इस मौके पर बीके पद्मा और बीके योगिनी भी मौजूद रहीं तथा बच्चों को राजयोग से अपने मन को एकाग्र करने की विधि सिखाते हुए योगाभ्यास कराया।

दैनिक भास्कर ऑफिस में तनाव प्रबंधन पर कार्यशाला

शिव आमंत्रण ग्वालियर। ग्वालियर में दैनिक भास्कर समूह द्वारा तनाव प्रबंधन पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। जिसमें ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से राजयोग प्रशिक्षक बीके प्रहलाद को विशेष विषय के अंतर्गत संबोधित करने के लिए आमंत्रित किया गया। बीके प्रहलाद ने कार्यस्थल पर किस प्रकार भिन्न-भिन्न प्रकार के तनाव के कारण सामने आते हैं और उन्हें किस प्रकार से हैंडल करना चाहिए इसकी विस्तार से जानकारी दी। इस कार्यक्रम में दैनिक भास्कर प्रेस के संपादक भगवान उपाध्याय सहित सभी पत्रकारों एवं पत्रकारिता से जुड़े सदस्यों ने भाग लिया। कार्यक्रम के अंत में सभी को राजयोग मेडिटेशन की गहन अनुभूति कराई गई।

कार्यशाला का लाभ लेने के बाद दैनिक भास्कर समूह के पत्रकार।

एक कदम कैंसर से बचाव की ओर अभियान

शिव आमंत्रण बार्शी। महाराष्ट्र के बार्शी में फॉग्सी यानी फेडरेशन ऑफ ऑब्स्ट्रेटिकस एण्ड गायनकोलॉजिकल सोसायटीज़ ऑफ इंडिया व ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा संचालित वेलनेस ऑफ वुमन प्रोजेक्ट के तहत एक कदम कैन्सर से बचाव की ओर अभियान विषय पर कार्यशाला का आयोजन हुआ जिसमें प्रोजेक्ट की संचालिका डॉ. शुभदा नील ने मधुमेह, ब्लडप्रेशर, हार्टफेल, कोलेस्ट्रॉल जैसी बीमारियों का मूल कारण मोटापे को बताते हुए प्रेज़ेंटेशन के माध्यम से स्वस्थ रहने के कई उपाय बताए। साथ ही शारीरिक व्यायाम भी कराया। शुभारम्भ कैंसर सर्जन डॉ. प्रकाश ढाले, डॉ अनंत माने, लायनेस क्लब की अध्यक्षा डॉ. क्षमा पाटील, इनरव्हील क्लब की अध्यक्षा भारती पल्लोड, रोटरी क्लब के अध्यक्ष प्रमोद काले, लायंस क्लब के अध्यक्ष वासुदेव ढ्गे, राजस्थानी महिला मंडल अध्यक्षा तारा सोमाणी अतिथियों द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया गया।

दीप प्रज्वलित कर कार्यशाला का उद्घाटन करते अतिथिगण।

व्याख्याताओं को बताया विचारों का महत्व

शिव आमंत्रण गुरुग्राम। गुरुग्राम में हरियाणा सरकार में नवनियुक्त व्याख्याताओं के लिए एनसीईआरटी द्वारा कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें गुरुग्राम के पालम विहार सेवाकेन्द्र की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके सुदेश ने माइंड पावर विषय पर सभी को सम्बोधित करते हुए कई गतिविधियों के माध्यम से अशुद्ध एवं नकारात्मक विचारों को सकारात्मकता में बदलने की युक्ति सिखलाई। इस कार्यक्रम के अंत में मौजूद 250 व्याख्याताओं ने राजयोग का अभ्यास कर शांति की अनुभूति की।

सम्मान

सांध्य दैनिक प्रखर समाचार के स्थापना दिवस पर आयोजन

आध्यात्मिकता में विशेष योगदान पर सीएम ने किया सम्मान

शिव आमंत्रण धमतरी। छत्तीसगढ़ की धमतरी सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सरिता को राज्य के मुख्यमंत्री भूपेन्द्र सिंह बघेल, लोकनिर्माण मंत्री ताम्रध्वज साहू, प्रखर समाचार धमतरी के प्रधान संपादक दीपक लखोटिया ने सम्मानित किया। सांध्य दैनिक प्रखर समाचार के स्थापना दिवस पर बीके सरिता को यह सम्मान आध्यात्मिकता के क्षेत्र में किए गए विशेष योगदान के लिए दिया गया।

मुख्यमंत्री भूपेन्द्र सिंह बघेल बीके सरिता को सम्मानित करते हुए।

शक्तिशाली विचारों से जागने लगेंगी मन की शक्तियां

समस्या समाधान

ब्र.कु. सूरज भाई
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

पावर

पावर ऑफ थॉट। सबसे पहले यह जान लें कि सभी महान हैं और दूसरी महत्वपूर्ण बात है जिसे आज का टॉपिक से जुड़ा हुआ है कि हम भगवान के बच्चे हैं। वह सर्वशक्तिमान है तो हम क्या हुए? जैसे टाइगर का बच्चा टाइगर होता है ना तो वह कुत्तों से डर जाएगा। टाइगर का छोटा सा बच्चा एक मास का भी कुत्तों से नहीं डरेगा। जो शक्ति उसके मां-बाप में है वह उसमें आ जाती है। सर्वशक्तिमान की संतान हैं तो हम भी बहुत शक्तिशाली आत्माएं हैं। इस संसार में आपको अच्छी तरह से अनुभव करना है और अपनी शक्तियों को जानना है। इस अनुभव को बढ़ाना है कि हम बहुत शक्तिमान हैं। इसके लिए एक शब्द जोड़ लें और उसके आधार पर हम सब-कॉन्शियस माइंड को यूज करने का जो प्रयोग हैं उस पर चर्चा करेंगे।

मनुष्य के मन में बहुत शक्तियां हैं। वह सोई रहती हैं उन्हें जगाओ पर किसी ने यह नहीं बताया कि जगाओ कैसे? क्यों वह सोई हैं? यह एक महत्वपूर्ण प्रश्न है। इसके उत्तर को जानते हैं हमें जगाना है उनको। जितना हम सवेरे उठते ही याद करेंगे कि मैं सर्वशक्तिमान की संतान मास्टर सर्वशक्तिमान हूं तो हमारे मन की शक्तियां जागने लगेंगी। यह सिंपल तरीका है। जैसे कोई सोचने लगे कि मैं बहुत बीमार हूं, मैं ठीक नहीं होऊंगा तो क्या होगा? बीमार होगा ना और यदि आप उसे विश्वास दिला दो कि आप अभी हमारे पास आ गए हो अभी आपको ठीक होना ही है। जल्दी आपकी बीमारी दूर हो जाएगी, क्योंकि इन विचारों से उसकी शक्तियां जग जाएंगी और उसमें खुशी, एनर्जी, एक आस पैदा होगी। तो हम मास्टर सर्वशक्तिमान हैं लाखों लोगों ने इस संकल्प का प्रयोग किया है। बहुत सुंदर-सुंदर अनुभव हैं उनके। उनमें से कुछ आपके सामने रखूंगा।

शक्तियां जिसे हम पावर और माइट कहते हैं यह जो स्प्रिचुअल शक्ति है इसे माइट कहते हैं इसलिए गॉड को कहते हैं ऑलमाइटी। शक्तियों का वास मन है और इसका 90 प्रतिशत हिस्सा सब-कॉन्शियस माइंड में रहता है। 10 प्रतिशत कॉन्शियस माइंड में है। कॉन्शियस माइंड जिससे हम सोच रहे हैं सारा समय। सबकॉन्शियस कहते हैं अर्धचेतन मन को जो सोचता नहीं है। उसमें सोचने की शक्ति नहीं है, वह चेतन मन के कमांड को स्वीकार करता है। एक महत्वपूर्ण बात जिससे सभी सहमत होंगे। इस समय मन की शक्ति बहुत कम है जो अब से 50 साल पहले थी वह अब नहीं हैं। जब हम इस संसार में आए तो आत्मा की डिग्री ऑफ पावर 100 डिग्री थी लेकिन अब 10 डिग्री पर या 5 डिग्री पर आ चुकी है। इसलिए हम देखते हैं आजकल कि मनुष्य बहुत शिकायत ले कर आते हैं कि हम बहुत सोचते हैं। हम बहुत नेगेटिव सोचते हैं। अपने माइंड पर कंट्रोल नहीं कर पा रहे हैं। एक विचार यदि आ गया तो वह चलता ही रहता है, क्योंकि मन बहुत कमजोर हो चुका है। इसलिए ब्रेन भी कमजोर हो चुका है। एक है यह महत्वपूर्ण चीज।

शुद्ध ऊर्जा अपने आप में हीलिंग एनर्जी है। आप अपने आप को वाइब्रेशन से इतना चार्ज कर दें कि कोई भी दुखी आत्मा आपके पास आए तो वह वाइब्रेशन के प्रभाव से ठीक हो जाए। ऐसे डॉक्टर की आने वाले समय में बहुत आवश्यकता होगी। अब यह युग बदलने वाला है, परमात्मा की प्लानिंग चल रही है इस युग को बदलने के लिए। मनुष्य की प्लानिंग अब नहीं चलेगी परमात्मा ने ही हम सभी को ये सत्य ज्ञान दिया है जो हम आपको बता रहे हैं, यह हमारी रिसर्च बिल्कुल नहीं है यह परमात्म महावाक्य हैं जो हमें प्राप्त हुए हैं। महावाक्यों में मैंने सुना था 1975 में कि ऐसा समय आएगा जब दवाइयां काम नहीं करेंगे लेकिन आपके वाइब्रेशन आपकी दृष्टि ऐसा काम करेगी कि उनकी बीमारियां ठीक हो जाएंगी। यह कोई चमत्कार या जादू नहीं होगा यह होगा हमारे पावरफुल वाइब्रेशन का इफेक्ट। मैं हमारे उन डॉक्टर्स से जो ब्रह्माकुमार या ब्रह्माकुमारी बन चुके हैं उनको अक्सर यह कहता हूं कि अब यह आप ही ऐसे वाइब्रेशन क्रियेट करो ऐसी एनर्जी पैदा करो जो कि एक हीलिंग एनर्जी की तरह से लोगों को राहत मिलने लगे और यह काम आप भी कर सकते हैं इसके लिए आपको स्प्रिचुअल ज्ञान को भी धारण करना पड़ेगा। सभी भाई -बहनों को स्वीट, सॉफ्ट और लाइट होना है। लाइट का अर्थ है इजी इससे आप अपने जीवन की यात्रा को, अपने कार्यों को बहुत एंजॉय कर सकेंगे।

मथुरा में बीएसएफ जवानों के लिए स्ट्रेस मैनेजमेंट विषय पर कार्यशाला आयोजित

बीएसएफ जवानों को बताए तीन सूत्र-सदा खुश रहें, ईश्वर को धन्यवाद दें और रोजाना मेडिटेशन करें

शिव आमंत्रण › मथुरा। यूपी के मथुरा में बीएसएफ जवानों के लिए ब्रह्माकुमारीज़ के सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा स्ट्रेस मैनेजमेंट विषय पर कार्यशाला आयोजित की गई। इसमें डिप्टी कमांडेंट योगेन्द्र पुनिया, फरीदाबाद से राजयोग शिक्षिका बीके पूनम, दिल्ली से बीके डॉ. दिनेश, सेवाकेंद्र प्रभारी बीके कुसुम उपस्थित थीं। इसमें बीके सदस्यों ने स्लीप मैनेजमेंट, मैनेजिंग चैलेंजिंग सिचुएशंस, पॉजीटिव थिंकिंग एंड हैप्पी लाइफ आदि विषयों पर जानकारी दी एवं राजयोग मेडिटेशन को अपनी दिनचर्या में शामिल करने का आह्वान किया। साथ ही तीन सूत्र दिए- सदा खुश रहें, ईश्वर का धन्यवाद करें और रोजाना मेडिटेशन करें।

कार्यशाला के बाद वक्तागण व बीएसएफ के जवान ग्रुप फोटो में।

मानव मन की प्रकृति को शुद्ध विचारों से करें भरपूर: बीके उर्मिला

पौधारोपण करते हुए बीके उर्मिला व अन्य।

शिव आमंत्रण › लाखेरी। पर्यावरण के संरक्षण के लिए पूरे देशभर में हरित भारत स्वच्छ भारत अभियान चलाया जा रहा है जिसके अन्तर्गत राजस्थान के लाखेरी में पौधारोपण का कार्यक्रम आयोजित हुआ। इस अवसर पर एस.डी.एम गोविन्द लाल मीना, यूनियन अध्यक्ष जगदीश परेता, डी.ए.वी स्कूल की प्राचार्या अंजू, ज्ञानामृत पत्रिका की सह संपादिका बीके उर्मिला, कोटा सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके उर्मिला तथा स्थानीय सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके रजनी ने पौधारोपण कार्यक्रम की शुरुआत की। कार्यक्रम में मौजूद अतिथियों ने पर्यावरण की सुरक्षा के लिए पेड़-पौधों की सम्भाल करने पर जोर दिया। वहीं वरिष्ठ बीके बहनों ने वातावरण को प्रदूषण से बचाने के लिए मानव मन की प्रकृति को शुद्ध एवं शुभ विचारों से भरपूर करने की बात कही।

सैकड़ों लोगों ने सीखे मधुमेह से संपूर्ण आजादी के गुर

शिव आमंत्रण › मंडावली। दिल्ली के मंडावली सेवाकेन्द्र द्वारा मधुमेह से संपूर्ण आजादी विषय पर कार्यक्रम का आयोजन हुआ, जिसमें माउण्ट आबू के ग्लोबल हॉस्पिटल से आए मधुमेह रोग विशेषज्ञ बीके डॉ. श्रीमंत साहू ने सभी को मधुमेह से निजात पाने की युक्ति सिखलाई, साथ ही शारीरिक व्यायाम कराकर स्वस्थ रहने के भी टिप्स दिए।

कार्यक्रम का आयोजन आईपी एक्सटेंशन में किया गया था, जिसमें बीके सदस्यों समेत सैकड़ों स्थानीय लोगों ने भी भाग लिया। इस अवसर पर मंडावली सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सुनीता, मयूर विहार फेज़-3 की प्रभारी बीके सीमा की भी मुख्य उपस्थिति रही।

250 से अधिक मरीजों ने लिया नि:शुल्क चिकित्सा शिविर का लाभ

शिव आमंत्रण › ग्वालियर। ब्रह्माकुमारीज़ संस्था के चिकित्सा प्रभाग और क्षेत्रीय संचालिका बीके आदर्श के निर्देशन में ग्वालियर के इन्द्रगंज में नि:शुल्क चिकित्सा परामर्श शिविर का आयोजन हुआ जिसमें हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. आशीष चौहान, जनरल फिजीशियन रावत, स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. संध्या मिश्रा, डॉ. गुरुचरण सिंह ने 250 से अधिक मरीजों की मधुमेह की जांच, ईसीजी सहित अन्य जाच कर नि:शुल्क दवाईयां दी गई। इस अवसर पर बीके प्रहलाद, बीके पवन, बीके विजेंद्र सहित संस्थान के अनेक सेवाधारी भी उपस्थित थे।

संदेश

केन्द्रीय सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी से की मुलाकात

संस्था के यातायात प्रभाग की सेवाओं से कराया रुबरु

केन्द्रीय सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी को ईश्वरीय सौगात देते हुए बीके कुंती एवं बीके शीला। महाराष्ट्र राज्य के परिवहन मंत्री दिवाकर रावते से मिलते हुए सदस्य।

शिव आमंत्रण › नवी मुंबई। नवी मुंबई के वाशी में सिडको प्रदर्शन केन्द्र में बो.ओ.सी.आई यानी भारत के बस और कार ऑपरेटर्स परिसंघ द्वारा त्रिदिवसीय इंडिया इंटरनेशनल बस एंड कार ट्रेवल शो- प्रवास 2019 एक्सपो का आयोजन किया गया था। जिसमें देशभर के बुद्धिजीवी शामिल हुए। इसमें ब्रह्माकुमारीज़ को विशेष आमंत्रित किया गया। संस्था के यातायात एवं परिवहन प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका बीके कुंती, वाशी सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शीला ने केन्द्रीय सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी से मुलाकात कर ईश्वरीय सौगात भेंट की। राज्य के परिवहन मंत्री दिवाकर रावते, शिव सेना यूथ शाखा में युवा सेना के अध्यक्ष आदित्य ठाकरे, बी.ओ.सी.आई के अध्यक्ष तथा प्रसन्ना समूह के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक प्रसन्ना पटवर्धन से भी मुलाकात कर संस्था के विभिन्न प्रभागों द्वारा की जा रही विशेष सेवाओं से अवगत कराते हुए माउंट आबू आने का निमंत्रण दिया। समारोह में बीके कुंती ने परिवहन प्रभाग द्वारा की जा रही सेवाओं के बारे में बताया। बीके सुवास ने तनाव प्रबंधन विषय पर उद्बोधन दिया। प्रश्नोत्तर सत्र में बीके कुंती ने त्वरित और संतोषजनक प्रतिक्रियाओं से दर्शकों को आश्वस्त किया।

“ गॉड ऑफ गॉड्स फिल्म का विशेष शो सिरसा में भी दिखाया गया

गॉड ऑफ गॉड्स फिल्म को सभी ने सराहा

गॉड ऑफ गॉड्स फिल्म देखने के बाद बीके बिंदु के साथ अन्य।

शिव आमंत्रण › सिरसा। हिंदी, इंग्लिश, तमिल, तेलुगू एवं मलयालम इन 5 भाषाओं में बनी ब्रह्माकुमारीज़ की पहली थिएटर फिल्म गॉड ऑफ गॉड्स पूरे देशभर में जगह-जगह पर पीवीआर थिएटर्स में लॉन्च की जा रही है। इसी के तहत हरियाणा के सिरसा में स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके बिंदु के निर्देशन आयोजन हुआ, जिसमें ज्वाइंट एक्साइज एवं टैक्सेशन कमिश्नर सत्याबाला, सीनियर बीजेपी लीडर मनीष सिंगला समेत प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया से जुड़े कई हस्तियों ने अनुभव साझा किए। सीनियर बीजेपी लीडर मनीष सिंगला ने मूवी देखने के बाद कहा कि मैं कौन हूं, कहां से आया हूं और जन्म-मृत्यु के बारे में बहुत अच्छी तरह से इस मूवी में दिखाया गया है। वहीं ज्वाइंट एक्साइज एवं टैक्सेशन कमिश्नर सत्याबाला ने बताया कि फिल्म को देखने के बाद मुझे प्रेरणा मिली कि हम अपने आपको कैसे जान सकते हैं। पल-पल समाचार पत्र के एडिटर कमल ने कहा कि आज जो मैंने यह मूवी देखी है, शायद मेरी ज़िंदगी की सबसे पहली मूवी है जो इतनी साफ सुथरी बनाई गई है। मैं समझता हूं कि यदि इस तरह की मूवी बनाई जाए तो समाज से न सिर्फ भ्रष्टाचार समाप्त होगा बल्कि लोगों के अंदर धार्मिक भावना भी पैदा होगी। बीके बिंदु ने फिल्म के बार में विस्तार से बताया।

ज्ञान गंगा बहा कर हो रहा संस्कारों का निर्माण

शिव आमंत्रण › बहल। हरियाणा के बहल सेवाकेंद्र पर सशक्त महिला सशक्त समाज विषय पर कार्यक्रम में बीआरसीएम कॉलेज की एसोसिएट प्रोफेसर सुपर्णा शर्मा, स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शकुंतला समेत कई गणमान्य अतिथि उपस्थित रहे। इस अवसर पर मूल्यों की गिरावट के इस दौर में महिलाओं को सशक्त होने का आह्वान किया गया, इसके लिए राजयोग को अपने जीवन में शामिल करने की प्रेरणा दी गई। प्रोफेसर सुपर्णा शर्मा ने कहा कि माता केवल माता ही नहीं है वह संस्कारों की निर्माता है। मुख्य वक्ता बीके प्रमोद मलिक ने कहा कि एक चरित्रवान महिला ही सही अर्थों में सशक्त महिला हो सकती है क्योंकि सबसे अधिक सशक्तिकरण मनुष्य सद्गुणों से ही होता है, वहीं बीके शकुंतला ने महिला सशक्तिकरण का प्रत्यक्ष उदाहरण 103 वर्षीय संस्था प्रमुख राजयोगिनी दादी जानकी जी को बताया।

युवाओं में सकारात्मक परिवर्तन लाने की मुहिम

शिव आमंत्रण › लुधियाना। संस्थान के युवा प्रभाग की पहल ‘मेरा भारत स्वर्णिम भारत‘ प्रदर्शनी बस अभियान के लुधियाना आगमन पर भव्य रैली एवं यात्रा में शामिल युवाओं का सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सरस, स्पोर्ट्स अथॉरटी ने स्वागत किया। इसके माध्यम से युवाओं में सकारात्मकता द्वारा परिवर्तन को बढ़ावा देने, आध्यात्मिक मूल्यों का विकास करने, स्वच्छता अभियान को गति देने तथा नशा मुक्ति के लिए नाट्यकला का प्रदर्शन कर लोगों को जागरूक करने के लिए यह देशव्यापी अभियान चलाया जा रहा है। इसके तहत सेवाकेंद्र समेत लुधियाना के कई स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित किए गए।

विधिक साक्षरता आज के समय की आवश्यकता: बीके प्रेरणा

शिव आमंत्रण › अलीगढ़। मलखन सिंह जिला चिकित्सालय में जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा साक्षरता व सहायता शिविर का आयोजन किया गया, जिसमें बीके प्रेरणा ने बताया कि विधिक साक्षरता आज के समय की आवश्यकता है। इस मौके पर पैरालीगल वालेंटियर पारुल पंवार, आयोजन स्थल के मुख्य चिकित्सा अधीक्षक डॉ. पीके शर्मा तथा अन्य अतिथियों की उपस्थिति रही।

जालोर में पुलिसकर्मियों ने सीखे खुशहाल ज़िंदगी के गुर

शिव आमंत्रण › जालोर। जालोर में पुलिस लाइन के सभा भवन में तनावमुक्त कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें मुंबई से आए कॉरपोरेट ट्रेनर बीके डॉ. ईवी स्वामीनाथन एवं राज सिंह ने पुलिसकर्मियों को तनावमुक्त होने और खुशी से जीवन जीने के गुर सिखाए। इस अवसर पर डिप्टी जयदेव सियाग, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके रंजू मौजूद रहे।

संदेश

उपन्यास सम्राट मुंशी प्रेमचंद के पैतृक गांव में किया पौधारोपण

पर्यावरण को शुद्ध एवं संतुलित बनाने का संकल्प

शिव आमंत्रण › वाराणसी। प्रसिद्ध उपन्यासकार एवं साहित्यकार मुंशी प्रेमचंद की जयंती पर उनके गांव लमही में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा पौधारोपण कर धरती को हरा-भरा एवं पर्यावरण को शुद्ध और सन्तुलित बनाने का संकल्प लिया गया। पूर्वी उ.प्र. एवं पश्चिम नेपाल की निदेशिका बीके सुरेन्द्र, क्षेत्रीय मीडिया संयोजक बीके विपिन, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके तापोशी, बीके प्रीति, हरदुआ ब्लॉक प्रमुख डॉ. अशोक वर्मा एवं ग्राम प्रधान मीरा समेत कई बीके सदस्यों की मुख्य उपस्थिति रही। वाराणसी का प्रसिद्ध शैक्षणिक संस्थान, सेंट जॉन्स इटरमीडिएट कॉलेज में विद्यार्थियों के लिए ‘सफलता के सूत्र‘ विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया जिसे स्थानीय सेवाकेंद्र से राजयोग शिक्षिका बीके तापोशी ने संबोधित करते हुए सफलता के लिए समय प्रबंधन के साथ स्वयं के मन का प्रबंधन करना अति आवश्यक बताया। इस अवसर पर कॉलेज के प्राचार्य फादर सुसई राज समेत पूरा स्टाफ उपस्थित रहा। इसमें विद्यार्थियों ने भी उत्साह से भाग लिया।

मुंशी प्रेमचंद के गांव लमही में पौधारोपण करते हुए बीके भाई-बहनें।

अलबिदा डायबिटीज

डायबिटीज के लक्षण और निदान

बीके डॉ. श्रीमंत साहू
ग्लोबल हॉस्पिटल, माउंट आबू

प्राचीन काल में रक्त तथा पेशाब आदि की जांच के लिए क्लीनिकल लैबोरेटोरीज(Clinical Laboratories) की व्यवस्था नहीं होती थी केवल लक्षण से ही डायबिटीज का निदान होता था। जैसा कि हम पहले भी चर्चा कर चुके हैं। केवल टाइप वन (Type-1) की डायबिटीज में ही ज्यादा प्यास लगना, ज्यादा भूख लगना, बार-बार पेशाब आना और शारीरिक वजन बहुत घट जाना आदि लक्षण अनुभव होते हैं। बाकि टाइप टू (Type-2) की डायबिटीज घर-घर में फैलकर एक महामारी का रूप ले चुकी है। इसमें अधिकतर लोगों को कुछ भी लक्षण अनुभव नहीं होते हैं। P इस संबंध में सबसे पहले यह जानना जरूरी है कि डायबिटीज शुरूआती अवस्था में लगभग 10-12 साल तक बॉर्डर लाइन (Boarderline) पर रहती है, जिसे मेडिकल भाषा में प्री-डायबिटीज (Pre Diabetes) कहा जाता है। इस समय यह बीमारी प्रायः खामोश (Silent) अवस्था में रहती है परिणाम स्वरूप कुछ भी लक्षण अनुभव नहीं होते हैं। फिर, बाद में जब थोड़ा बहुत लक्षण अनुभव होते हैं या किसी कारण से रूटीन हेल्थ चेकअप (Rotune Helth check up) के दौरान ब्लड शुगर ज्यादा (200-300 मि.ग्रा.%) पाया जाता है, तब-तक तो अनेक वर्ष बीत चुके होते हैं। यह भी सबको जानना बहुत आवश्यक है कि बार्डर लाइन डायबिटीज में भी बहुत सारे दुष्प्रभाव (Complications) हो सकते हैं जैसे कि हाई डायबिटीज़ का पाया जाना। इसलिए हरेक व्यक्ति को (साल में एक बार अपना ब्लड टेस्ट जरूर करा लेना चाहिए।

अपना ब्लड चैकअप कैसे कराना चाहिए?

अपने नार्मल दिनचर्या में चलते हुए अर्थात् खाना-पीना जैसा नियमित चलना है, उसी दौरान एक दिन अपना ब्लड चेक कराएं। कुछ लोग ब्लड शुगर चेक कराने से एक सप्ताह या कुछ दिन पहले ही खाना-पीना कम कर देते हैं और ज्यादा से ज्यादा व्यायाम(Exercise) करके फिर चेक कराते हैं। यह तो अपने आपको धोखा देने जैसा है। इसलिए नियमित दिनचर्या के साथ ही चैक कराएं।

निम्न दो प्रकार की जांच कराएं

1) फॉस्टिंग ब्लड ग्लूकोज़ टेस्ट (Fasting Blood Glucose Test)
2) पोस्ट ग्लूकोज़ टेस्ट (2 HRS Post Glucose Test)

P -Fasting Blood Glucose Test

रात्रि भोजन के बाद कम से कम आठ घंटा और कुछ भी ना खाए पानी पी सकते हैं परन्तु कोई भी कैलोरी युक्त चीज न खाएं अथवा न पीएं। सबेरे रात्रि भोजन के बाद 8 से 14 घंटे के बीच में कभी भी लेबोरेटोरीज में जाकर अपना ब्लड जांच कराएं।

कुछ लोग ग्लूकोमीटर (Glucometer) से अपना फॉस्टिंग शुगर चैक कराते हैं। परन्तु यह यथार्थ व सही(Accurate) नहीं होता है और आप धोखे में रह सकते हैं इसलिए लेबोरेटोरीज में ही जांच कराएं।

P - Post Glucose Test

फॉस्टिंग शुगर के लिए ब्लड देने के बाद 75 gm. Anhydrous Glucose Powder को 250-300 मि.ली. पानी में घोल कर ग्लूकोज़ शरबत पीना होता है। यह शरबत लेबोरेटोरीज में ही दिया जाता है। Anhydrous Glucose, Glucon D Powder से अलग होता है। अगर U Anhydrous Glucose Powder उपलब्ध नहीं है तो 80gm Glucon D Powder भी ले सकते हैं।

ग्लूकोज़ शरबत पीने के बाद दो घंटे तक कुछ भी खाना या पीना नहीं होता है। सिर्फ पानी पिया जा सकता है। इस दो घंटे (2 Hours) के बीच में कोई शारीरिक व्यायाम (Exercise) भी नहीं करना है। वास्तव में व्यक्ति को दो घंटे तक लैबोरेटोरीज में इंतजार करना चाहिए। शांति में बैठे रहना चाहिए। अगर कोई घर जाना चाहते हैं तो गाड़ी में जा सकते हैं और फिर दो घंटे में आकर चेक करा लेना चाहिए। पैदल चलना नहीं चाहिए। इसमें रीडिंग (Reading) में अंतर आ सकता है।

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

सार समाचार

राजयोग ध्यान द्वारा पर्यावरण को बनाएं शुद्ध

शिव आमंत्रण ⊙ ज़िरकपुर। पंजाब में ब्रह्माकुमारीज़ के ढकोली सेवाकेन्द्र द्वारा केन्द्रीय विद्यालय में वन महोत्सव का आयोजन किया गया। जहां ढकोली सेवाकेंद्र की प्रभारी बीके हरविंदर ने बच्चों को पर्यावरण का महत्व समझाया। स्कूल प्राचार्या बीके दीपिका संधु समेत शिक्षक स्टाफ मौजूद रहा। वन महोत्सव में इस बार ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा पौधे भेंट किए गए।

स्कूलों में लगाए गए 400 पौधे

शिव आमंत्रण ⊙ काकद्वीप। पश्चिम बंगाल के काकद्वीप सेवाकेन्द्र द्वारा गंगासागर क्षेत्र के पास सुंदरवन में ग्रीन इंडिया क्लीन इंडिया के तहत शिवनगर एमएस हाई स्कूल तथा बाण श्यामनगर हाई स्कूल में पौधे लगाए गए। बीके सुप्रिया, बीके दिलीप इस कार्यक्रम के संयोजक थे, जिनकी उपस्थिति में करीब 400 वृक्षों का रोपण इन विद्यालयों में किया गया।

विद्यार्थियों से समाज का मददगार बनने का आह्वान

शिव आमंत्रण ⊙ हाथरस। यूपी में हाथरस के आनंदपुरी सेवाकेंद्र द्वारा केएमआर विद्यालय में मेरा भारत व्यसन मुक्त भारत अभियान के तहत आयोजित कार्यक्रम में बुराइयों से समाज को मुक्त रखने में मददगार बनने की विद्यार्थियों को प्रेरणा दी गई। इस अवसर पर विद्यालय के प्रबंधक केपी सिंह की उपस्थिति में राजयोग शिक्षिका बीके उमा एवं बीके शांता ने मार्गदर्शित किया।

क्रोध बाहरी और आंतरिक स्थिति को करता है प्रभावित

शिव आमंत्रण ⊙ नैशविले। क्रोध से एक व्यक्ति न केवल बाहरी वातावरण को नष्ट कर देता है, बल्कि अपनी आंतरिक स्थिति को भी पूरी तरह प्रभावित करता है। टेनेसी के नैशविले में गुजराती सोसाइटी ने सेंट लुइस से राजयोग शिक्षिका बीके प्रिया को विशेष आमंत्रित किया। कार्यशाला में प्रतिभागियों ने अनुभव साझा करने के साथ राजयोग को जीवनशैली में अपनाने की प्रतिज्ञा की।

हर चिकित्सक को विहासा ट्रेनिंग का लाभ लेना चाहिए

शिव आमंत्रण ⊙ नागपुर। 'वैल्यूज़ इन हेल्थ केयर अ स्प्रिचुअल एप्रोच' यानी विहासा, संस्थान का एक ऐसा विकसित मॉड्यूलर कार्यक्रम है जिसके अंतर्गत डॉक्टर, नर्स, पैरामेडिकल, अस्पताल प्रशासक और पैरामेडिकल लेक्चरर को स्वास्थ्य सेवा पर प्रशिक्षण दिया जाता है। 3 दिवसीय कार्यशाला का नागपुर के वसंत नगर सेवाकेंद्र पर आयोजित की गई। इंडियन मेडिकल एसोसिएशन के प्रेसिडेंट डॉ कुश झुनझुनवाला, गवर्नमेंट मेडिकल कॉलेज के डीन डॉ. सजल मित्रा, माउंट आबू ग्लोबल हॉस्पिटल से आईं बीके रूपा ने संबोधित किया।

नौसेना अधिकारियों की पत्नियों के लिए संगोष्ठी आयोजित, बीके पीयूष ने कहा-

सभी के प्रति शुभ भाव से आएगी संबधों में समरसता

नौसेना के अधिकारियों की पत्नियों को संबोधन के बाद बीके पीयूष के साथ ग्रुप फोटो।

शिव आमंत्रण ⊙ दिल्ली। नौसेना के अधिकारियों की पत्नियों के लिए संबंधों में समरसता विषय पर संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इसमें नेवल वाइव्स वेलफेयर एसोसिएशन की महिलाओं ने भाग लिया। इस मौके पर लोधी रोड सेवाकेंद्र प्रभारी बीके गिरिजा एवं तनाव प्रबंधन विशेषज्ञ बीके पीयूष ने संबोधित करते हुए अपने कहा कि संबंधों में समरसता लाने के लिए प्रत्येक के गुण ग्रहण करना, हर एक के लिए शुभ भावना रखना, दूसरों की प्रशंसा करना जैसे दिव्य गुणों को धारण करना ज़रूरी है।
उन्होंने आगे संबंध का अर्थ बताया समानता, म अर्थात् महानता, ब का भाव है बातें कम करना, न का अर्थ है नकारात्मक चिंतन नहीं करना और ध माना धैर्यता। यदि हम उपरोक्त सभी बातों को अपने जीवन में धारण कर लें तो अवश्य ही हमारे संबंध सभी के साथ सुमधुर हो जाएंगे। अंत में नेवल वाइव्स वेलफेयर एसोसिएशन की अध्यक्षा श्रीनिवास ने संस्थान के कार्यों की सराहना करते हुए अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की।

ब्रह्माकुमारीज़ ने बाढ़ प्रभावित तीन सौ लोगों के लिए की रुकने, और भोजन की व्यवस्था, आपदा से निकलने के लिए दिया संबल

सेवाकेंद्र में भोजन व्यवस्था का लाभ लेते हुए बाढ़ पीड़ित।

शिव आमंत्रण ⊙ त्रिपुरा। अगरतला में हुई भारी बारिश के दौरान हावड़ा नदी के स्तर के पार होने पर चंद्रपुर तथा अरलिया के आस-पास का क्षेत्र बाढ़ से बुरी तरह प्रभावित हुआ, जिसकी वजह से हज़ारों लोगों को अपने घरों को खाली करने के लिए मजबूर होना पड़ा। सरकारी स्कूलों और कार्यालयों में कुछ सुरक्षित स्थानों पर इन सभी लोगों को शरण दी गई, जहां कई एन.जी.ओ, क्लब तथा सामाजिक सेवा संगठनों ने शरणार्थियों की मदद की। अरलिया में ब्रह्माकुमारीज़ का ज्ञान उदय भवन भी इन शरणार्थियों के लिए बचाव के रुप में सहयोगी बना। जहां संस्था की त्रिपुरा एवं बांग्लादेश की निदेशिका बीके कविता ने जरूरतमंद लोगों के लिए भोजन का प्रबंध कराया।
लगभग 300 लोगों को चावल, दाल और सब्जी का भोजन परोसा गया। इसके अलावा, उन्हें ईश्वरीय संदेश देते हुए ऐसे समय पर मानसिक रूप से मजबूत रहने की भी प्रेरणा दी गई। इन शरणार्थियों को जहां रहने एवं खाने-पीने का प्रबंध मिला, वहीं ब्रह्माकुमारीज़ के प्यार भरे माहौल से प्रभावित होकर सभी ने अपनी कृतज्ञता व्यक्त की।

आध्यात्म जीवन में गुणों को स्वीकार करना सिखलाता है: बीके आशा

कार्यक्रम में संबोधित करते हुए बीके आशा व मंचासीन अतिथि।

शिव आमंत्रण ⊙ दिल्ली। नई दिल्ली के पहाड़गंज सेवाकेन्द्र द्वारा राजेन्द्र भवन में रोल ऑफ स्प्रिचुअलिटी फॉर डिवाइन सोसाइटी थीम पर सार्वजनिक कार्यक्रम का किया गया। इसमें मुख्य अतिथि मिनिस्ट्री ऑफ एक्सटर्नल अफेयर्स के पूर्व एडिशनल सेक्रेटरी यूएस पंत, शहादरा- डिस्ट्रिक्ट एण्ड सेशन जज एएस जयचन्द्र, गुरुग्राम ओआरसी की निदेशिका बीके आशा, नोएडा सेक्टर- 26 की एडिशनल प्रभारी बीके सुदेश, निगम पार्षद बबिता भरीजा, विधायक विशेष रवि, पहाड़गंज व्यापार मंडल के अध्यक्ष सुनील कक्कड़, पहाड़गंज की प्रभारी बीके ज्योति तथा अन्य मुख्य अतिथियों ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम कि शुरुआत की। मुख्य वक्ता बीके आशा ने बताया कि डिवाईन सोसाइटी की स्थापना स्प्रिचुएलिटी द्वारा ही हो सकती है, क्योंकि आध्यात्म जीवन में दिव्यगुणों को स्वीकार करना सिखलाता है, जिससे एक दिव्य समाज की स्थापना सम्भव है।

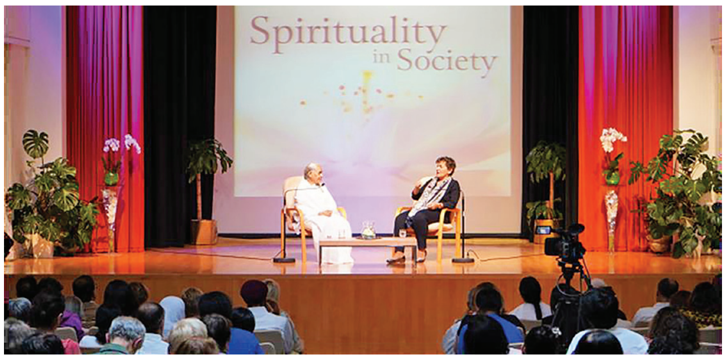
इंदौर में भारतीय एकता कॉन्फ्रेंस आयोजित, ब्रह्माकुमारी हेमलता ने कहा- दुनिया का सबसे बड़ा धर्म है मानव धर्म

कॉन्फ्रेंस में पुलिस समेत सभी धर्मों के लोग शामिल हुए।

शिव आमंत्रण ⊙ इंदौर। इंदौर में मुस्लिम संगठन अल फजर एजुकेशन फाउंडेशन की ओर से अभय प्रशाल ऑडिटोरियम में 'भारतीय एकता कॉन्फ्रेंस' का आयोजन किया गया, जिसमें भारत के विभिन्न स्थानों से अलग-अलग धर्मों के विद्वान वक्ताओं समेत ब्रह्माकुमारीज़ को आमंत्रित किया गया।
बैंगलुरू से शेख अब्दुल लतीफ मदानी, मुम्बई से जाद पटेल, इंदौर से सिक्ख समाज के प्रांतीय अध्यक्ष जसबीर सिंह गांधी, फादर पीयूष, इंदौर में ब्रह्माकुमारीज़ के जोन की क्षेत्रीय समन्वयक बीके हेमलता, हैदराबाद से शेराज उर रहमान उपस्थित हुए। बीके हेमलता ने बताया कि जिस प्रकार अलग-अलग रंग के फूलों से सुन्दर गुलदस्ता बनता है उसी प्रकार विभिन्न धर्म, जाति, समाज मिलकर देश की खूबसूरती को बढ़ाते हैं, इसलिए सभी धर्मों का मान करते हुए सबसे बड़े धर्म मानव धर्म का सम्मान करना चाहिए। इस अवसर पर एडिशनल एस.पी. महेन्द्र जैन ने भी अपने विचार रखते हुए सड़क सुरक्षा के नियमों का पालन करने एवं दूसरों को भी कराने की सभी को शपथ दिलाई।

ब्रह्माकुमारीज़ के लंदन स्थित ग्लोबल को-ऑपरेशन हाउस में कार्यक्रम आयोजित

वर्तमान समाज में आध्यात्मिकता का विकास और समावेश बहुत जरूरी है: बीके जयंती



वॉयलिन की धुन पर सभी ने किया राजयोग का अभ्यास

शिव आमंत्रण » सेंट पीटर्सवर्ग। लंदन। लंदन के मेयर सादिक खान ने लंदन क्लाइमेट एक्शन वीक नामक कैम्पेन लॉन्च किया, जिसमें स्वच्छ ऊर्जा समाधान के लिए सभी क्षेत्रों से जलवायु विशेषज्ञ शामिल हुए। इसी विषय को लेकर लंदन में ब्रह्माकुमारीज़ के ग्लोबल कोऑपरेशन हाउस में समाज में आध्यात्मिकता थीम पर डायलॉग आयोजित हुआ जिसमें जलवायु परिवर्तन पर संयुक्त राष्ट्र फ्रेमवर्क कन्वेंशन की कार्यकारी सचिव क्रिस्टियाना फिगर्स और मिडल ईस्ट एवं यूरोपियन कन्ट्रीज़ में ब्रह्माकुमारीज़ की डायरेक्टर बीके जयंती ने जलवायु पर चर्चा की। उन्होंने कहा कि वर्तमान समाज में आध्यात्मिकता का विकास और समावेश बहुत जरूरी है। अंतिम कड़ी में वॉयलिन की धुन पर राजयोग कमेंट्री के माध्यम से सभी को परमात्म अनुभूति कराई गई।

बोल, समय और शक्ति को व्यर्थ गवाने से बचाएं

शिव आमंत्रण » थाईलैंड। थाईलैंड के बैंकॉक स्थित पिंलू सेंटर पर फर्स्ट नेशनल सेंटर रेजीडेंस रिट्रीट संपन्न हुई, जिसे मुख्यालय माउंट आबू से ज्ञान सरोवर की निदेशिका बीके डॉ. निर्मला एवं वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके डॉ. सविता ने मार्गदर्शित किया। इस रिट्रीट में वियतनाम, कोरिया, मलेशिया, सिंगापुर एवं चीन से करीबन 80 बीके सदस्यों ने भाग लिया। इस रिट्रीट का मुख्य उद्देश्य स्वयं को जान अंतः यात्रा के सौंदर्य का अनुभव करने के साथ पुरानी बातों के प्रभाव से स्वयं को मुक्त करना रहा, इस रिट्रीट में पॉजीटिव थिंकिंग, स्ट्रेस फ्री लिविंग, हारमनी इन रिलेशनशिप जैसे कई गहन विषयों पर विशेष सत्र लिए गए, साथ ही बोल, शक्ति और समय व्यर्थ गवाने के बजाए जीवन के महत्व को समझने की प्रेरणा दी गई।

7वीं अंतरराष्ट्रीय रिट्रीट आयोजित, यूएसए, यूके सहित भारत से शामिल हुए प्रतिभागी

शिव आमंत्रण » नैरोबी। केन्या के नैरोबी स्थित सर्व अफ्रीका रिट्रीट सेंटर में सातवीं अंतरराष्ट्रीय बीके गुजराती रिट्रीट संपन्न हुई। एप्रिशिएटिंग माई लाइफ ए रिट्रीट टू रिकनेक्ट विद द सेल्फ विषय पर आयोजित इस कार्यक्रम में यूएसए, यूके, दोहा, दुबई एवं इंडिया से करीबन 54 बीके सदस्यों ने भाग लिया जिसमें अलग-अलग ग्रुप्स में विविध गतिविधियों के माध्यम से स्व उन्नति के लिए सभी को प्रेरित किया गया। ब्रह्माकुमारीज़ की क्षेत्रीय संयोजिका बीके वेदांती, अहमदाबाद के महादेवनगर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके चन्द्रिका, 'फ्यूचर ऑफ पावर' प्रोजेक्ट के प्रणेता निज़ार जुमा ने, बीके प्रतिभा ने अपने विचार व्यक्त किए।

गीता ज्ञान आत्मसात से जीवन होगा सफल

शिव आमंत्रण » कैलिफोर्निया। कैलिफोर्निया के लॉस एंजेल्स में संस्थान के मुख्यालय माउंट आबू से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका एवं गीता ज्ञान विशेषज्ञ बीके उषा के पहुंचने पर विविध स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित हुए। पशुपतिनाथ टेम्पल में बीके उषा ने स्ट्रेस फ्री लिविंग थ्रू राजयोग मेडिटेशन विषय पर सभा को मार्गदर्शित किया। इस मौके पर टेम्पल के प्रिस्ट समेत कई बीके सदस्य मौजूद रहे। सिम वैली टेम्पल में 'पर्पसफुल लिविंग थ्रू द विज़डम ऑफ गीता' थीम के तहत भगवद् गीता से जुड़े कुछ आध्यात्मिक एवं गहन मुद्दों पर चर्चा करने के साथ उसे जीवन में आत्मसात करने की विधियां समझाई।

विदेशी दौरा | सेंट पीटर्सबर्ग में पहुंचने पर बीके मुन्नी का किया विशेष स्वागत

विदेशी भी तेजी से अपना रहे आध्यात्म की राह, सभी के लिए मेडिटेशन बहुत जरूरी:बीके मुन्नी

शिव आमंत्रण »सेंट पीटर्सवर्ग। रशिया के सेंट पीटर्सबर्ग में मुख्यालय शांतिवन की कार्यक्रम प्रबंधिका बीके मुन्नी के पहुंचने पर जोरदार स्वागत किया गया। इस दौरान रशिया, बेलारुस के 12 शहरों से संस्था के सदस्य उपस्थित हुए। सेंट पीटर्सबर्ग में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके संतोष ने शब्दों द्वारा उनका स्वागत करते हुए बताया कि बीके मुन्नी परमात्मा की श्रीमत तथा वरिष्ठों के निर्देशों के अनुसार कार्य करती हैं। विशेष सांस्कृतिक प्रस्तुतियां भी आयोजित की गई थी। बीके मुन्नी ने कहा कि आध्यात्म को तेजी से विदेशी भी अपना रहे हैं। मेडिटेशन सभी के लिए बहुत जरूरी है।

सेंट पिटर्सबर्ग: शांतिवन की कार्यक्रम प्रबंधिका बीके मुन्नी के साथ 12 शहरों से आए संस्था से जुड़े लोग।

सार समाचार

पीस पैगोडा की 36वीं वर्षगांठ पर ब्रह्माकुमारीज़ आमंत्रित, जापानीज़ बुद्धिस्ट सोसाइटी का आयोजन

शिव आमंत्रण » विएना। ऑस्ट्रिया की राजधानी विएना में जापानीज़ बुद्धिस्ट सोसाइटी द्वारा पीस पैगोडा की 36वीं वर्षगांठ पर ब्रह्माकुमारीज़ आमंत्रित हुए, जहां विएना में यूएन प्रतिनिधि बीके रिक्की, बीके रेनर तथा बीके स्टीफी ने मुख्य रुप से भाग लिया। इस अवसर पर स्थानीय कलाकार राधा अंजलि द्वारा भरतनाट्यम की सुन्दर प्रस्तुति दी गई। राधा अंजलि समय प्रति समय विएना में ब्रह्माकुमारीज़ के आयोजनों में भी अपनी कला का प्रदर्शन देती रहती हैं। इस दौरान विएना में 1986 में मिलियन मिनट्स ऑफ पीस प्रोजेक्ट में अपना सहयोग देने वाले जापानी बौद्ध सोसाइटी के बौद्ध भिक्षु से भी बीके सदस्यों ने मुलाकात की और ब्रह्माकुमारीज़ संस्था का परिचय दिया।

अन्वाया होटल बीच पर समुद्र तट की सफाई ब्रह्माकुमारीज़ समेत कई संगठनों ने लिया हिस्सा

शिव आमंत्रण » सेंट पीटर्सवर्ग। रशिया, देनपसार। इंडोनेशिया में बाली की राजधानी देनपसार स्थित बाली में भारत के काउंसिल जनरल द्वारा पर्यावरण के संदर्भ में अन्वाया होटल बीच पर समुद्र तट की सफाई का कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें ब्रह्माकुमारीज़ समेत कई संगठनों ने हिस्सा लिया। कार्यक्रम में कांउसिल जनरल आर.ओ सुनील बाबु, इंडोनेशिया में ब्रह्माकुमारीज़ की नेशनल को-ऑर्डिनेटर बीके जानकी समेत कई गणमान्य अतिथियों द्वारा समुद्र में 100 कछुओं के बच्चों को छोड़ा गया। साथ ही साथ स्वच्छ पर्यावरण के महत्व के बारे में लोगों को जागरूक किया।

ब्रह्माकुमारीज पीस विलेज में यूथ रिट्रीट में एडिसन, क्वींस, न्यूयॉर्क के कई शहरों से आए युवा

शिव आमंत्रण » न्यूयॉर्क। न्यूयार्क में ब्रह्माकुमारीज़ के पीस विलेज में 2019 यूथ रिट्रीट आयोजित की गई, जिसमें एडिसन, क्वींस, बोस्टन, वर्जीनिया समेत न्यूयॉर्क के अन्य कई शहरों से युवा शामिल हुए। इस अवसर पर बीके कला, बीके गायत्री तथा बीके डोरोथी ने इन युवाओं के लिए आयोजित सत्रों को सम्बोधित किया। इस रिट्रीट में बीके कला ने दैनिक दिनचर्या में आध्यात्मिक जीवन तथा परमात्मा के बताए मार्ग पर चलने की प्रेरणा दी। आगे अन्य बीके बहनों द्वारा युवाओं के लिए राजयोग मेडिटेशन सत्र समेत अन्य कई गतिविधियां भी आयोजित की गई।

मुंबई से 40 सदस्यीय दल रुस सेवा पर पहुंचा

शिव आमंत्रण » मॉस्को। मुंबई के सांताक्रूज़ वेस्ट में ब्रह्माकुमारीज़ के सेवाकेन्द्रों की निदेशिका बीके मीरा और सांताक्रूज़ ईस्ट सेवाकेन्द्रों की निदेशिका बीके कमलेश 42 बीके सदस्यों समेत रूस के आध्यात्मिक दौरे पर थीं। मॉस्को के लाइट हाउस सेंटर पर इन सभी सदस्यों को मॉस्को में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके सुधा ने बड़ी धूम-धाम से चुनरी ओढ़ाकर एवं तिलक लगाकर सम्मानित किया। इसके साथ ही बीके सदस्यों ने विविध सांस्कृतिक प्रस्तुतियों द्वारा सभी का स्वागत-सत्कार किया। इस अवसर पर बीके मीरा ने सभा को संबोधित करते हुए मेडिटेशन का महत्व बताया। अन्य बीके सदस्यों ने अपने अनुभव साझा करते हुए सेवाकेंद्र के वातावरण की सराहना की।

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