ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 26 | मई -II- 2024 | अंक - 04 | माउण्ट आबू | Rs.-12

शांतिवन में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के अंतर्राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक • 7 दिनों में 60 सूत्री विषयों पर हुई गहन चर्चा

सामाजिक एकता, समरसता और आध्यात्मिक सशक्तिकरण ही लक्ष्य हो : दादी

इन मुद्दों पर हुई चर्चा

ब्रह्माकुमारीज़ के 21 प्रभागों द्वारा देश में होने वाले कार्यक्रमों की रूपरेखा, राजऋषि गोकुल गांव, महिला सशक्तिकरण, युवा विकास, बाल संरक्षण, बाल व्यक्तित्व विकास, समाज सेवा के विभिन्न आयाम, नशामुक्ति अभियान, वैश्विक शिखर सम्मेलन, दिव्यांगों के विकास पर हुई विशेष चर्चा

देश-विदेश में सामाजिक सरोकारों तथा विभिन्न कार्यक्रमों को लेकर ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान में आयोजित 7 दिवसीय अंतर्राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में 60 सूत्री विषयों पर चर्चा की गई।

शांतिवन। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि इस मीटिंग से लाखों-करोड़ों आत्माओं के जीवन में आध्यात्मिक विकास तथा सर्वांगीण विकास की रूपरेखा से एक दिशा तय होगी। सभी भाई-बहनों का प्रयास होना चाहिए कि लोगों में सामाजिक एकता, समरसता और आध्यात्मिक सशक्तिकरण का विकास हो। महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर भाई ने कहा कि देश में शांति और विकास के लिए लोगों को अध्यात्म से जोड़ना होगा। आध्यात्मिक जीवन शैली से ही समाज में बदलाव आयेगा। अति. मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी दीदी ने कहा कि चाहे देश हो या विदेश सभी स्थानों पर मानवीय मूल्यों की गिरावट चिंता का बड़ा कारण है। इसलिए हमें ज़रूरत है कि हम परमात्म ज्ञान से लोगों के अन्दर श्रेष्ठ संस्कारों का सिंचन करने का प्रयास करें। अति. मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती दीदी तथा संयुक्त मुख्य प्रशासिका ब्र.कु. मुन्नी दीदी ने कहा कि हमें ज्ञान और योग के ज़रिए लोगों में बढ़ रहे तनाव और डिप्रेशन को दूर करने के लिए प्रयास करना ज़रूरी है। मल्टी मीडिया प्रमुख ब्र.कु. करुणा भाई, कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय भाई, पांडव भवन प्रभारी ब्र.कु. शशि दीदी, ज्ञानामृत के सम्पादक ब्र.कु. आत्म प्रकाश भाई, ब्र.कु. सुदेश बहन समेत कई लोगों ने अपने विचार रखे।

संस्थान के 21 प्रभागों द्वारा आगामी योजनाओं एवं कार्यक्रमों की तय की गई रूपरेखा

चिकित्सा सेवा प्रभाग

सिरोही जिले में स्वास्थ्य सेवाओं की बेहतरी के लिए मेडिकल प्रभाग एवं ग्लोबल अस्पताल की ओर से ग्लोबल अस्पताल के चिकित्सा निदेशक डॉ. प्रताप मिड्ढा ने दो बड़े अस्पताल बनाने का प्रस्ताव रखा। जिसमें एक 16 मल्टी सुपर स्पेशिलिटी अस्पताल तथा दूसरा हार्ट इंस्टिट्यूट है। जिसका शिलान्यास प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने किया था।

» मीटिंग के शुभारंभ पर दादी रतनमोहिनी के साथ केक काटते हुए ब्र.कु. जयंती दीदी, ब्र.कु. निर्वैर भाई, ब्र.कु. बृजमोहन भाई, ब्र.कु. मुन्नी दीदी तथा अन्य।

- मेडिकल प्रभाग द्वारा एक वर्ष में चलाये गये नशा मुक्ति अभियान का डाटा पेश किया गया। इसके तहत करीब 17 लाख लोगों ने इसका लेकर नशे को छोड़ने का संकल्प लिया।

- बीएसईएस अस्पताल मुम्बई का भी डाटा पेश किया गया। साथ ही वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. अशोक मेहता ने महिलाओं में होने वाले ब्रेस्ट कैंसर के प्रति अवेयरनेस सेशन रखा और महिलाओं को इस कैंसर से कैसे बचाया जाये इसपर बातचीत हुई।

ग्राम विकास प्रभाग

ब्रह्माकुमारीज़ के ग्राम विकास प्रभाग द्वारा माउण्ट आबू के 14 गांवों को विषमुक्त गांव बनाने का संकल्प लिया गया। इसमें प्रशासन तथा सभी प्रकार के विधि-विधान का सहयोग लिया जायेगा। इसके तहत सात गांव को यौगिक खेती गांव के रूप में डेवलप किया जायेगा। जिसमें धर्मपुर गुजरात, शहादा महाराष्ट्र, झाबुआ मध्य प्रदेश, बैतूल मध्य प्रदेश और रायरंगपुर ओडिशा आदि को शामिल करने का विचार किया गया है।

- राजऋषि गांव-दत्तक योजना के तहत ग्राम विकास प्रभाग द्वारा देश के कम से कम सात प्रदेशों के 150 गांवों को चयनित किया जायेगा और वहां किसानों की कैसे आर्थिक उन्नति की जाये, उनकी जीवनशैली और व्यवहार को कैसे अच्छा बनाया जाये, कैसे उन्हें नशा मुक्त बनाय जाये, इस विषय पर भी चर्चा हुई।

आई.टी. प्रभाग

ब्रह्माकुमारीज़ के आई.टी. विंग की ओर से एक बी.के. वन एप्प बनाया गया है जिसमें ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़े सारे अच्छे कंटेंट डाले गये हैं। जिसके माध्यम से ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से जुड़े लोग और जो अच्छा कंटेंट देखना चाहते हैं वो इस एप्प का लाभ ले सकते हैं।

अन्य प्रभागों की परियोजनाएं

ट्रांसपोर्ट एंड ट्रैवल विंग » इस प्रभाग द्वारा 'यात्री कृपया ध्यान दें' थीम पर राष्ट्रीय स्तर पर अभियान चलाया जायेगा। इसके तहत यात्रियों की मनोदशा कैसी हो, उनको कैसे दुर्घटनाओं से बचाया जाये, यात्रा के दौरान वे क्या सोचें, किस तरह का भाव रखें, उसपर काम किया जायेगा।

शिक्षा प्रभाग » इंटरनेशनल यूनिवर्सिटी मणिपुर में जो ब्रह्माकुमारीज़ से सम्बंधित कई सब्जेक्ट्स चलाये जा रहे हैं, उसपर प्रकाश डाला गया, थॉट लैब के बारे में बताया गया और प्रकाशमणि विज़डम पार्क में बन रहे थिएटर के बारे में भी विस्तृत जानकारी दी गई।

यूथ विंग » इस प्रभाग द्वारा किस तरह युवाओं में पर्सनालिटी डेवलपमेंट का काम करें, इसपर विचार किया गया। सरकार की 'यूथ पार्लियामेंट' के ज़रिये युवाओं को जोड़ने का प्रयास इसमें शामिल है।

सुरक्षा सेवा प्रभाग » इस प्रभाग द्वारा सीमाओं पर जो जवान देश की सुरक्षा में अपनी सेवायें देते हैं, वे तनाव में रहते हैं, अपने परिवार से दूर रहते हैं, उनके तनाव को कैसे दूर किया जावे, उस पर काफी बातचीत की गई।

आर्ट एंड कल्चर विंग » कला जगत से जुड़े लोगों के लिए किये जाने वाले विभिन्न कार्यों एवं कार्यक्रमों की रूपरेखा स्पष्ट की गई। तेज़ी से बदल रही संस्कृति में फिल्म कलाकारों का जो रोल है, वे प्रभाग उस पर कार्य करेगा।

स्पार्क विंग » मन पर रिचर्स अर्थात् आपका थॉट लेवल अगर खराब होता है तो वो आपके सेहत पर, आपके परिवार पर कैसे असर डालता है, उससे कैसे बचा जाए और कैसे लोगों को अवेयर किया जाये, इस पर बातचीत की गई।

इसके साथ ही एडमिनिस्ट्रेटिव विंग, समाज सेवा प्रभाग, साइंटिस्ट इंजीनियरिंग विंग, मीडिया विंग, शिपिंग एंड एविएशन विंग, ज्युरिस्ट विंग, बिज़नेस एंड इंडस्ट्री विंग एवं महिला प्रभाग आदि सभी प्रभागों द्वारा विचार-विमर्श करके समाज में इन वर्गों के जीवन में कैसे उत्कृष्टता लाएं इसपर बातचीत की गई।

ये हुए शामिल

ब्रह्माकुमारीज़ के अंतर्राष्ट्रीय कार्यकारिणी की बैठक में सभी ज़ोन, सबज़ोन, प्रभागों के अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, नेशनल कोऑर्डिनेटर, मुख्यालय संयोजक, सभी प्रमुख सेवाकेन्द्र की मुख्य भाई-बहनों ने भाग लिया।

परमात्मा की हमसे अपेक्षायें

माँ-बाप अपने बच्चे को छोटे से बड़ा कर पढ़ाते हैं, सिखाते हैं और समझाते हैं। और जब बच्चा तैयार हो जाता तो उनकी भी कुछ उससे अपेक्षायें होती हैं कि वो अपने पिता का कार्य सम्भाले, उसको आगे बढ़ाये। इसी तरह परमपिता परमात्मा भी बच्चों को एडॉप्ट कर सिखाते हैं, पढ़ाते हैं, समझाते हैं और उसको लायक बनाते हैं। जब बच्चे तैयार हो जाते हैं तो उनकी भी कुछ अपेक्षायें होती हैं। परमपिता परमात्मा की भी अपने बच्चों से चाहना है कि वे उनके कर्त्तव्य को सम्भालें और आगे बढ़ाएं।

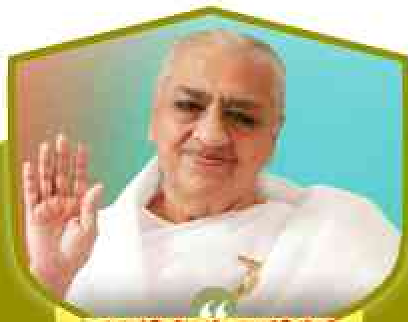
वर्तमान में परमपिता परमात्मा की हम बच्चों से आश है, जैसे साकार रूप में हमने ब्रह्मा बाबा को देखा, उन्हें जब शिव बाबा से सत्य ज्ञान मिला, तो वे मन सहित सर्वस्व समर्पण होकर शिव पिता के कर्त्तव्य को आगे बढ़ाने में लग गये और उसे करके दिखाया। वे पूर्ण रूप से बेहद के वैराग्य की स्थिति में स्थित हो गये। मेरा कुछ भी नहीं, ये सब परमात्मा की देन है। मुझे सम्पूर्ण रूप से निमित्त बन साकार रूप में उदाहरण बनना है। जो कि हम सब जानते हैं कि ब्रह्मा बाबा ने ऐसा करके दिखाया। उनके सानिध्य में रहते हुए हमने भी ब्रह्मा बाबा और परमपिता शिव बाबा की पालना ली, उनसे सीखा, उन्होंने समझाया, मार्गदर्शन किया। तो हम बच्चों का भी ये कर्त्तव्य है कि हम भी उनके जैसा बन संसार के सामने उदाहरण पेश करें। ये उनकी हमारे प्रति शुभ कामना है।

वर्तमान समय भौतिक चकाचौंध में साधनों का बोलबाला है। सुख के साधन उपलब्ध हैं। किंतु सभी के जीवन में शांति, खुशी और चैन का अभाव है। जहाँ देखो चाहे सम्बंधों में, व्यवहार में, परिवार में और वातावरण में शांति और खुशी की कमी दिखाई देती है। ऐसे में हम सबको वैराग्य वृत्ति को धारण करना है। वैराग्य वृत्ति एकमात्र ऐसा टूल है जिससे ही मन-इच्छित सुख, शांति प्राप्त होती है। जब हम दिल से वैराग्य वृत्ति में स्थित होकर व्यवहार में आते हैं तो हमें कुछ लेने या पाने की कामना नहीं रहती। बल्कि हमें रहम भाव आता कि जो भी दुःखी हैं, अशांत हैं, इच्छाओं के वशीभूत हैं, उन सबको भी इनसे छुड़ाएं।

वैराग्य वृत्ति दिल से जब होती है तभी दिल खुश होता है। जब हम ऐसी स्थिति में होते हैं तो दिल की खुशबू दूसरे के दिल तक पहुंचती है। मन से वैराग्य वृत्ति होने पर वो चैन दूसरे के मन तक भी पहुंचता है। जैसे ब्रह्मा बाबा ने कहा और दिल से समर्पण किया, सबकुछ तेरा और वो ट्रस्टी होकर रहे। मन से भी उसको स्वयं के प्रति यूज़ नहीं किया। ऐसी वैराग्य वृत्ति हम बच्चों में जब नयन में, मन में, चैन में, चलन में दिखाई देगी तब ही हम भी दूसरे को दुःख से मुक्त कर सकेंगे। आज के समय की मांग है, हम इस तरह की पॉवरफुल तपस्या कर मंसा सेवा के निमित्त बनें। अभी हमारे मन से ऐसे भाव निकलें जो दूसरों के मन को भी स्पर्श हो, अनुभव हो, उसकी आवश्यकता है। निरंतर इस स्थिति में स्थित रहकर वायुमण्डल बनाने की ज़रूरत है। जैसे हमने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के साकार संस्थापक पिताश्री प्रजापिता ब्रह्मा बाबा को देखा, वे आदि से अंत तक उसी स्थिति में स्थित रहे, उसका वायब्रेशन आज भी मधुबन में महसूस होता है, सबको आकर्षित करता है। सभी को शांति स्तम्भ पर पहुंचने पर शांति का अनुभव होता और उन जैसा बनने की इच्छा प्रखर होती है, सुकून मिलता है। ऐसे ही हमें भी वैराग्य वृत्ति धारण कर सच्ची साधना व तपस्या करनी है। कहते हैं, सन शोज़ फादर। तब और लोग कहेंगे, इन्हों के जीवन में खुशी और शांति झलकती है, इन्हों को ऐसा किसने बनाया! तब वे भी अपनी व्यर्थ की इच्छाओं से मुक्त होकर अच्छा बनने की हिम्मत करेंगे। ब्रह्मा बाबा ने हमें सिखाया, हमारा जीवन सुखमय, शांतिमय और खुशियों से भरा बनाया, तो हमारा दायित्व है, हम भी उनके उसूलों को धारण कर दूसरे जो दुःख, अशांति से ग्रस्त हैं उनपर रहम करें और उन्हें उनसे मुक्ति दिलायें। तब दुःख का खात्मा होगा और ये संसार सुखमय बनेगा।

प्राप्ति के आधार से प्यार का संबंध

कई बड़ी-बड़ी बातें सुनकर डर जाते हैं। कहते हैं इतना करना पड़ेगा! मेरे से नहीं हो सकेगा। बाबा के पास आये हैं, दाता के पास आये हैं तो दो मुट्ठी भरकर खुश हो रहे हैं! अरे, पूरी झोली भरो ना। दिलशिकस्त इसीलिए होते हैं क्योंकि बाबा का साथ अनुभव नहीं होता। कम्बाइन्ड नहीं हैं। हम कितने भी कमज़ोर हैं लेकिन बाबा कमज़ोर नहीं है, वह सर्वशक्तिवान है। तो हम अपने को अकेला क्यों समझते हैं। दिलशिकस्त होने के कारण कई बार कह देते हैं कि आप समझ लो, मैं ऐसे ही चलूंगी, मेरा भाग्य इतना ही है, चाहे मैं लक्ष्मी-नारायण बनूं या नहीं, मैं तो ऐसे ही रहूंगी। लेकिन मैं कमज़ोर भी हूँ तो भी मेरा साथी सर्वशक्तिवान है- यह याद रहेगा तो मास्टर सर्वशक्तिवान बन जायेंगे।



राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

बाबा कहते हैं अभी तो यह कहो कि याद करना मुश्किल नहीं लेकिन भूलना मुश्किल है। क्योंकि प्राप्ति के आधार पर दिल ने माना मेरा बाबा है।

एक है नॉलेज की रीति से दिमाग से पहचानने वाले, दूसरे हैं दिल से पहचानने वाले। तो दिमाग की रीति से हमने अगर बाबा को पहचाना है कि हाँ ठीक है, निराकार है, ज्योतिबिन्दु है, परमधाम में रहता है, ज्ञान का सागर है, प्यार का सागर है, ये शक्तियां हैं- यह हमने सिर्फ नॉलेज की रीति से, दिमाग से जान लिया कि बाबा ये है और दूसरा है जो मेरा दिल कहे कि हाँ, मेरा बाबा है। सिर्फ नॉलेज के आधार से प्यार नहीं पैदा होता। प्राप्ति के आधार से प्यार होता है। तो प्राप्ति को पहले सामने लाओ, सिर्फ बाबा-बाबा नहीं करो। प्राप्ति ऐसी चीज़ है जो किसी अन्जान से भी संबंध जुट जाता है। कहीं रास्ते में आपको ठोकर लग गई वहाँ आपका कोई भी नहीं है लेकिन किसी अन्जान ने आपको सहारा दिया तो आपके दिल का प्यार उससे हो जायेगा। क्योंकि प्राप्ति हुई। फौरन ही कहेंगे कि आपको हम जीवनभर नहीं भूलेंगे। कोई सम्बन्ध ही नहीं है और जीवनभर नहीं भूलेंगे! क्योंकि प्राप्ति हुई। तो बाप और बच्चे के सम्बन्ध को प्राप्ति के आधार से याद करो। बाबा ने मुझे क्या दिया! बाबा से क्या आनंद की अनुभूति हुई- उस प्राप्ति में डूब जाओ, उस अनुभव में खो जाओ, फिर आपको दिल से बाबा के प्यार का ऐसा अनुभव होगा जैसे कम्बाइन्ड चीज़ है जिसको कोई अलग नहीं कर सकता है। यह है दिल से बाबा को याद करना। बाकी नॉलेज के आधार से, दिमाग से याद किया तो नज़दीक अनुभव नहीं कर सकेंगे। थोड़े समय के लिए शान्ति मिलेगी, थोड़े टाइम के लिए सोल कॉन्शियस हो जायेंगे। सदाकाल के लिए नहीं। बाबा कहते हैं अभी तो यह कहो कि याद करना मुश्किल नहीं लेकिन भूलना मुश्किल है। क्योंकि प्राप्ति के आधार पर दिल ने माना मेरा बाबा है। जब दिल में कोई बात आ जाती है तो बहुत मुश्किल निकलती है। दिमाग तक होती है तो चेन्ज हो जाती है। आशिक-माशूक होते हैं तो एक-दो के प्यार में समा जाते हैं, कितना भी दुनिया चाहे उनको अलग कर नहीं सकती। ये तो हमारा बाबा है। तो दिल कहे बाबा तेरा शुक्रिया।

लौकिकता में अलौकिकता हो... ये हमेशा ध्यान रहे...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

ऋषि-मुनियों के लिए सुनते थे वो त्रिकालदर्शी थे। आज हम बाबा के बच्चे विचार करते हैं इस समय हम त्रिकालदर्शी हैं, तीसरा नेत्र खुला है तो त्रिकालदर्शी हैं, तो स्थिति कितनी ऊंची है। तीसरा नेत्र त्रिकालदर्शी बनाता है। त्रिकालदर्शी बनने से बहुत हल्के होते हैं। तभी तीनों लोकों की सैर करते हैं। ऐसा फील होता है जैसे यहीं कहीं एक स्थान से दूसरे स्थान पर जा रहे हैं। नैचुरल हो गया है। ऐसे ही तीनों लोकों में आना-जाना नैचुरल हो गया है। यहाँ संगम पर खुशी मना रहे हैं। ब्राह्मण जीवन है, सफल कर रहे हैं। सफल करेंगे तो सफलता मिलेगी। सफल करने के लिए दिल खुला रखेंगे, मन भी खुला रखेंगे तो सफलता मिलेगी। कर्म भी ऐसा हो जो दूसरे को प्रेरणा मिले। इसमें हमारी एक्यूरेसी हो। संकल्प एक्यूरेट होता है तो लक्की है। यदि संकल्प श्रेष्ठ नहीं होंगे तो आप समान नहीं बना सकते। आप समान बनाने की सेवा ऑर्डिनरी सेवा नहीं है। मैसेज देना भी बड़ी सेवा है। परन्तु उससे भी बड़ी आप समान बनाने की सेवा है। आप समान माना अपने समान नहीं, क्योंकि हमारे में भी जो कमी होगी वह भी आ जायेगी। कमी जल्दी आ जायेगी, अच्छाई बाद में आयेगी। बाबा समान बनाना माना बाबा के नज़दीक आना। उसकी बुद्धि अच्छा काम करेगी। बाबा का अच्छा सर्विसएबुल बनेंगे। सर्वशक्तिवान से जुटे रहेंगे तो शक्ति आ जायेगी।

अन्दर ध्यान रखना है कि हमारे सर्व सम्बन्ध भगवान से हों। और कहीं सम्बन्ध नहीं चला जाये।

बाबा से सर्व सम्बन्ध है तो यह शक्ति सर्व कमज़ोरियों को खत्म कर देती है। बाबा सर्वशक्तिवान है, ज्ञान का सागर, प्रेम, आनंद, शान्ति का सागर है लेकिन वह गुण मेरे में कैसे आयें, साथी में कैसे आयें? जब सर्व सम्बन्ध एक बाप से होंगे तभी वह गुण आयेंगे।

तो सूक्ष्म में हमारी भावना आप समान बनाने की क्या है? थोड़ा सेवा में मदद करे, क्लास करा ले, लिखाई-छपाई कर ले... वह तो जिसमें जो गुण-कला होगी वह करेगा। कर्मयोगी बनना है तो कर्म तो करना ही है। शरीर निर्वाह अर्थ भी करना है। लेकिन शरीर में जो आत्मा है उसकी सम्भाल भी करनी है। कर्मेन्द्रियों के द्वारा मेरी क्या सेवा है। कर्मेन्द्रियों के द्वारा आत्मा पतित से पावन बनती है। पतित भी बनी है तो कर्मेन्द्रियों के द्वारा बनी है। ऐसे पावन नहीं बनेगी। कर्मेन्द्रियों सहित जब इतने जन्म लिए हैं तो कर्मेन्द्रियों द्वारा जो कर्म किए हैं वो आत्मा के संस्कार बने हैं। फिर सम्बन्ध में, देह में आकर जो कर्म किये हैं वो कर्म भी पावन बनाना पड़ेगा। सम्बन्ध में भी हमारा कर्म बहुत अच्छा हो। खुद के साथ, औरों के साथ भी। अलौकिकता में लौकिकता न आ जाये - यह खबरदारी हमेशा रहे। लौकिकता में अलौकिकता हो।

अपने को स्टूडेंट समझ हरेक से सीखते चलें

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

हमको नॉलेज मिली है कि तुम आत्मा इस मस्तक पर मणि की तरह चमकती हुई बिन्दु हो। तुम उस मणि अर्थात् बिन्दु को ही देखो और उस बिन्दु में कितने विशेष गुण हैं, कितनी उसमें रूहानियत की शक्ति है, वही देखो। क्योंकि कोई भी बात पहले बुद्धि में आती फिर वृत्ति में चली जाती है। तो वह वृत्ति फिर दृष्टि से काम करेगी। तो यह वृत्ति और दृष्टि दूसरों को कितना प्रेम देती, रिस्पेक्ट देती, दूसरों के प्रति कितनी सद्भावना है! यह सब नॉलेज से रियलाइज़ हो जाता है। यदि अन्दर से कुछ और भावना हो और बाहर से दिखावटी भावना हो - तो भी फील होगा। दिल से हम किसको कितना लव देते हैं या कॉमन रूप से लव रखते हैं - इन दोनों का अन्तर यह नॉलेज ही स्पष्ट करती है। इसीलिए ये नॉलेज हमको हरेक बात में निर्णय शक्ति देती है। तो आत्मिक स्मृति और परमात्म स्मृति का यही आधार है। क्योंकि बुद्धि के क्लीयर होने से ही स्मृति पॉवरफुल होती जाती है - ये दो सब्जेक्ट (ज्ञान और योग) जीवन के मूल आधार हैं। जितना-जितना इसकी गहराई में जाते हैं, स्टडी करते हैं, कॉन्शियस में रहते हैं, उतना दैवी गुणों की धारणा होती है, सूक्ष्म संस्कार परिवर्तन होते हैं क्योंकि रियलाइज़ेशन की शक्ति आ जाती है। अतः सबसे पहले यह नॉलेज खुद को बहुत फायदा देती है।

आज प्रत्येक मनुष्य जीवन में अपनी-अपनी समस्याओं में उलझा रहता है। कभी तबियत ठीक नहीं होगी तो प्रॉब्लम, परिवार की समस्या आई तो प्रॉब्लम, आपसी कोई बात हुई तो भी प्रॉब्लम, जिसकी लाइफ में जितनी प्रॉब्लम आती, उतना वह मनुष्य मूंझा रहता है। कइयों की लाइफ ऐसी है- ठीक है चल रहे हैं, उदास हैं, मूंझे हुए हैं, उनको अपनी लाइफ की वैल्यू नहीं, लाइफ का कोई हल नहीं, कोई ऊंचा आदर्श नहीं, कोई उम्मीद नहीं। लेकिन यह ज्ञान हमें जीवन की हर प्रॉब्लम का हल देता है। इसलिए आप लोग जितना-जितना इस ज्ञान-योग की स्टडी करते जायेंगे उतनी सफलता मिलती जायेगी। जैसे वैज्ञानिक खूब स्टडी करते, नई नई खोजें करते,

मुझे हर एक से स्टूडेन्ट बन गुण ग्रहण करने हैं, स्टडी करनी है, इतना होशियार होना है चाहे कोई छोटा काम करता, चाहे बड़ा करता है। चाहे कोई भाषण करता, चाहे कोई कर्मणा सेवा करता लेकिन वह कितना उस बात में परफेक्ट है, मुझे उसकी परफेक्शन अपने में लानी है।

सफल होते जाते, अनेक साधन तैयार करते जाते तो जितनी उसकी गहराई है उतनी इस साइलेन्स की शक्ति व योग की शक्ति की भी गहराई है। यह बहुत बड़ी शक्ति है, इस शक्ति के आधार से हम अपनी जीवन को जैसा दिव्य बनाना चाहें वैसा बना सकते हैं।

श्रेष्ठ कर्म के लिए सबसे पहले चाहिए दैवी गुणों की धारणा। दैवीगुणों की धारणा में कमी आने का मूल कारण है इगो (अहंकार)। अनुभव कहता है ज्ञान बहुत सुन लो, योग बहुत अच्छा लगाओ, बाबा को प्यार करो परन्तु अगर अन्दर में इगो है तो वह सब बातों को ढक देगा, नुकसान कर देगा। सबसे पहले हमने देखा कि पिताश्री जिनके पास नॉलेज की इतनी बड़ी अथॉरिटी थी, इतनी हम बच्चों से मेहनत करते, समझाते लेकिन मैंने कभी उनके व्यवहार में इगो नहीं देखा। इगो अभिमान पैदा करता। ईर्ष्या भी पैदा करता क्योंकि देह अभिमान से इगो आता, नशा चढ़ता है। हमें कभी इगो न आये उसकी अनेक युक्तियां बाबा ने बताई हैं। पहले तो हमारी बुद्धि में रहता इस ज्ञान की पढ़ाई में सदैव स्टूडेंट हूँ, जितना हम पढ़ाई करें उतनी थोड़ी है। दूसरे सब समझते हम सब स्टूडेन्ट पढ़ाई पढ़ रहे हैं। मैं होशियार हूँ यह मैं कभी नहीं सोचती। मेरे से बहुत होशियार हैं। जितना जो होशियार है मुझे उनसे सीखना है। हर एक कोई किसमें होशियार है, कोई किसी बात में होशियार है। मुझे हर एक से स्टूडेन्ट बन गुण ग्रहण करने हैं, स्टडी करनी है इतना होशियार होना है चाहे कोई छोटा काम करता, चाहे बड़ा करता है। चाहे कोई भाषण करता, चाहे कोई कर्मणा सेवा करता लेकिन वह कितना उस बात में परफेक्ट है, मुझे उसकी परफेक्शन अपने में लानी है। जब मैं बुद्धि में रखती कि हर बात में मुझे परफेक्ट होना है तो कौन किस बात में परफेक्ट है, वह मुझे देखना है। तो हर एक से मैं विशेषता उठाती हूँ। ऐसा नहीं सोचती कि यह ऐसा है, वैसा है। मैं होशियार हूँ या मैं यह नहीं सोचती दादी हूँ। हम सदैव स्टूडेंट हैं। कोई का कैसा भी व्यवहार है, चलन है, दृष्टि-वृत्ति है, हमें उनसे सीखना है। बाप शिक्षक है पर हम हर एक से शिक्षा लें तो हमारी दृष्टि ऐसी रहती जिससे न खुद में इगो आता, न कभी किसी के लिए नफरत।

हमारी पवित्रता ऐसी हो जो दूसरों में परिवर्तन ला दे

निजी गुण, कर्म और स्वभाव की समानता के आधार पर महानता

गतांक से आगे...

जैसा कि पिछले अंक में आपने पढ़ा कि डॉक्टर भी जब जाँच करता है तो जुबान देखता है, नब्ज देखता है, थर्मामीटर लगाता है, हाथ पर स्टेथोस्कोप लगाके देखता है और ब्लड टेस्ट करता है, फिर टेस्ट करके कहता है कि आपको फलानी बीमारी है। तो हम लोग भी अपनी पवित्रता की और योग की शक्ति को चेक करें उसकी एक परख तो यह होगी कि उसका दूसरों पर प्रभाव पड़ेगा। अब आगे पढ़ते हैं...

राजयोगी ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

बाबा कहते हैं अपने डॉ. स्वयं बनो, चेक करो अपने को, तो क्या चेकिंग करेंगे, कि पवित्रता कहाँ तक है? बहुत दफा बाबा कहते अनटच्चड कुमारी, जिसको किसी पुरुष ने हाथ न लगाया हो। ऐसी निर्मल, स्वच्छ, किसी को उसकी देह के प्रति ऐसा आकर्षण न हुआ हो। इतनी पवित्रता हो कि दूसरे के मन में भी उसको देखकर कोई अपवित्र संकल्प न आये। गन्दे से गन्दा आदमी हो, बिल्कुल संसार में बदनाम आदमी, बिल्कुल ही दुःचरित्र आदमी वह भी अगर सामने आये देखे तो वह भी समझे कि यह देवी है, शक्ति है। उसका भी विचार बदल जाये, ऐसी पवित्रता हमारी हो कि उसकी अपवित्रता को नष्ट कर दे। हमारी शक्ति इतनी तेज हो कि उसको ध्वस्त कर दे। हमारी पवित्रता का ऐसा प्रभाव पड़े कि स्वयं उसमें भी परिवर्तन आ जाये, यह हमारी पवित्रता की स्टेज हो। और योग की शक्ति हमारी ऐसी हो कि उससे उसके मन को भी शांति का अनुभव हो और उसके मन में यह संकल्प आये कि यह तो देवी है, शक्ति है। अगर ऐसा अभ्यास आपका होता जायेगा तो उसको लाइट का साक्षात्कार होगा।

मैं आत्मा लाइट हूँ वह तो ठीक है लेकिन दूसरे को भी यह अनुभव होने लगेगा कि यह लाइट है, इसके आस-पास लाइट दिखाई दे रही है जिसको औरा या प्रभामण्डल कहते हैं, वह दिखाई देगा। योगियों के सिर के पीछे लाइट दिखाते हैं ना, तो ऐसे दूसरे को भी लाइट दिखाई देगी। चेहरे को देखने के बजाय उस लाइट को देखने लगेगा, यह क्या है, चेहरा गुम हो जायेगा और हल्का-हल्का सा झिलमिल-झिलमिल प्रकाश उसे मालूम पड़ेगा।

तो ब्रह्माकुमार व ब्रह्माकुमारी वह जो ब्रह्मा की संतान है। मुखवंशी है। मुख से पैदा हुए हैं, ब्राह्मण के लिए कहा जाता है जो यज्ञ करे और कराये, पढ़े और पढ़ाये। ब्राह्मण वह है जो दान दे और ले और यज्ञ पवीत(जनेऊ) पहने और पहनाये। यह ब्राह्मणों के कर्म प्रसिद्ध हैं। परन्तु यह स्थूल की बात नहीं है, अभी हम तो इसके अर्थ स्वरूप में टिकते हैं। यज्ञ करें और यज्ञ करायें, दान दें और दान लें, पढ़ें और पढ़ायें, क्या पढ़ें और क्या पढ़ायें? यह जो ईश्वरीय पढ़ाई है, ईश्वरीय पढ़ाई रोज़ कायदे से पढ़ें। गॉडली स्टूडेंट लाइफ इज बेस्ट, जिसको बाबा कहते कि किसी भी दिन मुरली मिस न हो। मुरली सुनने के बाद फिर उसका स्वाध्याय करें। स्वयं उसपर मनन-चिंतन करें। दूसरा अगर किसी ब्रह्माकुमारी ने सारे दिन में किसी को भी ज्ञान नहीं दिया यह तो बात बनी नहीं। जैसे कि स्नान ही नहीं किया। कोई स्नान न करे, उसको कैसे लगता है। वस्त्र चेंज न करे और स्नान न करे तब तक भोजन खाने का मन नहीं करेगा। तो स्थूल सेवाओं के साथ-साथ मुरलीधर भी ज़रूर बनो।

बाबा ने जो मुरली सुनाई जब तक वह आप रिपीट नहीं करोगे, तो वह आपकी बुद्धि में धारण नहीं होगी। जैसे दीप से दीप जगना चाहिए वैसे आपने जो सुना है वह सुनाओ, उसको सुनाये बिना रिफ्रेश नहीं होंगे। अगर हमारे मन में यह दृढ़ संकल्प हो कि हमें किसी न किसी को ज्ञान सुनना ही है, यह ब्राह्मण का कर्त्तव्य है। बाबा के वचन जो सुने हैं, बाबा ने जो हम पर एहसान किये हैं, जो हमें धन दिया है यह बंटना है, यह केवल अपने तक सीमित नहीं रखना है तो कोई ना कोई साधन मिल जाता है।

बैतूल-म.प्र.। माननीय मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के बैतूल में आगमन पर तिलक लगाकर व पुष्प भेंट कर उनका स्वागत करने के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ भाग्य विधाता भवन सेवाकेंद्र की संचालिका ब्र.कु. मंजू बहन एवं ब्र.कु. सुनीता बहन। साथ ही माननीय मुख्यमंत्री को ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण भी दिया। इस अवसर पर बैतूल हरदा क्षेत्र के सांसद डी.डी. उइके, बैतूल विधायक हेमंत खंडेलवाल, आमला विधायक डॉ. योगेश पंडाग्रे, मुलताई विधायक चंद्रशेखर देशमुख, घोड़ा डोंगरी विधायक बहन गंगा उइके, पूर्व कृषि मंत्री कमल पटेल समेत भाजपा के कई वरिष्ठ नेता, कार्यकर्ता तथा अन्य गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

पटियाला-पंजाब। ब्रह्माकुमारीज की फिल्म 'द लाइट' के प्रीमियर पर पटियाला की महारानी एवं सांसद परनीत कौर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज की सर्कल प्रभारी ब्र.कु. शांता दीदी। साथ है ब्र.कु. राखी, ब्र.कु. शिखा,माउण्ट आबू तथा अन्य।

दुर्ग-छ.ग.। आनंद सरोवर बघेरा में आयोजित शिव दर्शन आध्यात्मिक मेले के उद्घाटन अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए विधायक गजेंद्र यादव व उनका परिवार, पार्षद नरेश तेजवानी तथा सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रीता बहन।

राजकोट-रणछोड़नगर(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'भव्य त्रिवेणी उत्सव' कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्रह्माकुमारीज के अति. महासचिव राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन भाई, ब्रह्माकुमारीज की गुजरात ज़ोन डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. भारती दीदी, ब्र.कु. अमर बहन, मणिनगर सबज़ोन संचालिका ब्र.कु. नेहा बहन, राजकोट के विधायक रमेश भाई तिलाला, श्री पुरुषार्थ युवक मंडल चैरिटेबल ट्रस्ट के प्रमुख किशोर भाई राठौड़, बालाजी वेफर्स के मालिक भीखू भाई विरानी, अवधपुरी सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रेखा बहन, स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. शीतल बहन, शहर के प्रतिष्ठित बिज़नेसमैन, बिल्डर्स तथा अन्य गणमान्य लोग।

गंगटोक-सिक्किम। बागवानी महाविद्यालय में आयोजित 8वें सीएयू अंतर-कॉलेजिएट युवा महोत्सव खेल एवं खेल प्रतियोगिता 2024 में आमंत्रित किये जाने पर ब्र.कु. सोनम बहन ने 'खुशी और शांतिपूर्ण जीवन' विषय पर व्याख्यान दिया तथा इस मौके पर उपस्थित डॉ. अनुपम मिश्रा,माननीय कुलपति,सीएयू,इम्फाल, डॉ. ए.के. पांडे,डीन, तथा प्रोफेसर्स को ईश्वरीय सौगात भेंट की। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में विद्यार्थीगण मौजूद रहे।

गया-सिविल लाइन(बिहार)। अलौकिक होली स्नेह मिलन समारोह में दीप प्रज्वलित करते हुए प्रमुख चिकित्सक बिरेंद्र कुमार, समाजसेवी विनोद कुमार जसपुरिया एवं सेवाकेंद्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. शीला दीदी।

नवापारा-राजिम(छ.ग.)।अंतर्राष्ट्रीय कथावाचक पंडित प्रदीप मिश्रा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पुष्पा बहन व ब्र.कु. नारायण भाई।

चंद्रपुर-महा.। पारंपरिक लोक कला संस्कृति उत्सव चंद्रपुर में महाराष्ट्र सरकार द्वारा राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी,निदेशिका,ओआरसी गुरुग्राम एवं अध्यक्षा,आईटी विंग,ब्रह्माकुमारीज़ तथा राजयोगिनी ब्र.कु. चंद्रिका दीदी,अध्यक्षा कला एवं संस्कृति प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज़ को 'समाज गौरव' पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

सूरत-गुज.। राजहंस फ्लेमिंगो थियेटर में ब्रह्माकुमारीज की फिल्म 'द लाइट' की लॉन्चिंग के अवसर पर मेयर दक्षेश मवानी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज कतारगाम मुख्य सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. शारदा बहन।

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय शांतिवन में राजस्थान के पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत के आगमन पर ज्ञानचर्चा करने के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्र.कु. मुन्नी दीदी। साथ हैं मल्टी मीडिया चीफ ब्र.कु. करुणा भाई तथा ब्र.कु. प्रकाश भाई। इस दौरान ग्लोबल अस्पताल निदेशक डॉ. प्रताप मिड्ढा, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी ब्र.कु. उषा दीदी, रेवदर विधायक मोतीराम कोली, प्रदेश कांग्रेस के महासचिव हरीश चौधरी, पूर्व विधायक संयम लोढ़ा सहित अन्य गणमान्य लोग तथा वरिष्ठ राजयोगी भाई-बहनें उपस्थित रहे।

बरेली-उ.प्र.। होली मिलन समारोह के दौरान सांसद संतोष गंगवार, ब्र.कु. पार्वती बहन, ब्र.कु. रजनी बहन, ब्र.कु. दीपा बहन तथा अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

हसनपुर-हरियाणा। राजेश सोनकर,विधायक,सोनकच्छ,देवास,मध्य प्रदेश को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. इंदिरा बहन व ब्र.कु. मीनाक्षी बहन। साथ हैं नवीन गोयल, डेविड भाई व शेखर भाई।

कोटा-राज.। शिव जयंती के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में कोटा दक्षिण से विधायक संदीप शर्मा, बीजेपी के प्रतिपक्ष नेता लव शर्मा, केंद्रीय विद्यालय के प्रिंसिपल आर.एस. तंवर, ब्र.कु. उर्मिला बहन, ब्र.कु. प्रीति, ब्र.कु. गरिमा, ब्र.कु. देविशा तथा अन्य।

पेरने फाटा-वाघोली(महा.)। महाशिवरात्रि के मेले में सकाळ पेपर के पत्रकार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनिता बहन।

झुमरी तिलैया-कोडरमा(झारखंड)। होली के शुभ अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी बहन ने भाईचारा बनाये रखने का संदेश देते हुए सभी को गुलाल लगाकर होली की बधाई दी। इस मौके पर गणमान्य अतिथि व ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

घर के गेट खोलने की चाबी... वैराग्य वृत्ति

भाग्य को देखते चलो और बढ़ाते चलो

राजयोगिनी ब्र.कु.जयंती दीदी,अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका,ब्रह्माकुमारीज

कॉम्पेरिज़न में आप सोचो कि इससे पहले मेरी जीवन क्या थी! मीठी जीवन कौन सी? हम ये नहीं कहेंगे कि ये हमारी त्याग की जीवन है। हम ये कहेंगे कि ये हमारे बहुत भाग्य की जीवन है। तो भाग्य को देखते चलो और और बढ़ाते चलो।

गतांक से आगे...

जैसा कि पिछले अंक में आपने पढ़ा कि जब ज्ञान की पहचान होती उसमें भी खास बाबा की पहचान होती, और योग लगना शुरू होता तो योग के द्वारा बाबा शुरू में बहुत सुन्दर अनुभव कराते हैं मेरा तो अनुभव ये कहता। क्योंकि बाबा देखता है कि बिछड़ा हुआ बच्चा मेरे पास लौट के आया है तो बाबा खूब-खूब प्यार देते हैं। और फिर और आगे चलते तो बाबा की बहुत गहरी बातें समझ में आने लगती। तो जैसे-जैसे बाबा से सम्बन्ध जुटता जाता तो और गहरी प्राप्ति होती जाती। सहज वैराग्य वृत्ति उत्पन्न हो जाती...

खान-पान का परिवर्तन, रहन-सहन का परिवर्तन कितना सहज हो गया। मुश्किल नहीं लगा। जिन्हों को मुश्किल अनुभव होता उन्हों का फिर युद्ध शुरू में ही हो जाता तो कोई चलते और कोई नहीं चलते। परंतु जिन्हों को बाबा के प्यार का अनुभव होता तो बहुत फास्ट परिवर्तन होता। नहीं तो कोई सोच नहीं सकता था कि हम साढ़े तीन बजे उठकर परमात्मा की याद में बैठेंगे। और अभी हम सोचते हैं कि ये सहज-सहज जो परिवर्तन हुआ किस आधार से हुआ! वो हुआ बाबा के प्यार की शक्ति के द्वारा। तो मुझे विश्वास है और भी बातों के जो परिवर्तन की ज़रूरत है, आप जितना-जितना बाबा के साथ सम्बन्ध जोड़ते जायेंगे, बाबा को साथी बनाकर रखेंगे लिए। परंतु कई बार हम खुद ही इतना देही अभिमानी स्थिति नहीं बनाते हैं तो हमें इतनी प्राप्ति नहीं होती। परंतु जब हम जो बातें बाबा ने कहा इन बातों से दूर रहो तो वो जो हमारी स्थिति होती, बाबा से प्यार और शक्ति और सत्यता लेने की और जो ज़रूरत है आपको सहन शक्ति की, ज़रूरत है परख शक्ति की, जो भी ज़रूरत है बाबा आपको इतना भरपूर करके देते हैं जो फिर सहज-सहज जो बात छोड़ने की है वो छूट जाती। तो वैराग्य वृत्ति कोई मुश्किल बात नहीं है। प्राप्ति का अनुभव करो, प्राप्ति करते चलो तो वो और बातें सब फीकी लगेंगी। बच्चे को कोई बहुत अच्छी मीठी चीज़ दो और कोई कड़वी दो तो वो क्या पसंद करेगा? कड़वी चीज़ तो कोई भी पसंद नहीं करता है। दवाई के समान कभी डॉक्टर ने दे दिया वो ले लिया वो अलग बात है। परंतु कोई पसंद की तो कोई बात नहीं होती वो।

तो जब हमें इतना मीठा, सैक्रिन से भी मीठा बाबा मिला और जो आप चाहो सुख चाहो, शांति चाहो, शक्ति चाहो, सत्यता चाहो, बाबा के भण्डारे से, बाबा का भण्डारा बिल्कुल खुला है लेते चलो, लेते चलो। देने वाला थकता नहीं है जबकि बात है लेने वाले थक जाते हैं। अभी भी आप कभी बैठकर गिनती करो, लिखो, लिस्ट बनाओ कि कितनी बाबा से प्राप्ति हुई है और उसके कम्पेरिज़न में आप सोचो कि इससे पहले मेरी जीवन

कभी आप अपने से पूछो कि आज की स्थिति में मुझे और क्या चाहिए! और मुझे तो लगता है कि आपकी लिस्ट में कुछ नहीं आयेगा। और क्या चाहिए? जबकि सबकुछ मिल ही रहा, बाबा दे ही रहा। लेने की देर है बस। लेकिन आप ये भी कॉन्ट्रास्ट देखो कि पहले हमारी स्थिति क्या थी, मन में क्या संकल्प चलते थे, क्या खोज चलती थी, इच्छाएं किस प्रकार की थीं, ज़रूरतें भी कुछ होती थीं। तन की हालत क्या थी और धन का तो ये देखा हुआ है कि जिसके पास जितना धन होता कभी भी वो सन्तुष्टता नहीं होती। हमेशा यही संकल्प आता कि इसको बढ़ायें कैसे, मल्टीप्लाय कैसे हो! कभी भी वो सन्तुष्ट नहीं होते, चाहे कितना भी हो। परंतु बाबा के बच्चे तन भी जो है, बाबा चला रहा, शुक्रिया बाबा। तन भी जो है फिर भी इससे सेवा होती रही है और आगे भी होती रहेगी। तो भी बाबा को थैंक्स देते। धन जितना भी है बस आत्मा सन्तुष्ट। बाबा ने एक बारी दादी जानकी को कहा था कि आपके पास इतना होगा जो ज़रूरत के अनुसार ऐसे भी कभी नहीं होगा जो आप सोचेंगे कि धन कम हो गया या कमी है धन की, नहीं। परंतु इतना भी नहीं सोचेंगे कि बहुत ज़्यादा अभी रखा हुआ है, अभी इसका क्या किया जाये। हमेशा इतना होगा जितनी ज़रूरत है। लास्ट तक भी बाबा का वो ही वरदान काम आता रहा।

उतना-उतना जो बात आप चाहते हो कि ये बात मेरे से छूट जाये तो वो छूट जायेगी।

हम यही संकल्प करते कि ये छोड़ना है तो भारी लगता परंतु ये हम सोचते हैं कि बाबा से मुझे और क्या लेने की ज़रूरत है, वो आप बाबा से लेते जाओ। वैसे भी बाबा तो बिल्कुल बाहें पसारे खड़े हैं, सबकुछ देने के

क्या थी! मीठी जीवन कौन सी? हम ये नहीं कहेंगे कि ये हमारी त्याग की जीवन है। हम ये कहेंगे कि ये हमारे बहुत भाग्य की जीवन है। तो भाग्य को देखते चलो और और बढ़ाते चलो। औरों को बांटते चलो तो बस और बातें ऐसे लगेंगी बिल्कुल कि हमारे काम की चीज़ कुछ नहीं है।

- क्रमशः

लंदन। ब्र.कु. गीता दीदी,पांडव भवन माउण्ट आबू को इंग्लैंड के ऑक्सफोर्ड विश्वविद्यालय में आध्यात्मिक शिक्षा में मानद डॉक्टरेट की उपाधि प्रदान करते हुए ऑक्सफोर्ड की लॉर्ड मेयर श्रीमती लुबना अरशद, लंदन कौशल विकास निदेशक डॉ. परिन सोमानी तथा वैश्विक आर्थिक मंच के संस्थापक डॉ. हरि प्रसाद मारम।

जलंधर-पंजाब। ब्र.कु. सुनीता बहन,एसएसएलए फोकल प्वाइंट पर्सन इंडिया रीजन को अवॉर्ड देकर सम्मानित करते हुए डिस्ट्रिक्ट गवर्नर रोट्री क्लब जलंधर विपिन भसीन तथा डिस्ट्रिक्ट गवर्नर रोट्री क्लब राँची जोगेश कुमार।

पानीपत-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा थर्मल पॉवर प्लांट में इंजीनियर्स को सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. केन,कोऑर्डिनेटर ब्रह्माकुमारीज़ लैटिन अमेरिका, ब्र.कु. लुसियाना,नेशनल कोऑर्डिनेटर ब्रह्माकुमारीज़ ब्राज़ील, ब्र.कु. हुसैन बहन,वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका,ओआरसी गुरुग्राम, ब्र.कु. भारत भूषण भाई,निदेशक ज्ञानमानसरोवर तथा अन्य।

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा बहन, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

दिव्य दर्शनीय स्वरूप कैसे बनें

बाबा ने हम सभी बच्चों को समय अनुसार यही पुरूषार्थ का लक्ष्य दिया है कि बच्चे तुम्हें अनेक आत्माओं को अपने दिव्य दर्शनीय स्वरूप के द्वारा अनुभव कराना है और समय की मांग भी यही है कि अब पुरूषार्थ ऐसा करें, क्योंकि अचानक का पार्ट है और समय की तीव्रता को देखते हुए अभी बहुत कम समय रह गया है। जिस तरह आदि में ब्रह्मा बाबा के द्वारा अनेक दादियों को ये साक्षात्कार होता था कि बाबा का दिव्य स्वरूप और कृष्ण का स्वरूप देखते थे। और वो इशारा करते थे कि आप इनके पास जाओ। ये अनुभव दादियों ने जब किया तभी उन्होंने अपने सम्पूर्ण जीवन को समर्पित किया, बाबा की ईश्वरीय सेवा में। इसी तरह आगे चलते-चलते जैसे-जैसे विदेश सेवा हमारी आरम्भ हुई तो दादियों के द्वारा भी कईयों को साक्षात्कार होता था।

मुझे याद आता है कि एक बार दादी प्रकाशमणि जी ने विदेशी भाई-बहनों से जब मिलना हो रहा था तो विदेशी भाई-बहनों से पूछा कि आप सभी में कितनों को साक्षात्कार हुआ और बाबा के बने? तो देखा गया मैजॉरिटी भाई-बहनों ने हाथ उठाया कि हम साक्षात्कार के माध्यम से बाबा के पास आये, बाबा का ज्ञान लिया। जब और डिटेल से पूछा गया कि कहा किसी को दादी प्रकाशमणि का साक्षात्कार हुआ, किसी को दादी जानकी का साक्षात्कार हुआ, किसी को दादी गुल्ज़ार जी का साक्षात्कार हुआ और वो साक्षात्कार में उन्हें यही जैसे इशारा मिलता था कि सफेद वस्त्रधारी के पास आप जाओ। और उस साक्षात्कार के बाद उनका जीवन एकदम परिवर्तन होकर बाबा के सम्पर्क में आये। और सम्पूर्ण जीवन ही बदल गया।

तो जब बाबा कहते कि आदि सो अन्त। जो पार्ट आदि में चला, नैचुरल है अन्त में भी चलेगा। लेकिन अभी तो बाबा है नहीं साकार में। ना दादियां साकार में हैं, अव्यक्त हो गये। एडवांस पार्टी में पार्ट बजाने को गये। तो अन्तिम समय में साक्षात्कार कौन करायेगा? बाबा ही हम बच्चों के द्वारा साक्षात्कार करायेगा। और अनेक आत्माओं को ये महसूसता होगी। तभी तो अन्तिम समय ये नगाड़ा बजेगा या हरेक आत्मा के दिल से ये भाव निकलेगा, ये अनुभूति होगी कि हमारा बाबा आ गया है। प्रैक्टिकल में बाबा ये बात कहते थे कि अन्तिम समय, प्रत्यक्षता के समय हर कोई कहेगा कि 'हमारा बाबा आ गया'।

अन्दर में एक विचार चलता था कि ऐसे कैसे होगा? परंतु अभी जब बाबा ने अयोध्या

मेरे मन में ये प्रश्न था कि कैसे होगा? हरेक व्यक्ति कैसे कहेगा कि हमारा बाबा आ गया लेकिन ऐसा नज़ारा बाबा ने दिखाया कि सचमुच जब प्रत्यक्षता होगी तो किस तरह खुशी में आकर, जैसे अभी एक राम मन्दिर बना तो खुशी में आकर जो भी, जहाँ भी देखो तो बस हमारा राम आ गया, हमारा राम आ गया।

की यात्रा कराई तो एक बहुत सुन्दर अनुभव का एक रिहर्सल देखा। क्योंकि अयोध्या के अन्दर जहाँ भी जाते थे तो ये गीत बजता था कि हमारे राम आयेंगे, हमारे राम आयेंगे। तो भले वो निमित्त मात्र राम के तस्वीर को सामने रखते हुए कहते थे कि हमारे राम आयेंगे लेकिन अन्दर कहीं न कहीं भाव तो उस परमात्मा के लिए ही था। और इसी तरह जब प्राण प्रतिष्ठा होने के बाद माननीय प्रधानमंत्री जी ने स्टेज पर आकर तीन बार कहा कि हमारा राम आ गया, हमारा राम आ गया, हमारा राम आ गया। तो उस समय मुझे सामने बैठे यही अनुभव हो रहा था कि एक दिन आयेगा शायद माननीय प्रधानमंत्री जो भी होगा वो ये कहेगा, चाहे लाल किले के मैदान से कहे, या डायमण्ड हॉल की स्टेज से कहेगा कि हमारा बाबा आ गया... हमारा बाबा आ गया... हमारा बाबा आ गया। इस तरह की एक ऐसी अनुभूति हो रही थी वहाँ बैठे-बैठे, ये सुनते हुए कि बाबा एक रिहर्सल दिखा रहा है कि कैसे होगा? क्योंकि मेरे मन में ये प्रश्न था कि कैसे होगा? हरेक व्यक्ति कैसे कहेगा कि हमारा बाबा आ गया लेकिन ऐसा नज़ारा बाबा ने दिखाया कि सचमुच जब प्रत्यक्षता होगी तो किस तरह खुशी में आकर, जैसे अभी एक राम मन्दिर बना तो खुशी में आकर जो भी, जहाँ भी देखो तो बस हमारा राम आ गया, हमारा राम आ गया।

भाव यही अब वो दिन शायद दूर नहीं क्योंकि जैसे कहा जाता है कि कई बार बाबा कहते हैं कि बच्चे अभी तो रजो तक पहुंचे हैं, अभी सतोप्रधानता की स्टेज तक तो वो दूर है, साकार मुरलियों में हम सुनते रहे ये बात। लेकिन ये राम मन्दिर बनने के समय ऐसा महसूस हुआ कि सेमी सतो तक तो पहुंच गये हैं। और सेमी सतो के बाद क्या होगा? सतोप्रधान, तो ये कहेंगे कि हमारा कृष्ण आ गया, हमारा कृष्ण आ गया। ये कहेंगे? और उसके बाद जब फाइनल प्रत्यक्षता होगी तो क्या कहेंगे? हमारा बाबा आ गया, हमारा बाबा आ गया। तो एक बहुत सुन्दर अनुभूति हुई। तभी जैसे ये बात कही गई और हेलीकॉप्टर से जैसे पुष्प वर्षा हो रही थी तो मुझे ऐसा अनुभव हो रहा था कि जब ऐसा प्रत्यक्षता का नगाड़ा बजेगा तो बाबा वतन से गोल्डन पुष्पों की वर्षा हरेक आत्मा पर करेगा। एक बहुत सुन्दर अनुभव था। जिसको मैं कितना भी चाहूँ वर्णन करने के लिए लेकिन मैं वर्णन नहीं कर पा रही हूँ उस बात को। उस समय मुझे इतनी खुशी हो रही थी कि सचमुच बाबा अधर्म का नाश और सतधर्म की स्थापना कर रहे हैं और उस समय हर आत्मा जैसे वहाँ पर भी देखा कि एक राम मन्दिर बनने के बाद कई लोगों की आँखों में आंसू थे, झर-झर रो रहे थे। तो लगा कि जब बाबा की प्रत्यक्षता होगी तो आत्मायें झर-झर रोयेंगी। किसी के अन्दर खुशी के आंसू होंगे तो किसी के अन्दर पश्चाताप के आंसू होंगे, कि हमने पहचाना नहीं। तो एक बहुत अद्भुत अनुभूति थी वो, कि कैसे बाबा की प्रत्यक्षता होगी और हम सब आत्मायें निमित्त बनेंगी। वो दिव्य दर्शनीय मूर्त द्वारा साक्षात्कार कराने के लिए। - क्रमशः

मुम्बई-बोरिवली। ब्रह्माकुमारीज द्वारा एमसीजीएम प्ले ग्राउण्ड,दसिहर पूर्व,अशोक वन में आयोजित 'श्री रामेश्वरम ज्योतिर्लिंग आध्यात्मिक मेला' का शुभारंभ यूनियन मिनिस्टर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री पीयूष गोयल द्वारा किया गया। इस मौके पर बोरीवली विस्तार के अनेक नेता प्रकाश सुर्वे, प्रवीण दरेकर, प्रकाश दरेकर व अन्य गणमान्य लोगों सहित राजयोगिनी ब्र.कु. दिव्यप्रभा बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे। मेले में मुख्य आकर्षण के तौर पर 12 फीट ऊँचा व 10 फीट चौड़ा,तमिलनाडु का प्रसिद्ध रामनाथ स्वामी मंदिर बनाया गया जिसमें श्री रामेश्वरम ज्योतिर्लिंग स्थापन किया गया।

औरंगाबाद-बिहार। ब्रह्माकुमारीज की आध्यात्मिक फिल्म 'द लाइट' की सफल लॉन्चिंग नरेंद्र टॉकीज औरंगाबाद में की गई। फिल्म का शुभारंभ सांसद सुशील कुमार सिंह, कुटुंबा प्रखंड प्रमुख धर्मेंद्र जी, भाजपा कुटुंबा मंडल अध्यक्ष प्रवीण कुमार, स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. सविता दीदी आदि गणमान्य लोगों ने दीप प्रज्वलित कर किया। इस मौके पर अन्य ब्र.कु. भाई-बहनों सहित 650 से भी अधिक दर्शक मौजूद रहे।

बागेश्वर-उत्तराखंड। बागेश्वर पाठशाला में आयोजित शिव जयंती के कार्यक्रम में विधायक श्रीमती पार्वती दास, ब्र.कु. नीलम बहन तथा अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

अमानगंज-पन्ना(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज गीता पाठशाला में आने पर गुनौर विधायक डॉ. राजेश वर्मा, श्रीमती सारिका बहन, नगर परिषद अध्यक्ष आदि गणमान्य लोगों को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए उपसेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. सीता बहन।

छतरपुर-किशोर सागर(म.प्र.)। गढ़ीमलहरा एवं ग्राम गोराठी से ब्र.कु. प्रभांशी एवं ब्र.कु. प्रीति ने स्वेच्छा एवं अपने माता-पिता की अनुमति के साथ अपना जीवन ईश्वरीय सेवार्थ परमात्मा शिव को समर्पित किया। इस अवसर पर शिव प्रतिमा के साथ दोनों बहनों को रथ पर विराजित कर नगर में ढोल बाजे एवं कलश यात्रा के साथ भव्य शोभा यात्रा निकाली गई। मौके पर आयोजित समर्पण कार्यक्रम में नगर परिषद अध्यक्ष नीता अहिरवार व उनका समस्त स्टाफ, छतरपुर सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा बहन, नौगांव सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. नंदा बहन, बड़ामलहरा सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रूपा बहन, हरपालपुर से ब्र.कु. आशा बहन, बिजावर से ब्र.कु. प्राची, लवकुश नगर से ब्र.कु. सुलेखा, खजुराहो से ब्र.कु. नीरजा सहित बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें व स्थानीय लोग मौजूद रहे।

दिल्ली-रजौरी गार्डन। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित 'नशा मुक्त भारत अभियान' के शुभारंभ कार्यक्रम में विधायक शिव चरण गोयल, ब्रह्माकुमारीज रजौरी गार्डन सबज़ोन प्रभारी ब्र.कु. शक्ति दीदी, मेहता भाई आदि उपस्थित रहे। इस अभियान के तहत अशोक नगर, कीर्ति नगर, स्वदर्शन पार्क, बसई, विष्णु गार्डन, टैगोर गार्डन, चौखंडी, महावीर नगर, शिवाजी एनक्लेव, रघुवीर नगर, मायापुरी इंडस्ट्रियल एरिया, नारायणा आदि अनेक स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित कर सभी को व्यसनों के प्रति जागरूक किया गया। इस दौरान नेशनल अकाली दल अध्यक्ष व फेडरेशन ऑफ सदर बाजार ट्रेड एसोसिएशन चेयरमैन परमजीत सिंह पम्मा, चंदेला जी,पूर्व विधायक, हिमांशु सेठी,सीईओ ऑफ एंजल वर्चुअल प्रा.लि. एवं आरएसएस के प्रतिनिधि व अन्य गणमान्य लोगों सहित शहर के लोग व बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

सेल्फ हेल्प

उन कामों से दूर रहें जो समय खराब करते हैं

समय को लेकर हमारी सोच बहुत जरूरी है

समय के इस्तेमाल के बारे में आपकी पसंद ही आपकी ज़िंदगी के स्तर का निर्धारण करती है। हमें अपने समय को लेकर सख्त होना चाहिए। कम महत्व की गतिविधियों पर वक्त न गंवाने को लेकर सख्त होना चाहिए। ऐसी तमाम गतिविधियों को पहुंच से बाहर कर दें जो आपको समय का सर्वश्रेष्ठ इस्तेमाल न लगती हों। इस तरह की सोच से आप बेहतर विकल्पों की तलाश कर पायेंगे।

जब किसी के बारे सोचें तो अच्छा ही सोचें

परमात्मा का कहना है, कभी किसी के प्रति मन में द्वेष व घृणा नहीं रखना। जब हम ऐसा करते हैं तब जीवन का आनंद ले रहे होते हैं। जब हम किसी से नाराज़ होते हैं तो अपनी भावनाओं का नियंत्रण उसके हाथों में दे देते हैं। माफ करना बहुत आसान है। जब हम उस व्यक्ति के बारे में सोचें तो अच्छा सोचें, कल्याणकारी सोचें। सकारात्मक विचार नकारात्मक विचारों को नष्ट कर देते हैं।

सोच बदलने से बदलेगी जीवन की गुणवत्ता

अगर जीवन में कुछ ऐसा है जिससे आप खुश नहीं है तो आपको कारण का पता लगाना चाहिए। हम आज जो भी हैं या भविष्य में जो बनेंगे, वह हमारी सोच का परिणाम होगा। अगर हम अपनी सोच की गुणवत्ता बदलते हैं तो जीवन की गुणवत्ता बदल लेंगे। इस तरह हम अपनी सोच, भावनायें और परिणाम पर काफी हद तक नियंत्रण हासिल कर लेते हैं।

हमारे तय किये लक्ष्य से ध्यान भटकने न पाये

काम करने के तरीके को बदलना है तो ऐसे उपाय ढूंढें जिससे आप अपने काम को बेहतर बना सकते हों। साथ ही काम का शेड्यूल बनाते समय ध्यान दें कि हमारे हर दिन का कार्य अलग हो ताकि कार्य के प्रति जोश बना रहे, उमंग बना रहे। हमें एक समय में एक ही काम पर फोकस करना चाहिए। क्वालिटी वर्क के लिए जरूरी है कि तय किये लक्ष्य से हमारा ध्यान भटकने न पाये।

मोरिंगा(सहजन) के पेड़ को चमत्कारी पेड़ के नाम से भी जाना जाता है और इसका एक अच्छा कारण है। पेड़ की पत्तियां फल, रस, तेल, जड़, छाल, बीज, फली और फूल में औषधीय गुण होते हैं। पेड़ से प्राप्त उत्पादों के कई उपयोग हैं। इसे ड्रमस्टिक ट्री के नाम से भी जाना जाता है। यह अधिकतर एशिया, अफ्रीका और दक्षिण अमेरिका में पाया जाता है।

स्वास्थ्य

सहजन की पत्तियां बनाये जीवन को सहज

मोरिंगा की पत्तियों के अद्भुत स्वास्थ्य लाभ

मोरिंगा की पत्तियां विटामिन ए, सी, बी1(थियामिन), बी2(राइबोफ्लेविन), बी3(नियासिन), बी6 और फोलेट से भरपूर होती है। वे मैग्नीशियम, आयरन, कैल्शियम, फॉस्फोरस और जिंक से भी समृद्ध है।

कोलेस्ट्रॉल को करता कम

जई, अलसी और बादाम के अलावा, मोरिंगा की पत्तियां उच्च कोलेस्ट्रॉल के खिलाफ एक भरोसेमंद उपाय है। कोलेस्ट्रॉल लोगों के हृदय रोगों से पीड़ित होने पर प्रमुख कारण है और मोरिंगा की पत्तियां खाने से उच्च कोलेस्ट्रॉल के स्तर में काफी सुधार देखा गया है। मोरिंगा ओलीफेरा उन स्तरों को कम कर सकता है और हृदय रोग के खतरे से बचा सकता है। गर्भवती महिलाओं को आमतौर पर कोलेस्ट्रॉल के उच्च स्तर का अनुभव होता है, जिससे उनके कार्य काल के दौरान गर्भकालीन मधुमेह विकसित होने का खतरा बढ़ सकता है। गर्भावधि मधुमेह क्या है? यह एक प्रकार का मधुमेह है जो सबसे पहले उन गर्भवती महिलाओं में पाया जाता है जिन्हें गर्भवती होने से पहले मधुमेह नहीं था। गर्भकालीन मधुमेह के लिए मोरिंगा की पत्तियों को निश्चित रूप से आहार में शामिल किया जा सकता है।

लीवर की करता सुरक्षा

जिन लोगों को तपेदिक है, उन्हें मोरिंगा की पत्तियों से बहुत फायदा हो सकता है क्योंकि ये तपेदिक रोधी दवाओं के नकारात्मक प्रभावों को कम करती है। पत्तियां लीवर कोशिकाओं की मरम्मत में तेजी लाती है। पत्तियों में पॉलीफेनोल्स की उच्च सांद्रता होती है जो लीवर को ऑक्सीडेटिव क्षति से बचाती है और इसे कम भी कर सकती है। ये लीवर में प्रोटीन के स्तर को बढ़ाते है।

लीवर रक्त विषहरण, वसा चयापचय और पोषक तत्वों के अवशोषण का स्थल है और यह तभी ठीक से काम कर सकता है जब लीवर एंजाइम सामान्य हों। मोरिंगा की पत्तियां इन लिवर एंजाइमों को स्थिर करती है।

आर्सेनिक विषाक्तता से बचाता

दुनिया के कई हिस्सों में आर्सेनिक संदूषण एक आम समस्या है। आर्सेनिक ने कई खाद्य पदार्थों, विशेषकर चावल के माध्यम से हमारे सिस्टम में अपना रास्ता बना लिया है।

इस तत्व के लंबे समय तक संपर्क में रहने से कैंसर और हृदय रोग का विकास हो सकता है। प्रयोगशाला में जानवरों पर किए गए शोध से पता चलता है कि मोरिंगा की पत्तियां आर्सेनिक विषाक्तता के प्रभाव से लड़ने में मदद करती हैं।

पेट के लिए फायदेमंद

मोरिंगा की पत्तियां पाचन संबंधी विकारों के खिलाफ फायदेमंद होती हैं। जो लोग कब्ज, सूजन, गैस, गैस्ट्रिटिस और अल्सरेटिव कोलाइटिस से पीड़ित हैं, उन्हें अपने आहार में मोरिंगा की पत्तियों को शामिल करना चाहिए।

पत्तियों में एंटीबायोटिक और रोगाणुरोधी गुण होते हैं जो उन्हें पाचन विकारों के खिलाफ एक आदर्श उपाय बनाते हैं। यहाँ तक की पत्तियों में विटामिन बी की उच्च मात्रा भी पाचन में सुधार करने में मदद करती है।

हड्डियों के स्वास्थ्य में करता सुधार

मोरिंगा की पत्तियां कैल्शियम और फास्फोरस का समृद्ध स्रोत हैं। हड्डियों के अच्छे स्वास्थ्य के लिए ये दोनों तत्व आवश्यक हैं। चूंकि मोरिंगा की पत्तियों में सूजन रोधी प्रकृति होती है इसलिए वे गठिया से लड़ने में मदद करती हैं और क्षतिग्रस्त हड्डियों को भी ठीक कर सकती हैं।

मोरिंगा ओलीफेरा ऑस्टियोपोरोसिस से भी लड़ता है और हड्डियों और दांतों को मजबूत रखता है।

त्वचा और बालों के लिए अच्छा

एंटीऑक्सिडेंट और पोषक तत्वों की प्रचुर मात्रा के कारण, मोरिंगा की पत्तियां त्वचा और बालों के स्वास्थ्य और उपस्थिति में सुधार करती है। वे त्वचा में कोमलता और बालों में चमक लाती हैं। मोरिंगा की पत्तियों में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट त्वचा पर महीन रेखाओं और झुर्रियों की उपस्थिति को कम करते हैं। इनमें लगभग 30 एंटीऑक्सीडेंट मौजूद होते है। इतना ही नहीं, बालों के लिए मोरिंगा की पत्तियों का पेस्ट बनाएं। इसे सिर पर लगाने से रूसी कम हो जाती है और रूखे, बेजान बालों में जान आ जाती है। और उनमें उछाल आ जाता है। पत्तियां बालो के रोमों को भी मजबूत करती हैं। त्वचा के लिए मोरिंगा की पत्तियां मुँहासे प्रवण त्वचा के लिए भी फायदेमंद साबित हुई है, हालांकि अधिक शोध की आवश्यकता है।

तंत्रिका तंत्र के लिए अच्छा

यह ज्ञात है कि कई तंत्रिका विकारों में मोरिंगा की पत्तियों के उपयोग से सकारात्मक परिणाम मिलते है। वे मस्तिष्क स्वास्थ्य का समर्थन करते है और न्यूरो वर्धक के रूप में काम करते हैं। विटामिन ई और सी की उच्च सांद्रता तंत्रिका अध:पतन से लड़ती है और मस्तिष्क के कार्य को बेहतर बनाने में मदद करती हैं। जिन लोगों को माइग्रेन है या बार-बार सिर दर्द की समस्या रहती है उन्हें नियमित रूप से मोरिंगा की पत्तियां खानी चाहिए। ये पत्तियां मूड बैलेंसर के रूप में भी काम करती हैं क्योंकि वे सेरोटोनिन, डोपामाइन और नॉरएड्रेनालाईन जैसे न्यूरोट्रांसमीटर के उत्पादन को स्थिर करती हैं जो स्मृति, मूड और उत्तेजना प्रतिक्रिया के लिए महत्वपूर्ण है।

संभावित नकारात्मक पहलू

मोरिंगा और इसकी पत्तियां हर किसी के लिए नहीं हो सकती हैं। हालांकि आम तौर पर इसे अधिकांश लोगों लिए सुरक्षित और स्वस्थ माना जाता है लेकिन इसके कुछ मामूली दुष्प्रभाव भी है जिन पर ध्यान देना चाहिए। बड़ी मात्रा में, पत्तियों, छाल, जड़ों और मोरिंगा फल में रेचक गुण हो सकते हैं।

गर्भवती महिलाओं में मोरिंगा की जड़ें, छाल और अर्क गर्भाशय संकुचन का कारण बन सकते हैं। गर्भवती महिलाओं को अपने आहार में मोरिंगा की पत्तियों या उत्पादों को शामिल करने से पहले अपने डॉक्टरों की सलाह लेनी चाहिए।

इसी तरह, स्तनपान कराने वाली महिलाओं को मोरिंगा की पत्तियों से बचना चाहिए क्योंकि यह अज्ञात है कि इसमें मौजूद कोई भी रसायन या पदार्थ दूध के माध्यम से बच्चे तक पहुंच सकता है या नहीं।

कुछ मामलों में मोरिंगा पत्ती पाउडर में अनुशंसित सहनीय मात्रा में अधिक सीसा पाया जाता है, कृपया जो भी अर्क आप उपयोग करते हैं उसे केवल प्रतिष्ठित कंपनियों से ही प्राप्त करें।

अंत में यह अनुशंसा की जाती है कि रक्त पतला करने वाली दवाओं का सेवन करने वाले लोगों को भी मोरिंगा से बचना चाहिए। जब तक कि आप पहले अपने डॉक्टर से परामर्श न कर लें। सभी चीजों की तरह जब इसे कम मात्रा में लिया जाता है तो यह अधिकांश लोगों के लिए सुरक्षित हो सकता है, इसलिए इसका उपयोग हमेशा सावधानी के साथ करें।

फरीदाबाद से.21डी-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र में 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में राजयोगिनी ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, जीएसटी कमिश्नर प्रमोद कुमार, महंत सुखदेव गिरी महाराज,गौलोक धाम आश्रम,दिल्ली, जय सच्चिदानंद जी महाराज,फरीदाबाद, ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. प्रिया बहन सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

भरतपुर-राज.। ब्रह्माकुमारीज के विश्व शांति भवन सेवाकेंद्र में त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् प्रतिज्ञा करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी,आगरा सबजोन सह प्रभारी,भरतपुर सेवाकेंद्र प्रभारी, डॉ. देशराज सिंह,अति.निदेशक,कृषि संभाग भरतपुर, अनुराग गर्ग,राष्ट्रीय उपाध्यक्ष,अंतर्राष्ट्रीय वैश्य महासम्मेलन दिल्ली, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. बबीता दीदी,रूपबास सेवाकेंद्र संचालिका, ब्र.कु. पूनम बहन,सीकरी सेवाकेंद्र संचालिका, ब्र.कु. प्रवीणा बहन, ब्र.कु. गीता बहन,भुसावर सेवाकेंद्र संचालिका तथा अन्य भाई-बहनें।

नरवाना-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित महाशिवरात्रि महोत्सव कार्यक्रम में इनेलो शहरी प्रधान चौधरी छोटू राम व यूएलबी प्रकोष्ठ प्रांतीय महासचिव देशराज माटा को ब्र.कु. सीमा बहन, गायक ब्र.कु. कनु,सिरसा तथा ब्र.कु. पूजा के द्वारा ईश्वरीय सौगात भेंट की गई।

रांची-झारखंड। जे.डी. सिनेमाज,रांची में ब्रह्माकुमारीज की फिल्म 'द लाइट' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. इन्दु बहन, पवन सराओगी, अभय नंदन अम्बष्ट,अपर सचिव,आईएएस, दीपक बरनवाल,एजीएम,स्टेट बैंक ऑफ इंडिया, माणिक चंद सराओगी,व्यवसायी एवं समाजसेवी, राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी, श्रीमती सराओगी, एंजेला गोयनका,चार्टर्ड अकाउंटेंट, अमरजीत कुमार,वरिष्ठ प्रबंधक,हुंडई मोटर्स,रांची, अजय कुमार,वरिष्ठ डीएजी, एजी ऑफिस,रांची तथा सुनील सुल्तानिया,समाजसेवी।

गोपालगंज-बिहार। ब्रह्माकुमारीज की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी के चतुर्थ पुण्य स्मृति दिवस पर उन्हें अपने श्रद्धासुमन अर्पित करने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में प्रदेश महासचिव जदयू व्यावसायिक एवं उद्योग प्रकोष्ठ मैनेजर सोनी, नगर परिषद उपाध्यक्ष धनंजय यादव, स्वर्णकार संघ के अध्यक्ष अनिल सोनी, ब्र.कु. सुनीता बहन, विनोद भाई तथा अन्य।

मोतिहारी-बिहार। मैट्रिक परीक्षा में पूर्वी चंपारण जिला टॉपर पलक कुमारी को ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र में शॉल पहनाकर व ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित करते हुए सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. विभा बहन। उपस्थित रहे ब्र.कु. अशोक वर्मा, ब्र.कु. आरती, ब्र.कु. शकुंतला, ब्र.कु. बंशीधर, ब्र.कु. हरिशंकर तथा ब्र.कु. माधुरी।

चुनाव आपको करना है

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ

जैसे ही मन इधर-उधर जाए, उसको वापस लेकर आओ। उसको कहो - तुमको मेरा कहना मानना होगा, मैं तुम्हारा कहना नहीं मानूंगा। मैं मालिक हूँ अपने जीवन का। इस तरह जीवन जीने का तरीका बदल जाएगा।

कुछ प्रश्नोत्तरी से आज की बात शुरू करते हैं। खुद से पूछिए कि मन खुश होता है तो शरीर स्वस्थ होता या शरीर स्वस्थ होता है तो मन खुश होता है? अब दूसरा सवाल - मन खुश होता है तो रिश्ते प्यारे बन जाते हैं या रिश्ते अच्छे होते हैं तो मन खुश होता है? सारे रिश्ते अगर अच्छे हो जाएं तो हम खुद ब खुद खुश हो जाएंगे। ये सही है या मेरा मन अच्छा होगा तो रिश्ते सारे अपने आप अच्छे हो जाएंगे? प्रश्नोत्तरी का सिलसिला यहीं तक, बस खुद को आशीर्वाद दें कि हमें सबकुछ तो पता है, बस जीवन में जीना भी वैसे है।

ज्ञान का मतलब वह समझ है कि जो मालूम है उसको समझकर जीना है। क्योंकि जब हम इस समझ को भूल जाते हैं तो विपरीत तरीके से जीना शुरू कर देते हैं। तब हम कहते हैं क्या करें आज मेरी तबियत ठीक नहीं है तो मैं दुःखी होऊंगा/होऊंगी ना। मतलब शरीर ठीक नहीं है तो मन खट्टा होगा। अगर मैं दुःखी रहूंगा तो शरीर फिर ठीक हो जाएगा? नहीं। बल्कि उसका दर्द बढ़ जाएगा। फिर हम कहते हैं कि देखो ना वो ठीक से व्यवहार नहीं करते, इसलिए मैं दुःखी हूँ। वो ठीक हो जाएं तो मैं बिल्कुल खुश हो जाऊंगी। और इसका इंतज़ार करते रहेंगे तो दिन ब दिन हमारा दुःख बढ़ता जाएगा।

राजयोग अर्थात् मन और अपने जीवन का मालिक बनना। हम मन के गुलाम की तरह चल रहे थे। हमने परिस्थितियों और लोगों पर मन को निर्भर किया। हमारा मन कहता था ऐसे हुआ ना इसलिए मुझे बुरा लगा, उसने ऐसा किया ना इसलिए मुझे गुस्सा आया, आज उसका एग्ज़ाम है, इसलिए मुझे चिंता है। मतलब मेरे मन की स्थिति दूसरों के ऊपर निर्भर थी। जिस दिन हम खुश भी थे तो किसी ने आकर पूछा क्या बात है आज आप बहुत खुश हो। तो कहेंगे ऐसे हुआ ना, इसलिए खुश हूँ। मतलब मन का रिमोट कंट्रोल दूसरों के पास था। क्योंकि मन की स्थिति बाहर की परिस्थितियों पर निर्भर थी, तो जाहिर है कि हम बाहरी चीज़ें ठीक होने का इंतज़ार करेंगे।

फिर हमें समझ में आया कि अपनी आत्मा के मालिक तो हम खुद हैं। ये मन मेरा है। आज से हम जीवन के तरीके बदल देंगे। जैसे ही मन इधर-उधर जाए, उसको वापस लेकर आओ। उसको कहो - तुमको मेरा कहना मानना होगा, मैं तुम्हारा कहना नहीं मानूंगा। मैं मालिक हूँ अपने जीवन का। इस तरह जीवन जीने का तरीका बदल जाएगा। इसको कहा जाता है आत्मनिर्भर जीवन। आत्मनिर्भर अर्थात् मैं आत्मा स्वयं पर निर्भर। परिस्थिति है लेकिन मेरे मन की स्थिति मुझ पर निर्भर है।

अब आप विचार कीजिए कि क्या मुश्किल परिस्थिति में शांत रहा जा सकता है? अगर किसी ने गलत व्यवहार किया तो क्या प्यार से बात की जा सकती है? अगर आपसे कोई गलत तरह से व्यवहार करे क्या आप उससे प्यार से बात कर सकते हैं? मान लो किसी ने हज़ारों लोगों के सामने आपकी निंदा की, आपको बहुत बुरा-भला कहा, तो ये किसका कर्म है, जब मैं इतना गलत-गलत करूंगी क्या आप प्यार से बात कर सकते हैं? नहीं कर सकते, कौन रोकेगा आपको? आप खुद रोकेंगे। विकल्प आपका है कि आपको अच्छे से बात करनी है या नहीं करनी है। फिर उसमें भी विकल्प है कि आपको कितने अच्छे से बात करनी है या फिर कितनी बुरी तरह से बात करनी है। फिर उसमें भी विकल्प है कि अगर बुरी तरह से बात की तो कब तक बुरी तरह से बात करनी है। और उसमें भी विकल्प है कि कब तक वो बुरी वाली फीलिंग पकड़कर रखनी है। सारे विकल्प हमारे पास हैं।

पहले हम नहीं कहते थे कि यह मेरा चुनाव है। हम कहते थे उसकी वजह से मुझे बुरा लगा। अब वो भाग खत्म हो गया। अब शक्ति आपके पास आ गई। अब आपका चुनाव है कि आपको प्यार से बात करनी है या कड़वी बात करनी है, बात को खत्म करना है या बात को पकड़कर रखना है। आप किस आधार पर चुनेंगे? आप वह विकल्प चुनेंगे जो आपके फायदे के हैं। अगर आप कड़वी बात करेंगे, जितनी कड़वी मैंने बोली तो इससे आपकी खुशी घटेगी या बढ़ेगी? वो जो खुशी की जगह कड़वाहट आ जाएगी उसके वायब्रेशन हमारे शरीर को जायेंगे। इससे आपका स्वास्थ्य बढ़ेगा या घटेगा? स्वास्थ्य घटेगा। इतना कड़वा-कड़वा होकर जब आप अपने घर, अपने परिवार के पास जाएंगे तो इसका प्रभाव आपके रिश्तों पर भी पड़ेगा। चुनाव आपको करना है।

डीडवाना-राज.। कैबिनेट मंत्री कर्नल राज्यवर्धन सिंह राठौर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शीतल बहन।

लंदन। हाऊस ऑफ कॉमन्स,ब्रिटिश पार्लियामेंट में हैरो ईस्ट के मेम्बर ऑफ पार्लियामेंट बॉब ब्लैकमन को ईश्वरीय संदेश देते हुए ब्र.कु. मॉरीन बहन। साथ हैं डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके व डॉ. ब्र.कु. त्रिवेणी बहन।

रीवा-झिरिया(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र पर कला एवं संस्कृति प्रभाग द्वारा विश्व रंग मंच दिवस एवं होली समारोह के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में डीएसपी सतीश कुमार मिश्रा संगीतकार राष्ट्रपति पुरस्कार से सम्मानित, कमिश्नर रीवा के स्टेनो एस.के. शर्मा, शायर सिद्धार्थ श्रीवास्तव, लोकप्रिय विंध्य के लोकप्रिय गीतकार नीलेश श्रीवास्तव, राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला दीदी,क्षेत्रीय निदेशिका,ब्रह्माकुमारीज, प्राचार्य ब्र.कु. दीपक तिवारी, प्रबंधक आर.बी. पटेल, प्राचार्य उमेश कुमार सेन, कवि राम सुंदर द्विवेदी, व्याख्याता अमित कुमार द्विवेदी, नृत्य कला में प्रिया पांडे, सुरेश कुमार ताम्रकार, रूप कुमार पुरवार, दुर्गा प्रसाद ओझा, ब्र.कु. सतेन्द्र भाई, सुभाष भाई सहित बड़ी संख्या में कलाकार उपस्थित रहे।

दिल्ली-महिपालपुर। रेडीसन ब्लू होटल में सुप्रसिद्ध क्रिकेट खिलाड़ी वीरेंद्र सहवाग द्वारा भारत के प्राचीन राजयोग का विश्व में प्रसार व प्रचार करने के लिए डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को 'ग्लोबल हेल्थकेयर एंड आइकॉन अवॉर्ड्स 2024' से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र की ब्र.कु. शालिनी बहन उपस्थित रहीं। उन्होंने वीरेंद्र सहवाग को ब्रह्माकुमारीज संस्थान की गतिविधियों से अवगत कराते हुए संस्थान के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण दिया।

कटनी-सिविल लाइन(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी बहन के नेतृत्व में सकारात्मक परिवर्तन वर्ष के अंतर्गत आयोजित दो दिवसीय सम्मेलन के प्रथम दिन 'संत सम्मेलन' में अनंत श्री विभूषित डॉ. स्वामी शिवस्वरूपानंद जी महाराज, ब्रह्माकुमारीज़ धार्मिक प्रभाग प्रयागराज की अध्यक्षा ब्र.कु. मनोरमा दीदी, धार्मिक प्रभाग इंदौर ज़ोन के कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. नारायण भाई, धार्मिक प्रभाग राजिम छत्तीसगढ़ की सब कोऑर्डिनेटर राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी, चंडीगढ़ के राधेश्याम जी, सतना के आचार्य पं. परमानंद जी, रायपुर के महंत विभामुनि जी, अयोध्या धाम के श्रीवत्स महाराज, श्री लक्ष्मी नारायण मंदिर कटनी से महाराज नीलेश पाठक, विलायत कला से त्यागी जी महाराज रामचंद्र तिवारी 'चमन लाल आनंद' पंडित प्रकाश भौमिया, सनत परीहा, महापौर प्रीति संजीव सूरी सहित अनेक संत-महंत शामिल रहे।

FOR ONLINE TRANSFER

Name: OM SHANTI MEDIA
Pay Directly to: mediabkm@indianbk

BANK NAME:- INDIAN BANK
BRANCH:- Shantivan,Talhati
ACCOUNT :- OM SHANTI MEDIA OF RERF
ACCOUNT NO:- 7552337300,
IFSC - CODE:- IDIB000S319

Note:- AfterTransfer send detail on
E-Mail - omshantimedia.acct@bkivv.org
E-Mail - omshantimedia@bkivv.org

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़,शान्तिवन,तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न-5,आबू रोड, राज. 307510

संपर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414182088
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक - 240 रुपये, तीन वर्ष - 720 रुपये, आजीवन - 6000 रुपये

Website: www.omshantimedia.org

परमात्म ऊर्जा

पाण्डव भवन को पाण्डवों का किला कहते हैं। किले का गायन भी है। ऐसे ही जो यह ईश्वरीय संगठन है, यह संगठन भी किला ही है। जैसे स्थूल किले को बहुत मजबूत किया जाता है, जिससे कोई भी दुश्मन वार कर न सके। इस रीति से मुख्य किला है संगठन का। इसमें भी इतनी मजबूती हो जो कोई भी विकार दुश्मन के रूप में वार कर न सके। अगर कोई दुश्मन वार कर लेता है तो ज़रूर किले की मजबूती की कमी है। यह तो संगठन रूपी किला है, इसकी मजबूती के लिए तीन बातों की आवश्यकता है। अगर तीनों बातें मजबूत हैं तो इस किले के अन्दर कोई भी रूप से कभी भी कोई दुश्मन वार नहीं कर सकेंगे। दुश्मन प्रवेश भी नहीं कर सकते, हिम्मत नहीं हो सकती। वह तीन बातें कौन-सी हैं, जिससे मजबूत हो सकते हैं? एक- स्नेह, दूसरा- स्वच्छता और तीसरा है रूहानियत। यह तीनों बातें अगर मजबूत हैं तो कब कोई का वार नहीं होगा। अगर कहाँ भी, कोई भी वार करता है, उनका कारण इन तीनों में कोई न कोई कमी है। या स्नेह की कमी है या फिर रूहानियत की कमी है। तो संगठन रूपी किले को मजबूत करने के लिए इन तीन बातों पर बहुत अटेन्शन चाहिए। हरेक स्थान पर इन बातों का फोर्स रखकर भी यह लाना चाहिए। जैसे स्थूल में भी वायुमण्डल को शुद्ध करने के लिए एअर फ्रेश करते हैं। उससे अल्पकाल के लिए वायुमण्डल चेन्ज हो जाता है। इस रीति से इसमें भी इन बातों का प्रेशर डालना चाहिए। जिससे वायुमण्डल का भी असर निकल जाए। कोई को भी आकर्षण करने की मुख्य बातें यही होती हैं। स्नेह से, स्वच्छता से प्रभावित तो हो जाते हैं लेकिन मुख्य तीसरी बात रूहानियत की जो है, यह है मुख्य। दो बातों से प्रभावित होकर गए। यह तो उन्हों के प्रति विशेष वृत्ति और दृष्टि में अटेन्शन रहा। उसकी रिज़ल्ट में यह लेकर के गए। तो जैसे लोगों को भी यह मुख्य बातें आकर्षण करने के लिए निमित्त बनती हैं ना। वैसे एक-दो को संगठन में लाने के लिए व संगठन में शक्ति बढ़ाने के लिए आपस में भी यह तीन बातें एक-दो को देकर के अटेन्शन दिलाने की आवश्यकता है। अगर तीनों में से कोई भी बात की कमज़ोरी है तो ज़रूर कोई न कोई विकनेस है। जो सफलता होनी चाहिए वह नहीं हो पाती, ज़रूर कोई कमी है। तो यह बातें बहुत ध्यान में रखनी हैं।

रामपुर बुशहर-शिमला(हि.प्र.)। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् श्रेष्ठ प्रतिज्ञा करते हुए तहसीलदार जयचंद सोनी, सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा बहन, ब्र.कु. डोलमा बहन, ब्र.कु. सावित्री बहन, ब्र.कु. रीना बहन, ब्र.कु. चरण सिंह भाई तथा अन्य।

कथा सरिता

बिना अभ्यास के मंज़िल नहीं

प्राचीन समय में विद्यार्थी गुरुकुल में रहकर ही पढ़ा करते थे। बच्चे को शिक्षा ग्रहण करने के लिए गुरुकुल में भेजा जाता था। बच्चे गुरुकुल में गुरु के सानिध्य में आश्रम की देखभाल किया करते थे और अध्ययन भी किया करते थे।

वरदराज को भी सभी की तरह गुरुकुल भेज दिया गया। वहाँ आश्रम में अपने साथियों के साथ घुलने-मिलने लगे। लेकिन वह पढ़ने में बहुत कमज़ोर थे। गुरु जी की कोई भी बात उनके बहुत कम समझ में आती थी। इस कारण सभी के बीच वह उपहास का कारण बनते।

उनके सारे साथी अगली कक्षा में चले गए लेकिन वो आगे नहीं बढ़ पाये। गुरू जी ने भी आखिर हार मानकर उन्हें बोला, "बेटा वरदराज! मैंने सारे प्रयास करके देख लिए हैं। अब यही उचित होगा कि तुम यहाँ अपना समय बर्बाद मत करो। अपने घर चले जाओ और घरवालों की काम में मदद करो।"

वरदराज ने भी सोचा कि शायद विद्या मेरी किस्मत में नहीं है। और भारी मन से गुरुकुल से घर के लिए निकल गये। दोपहर का समय था। रास्ते में उन्हें प्यास लगने लगी। इधर-उधर देखने पर उन्होंने पाया कि थोड़ी दूर पर ही कुछ महिलाएं कुएं से पानी भर रही थीं। वह कुएं के पास गये। वहाँ पत्थरों पर रस्सी के आने-जाने से निशान बने हुए थे, तो उन्होंने महिलाओं से पूछा, "यह निशान आपने कैसे बनाएं।" तो एक महिला ने जवाब दिया, "बेटे यह निशान हमने नहीं बनाएं। यह तो पानी खींचते समय इस कोमल रस्सी के बार-बार आने-जाने से ठोस पत्थर पर भी ऐसे निशान बन गए हैं।"

वरदराज सोच में पड़ गये। उसने विचार किया कि जब एक कोमल सी रस्सी के बार-बार आने-जाने से एक ठोस पत्थर पर गहरे निशान बन सकते हैं तो निरंतर अभ्यास से मैं विद्या ग्रहण क्यों नहीं कर सकता!

वरदराज ढेर सारे उत्साह के साथ वापस गुरुकुल आये और अथक कड़ी मेहनत की। गुरू जी ने भी खुश होकर भरपूर सहयोग किया। कुछ ही सालों बाद वही मंदबुद्धि बालक वरदराज आगे चलकर संस्कृत व्याकरण के महान विद्वान बने। जिन्होंने लघु सिद्धान्त कौमुदी, मध्यसिद्धान्त कौमुदी, सारसिद्धान्त कौमुदी, गीर्वाणपदमंजरी की रचना की।

शिक्षा : अभ्यास की शक्ति का तो कहना ही क्या है! चाहे वो खेल में हो या पढ़ाई में या किसी और चीज़ में। बिना अभ्यास के आप सफल नहीं हो सकते। इसलिए अभ्यास के साथ धैर्य, परिश्रम और लगन रखकर आप अपनी मंज़िल को पाने के लिए जुट जाएं।

दिल्ली-करोल बाग(पांडव भवन)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा केंद्रीय सरकार आवासीय परिसर,देव नगर करोल बाग क्षेत्र में आयोजित 88 वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव में दीप प्रज्वलित करते हुए बायें से ब्र.कु. विजय बहन, बहन मनदीप कौर बक्शी,अध्यक्ष,शिरोमणि अकालीदल एवं पूर्व निगम पार्षद, विशेष रवि,विधायक, राजयोगिनी ब्र.कु. पुष्पा दीदी,डायरेक्टर,ब्रह्माकुमारीज़,पांडव भवन, ब्र.कु. रेनू बहन व ब्र.कु दिनेश भाई।

पटना-बुद्धा कॉलोनी(बिहार)। अनिल यादव,वार्ड पार्षद को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. मृदुल बहन एवं ब्र.कु. भवानी बहन।

कैथल-हरियाणा। जवाहर नवोदय विद्यालय,तितरम में विद्यार्थियों को नैतिक मूल्यों और चरित्र निर्माण विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् विद्यालय की प्रिंसिपल सुचिता गुप्ता को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कविता बहन व ब्र.कु. भगवान भाई।

दिल्ली-पीतमपुरा। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर आयोजित शिव जयंती महोत्सव में ब्र.कु. चक्रधारी दीदी, ब्र.कु. रानी दीदी, ब्र.कु. प्रभा दीदी, ब्र.कु. सुनीता दीदी, ब्र.कु. उषा गोयल सहित पीतमपुरा एवं शक्तिनगर सेवाकेंद्र के अनेक भाई-बहनें उपस्थित रहे।

भरतपुर-राज.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में भरतपुर प्रशासन एवं महिला अधिकारिता विभाग की ओर से अध्यात्म के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने के लिए राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी,आगरा सबज़ोन सह प्रभारी,भरतपुर सेवाकेंद्र प्रभारी को प्रशस्ति पत्र प्रदान कर सम्मानित करते हुए श्वेता यादव,अति. जिला कलेक्टर। साथ हैं श्रीमती अर्चना पिप्पल,उपनिदेशक महिला एवं बालविकास विभाग परियोजना अधिकारी, राजेश कुमार,उपनिदेशक महिला अधिकारिता विभाग तथा अन्य।

हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी(उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा स्वास्थ्य सप्ताह के अंतर्गत कमल पब्लिक स्कूल में 'मेरा स्वास्थ्य मेरा अधिकार' थीम के अंतर्गत आयोजित कार्यशाला में ब्र.कु. श्वेता बहन, ब्र.कु. दिनेश भाई, ब्र.कु. गजेन्द्र भाई एवं ब्र.कु. वन्दना बहन ने बच्चों का मार्गदर्शन किया। इस अवसर पर प्रबंधक कमल गुप्ता, प्रधानाचार्या मेनका गुप्ता, कामिनी शर्मा, शशि प्रभा, ज्योति शर्मा, रीना कश्यप, प्रीति यादव, कनिष्का पचौरी, शर्मिष्ठा जी आदि शिक्षकगण उपस्थित रहे।

क्या आपको भी है एसिडिटी?

पेट में अधिक एसिड बनने से एसिडिटी की समस्या होती है। जीवनशैली व आदतों में सुधार लाकर और घरेलू उपाय करके इससे राहत पाई जा सकती है।

एसिडिटी बहुत सामान्य सी समस्या लगती है, लेकिन जो लोग इससे हर रोज जूझते हैं उन्हें काफी पीड़ा उठानी पड़ती है। दरअसल, जब भोजन पाचन तंत्र में पहुंचता है तब हाइड्रोक्लोरिक एसिड बनता है। यह एसिड पेट की ग्रंथियों द्वारा खाने को तोड़ने और पचाने का काम करता है। जब यही एसिड ज़रूरत से ज्यादा मात्रा में बनने लगता है, तो एसिडिटी हो जाती है। इससे पेट में जलन होने लगती है, जो सीने तक पहुंच जाती है। इसे हार्ट बर्निंग भी कहा जाता है।

इन लक्षणों से पहचानें

आमतौर पर एसिडिटी के लक्षण तब महसूस होते हैं जब पेट की ग्रंथियों द्वारा निर्मित एसिड मुंह से पेट को जोड़ने वाली भोजन नली में प्रवाहित हो जाता है। इसके अलावा जो लक्षण हैं उनके बारे में भी जानें-

पेट, गले, सीने में दर्द और जलन होना एसिडिटी के सामान्य लक्षण हैं जो कुछ मिनट से लेकर कुछ घंटों तक महसूस हो सकते हैं।

पेट में अधिक एसिड के कारण निगलने में कठिनाई होती है या गले में खाना फंसने का अहसास होता है। इससे पाचन में भी बाधा आती है।

भोजन के ठीक से ना पचने और अधिक एसिड के कारण उल्टी का अनुभव भी होता है।

मुंह में लंबे समय तक खट्टा या कड़वा स्वाद भी एसिडिटी के मुख्य लक्षणों में से एक है।

कब्ज, अपच, बार-बार डकार या हिचकी आना, खाने के बाद पेट में भारीपन, बेचैनी, पेट फूलना या गैस, बदबूदार सांस, बिना पचे भोजन का मुंह में वापस आना जैसे लक्षण महसूस हो सकते हैं।

सांस लेने में परेशानी भी हो सकती है।

एसिडिटी होती क्यों है?

एसिडिटी आमतौर पर लगातार खानपान में गड़बड़ी के कारण हो सकती है, जैसे अनुचित समय पर अधिक और भारी भोजन करना, खाने के तुरंत बाद लेट जाना, भोजन में फाइबर की कमी, व्यायाम से ठीक पहले खाना खा लेना आदि।

धूम्रपान, शराब और सोडे का अधिक सेवन, नींद की कमी, तनाव आदि समस्या को बढ़ावा देते हैं। इसके अलावा, अधिक लाल मिर्च व सिरके के सेवन से भी एसिडिटी की दिक्कत हो सकती है।

कुछ ऐसी चीज़ें जिन्हें पचाना मुश्किल होता है उनके अधिक सेवन से भी समस्या बढ़ जाती है। इन खाद्य पदार्थों में चाय, कैफीन, अधिक मसालेदार भोजन, नींबू और संतरे जैसे खट्टे फल और फास्ट फूड जैसे अधिक वसा वाले खाद्य पदार्थ शामिल हैं।

हाई ब्लड प्रेशर, चिंता, अवसाद और अन्य बीमारियों के लिए दवाओं का लगातार सेवन भी एसिडिटी का कारण हो सकता है।

थोड़े बदलाव की ज़रूरत है

अधिक मसालेदार भोजन का सेवन न करें। अपने आहार में फल व हरी सब्जियां शामिल करें। दिनभर में टुकड़ों में यानी थोड़ी-थोड़ी मात्रा में ही भोजन करें। अधिक मात्रा में पानी पिएं। रात के खाने और नींद के बीच कम से कम 2 घंटे का अंतर ज़रूर रखें। नियमित रूप से व्यायाम करते रहें और शराब व धूम्रपान की आदतों को छोड़ने की कोशिश करें। इसके अलावा डॉक्टर की सलाह के बिना किसी भी तरह की एसिडिटी की दवा ना लें।

घरेलू उपाय मदद करेंगे

अदरक में पेट के एसिड को कम करने का गुण पाया जाता है, इसलिए भोजन के तुरंत बाद अदरक की चाय पीने से एसिडिटी की समस्या से राहत मिलती है।

तुलसी की 4-5 पत्तियों को चबाएं और इसके रस को निगल लें। तुलसी पेट में एसिड के स्तर को कम करने में मदद करती है।

आधा चम्मच जीरे को 1 कप पानी में उबालें, छानें और ठंडा करके थोड़ी-थोड़ी देर में पीते रहें। इससे एसिडिटी के दौरान होने वाले दर्द और बेचैनी से राहत मिलेगी।

दूध में पाया जाने वाला कैल्शियम एसिड के अधिक स्राव को कम करता है। पेट या सीने में जलन के दौरान बिना शक्कर के एक गिलास ठंडा दूध पीने से राहत मिलेगी।

पेट की जलन शांत करने के लिए पुदीने की चाय काफी कारगर है। इसके अलावा पुदीने व अदरक की चाय भी भोजन के बाद लेने से एसिडिटी में आराम मिलेगा।

एसिडिटी को गंभीरता से लें

एसिडिटी की समस्या लगातार रहने से आंतों का अल्सर और कैंसर जैसी बीमारियां तक हो सकती हैं। इसलिए बिना लापरवाही बरते अपनी जीवनशैली में सुधार करें और उपचार व परामर्श के लिए डॉक्टर से संपर्क करना चाहिए।

राजकोट-गुज.। ब्रह्माकुमारीज के हैप्पी विलेज सेवाकेंद्र पर आयोजित अलौकिक होली स्नेह मिलन कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज गुजरात सब जोन डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. भारती दीदी, ब्र.कु. किंजल दीदी, ब्र.कु. अंजू बहन, ब्र.कु. तनीषा बहन, गुजरात पुलिस शी टीम की हेड कॉन्स्टेबल पल्लवी बहन, राजनगर सेवाकेंद्र की ब्र.कु. रीटा बहन सहित अन्य गणमान्य लोग व बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

बिलासपुर-छ.ग.। रामा मैग्नेटो मॉल में ब्रह्माकुमारीज की फिल्म 'द लाइट' देखने शहर के कई प्रबुद्ध जन पहुंचे और उन्होंने पूरी मूवी को एकाग्र होकर देखा। इसमें जस्टिस संजय अग्रवाल, डॉ. रायजादा, सेवा एक नयी पहल के संस्थापक संतराम जेठमलानी, पूर्व महापौर किशोर राय, डीआईजी रेलवे भवानीशंकर नाथ, विद्युत विभाग अधीक्षण यंत्री परसराम साहू, कार्यपालन यंत्री डी.के. विश्वकर्मा, आर्ट ऑफ लिविंग से डॉ. अजीत मिश्रा, रेलवे के वरिष्ठ अधिकारी शशिकान्त द्विवेदी, प्रयास एड के विनोद पांडे, लायंस क्लब से नितिन सलूजा, पत्रकारिता से जुड़े विजय टुटेजा, जगदीश जिज्ञानी, माधव मजूमदार सहित अन्य गणमान्य लोग शामिल रहे।

जकातवाडी-सातारा(महा.)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र में आने पर आध्यात्मिक ज्ञानचर्चा के पश्चात् श्रीपाद जाधव,कार्यकारी अभियंता सार्वजनिक बांधकाम विभाग,सातारा महा. शासन को ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. शांता बहन।

दिल्ली-कृष्णा नगर। ब्रह्माकुमारीज द्वारा पंजाब नेशनल बैंक में 'सेल्फ एम्पॉवरमेंट' विषय पर सत्र के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. सरिता दीदी, ब्र.कु. शिवानी, बैंक के सीनियर मैनेजर मनोजित दास, जूनियर मैनेजर बलविंदर जी तथा कर्मचारीगण।

पचोर-म.प्र.। शिव जयंती के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा पुलिस थाना पचोर,शिव मंदिर में आयोजित आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी के उद्घाटन पश्चात् पुलिस थाना प्रभारी आकांक्षा शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. वैशाली बहन। साथ हैं समस्त मीडिया कर्मी व ब्रह्माकुमारी बहन।

अम्बिकापुर-चोपड़ापारा(छ.ग.)। ब्रह्माकुमारीज के नव विश्व भवन सेवाकेंद्र में आयोजित होली उत्सव कार्यक्रम में कांग्रेस किसान प्रदेश उपाध्यक्ष सीतापुर शैलेष सिंगदेव, राजपरिवार की बहूरानी त्रिशाला जी, सरगुजा संभाग की सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. विद्या दीदी, स्नेहा बहन, राजमोहिनी देवी कृषि महाविद्यालय के पूर्व अधिष्ठाता वी.के. सिंह, विवेकानंद स्कूल के डायरेक्टर स्वामी तन्मयानन्द जी, सामाजिक कार्यकर्ता अनिल मिश्रा, सामाजिक कार्यकर्ता मंगल पाण्डे, सामाजिक कार्यकर्ता वन्दना दत्ता, सामाजिक कार्यकर्ता शिल्पा पाण्डे, ब्र.कु. प्रतिमा बहन एवं शहर के अन्य गणमान्य लोग व ब्र.कु. भाई-बहनों सहित लगभग 500 लोग शामिल रहे।

ब्यावरा-म.प्र.। बांईहेड़ा ब्रह्माकुमारीज पाठशाला द्वारा आयोजित 'विश्व शांति एवं सद्भावना रैली' तथा 'स्नेह मिलन' कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज राजगढ़ की जिला प्रभारी राजयोगिनी ब्र.कु. मधु दीदी, प्रसिद्ध कथावाचक आचार्य श्री रमेशचंद्र जी, आचार्य श्री लोकेश त्रिवेदी, राजगढ़ से अरविंद सक्सेना, पचोर से टी.आई. दिलीप सिंह राजपूत, बांईहेड़ा के सरपंच प्रेमनारायण दांगी, स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी बहन सहित बड़ी संख्या में अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

पौराणिकता में जीवन की गाथा

ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

हम सब जब कोई भी शास्त्रगत कहानी, कथा या कोई मार्मिक चित्रण पढ़ते हैं, सुनते है तो सिर्फ पढ़ने के भाव से पढ़िएगा और सुनकर अच्छा लगा, ये हम सबके अन्दर एक भाव पैदा होता है। लेकिन कोई भी चीज़ जो बनी है इस दुनिया में, जिसको हम कथाओं के माध्यम से सुनते हैं। उसमें से मूल्यों और कुछ ऐसी चीज़ें उठाने की कोशिश करते हैं जिससे जीवन में बदलाव आये। तो, तो कारगर है, नहीं तो व्यर्थ है। जैसे एक मार्मिक चित्रण जो बहुत ही प्रायोगिक भी है और प्रचलित भी है - वो है कृष्ण और विदुर का संवाद और राम और शबरी का संवाद।

तो कहा जाता है कि कृष्ण ने छप्पन भोग ठुकराये और जाकर विदुर के घर में साग और रोटी खाया। ऐसे ही राम ने शबरी के बेर खाये। अब इन दोनों कहानियों को एक साथ अगर जोड़ा जाये तो भी मर्म है, अगर इनको अलग-अलग समझा जाये तो भी मर्म है। जैसे आपके घर में मैं आऊं, और आकर के बोलूं कि मुझे छप्पन भोग खाने हैं, छप्पन तरह की चीजें बना दो, तो आपको खुशी होगी या आपके अन्दर डिस्टर्बेंस क्रियेट हो जायेगी, परेशानी पैदा हो जायेगी कि अरे इतना टाइम तो नहीं है ना हमारे पास, इतना जल्दी छप्पन भोग कैसे बन सकता है, उसके लिए तो टाइम चाहिए। आपने तो आते ही डिमांड कर दी छप्पन भोग की। लेकिन अगर मैं कहूं दूसरी तरफ से कि आप कुछ भी बना दें, या जो आपके यहाँ बना हुआ है वो ही हमारे लिए अच्छा है। तो उसमें हमको ज़्यादा खुशी होगी। क्योंकि परेशानी नहीं हुई ना। इसीलिए वहाँ ये दिखाया गया कि श्रीकृष्ण ने जाकर विदुर के घर में साग-रोटी खाया माना कि जो विदुर का अर्थ है जो विकारों से दूर हो, वो विदुर है। और विकारों से जो दूर होता है, जो बिल्कुल सात्विक है, शुद्ध है, पवित्र है, उसके यहाँ का कुछ भी स्वीकार करना वो छप्पन भोग के समान ही होता है।

दूसरा उनके, क्योंकि हर एक जो चरित्र है वो हमारे सोच को ब्यान करता है। तो उनकी पत्नी का नाम भी सुल्भा है, सुल्भा का मतलब जो आसानी से उपलब्ध हो जाये। तो जो आसानी से चीज़ें उपलब्ध हो जायें वो हमारे को इज़ी बनायेगा, वो हमारी लाइफ को इज़ी बनायेगा। हमको अच्छा सोचने पर मजबूर करेगा। और उनकी माँ का नाम परिश्रमी था, मतलब जो अपने परिश्रम शब्द का अर्थ उस मेहनत से नहीं लेना है, लेकिन जो अपने श्रम को महत्त्व देता है, कार्य को महत्त्व देता है, परमात्मा के साथ भावनाओं के साथ जुड़ता है। उसके यहाँ सबकुछ सुलभ होता है। उन्हीं के घर में परमात्मा आकर भोजन स्वीकार करते हैं। तो इसका अर्थ तो यही हुआ ना कि जो हम सबकी नेचर है, हम सबके अन्दर जो भाव है परमात्मा को अपने घर में खिलाने के, वो छप्पन भोग से नहीं खुश होता है वो साधारणता से खुश होता है। वो सादगी से खुश होता है, पवित्रता से खुश होता है, तो इसलिए इन आडम्बरों में हम पड़ गये कि परमात्मा को, भगवान को ये पसंद है। और उसको हमने वहाँ एप्लाई कर दिया। लेकिन ये हमारे जीवन की गाथा है।

> **हम सबके अन्दर जो भाव है परमात्मा को अपने घर में खिलाने के, वो छप्पन भोग से नहीं खुश होता है वो साधारणता से खुश होता है। वो सादगी से खुश होता है, पवित्रता से खुश होता है, तो इसलिए इन आडम्बरों में हम पड़ गये कि परमात्मा को, भगवान को ये पसंद है। और उसको हमने वहाँ एप्लाई कर दिया। लेकिन ये हमारे जीवन की गाथा है।**

ऐसे ही शबरी के बेर दिखाये कि ऐसे कोई राम मतलब कोई बहुत बड़ा इंसान, देवता, जब आपके पास आये तो क्या आप उसे झूठे बेर खिलायेंगे! ऐसा तो नहीं है! तो ये अर्थ आज के समय का ही है कि परमात्मा को कहा जाता है कि वो गरीब निवाज़ है। तो गरीब निवाज़ का अर्थ यहाँ ये है कि जिसके पास सबकुछ है लेकिन फिर भी वो उसको ट्रस्टी होकर सम्भालता है, तो परमात्मा उसको प्यार करते हैं। शबरी को वहाँ दिखा दिया कि जब वो रास्ते से गुज़र रहे हैं तो बेर को चख-चख कर उनको दे रही है। और उसको वो ऐसे खा रहे हैं बड़े भाव से। तो इसका मतलब हुआ कि बेर को वैसे भी तो वैर के साथ जोड़ा जाता है। वैर-विरोध के साथ कि हमारे मन में किसी के लिए कोई भाव तो नहीं है, ऐसे। और चख-चख के देना माना चख-चख के बोलना, सोचना। तो जो मैं बोल रही हूँ, जो मैं सोच रही हूँ, वो किसी को खट्टा तो नहीं लग रहा है, किसी को बुरा तो नहीं लग रहा है। कहीं मैं खट्टे शब्द तो नहीं बोल रही हूँ। और आप सोचो कि मुझे फुल टाइम ये सोचना है कि ये वाली चीज़ें परमात्मा को मैं दे रही हूँ। तो जो चीज़ें मैं परमात्मा को दे रही हूँ वो परमात्मा के सामने बैठ कर उसको खिला रही हूँ। तो ज़रूर इसका कोई तो अर्थ ऐसा होगा कि जो हमारे जीवन को जोड़ता होगा। तो हमारा लक्ष्य साथ है लेकिन कई बार क्या होता है जिसने सबकुछ भगवान को दे दिया उसको शबरी कहते हैं। सबकुछ माना थोड़ा भी ज़ुबान से भी, मुख से, ज़ुबान से, भाव से किसी भी तरह से खट्टा ना देना। सोचना भी नहीं। तो वो है शबरी के बेर।

मतलब हम सभी को पूरी तरह से समर्पित बुद्धि की बात की जाती है। उसको हमको प्रयोग में लाना है तो उसका जो प्रयोग करेगा, उसको जो अपने जीवन में प्रयोग में लायेगा वो परमात्मा को अर्पण होगा ना! ऐसे कैसे कोई शबरी ऐसे कोई रास्ते में बैठी है भगवान उसके पास पहुंच गये और उन्होंने उन्हें बेर खिला दिये। तो ये सारे जो कहानी और कथायें हैं ना इसको हमने पढ़ा-सुना कई बार है लेकिन वो कम्पलीट माना सम्पूर्ण रीति से हमारे जीवन के बदलाव की कहानी है। अगर सच में परमात्मा का प्यार प्राप्त करना है तो सबकुछ उनको अर्पण करना है। हमको विकारों से दूर होना है, तब जाके साधारणता में महानता की जो बात की जाती है ना वो हमको भगवान से प्राप्त होगा। तभी हम जीवन को जी पायेंगे।

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई -

मन की बातें

प्रश्न : मैं कल्पना हूँ, पुणे से। मेरी उम्र 49 साल है। मैंने अपनी सगी बहन को बहुत सारे पैसे दिए हैं। मैं उससे दो साल से वो पैसे मांग रही हूँ, लेकिन वो मुझे टाल रही है। डेट पर डेट वो मुझे देती जा रही है। पर दे नहीं रही है। जिस वजह से मैं बहुत टेन्शन में रहती हूँ। मन में भी कई बार सवाल उठते रहते हैं कि मैंने उसे पैसा क्यों दिया और उसके कारण मेरी नींद भी चली गई है। कृपया मुझे बतायें कि ऐसे में मुझे क्या करना चाहिए?

उत्तर : आजकल ऐसी मेंटैलिटी हो गई है कि अपनों से लोगों को बुरा व्यवहार मिलता है। तो फिर मनुष्य के मन में क्या आता है कि किसी को मदद न की जाए। निरसता आ जायेगी सम्बन्धों में। तो इसीलिए मनुष्य को ऐसा नहीं करना चाहिए। एक बुरा संदेश जाता है समाज को। कोई हमें बता रहा था कि कोई बड़ा अमाउंट हमने दे दिया किसी को विश्वास पर। अब वो कहता है कि मेरे पास तो कुछ नहीं है। मैं मर ही सकता हूँ, इसके अलावा तो कुछ हो नहीं सकता। साथ में धमकी भी दे दी कि तुम्हारे नाम सुसाइड नोट लिख जाऊंगा। इन्होंने पैसे मांगे मैं दे नहीं पाया तो। अब बेचारे फंस गये, इतना बड़ा अमाउंट। जैसे सदा ही हम कहते हैं कि कर्मों की गति को मनुष्य को हमेशा ध्यान में रखना चाहिए। कोई किसी का पैसा लेकर न दे, ये होगा नहीं। उसे देना पड़ेगा। कष्ट भी पायेगा और देना भी पड़ेगा। इसलिए प्यार से दे देना चाहिए। पहले तो मैं आपकी बहन को कहूंगा अगर वो कभी हमें सुनती हो तो जिसका लिया है उसका प्यार से, धन्यवाद देते हुए कि तुमने हमें समय पर मदद की थी, रिटर्न करें। अगर किसी के पास देने को ही न हो तो अपनी बात क्लीयर कर देनी चाहिए। अब आपको क्या करना है, रोज़ सवेरे 21 बार अभ्यास करें मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। और दस मिनट अपनी बहन को गुड वायब्रेशन्स दें। संकल्प भी दें कि ये पैसा तो भगवान (शिव बाबा) का है। हम शिवबाबा के हैं तो हमारा सबकुछ शिवबाबा का है। तुम ये प्यार से लौटा दो। हमने तुम्हें समय पर मदद की थी। अब तुम्हारा कर्त्तव्य है कि तुम भी लौटा दो। तो गुड वायब्रेशन्स देंगे। ऐसे थॉट्स देंगे और विज़न भी बनायें कि वो आ गई है मेरे घर में, और प्यार से, मुस्कुराते हुए सॉरी करते हुए रिटर्न कर रही है। 21 दिन तक ये भी करेंगे। तो आपका पैसा वापस आ जायेगा।

प्रश्न : जहाँ हमने मकान बनाया है, वहाँ पहले किसी की समाधि थी। ऐसा हमको एक सयाने ने बताया। हमने पता भी किया तो वो सही निकला। और जब से हम यहाँ आये हैं तब से बहुत ही बुरे सपने आते हैं, कभी भी कोई छोटे या बड़े काम में हमें सफलता नहीं मिलती। बनते काम भी एंड तक आते-आते बिगड़ जाते हैं। हमने हवन आदि भी करवाया और कई तांत्रिक से भी प्रयोग कराये, उस आत्मा को दूसरी जगह भेजने के लिए। लेकिन कोई फायदा नहीं हुआ। क्या उस मकान को बेच दिया जाये? या फिर हम वहीं रहें तो कुछ समाधान हो सकता है? कृपया बतायें क्या करें? 11 वर्ष हो गये हैं हमें इस प्रकार की परिस्थिति से जूझते हुए।

उत्तर : बहुत लम्बा समय हो गया है, और आपने करा भी सबकुछ लिया है। क्योंकि जहाँ ऐसी चीज़ होती है वहाँ उन आत्माओं के वायब्रेशन्स रहते ही हैं। और कभी-कभी उन आत्माओं का भी वहाँ वास हो जाता है। अगर वो आत्मायें बड़ी अच्छी हैं, बड़ी कॉपरेटिव हैं तो सब कार्यों में मदद होने लगती है। लेकिन आत्मा बहुत अच्छी नहीं है तो इस तरह की स्थिति बनने लगती है। जैसे आपके साथ बनी। तो आपको दो चीज़ मैं सजेस्ट करूंगा, अगर मकान आदि बेचना सहज हो तो वो भी आपको कर लेना चाहिए। पर बात ये है कि जो लेगा उसको भी इसी परिस्थिति का सामना करना पड़ेगा। इसीलिए अगर इसका एक सुन्दर समाधान हो जाये तो चाहे आप बेच दें उनके लिए भी अच्छा हो, चाहे आप खुद रहें आपके लिए भी कल्याणकारी हो। अगर आपने राजयोग नहीं सीखा है तो हमारे विश्व विद्यालय में प्रति गुरूवार शिव बाबा को, जो सुप्रीम है, जो सद्गुरू है, जो गुरूओं का भी गुरू है उसको हम भोग लगाते हैं। किसी व्यक्ति की तरफ से लगता है वो हर गुरूवार को। तो आपको सेवाकेन्द्र पर जाना चाहिए। कोर्स कर लेना चाहिए और राजयोग सीख लेना चाहिए। ये सारी विधि वहाँ बहनें बता देंगी कि राजयोग कैसे करना है। वो हम भी बहुत चर्चा कर चुके हैं और वहाँ जाकर आपको सात दिन सीखना ही चाहिए। क्योंकि आपके कल्याण के लिए बहुत अच्छी चीज़ होगी। तो जब आप सेन्टर पर जाकर ये सब सीख लेंगी तो आपको क्या करना है कि एक तो रोज़ पानी ले लें एक लोटा और उसको दृष्टि देकर 21 बार संकल्प करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। अपने घर में रोज़ एक बार छिड़कने लगें। और संकल्प करें कि यहाँ जो भी आत्मा हो वो मुक्त हो जाये। उसको पुनर्जन्म मिले। दूसरी चीज़ है, उस आत्मा को सात दिन तक भोग खिला दिया जाये। जैसे हम शिवबाबा को भोग लगाते हैं, एक थाली अलग से भोग की रख ली जाये साथ में। और बाबा से रिक्वेस्ट की जाये कि इस आत्मा को भोग खिलाकर मुक्त कर दो। ये बहुत सुन्दर विधि होती है। क्योंकि आत्मायें पवित्र भोजन खाकर भी मुक्त हो जाती हैं। और तीसरी चीज़ है आप 21 दिन के लिए उस आत्मा की मुक्ति अर्थ एक योग भट्ठी कर लें। एक घंटा रोज़ योग। एक स्वमान पहले याद कर लेंगे। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और मास्टर मुक्तिदाता हूँ। और इस योग अभ्यास से इस आत्मा की मुक्ति हो। ऐसा संकल्प करके वहीं पर कोई भी एक व्यक्ति जिसका अभ्यास बहुत सुन्दर हो, एक घंटा योग करें 21 दिन। तो ये निश्चित है वो आत्मा पुनर्जन्म ले लेगी। उसकी भी मुक्ति होगी, उसका भी कल्याण होगा। और ये घर उस परिस्थिति से मुक्त हो जायेगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

ईश्वर से करें अपने दिल की बात...

राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

भगवान से सर्व नातों का सुख परम सुख है। अलौकिक सुख है। सबकुछ प्रदान करने वाला है। जन्म-जन्म की थकान मिटाने वाला है। सब जानते हैं, जिस तरह से जब एक बाप अपनी लड़की का सम्बन्ध किसी बड़े परिवार में कर दे, और खुद साधारण परिवार में है तो उसी दिन से उनको क्या नशा रहने लगता है? वो हज़ार लोगों को बताएंगे कि मेरी लड़की फलाने घर में गई है। सुना है वो परिवार का नाम! इतने बड़े परिवार में चली गई है। नातों की खुमारी संसार में भी रही है। वो कहीं-कहीं अहम में बदल गई। लेकिन हमारे नाते तो हमें निरहंकारी और नम्र बनाते हैं। तो हमारा नाता भगवान से जुड़ गया है, वो मेरा हो गया है। और अब वो परम शिक्षक के रूप में हमारे सामने आया है। देखो पढ़ते हुए सब जानते हैं किसी को अच्छा टीचर मिले, अच्छा लेक्चरर मिल जाये, जिसकी पढ़ाई से बच्चे बहुत होशियार हो जायें, रिज़ल्ट बहुत सुन्दर हो जाये। जो कमज़ोर बच्चे हैं वो भी अच्छे अंक लाने लगें। नशा रहता है कि हमारे कॉलेज में फिज़िक्स का लेक्चरर है वो भी एक्सपर्ट। उसकी पढ़ाने की कला बहुत सुन्दर है। हमारे मैथेमेटिक्स का ये प्रोफेसर है। ये बहुत अच्छा पढ़ाता है।

लेकिन हमारी ब्रह्माकुमारी यूनिवर्सिटी में पढ़ाने वाला स्वयं भगवान है। सोचकर देखो, जिसने आदि-मध्य-अन्त का, सृष्टि का सम्पूर्ण ज्ञान दे दिया। ऐसा ज्ञान दे दिया जो बातें शास्त्रों में अनसुलझी थी, अनउत्तरित थी। जिनके बारे में कोई कुछ नहीं जानता था। वो रहस्य हँसते-हँसते एक-एक, दो-दो लाइन में स्पष्ट कर दिए। तो हमें भी ये नशा हो कि मैं गॉडली स्टूडेंट हूँ, मुझे पढ़ाने वाला स्वयं भगवान है। जिसको पढ़ाने वाला भगवान हो उसकी पढ़ाई का स्टेटस कितना हाइएस्ट होगा! पढ़ाने वाला भगवान, तो पढ़ाई से मिलती है स्वर्ग की राजाई। जितना अच्छा पढ़ेंगे उतना ही अच्छा पद भविष्य में मिलेगा। पदों का कितना महत्त्व है आजकल। आईएएस, आईपीएस बनने के लिए स्टूडेंट्स कितनी मेहनत करते हैं, कोचिंग करते है, धन खर्च करते है। ये सब तो नौकरियां है, अधीनता है। यहाँ मिलती है स्वर्ग की राजाई। विश्व की नहीं, विश्व में भी जो स्वर्ग है उसकी राजाई। तो हमें बहुत खुशी, बहुत नशा रहना चाहिए कि हमें पढ़ाने वाला स्वयं भगवान है। हम उसकी पढ़ाई को बहुत अच्छी तरह पढ़ेंगे। रेगुलर स्टूडेंट बनेंगे, उसके ज्ञान का चिंतन करेंगे। तो हमारा उससे नाता गहन होता जायेगा और उसकी पढ़ाई हमारी बुद्धि को श्रेष्ठ, डिवाइन, और तेजस्वी बनाती जायेगी। मैंने कितने लोगों को देखा है, कुमार-कुमारियों को देखा है, उनकी बुद्धि तेजस्वी हो गई ज्ञान-योग में आते ही। जिन्होंने अपने को उलझाया नहीं वो बहुत महान बन गये। तो सुप्रीम टीचर का नाता उससे हमें जोड़ना है।

तीसरा सबसे इम्पोर्टेंट नाता सद्गुरू का है। वो परम सद्गुरू है, वो अपने शिष्य हमें

मैं तुम्हें मुक्ति का मार्ग दिखाने आया हूं। मैं तुम्हें सरल राह दिखा रहा हूं। मैं तुम्हारे लिए प्रकाश लाया हूं। इस प्रकाश से तुम्हारी राहें स्पष्ट दिखने लगी हैं। बस इन राहों पर चलना तुम्हारा काम है।

नहीं बनाता कि तुम मेरे चेले हो, मेरे चरण छू लो, उसको तो चरण है ही नहीं। वो कहता है मैं तुम्हारी गति-सद्गति करने आया हूँ। मैं तुम्हें मुक्ति का मार्ग दिखाने आया हूँ। मैं तुम्हें सरल राह दिखा रहा हूँ। मैं तुम्हारे लिए प्रकाश लाया हूँ। इस प्रकाश से तुम्हारी राहें स्पष्ट दिखने लगी हैं। बस इन राहों पर चलना तुम्हारा काम है। मंत्र दे दिया- मनमनाभव। ये मंत्र रटने का नहीं है। इसका अर्थ है बुद्धि योग मेरे से लगाओ। हमें उसके स्वरूप का ज्ञान हो गया। वो निराकार ज्योति स्वरूप है। ज्ञान सूर्य है। सर्वशक्तिवान है। उसके स्वरूप से हम बुद्धि लगाते हैं, मन लगाते हैं, हमारी बुद्धि स्वच्छ होने लगती है। बुद्धि को स्थिर करने में शिव बाबा की मदद मिलती है। जैसे दुनिया में बहुत लोग जो सत्संगी होते थे, जिन्होंने गुरू किये होते थे उनको बहुत नशा रहता था। फलाना संत मेरा गुरू है। कभी कई संतों का नाम था भारत में। लेकिन अब तो नहीं है। लेकिन उन्होंने संसार के लिए बहुत अच्छे काम किए है। समाज को बहुत सुन्दर व्यवस्था दी,गाइड लाइन दी। लेकिन जब सब खेल बिगड़ गया तो भगवान परमसद्गुरू बनकर आया, तो हमें भी नशा रहे हम उसके फॉलोअर है। जो गति-सद्गति दाता है। उसके बन गये, उनसे नाता जोड़ लिया। गति-सद्गति, मुक्ति-जीवनमुक्ति, पर हमारा अधिकार हो गया है। हमें मांगना नहीं है। उन्होंने सरल मार्ग भी दिखा दिया है। तुम योग से अपने सभी विकर्म नष्ट कर दो। मुक्त होकर तुम अपने धाम चले जाओगे। तुम इस पढ़ाई पर ध्यान दो, तुम्हे हाइएस्ट स्टेटस मिल जायेगा।

इस नशे में रहे स्वयं भगवान परम सद्गुरू बनकर हमें राह दिखा रहा है। वो हमारी माँ है, प्यार दे रही है। वो हमारा प्रियतम है, साजन है, श्रृंगार कर रहा है। बस हम उस श्रृंगार को बिगाड़ न दिया करें। बच्चे होते हैं ना, माँ श्रृंगार करके स्कूल में भेजे और बिगाड़ के आते है सब। हमें श्रृंगार को कायम रखना है और वो श्रृंगार है- सद्गुणों का, वो श्रृंगार है- प्युरिटी का। वो श्रृंगार कर रहा है हमारा सर्व शक्तियों से, श्रेष्ठ संकल्पों से। ये सबसे बड़े श्रृंगार है। भगवान परम सद्गुरू के द्वारा किया गया श्रृंगार जो हमारा प्रियतम है, ये हमारी पर्सनैलिटी को चमका देता है। हमारे जीवन को खुशियों से भर देता है। सुख-शांति तो हमारी नेचर बन जाती है। तो हम सभी अपने सभी नाते एक से जोड़ लें।

हमारे सच्चे दिल से, दिल की गहराई से, ये बात निकला करे कि वो मेरा है। इस मेरेपन में सर्व सम्बन्धों का सार समाया हुआ है। बस इसकी अनुभूति हमें तभी होगी जब हम जो हमारे लौकिक नाते रिश्ते हैं उनमें आत्मिक भाव रखेंगे। उन्हें छोड़ नहीं देना है। उनमें आत्मिक भाव रखेंगे और ये संकल्प करेंगे ये सब भी भगवान के बच्चे हैं, इन सबका नाता भी उससे ही हमें जोड़ना है। उसी के द्वारा ही इन सबका बेड़ा पार होगा। जिसको पूरा परिवार भी फॉलो करे। अपना जीवन ऐसा बना देना है कि पूरा परिवार हमारे जीवन से बहुत कुछ सीखता चले। तो उनका नाता भी एक से जुड़ जायेगा।

झाबुआ-म.प्र.। वन एवं पर्यावरण कैबिनेट मंत्री मध्य प्रदेश शासन नागर सिंह चौहान, प्रसिद्ध उद्योगपति बृजेश शर्मा, शैलेष दुबे तथा किशोर शाह लोकसभा संयोजक को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जयंती बहन, ब्र.कु. ज्योति बहन व ब्र.कु. सविता बहन।

हाथरस-उ.प्र.। अखिल भारतीय यादव महासभा द्वारा आयोजित 'होली मिलन समारोह' में ब्रह्माकुमारीज द्वारा सहभागिता की गई। इस मौके पर कार्यक्रम में मंचासीन हैं केन्द्रीय मंत्री दिनेश उपाध्याय, भारतीय जनता पार्टी के जिलाध्यक्ष शरद माहेश्वरी, प्रो. डॉ. भरत यादव, ब्र.कु. शान्ता बहन, ब्र.कु. मीना बहन, डिस्ट्रिक्ट बार एसोसिएशन के अध्यक्ष अजय भारद्वाज तथा निवर्तमान अध्यक्ष कलेक्ट्रेट बार एसोसिएशन अधिवक्ता प्रेम सिंह यादव।

भिलाई-छ.ग.। ब्रह्माकुमारीज के संस्थापक पिताश्री ब्रह्मा बाबा के जीवन पर आधारित फिल्म 'द लाइट' की सूर्या ट्रेजर आइलैंड के पीवीआर में लॉन्चिंग हुई। सांसद विजय बघेल, रजनी बघेल, एम.एम. त्रिपाठी चेयरमैन केपीएस ग्रुप, संजीव सिंह इंस्पेक्टर आरपीएफ, मनोष गुप्ता चेयरमैन बीएसबीके ग्रुप, वरिष्ठ पत्रकार एवं छत्तीसगढ़ आजतक के संपादक लखन वर्मा, डॉ. रक्षा सिंह व ब्र.कु. आशा दीदी ने दीप प्रज्वलित कर फिल्म का विधिवत शुभारंभ किया।

भादरा-राज.। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र में आयोजित होली के कार्यक्रम में उपस्थित हैं स्थानीय सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. चंद्रकांता दीदी, बिजली बोर्ड से दीवान सिंह, बिजनेसमैन रमेश बडवे वाले, ईंट भट्ठों के मालिक देवानंद सर्राफ तथा अन्य।

राजकोट-अवधपुरी(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा महाशिवरात्रि के अवसर पर 3000 श्रीफल से निर्मित 15 फीट के शिवलिंग का दर्शन करने के पश्चात् उपस्थित हैं बिल्डर एसोसिएशन के प्रमुख परेश भाई गजेरा, बीजेपी प्रमुख डॉ. भरत भाई बोघरा, स्थानीय ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. रेखा बहन तथा अन्य।

खेड़ी लखा सिंह-रादौर(फतेहाबाद)। होली उत्सव कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. राज बहन। साथ हैं भाजपा मंडल अध्यक्ष हैप्पी जी(वीरेंदर), ब्र.कु. राजू भाई व अन्य समाज सेवी।

चंद्रपुर-महा.। होली के पावन पर्व पर कला एवं संस्कृति प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज चंद्रपुर द्वारा चांदा क्लब ग्राउंड में 'वैश्विक संस्कृति-प्रेम, शांति, सद्भावना' एवं 'सांस्कृतिक संध्या' का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम में सुप्रसिद्ध गायिका और लाइव परफॉर्मर पामेला जैन, गिनीज बुक ऑफ रिकॉर्ड्स होल्डर प्रीतपाल सिंह पन्नु, राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी,अध्यक्षा,आईटी एंड एडमिनिस्ट्रेटिव विंग,ओआरसी गुरुग्राम, राजयोगिनी ब्र.कु. चंद्रिका दीदी,अध्यक्षा,कला एवं संस्कृति प्रभाग,अहमदाबाद, ब्र.कु. दयाल भाई,माउण्ट आबू, गायक जय गोपाल लूथरा,चंडीगढ़, मिमिक्री कलाकार और गायक ब्र.कु. नितिन भाई,माउण्ट आबू, ब्र.कु. सतीश भाई,माउण्ट आबू, कला एवं संस्कृति प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. प्रेम बहन,करनाल सहित अन्य प्रतिष्ठित लोग व कला प्रेमी शामिल हुए। इस मौके पर सभी कलाकार एवं अतिथियों को महाराष्ट्र के सांस्कृतिक मंत्रालय द्वारा पुरस्कृत किया गया।

इंदौर-प्रेमनगर(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 88वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव एवं अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अंतर्गत आयोजित 'परमात्मा शिव द्वारा महिला सशक्तिकरण के लिए सकारात्मक परिवर्तन' विषयक कार्यक्रम में श्रीमती अनीता शाह,प्रिंसिपल इंदिरा विद्या मंदिर हायर सेकेंडरी स्कूल, राम निवास बुधौलिया,जिला कार्यक्रम अधिकारी,महिला एवं बाल विकास विभाग, प्रो. डॉ. रेणु जैन,कुलपति देवी अहिल्या विश्व विद्यालय,इंदौर, प्रो. ज्योति दुधिया,गर्ल्स डिग्री कॉलेज,इंदौर, कुमारी अलका ठाकुर,सीमा सुरक्षा बल भारत-नेपाल बॉर्डर, प्रो. रेखा मेलवानी,श्री वैष्णव विद्यापीठ विश्व विद्यालय,इंदौर, श्रीमती श्रुति बड़ोले,हाईकोर्ट एडवोकेट, ब्र.कु. शशि दीदी,संचालिका ब्रह्माकुमारीज प्रेमनगर यूनिट इंदौर, ब्र.कु. यशिवनी दीदी,संचालिका,बिजलपुर सेवाकेंद्र एवं उप संचालिका प्रेमनगर यूनिट, ब्र.कु. शारदा दीदी,संचालिका,बैराठी कॉलोनी सेवाकेंद्र सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता ब्र.कु. शिवानी बहन ने कहा...

शांत मन और खुशनुमा जीवन के लिए अटेंशन के साथ मेडिटेशन

अमरेली-गुज.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'शांत मन खुशनुमा जीवन' कार्यक्रम में अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता एवं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी बहन ने कहा कि जीवन में अनेक बातें आएंगी लेकिन बातों के कारण खुशी और शांति को नहीं गंवाना है। मान लो सारा दिन अपने हाथ में पानी का ग्लास लेकर चलना है, काम करना है, सबसे मिलना है, कारोबार करना है, सब कुछ करना है लेकिन ध्यान रहे ग्लास गिरना नहीं चाहिए। उसी तरह सारा दिन सब काम आदि करना है लेकिन ध्यान रहे शांति, खुशी गिरनी नहीं चाहिए। उसे गंवाना नहीं है। उन्होंने कहा कि जैसे सफेद कपड़ा पहनते हैं तो ध्यान रखते हैं कि दाग नहीं पड़ना चाहिए। इसी तरह ध्यान रहे कि सफेद मन पर दाग नहीं लगना चाहिए। सारा दिन कुछ भी हो जाए लेकिन ध्यान रखना है कि गुस्सा नहीं करना है। यदि गुस्सा आ जाए तो एक पेपर पर लाइन करते जाएं, फिर रात को चेक करें कि कितनी बार गुस्सा किया। ऐसा करने पर खुद पर अटेंशन रहेगा। साथ ही उन्होंने बताया कि मन को शांत रखने के लिए डेली मेडिटेशन ज़रूरी है। इस मौके पर शहर के प्रतिष्ठित लोगों द्वारा शिवानी बहन का भव्य स्वागत किया गया। कार्यक्रम में आईएमए के प्रेसिडेंट डॉ. जी.जे. गजेरा, शीतल आईसक्रीम इंडस्ट्रीज़ के मालिक भूपत भाई भुवा, अमर डेयरी के अध्यक्ष अश्विन भाई सांवलिया, मार्केटिंग यार्ड के प्रमुख कालू भाई भंडेरी, नीलकंठ ज्वेलर्स के मालिक केतन भाई सोनी, ब्र.कु. गीता बहन,अमरेली सहित बड़ी संख्या में शहर के लोग शामिल रहे।

अमरेली में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा भव्य कार्यक्रम 'शांत मन और खुशनुमा जीवन'

धूमधाम से मनाया सेवाकेंद्र का 50वां वार्षिकोत्सव

इस मौके पर...

ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा निकाली गई विशाल शोभायात्रा

25 वर्षों से अधिक समय से राजयोग का अभ्यास करने वाले भाई-बहनों को किया गया सम्मानित

पठानकोट-ढांगू रोड(पंजाब)। ब्रह्माकुमारीज़ राजयोग सेवाकेंद्र के 50वें स्थापना दिवस पर राजयोगिनी ब्र.कु. सत्य दीदी की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में सर्वप्रथम 25 वर्षों से अधिक समय से राजयोग का अभ्यास करने वाले भाई-बहनों को सम्मानित किया गया, तत्पश्चात् स्वर्णिम ताज पट्टी हार पहनाकर विशाल शोभायात्रा निकाली गई, जो ढांगू रोड पावरकॉम परिसर से शुरु होकर विष्णु नगर लामीनी पठानकोट ब्रह्माकुमारीज़ राजयोग सेवाकेंद्र पहुंची। शोभायात्रा का शुभारंभ आप के हलका पठानकोट इंचार्ज विभूति शर्मा चेयरमैन पीटीडीसी द्वारा झंडी दिखाकर किया गया। यात्रा के दौरान शहर के प्रख्यात समाज सेवी संस्थाओं द्वारा पुष्पवर्षा कर स्वागत किया गया। इस मौके पर आयोजित कार्यक्रम में पूर्व विधायक अशोक शर्मा, पूर्व निगम मेयर अनिल वासुदेवा, रोशनी सोनी एमसी, अभि शर्मा, अमिता शर्मा, पार्षद शोभा रानी, सरपंच हरदीप सिंह कलेर, केंद्र प्रबंधक राजयोगी ब्र.कु. प्रताप कुमार, ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु.प्रीति, समीर शारदा सहित सुजानपुर, इन्दौरा, मामून, भुंगल, करोली, राजा खास्सा, धीरा, सरना, नंडवाल से भारी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें शामिल रहे।

परमात्म प्राप्ति का मार्ग प्रशस्त कर रहा संस्थान : बागरी

रजत जयंती पर 25 वर्षों से राजयोगी जीवन जीने वालों का पगड़ी, तिलक, माला से हुआ सम्मान

कटनी-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा ईश्वरीय सेवाओं के रजत जयंती समारोह का समापन अमकुही फैक्ट्री कटनी में 25 वर्ष से पवित्रता का पालन करते हुए ईश्वरीय सेवा में महत्वपूर्ण योगदान देने वाले भाई-बहनों के अलौकिक सम्मान के साथ हुआ। इस अवसर पर सतना की राज्य मंत्री प्रतिमा बागरी ने कहा कि ब्रह्माकुमारियों ने अपने विचारों के माध्यम से इस देश में एक ऐसी अलख जगाई है जो निश्चित तौर पर परमात्मा को प्राप्त करने में हम सबका मार्ग प्रशस्त करती है। कांग्रेस की राष्ट्रीय प्रवक्ता सौम्या राधेलिया ने कहा कि ब्रह्माकुमारी बहनों की तरह प्रेम, ममता, समर्पण और निःस्वार्थ भाव हम सब आज यहां से सीख कर जाएं। सतना के परमानंद महाराज ने कहा कि पवित्र गृहस्थ आश्रम की जो नींव हमारे ब्रह्मा बाबा ने रखी, आज इस संस्था में ऐसे हज़ारों नहीं लाखों भाई-बहनें हैं जो पवित्र रहकर के पूरे विश्व को, पूरी प्रकृति को पवित्रता की सकाश दे रहे हैं। इन सभी पवित्र आत्माओं को हमारा शत-शत नमन। उद्योगपति सुधीर जैन ने सुंदर पंक्तियों के माध्यम से अपनी शुभकामनाएं दीं। ब्रह्माकुमारीज़ धार्मिक प्रभाग इंदौर ज़ोन के ज़ोनल कोऑर्डिनेटर ब्र.कु. नारायण भाई ने कहा कि सोना तप-तप कर निखरता है, ऐसे ही जीवन तप-तप कर जब खुशनुमा बनता है तब तो जीवन जीवन कहलाता है। कार्यक्रम के शुभारंभ में पंडित अरविंद तिवारी, वकील संघ के अध्यक्ष अमित शुक्ला, पूर्व विधायक गिरिराज किशोर पोद्दार, दीपक टंडन, रणवीर कर्ण, अंकिता तिवारी, लक्ष्मण प्रसाद साहू, सिविल लाइन राजयोग सेवाकेंद्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, धार्मिक प्रभाग प्रयागराज की अध्यक्ष ब्र.कु. मनोरमा दीदी, माउंट आबू से ब्र.कु. विजय भाई, शहडोल की ब्र.कु. नलिनी बहन, चंडीगढ़ की ब्र.कु.पूनम बहन, धार्मिक प्रभाग राजिम की सब कोऑर्डिनेटर ब्र.कु पुष्पा दीदी, बिलासपुर की ब्र.कु. राखी बहन आदि शामिल रहे।

समाज व सारे विश्व के कल्याण के लिए करें कार्य

ग्वालियर-माधवगंज(म.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज़ के 'प्रभु उपहार भवन' की 6वीं वर्षगांठ पर आयोजित भव्य उत्सव में नगर निगम वार्ड 50 के क्षेत्रीय अधिकारी सतेन्द्र सिंह सोलंकी ने सभी को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि यह बहुत ही खुशी की बात है कि इतना अच्छा आश्रम हमारे क्षेत्र में है जहां लोगों को सकारात्मक दिशा मिलती है।
व्यवसायी पीताम्बर लोकवानी ने कहा कि इस संस्थान के लोगों से जब भी मिलते हैं तो यह अपने कार्य को करते हुए हमेशा खुश नज़र आते हैं जो हम सबको प्रेरणा देते हैं।
पी.एम.पी एसोसिएशन के प्रदेश सचिव रंजीत सिंह छाबरा ने कहा कि यह संस्थान मानव सेवा के लिए समर्पित है और जो आनंद सेवा में है वह किसी और कार्य में नहीं है। वरिष्ठ नेत्र सर्जन डॉ. एच.एस. कुशवाह ने अपना अनुभव साझा करते हुए कहा कि मुझे तीन-चार बार इस संस्थान के मुख्यालय माउंट आबू जाने का मौका मिला। तब से ही मैं संस्थान के संपर्क में हूँ। इनके द्वारा सिखाया गया मेडिटेशन मैं रोज करता हूँ और जब भी कोई समस्या आती है तो मैं परमात्मा को याद कर हल्का हो जाता हूँ। स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. रानी कुशवाह व अभय खंडेलवाल ने भी अपनी शुभकामनाएं दी।
ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र की संचालिका ब्र.कु. आदर्श दीदी ने प्रभु उपहार भवन द्वारा ईश्वरीय सेवाओं के 6 वर्ष पूर्ण होने पर सभी को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि सभी को व्यक्तिगत हित से ऊपर उठकर समाज कल्याण व विश्व कल्याण के लिए कार्य करना चाहिए। एक मूल्यनिष्ठ समाज की स्थापना के लिए हर व्यक्ति के सहयोग की आवश्यकता होती है। कार्यक्रम में ब्र.कु. प्रहलाद भाई ने वर्ष 2023-24 में किये गए अनेकानेक जनहितकारी कार्यक्रमों की वार्षिक रिपोर्ट वीडियो प्रेज़ेंटेशन के माध्यम से प्रस्तुत की। ब्र.कु. डॉ. गुरुचरण सिंह भी इस मौके पर उपस्थित रहे एवं अपने विचार रखे।

ब्रह्माकुमारीज़ प्रभु उपहार भवन की 6वीं वर्षगांठ पर भव्य उत्सव का आयोजन

गणमान्य अतिथियों सहित सैकड़ों की संख्या में लोग हुए शामिल

भारतीय संस्कृति के पुनरूत्थान में ब्रह्माकुमारीज़ का शत प्रतिशत योगदान : मारवाह

कला एवं संस्कृति प्रभाग के राष्ट्रीय प्रशिक्षण कार्यक्रम का सफल आयोजन

प्रभाग अध्यक्षा ने कहा... श्रेष्ठ संस्कारों से ही होता है श्रेष्ठ संस्कृति का निर्माण

ओआरसी-गुरुग्राम। श्रेष्ठ भावनाएं एवं विचारधारा मानवीय सभ्यता का आधार है। कला एवं संस्कृति के माध्यम से हम लोगों से जुड़ते हैं। ये सामाजिक एकता का सूत्र है। उक्त विचार एशियन एकेडमी ऑफ फिल्म एंड टेलीविज़न तथा नोएडा फिल्म सिटी के संस्थापक-अध्यक्ष संदीप मारवाह ने ब्रह्माकुमारीज़ के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में आयोजित कला एवं संस्कृति प्रभाग के राष्ट्रीय प्रशिक्षण कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि कला एवं संस्कृति में प्रेम, शांति और सद्भावना के भाव ज़रूरी है। आध्यात्मिक सशक्तिकरण से ही ये सम्भव हो सकता है। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान भारतीय संस्कृति के पुनरूत्थान में शत प्रतिशत योगदान दे रहा है। इस संस्थान के साथ मिलकर कला एवं संस्कृति को हम एक आदर्श स्वरूप में प्रस्तुत कर सकते है। संस्थान के कला एवं संस्कृति प्रभाग की अध्यक्ष राजयोगिनी ब्र.कु. चंद्रिका दीदी ने कहा कि श्रेष्ठ संस्कारों से ही श्रेष्ठ संस्कृति का निर्माण होता है। एक समय भारतीय संस्कृति अपनी दिव्यता के चरम पर थी। ब्रह्माकुमारीज़ संस्था उन्हीं मूल्यों की स्थापना का कार्य कर रही है। कला एवं संस्कृति समाज की दिशा और दशा सुधारने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है। ओआरसी की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी ने कहा कि कला एवं संस्कृति में बच्चों की बहुत बड़ी भूमिका हो सकती है। उनके जीवन में श्रेष्ठ संस्कारों के आधार पर कला एवं संस्कृति को बढ़ावा दिया जाए तो आने वाली पीढ़ी सुसंस्कृत हो जायेगी।
कला एवं संस्कृति प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु. दयाल, प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. पूनम, प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. सतीश एवं ब्र.कु. भानू ने भी कार्यक्रम के प्रति अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की। ब्र.कु. इंद्रा ने राजयोग के अभ्यास से सभी को शांति की गहन अनुभूति कराई। ब्र.कु. रचना ने मंच संचालन किया। कार्यक्रम में देशभर से संस्था के 250 से भी अधिक सदस्यों ने शिरकत की।

दीप प्रज्वलित करते हुए एशियन एकेडमी ऑफ फिल्म एंड टेलीविज़न तथा नोएडा फिल्म सिटी के संस्थापक-अध्यक्ष संदीप मारवाह, ब्र.कु. चंद्रिका दीदी, ब्र.कु. दयाल, ब्र.कु. इंद्रा, ब्र.कु. भानु तथा अन्य।

RNI NO RAJHIN/2000/00721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/24-26, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2024-26, Posting on 12th TO 14th and 22nd TO 24th each month, published on 3rd May, 2024
स्वामी - आर.ई.आर.एफ., प्रकाशक, सम्पादक एवं मुद्रक- गंगाधर नरसिंगानी द्वारा कैपिटल ऑफसेट, L 801-1, Sector-28, GIDC Gandhinagar(Guj.) से मुद्रित एवं ओमशान्ति मीडिया, ब्रह्माकुमारीज़,शांतिवन-राज. से प्रकाशित।
See Latest News
www.omshantimedia.org