

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 13

अंक - 17

दिसम्बर - 1, 2012



(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

मूल्य 7.50 रु.

हम एक परमात्मा की संतान, यही भाव सबके दिल में सद्भावना लायेगा

हरिद्वार। मानसिक विकृतियों के कारण दुर्भावनाएं जागृत हुई हैं। इन दुर्भावनाओं से हमें मुक्ति तभी मिलेगी जब हमारे हृदय में यह सद्भावना जागृत होगी कि हम सभी एक परमात्मा की संतान हैं।

उक्त उद्गार धार्मिक प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु.प्रेमलता ने धार्मिक प्रभाग द्वारा आयोजित सद्भावना यात्रा का उद्घाटन करते हुए व्यक्त किए।

उन्होंने कहा कि यह यात्रा हमें अपने सत्य ज्ञान का बोध करायेगी और परमात्मा का ज्ञान जन-जन तक पहुंचायेगी। उन्होंने कहा कि विचारों को शुद्ध करने के लिए राजयोग की साधना आवश्यक है।

गरीबदासी आश्रम हरिद्वार के



हरिद्वार। धार्मिक प्रभाग के 'सुविनीर' का विमोचन करते हुए महामंडलेश्वर स्वामी ओंमकारानंद, महामण्डलेश्वर डॉ. स्वामी श्याम सुंदरदास, महंत दर्शन सिंह त्यागमूर्ति, ब्र.कु.प्रेम, ब्र.कु.मनोरमा, ब्र.कु.निरूपमा, ब्र.कु.कविता तथा ब्र.कु.कुंती।

स्वामी डॉ.श्यामसुंदर दास ने कहा कि हिन्दू संस्कृति को संरक्षण व सम्वर्धन प्रदान करने में ब्रह्माकुमारीज ने महत्वपूर्ण भूमिका निभायी है। ईश्वरीय विश्व

विद्यालय की नियमों व परम्पराओं का पालन करना हम सभी का धर्म है। वेदों से हमें मिलकर चलने की शिक्षा मिलती है। उन्होंने कहा कि पाश्चात्य देश भी

भारतीय संस्कृति एवं अध्यात्म से प्रभावित हुए हैं। षडदर्शन साधू समाज व देवपुरा आश्रम हरिद्वार के अध्यक्ष स्वामी दर्शनसिंह त्याग मूर्ति ने कहा कि

ब्रह्माकुमारी संस्था 'एक विश्व एक परिवार' की धारणा के साथ पिछले 75 वर्षों से कार्य कर रही है। जूना अखाड़ा हरिद्वार के स्वामी डॉ.उमाकांतानंद सरस्वती ने कहा कि इस सच्चाई को सभी जानते हैं कि ईश्वर एक है जिसने यह दुनिया बनाई है। ईश्वर ने जब मानव को सृष्टि पर भेजा तो जीवन जीने के लिए एक धर्म दिया जिसका नाम आदि सनातन धर्म है। सनातन धर्म जीवन जीने की पद्धति है। वर्तमान समय हमें सद्भावना की बहुत आवश्यकता है।

जगन्नाथपुरी की ब्र.कु.निरूपमा ने सभी को राजयोग द्वारा गहन शांति की अनुभूति करायी। अहमदाबाद की ब्र.कु.ऊषा ने सभी का आभार व्यक्त किया।

आध्यात्मिक चेतना को जागृत करें

मॉरीशस। 'शिव परमात्मा' का संदेश देने के उद्देश्य से सन् 1978 में मॉरीशस में ब्रह्माकुमारीज द्वारा पहली सेवाकेंद्र की स्थापना की गई। अपने स्थापना के 34 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में 'एक परमात्मा, एक विश्व परिवार' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसका उद्देश्य विभिन्न धर्म के लोगों को एकजुट कर राष्ट्रीय एकता की भावना को बढ़ाना था। इस कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए मॉरीशस गणराज्य के राष्ट्रपति राजकेस्वर पुरयाग ने कहा कि आज पुनः आध्यात्मिक चेतना को लाने की आवश्यकता है। आज विश्व सामाजिक, आर्थिक, संस्कृतिक स्तर पर विभिन्न प्रकार के समस्याओं का सामना कर रहा है तो ऐसे समय में

आध्यात्मिक चेतना को पुनः जागृत करने की आवश्यकता है। शांति के बिना कोई भी राष्ट्र प्रगति नहीं कर सकता है। उन्होंने डॉ.निर्मला को मॉरीशस में प्रथम सेवाकेंद्र खोलने के लिए धन्यवाद देते हुए कहा कि जिन्होंने अपना समस्त जीवन मानव कल्याण के लिए समर्पित कर दिया। इस अवसर पर उन्होंने दीदी चंद्रू को याद करते हुए कहा कि जिसके नेतृत्व संस्था को 1999 में प्रथम नेशनल यूनिटी अवार्ड मिला।

आस्ट्रेलिया में सेवाकेंद्रों की डॉ.निर्मला ने कहा कि आज लोग भगवान को खोजने के लिए कठिन तीर्थ यात्राओं पर जाते हैं और गुरु के बताये हुए मार्ग पर चलते हैं। लेकिन इन सबसे हमें भगवान की प्राप्ति नहीं होती है। जब हम

स्वयं को जान लेंगे तो हमारा जीवन सुख-समृद्ध से भरपूर हो जायेगा। उन्होंने कहा कि राजयोग ही हमें 'स्व की और परमात्मा' की पहचान देता है। इस पर पथ पर चलकर ही अपना जीवन सुखमय बना सकते हैं।

लेखक अब्दुल लतीफ ने कहा कि हमें श्वास लेने के लिए स्वच्छ हवा चाहिए और मानवता के कल्याण की आशा करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि हमें वही भाषा प्रयोग करनी चाहिए जो हमारे दिल को छू ले। और हमें एक विश्व परिवार की भावना को बढ़ावा देना चाहिए। एच.आर. के डायरेक्टर किम डरगा ने कहा कि हम सभी एक विश्व परिवार से सम्बन्धित हैं और हम सभी लोगों की यह तीव्र इच्छा होती है कि हमारे जीवन में खुशी हो। इसके लिए हमें अपने अंदर जाने की आवश्यकता है।

पत्रकार यूनान मार्टेल ने कहा कि जिस प्रकार विभिन्न फूलों से मिलकर एक सुंदर गुलदस्ता तैयार होता है, उसी प्रकार हम सभी भी आपस मिलकर शांति से रह सकते हैं। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज ईश्वर के संदेश को जन-जन तक पहुंचाने के लिए एक पोस्टमैन की भांति कार्य कर रही है।

समाज में नई चेतना ला रही है ब्रह्माकुमारीज

नागपुर। स्थानीय सेवाकेंद्र द्वारा 'परमात्म शक्ति से स्वर्णिम संसार' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर नागपुर से मुंबई तक श्रेष्ठ समाज के उत्थान के लिए अभियान यात्रा भी निकाली गई। इस अभियान यात्रा को सम्बोधित करते हुए महाराष्ट्र के गृहराज्य मंत्री शिवाजी राव मोघे ने कहा कि यह संस्था निःस्वार्थ भाव से समाज की सेवा कर रही है और उनमें नई चेतना ला रही है।

नागपुर व विदर्भ में सेवाकेंद्रों की संचालिका ब्र.कु.पुष्पारानी ने कहा कि मनुष्य को सदा सद्विचारों की संपदा से परिपूर्ण रहना चाहिए, जिससे हमारा समाज और देश सुदृढ़ विचारों वाला चरित्रवान देश बन सके। उन्होंने कहा कि हमारे श्रेष्ठ कर्मों का बीज हमारे श्रेष्ठ विचार हैं और विचारों की दिशा बदलने से समाज की दिशा स्वतः ही बदल जाती है। यह अभियान यात्रा शहर के भिन्न-ला रही है।

शेष पृष्ठ 4 पर



मॉरीशस। 'वन गॉड, वन वर्ल्ड फैमिली' कार्यक्रम में मंचासीन हैं मॉरीशस गणराज्य के राष्ट्रपति राजकेस्वर पुरयाग, डॉ.निर्मला तथा अन्य।



नागपुर। 'श्रेष्ठ समाज उत्थान अभियान' यात्रा को सम्बोधित करते हुए महाराष्ट्र के गृहराज्यमंत्री शिवाजी राव मोघे।

दैवीगुण सर्व का प्यारा बनाता है



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

बाबा की हर मुरली से मजा तभी आता है जब मनन-चिंतन करते हैं। मनन-चिंतन तभी करते हैं

जब उसे अमल में लाने का पक्का ख्याल मन में आता है। अमल में लाने से खुद में शक्ति भी आती है और सिखाने वाले के लिए अंदर से प्यार भी पैदा होता है, अपना भविष्य अच्छा उज्ज्वल दिखाई पड़ता है। क्योंकि संगमयुग की घड़ियां बड़ी जल्दी-जल्दी पास हो रही हैं। और यह भी महसूस होता है कि ऐसी अमूल्य घड़ी फिर वापस आने वाली नहीं है। इसलिए इस समय का कदर करना पड़ता है। हर पल बाबा की याद और ज्ञान हमारे जीवन को अमूल्य बना रहा है। कौड़ी मिसल जीवन जो थी अभी हीरे जैसी लगती है।

काम, क्रोध ने बिल्कुल कंगाल बना दिया है। जब कोई कंगाल बन जाता है तो उस पर बड़ा तरस पड़ता है। गरीब को कंगाल नहीं कहेंगे उसके पास सिर्फ धन कम है इसलिए गरीब है। शरीर से कोई बीमार है तो उसको भी कंगाल नहीं कहेंगे। सम्बन्ध में माता-पिता नहीं है अनाथ या विधवा है तो उसे भी कंगाल नहीं कहेंगे। यूं तो कई बातें आती हैं परन्तु जब कंगाल कहा जाता है तो न सिर्फ निर्धन है परन्तु

उसके पास कुछ भी नहीं है, उसको तो सूरत भी देखकर तरस आयेगा। भगवान ऐसी गति किसी की न हो। क्योंकि अपने गुणों-अवगुणों से, अपने लक्षणों से अपनी स्थिति ऐसी बना दी। जैसे आज बाबा ने कहा जहां क्रोध है वहां पानी के भरे हुए मटके भी सूख जाते हैं। क्रोधी खुद भी तपता है, औरों को भी तपाता है। उसका चित्त कभी शांत नहीं हो सकता है, वह दूसरे की शांति को भंग करता है, विघ्न डालता है, खिटपिट करता है, ऐसे कर्म बड़े खराब हैं। गरीब होगा तो स्वभाव का मीठा होगा। गरीब किसी को तंग वा दुःखी नहीं करता है। वह साहूकारों से अच्छा है। धनवान तो किसी न किसी को दुःखी करते रहते, गरीब किसी को दुःखी नहीं करते हैं। धनवान वेस्ट गंवायेगे, गरीब अपने पेट से भी दूसरे को खिलायेंगे। ऐसे गरीब भगवान के प्यारे बनते हैं। धनवान यदि अपने परिवार वालों को भी कुछ देगा तो भी गिनती करता रहेगा। उसके ऊपर किसी को तरस नहीं आयेगा।

जिसमें दैवीगुण है वह सबका प्यारा बन जाता है। कुछ भी न हो पर ईश्वर का प्यारा गुणवान तो बनें। यह तो जानते हैं हर एक इंसान का दिल मोम के बराबर है। देखने में भल बड़ा मजबूत हो लेकिन है मोम के बराबर। हमारा आसुरी स्वभाव किसी को दुःख देता है, पर जब खुद को दुःख मिलता है तो अंदर क्या हाल होता है, यह भी देखें। अपनी फीलिंग कैसी होती है? दुःख सहा नहीं जाता है। तो हम

अपनी नेचर ज्ञान-योग से मजबूत बनायें, मोम जैसी न हो। ऐसी कोई बात हमारे से न हो जो हमको अपने कर्म कूटना पड़े। कोई कहते इस जन्म में तो हमने कुछ नहीं किया। ज्ञान के पहले किया था बाद में तो किया नहीं। इस जन्म के है या ज्ञान के बाद के किये हुए कर्म हैं, कुछ भी है, ज्ञान-योग दो ऐसी चीजें बाबा देता है जिससे रियलाइजेशन को शक्ति हम सबके खबरदार कर देती है। अबकी खबरदारी, सच्चाई-सफाई, रहमदिली हमारे अंदर परिवर्तन कर देती है। हमारे अंदर कोई हिंसक विचार भी न आये। किसी से बदला लेने का ख्याल भी न आये। मुझे ज्ञान-योग की बड़ी अच्छी मदद है, योग बाबा से है, कोई देहधारी से नहीं है, अगर देहधारी की याद आई तो जब तक उनसे मिलन नहीं हुआ तब तक शांति नहीं होगी। यह काम की तृष्णा भी महान शत्रु है जो योगी बनने नहीं देती। कोई कहते हम सम्बन्ध में नहीं आये हैं, परन्तु यह मिलन की, देखने की तृष्णा है तो यह भी बड़ा विघ्न रूप बन जाती है योगी बनने नहीं देती है। इसलिए सदा यही याद रहे कि हम इस देह में मेहमान हैं, घर जाना है, पावन बनना है, यह बाबा की अमानत है इसको कोई टच नहीं कर सकता, खराब दृष्टि से देख भी नहीं सकता है। मैं बाबा की नजरों में रहूँ, मेरी नजरों में बाबा हो, ऐसे निहाल होकर रहने की जो बाबा से गिफ्ट मिलती है, वह सदा मेरे पास हो, तो कभी बेहाल होने की घड़ी नहीं आयेगी।

प्रार्थना से ज्यादा महत्व ईश्वर के होने का

-ब. कु. गंगाधर

आघातजनक फिर भी सत्य हकीगत यही है कि प्रार्थना को ज्यादा महत्व दिया गया है। जो कि कई जगह प्रार्थना एक शिष्टाचार मात्र बनकर रह गई है। कहां फिर प्रार्थना रोजिंदी क्रिया या रिति रिवाज की प्रवृत्ति बनकर रह गई है। और हां फिर प्रार्थना ईश्वर प्रत्येक की मांग से आजीवन स्वरूप धारण कर रह गई है। प्रार्थना का प्रभावकता स्वयं सिद्ध है, लेकिन उस प्रभावकता साधने की प्रक्रिया घोर अपेक्षा बन गई है।

व्यक्ति को परिणाम ज्यादा पसंद हैं, प्रक्रिया नहीं। हिमालय के सर्वोच्च ऊंचा शिखर एवरेस्ट विजय की बात सब करते हैं, लेकिन उस विजय प्राप्त करने के लिए किया गया पुरुषार्थ इतफाक ही कोई विचार करते हैं। हकीकत में परिणाम से ज्यादा प्रक्रिया का महत्व है। कोई सुंदर कवि-कृति पढ़ते हैं तो परिणाम हम पाते हैं, लेकिन उनका सच्चा आनंद तो तब आता जब हम जानते हैं कि कैसी प्रक्रिया में से रचियता कवि गुजरा होगा और परिणाम स्वरूप ऐसी सुंदर काव्य रचना का सृजन हुआ!

महात्मा गांधी की सिद्धि की बात करते हैं, लेकिन उसके लिए किया गया प्रयत्न भूल जाते हैं। गांधी जी की अहिंसा की बात हम जोर-शोर से करते हैं, परंतु उस अहिंसा की सिद्धि के लिए गांधी जी ने सूनाये हुए गुणों की तालीम का विचार करते हैं कोई? यह तालीम हो तब ही अहिंसा का मार्ग सफल होता है। अहिंसा के लिए ऊंच कोटि की त्याग वृत्ति, न्यायी वर्तन, आत्म सम्मान का भान, देह-

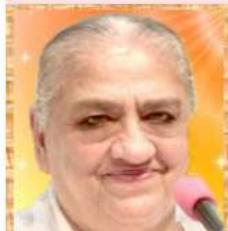
पीड़ा सहन करने की शक्ति जैसे आंतरिक गुणों की आवश्यकता पर गांधीजी ने भार पूर्वक कहा था। अहिंसा के मार्ग पर चलने पर जमीन रहे न रहे, धन छोड़ना पड़े, शरीर का भी त्याग करना पड़े, तो भी अहिंसा की उपासना उनकी परवा करे नहीं, ऐसा उन्होंने कहा था। उन्होंने कहा था कि अभय हुए बिना पूर्ण अहिंसा का पालन संभव ही नहीं। अहिंसा की तालीम के लिए मरने की ताकत होनी चाहिए। अब विचार करें कि व्यक्ति ने ऐसे गुणों की तालीम नहीं लिया हो और ऐसे गुणों को नजर अंदाज कर दिया हो, फिर वह मात्र अहिंसा की भावना को रटता रहे तो सफल कैसे होगा?

ऐसे ही ईश्वर के आशीर्वाद के लिए गुणों की तालीम की जरूरत पड़ती है। ऐसी तालीम के लिए सबसे अधिक निर्णायक बाबत है व्यक्ति का ईश्वर के सम्मुख रहकर जीवन जीने का कृत संकल्प अर्थात् की व्यक्ति की दृष्टि कोई संसारिक सिद्धि प्राप्त करने की ओर नहीं, परंतु ईश्वर के आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए ही हो। सदा ईश्वर को सम्मुख रखेंगे इसका अर्थ यही होता की प्रत्येक कार्य करते वक्त वे विचार करेगा की इससे ईश्वर प्रसन्न होगा या नाराज? उनके जीवन के व्यवहार का माप-तोल का कांटा यही होगा कि जिससे ईश्वर रहे ऐसा ही करना है, नाराज हो ऐसा कभी नहीं करना।

वह दो रीत से ईश्वर के सम्मुख होगा। एक तो स्वयं प्रत्येक कार्य में ईश्वर को हाजूर-नाजूर रखेगा और दूसरा निरंतर वह ईश्वर के गुणों का चिंतन कर उन गुणों की प्राप्ति के लिए प्रयास करेगा। ऐसे गुणों को स्वयं के व्यक्तित्व में खिले - उसके लिए समान बन जाएगा। जीवन व्यवहार में उचित होते प्रलोभन और आकर्षण के बीच में रहकर वे उन दिव्य गुणों का हृदय में समाने और फिर ये गुणों को व्यवहार में प्रगटाने का प्रयास करेगा।

इसलिए जीवन में जो कुछ भी शुभ कार्य होता है उसमें 'मै निमित्त हूँ, कार्य कराने वाला तो ईश्वर है' ऐसा मानने वालों को जीवन में सफलता अहंकारी बनाती नहीं और निष्फलता उनको घोर निराशा में डबा नहीं सकती। व्यक्ति ईश्वर को प्रसन्न करने का प्रयत्न करेगा, तब ही आपने आप वे दूसरों को मदद रूप होने का पुरुषार्थ करेगा। स्वहित से ऊपर निकल परहित का विचार करेगा। स्वयं के स्वार्थ का काम करने के बदले परमार्थ का काम करते उनको प्रसन्नता होगी। उनका मन अंदर ही अंदर खुश रहेगा, समय बितते ऐसा व्यक्ति को परायों की प्रसन्नता में स्वयं का सुख लगेगा। दूसरों के सुख को झलक देख खुद के अंतर में अपूर्व उल्लास अनुभव करता है। इस तरह ईश्वर सम्मुख मानव स्वयं के आत्मा पहचान के साथ-साथ दुःखी और पीड़ित जीवों पर करुणा बरसाता रहेगा। परायों की चिंता करना परिजनों की चिंता तो करता ही है। वह समझता है कि उनकी पहली सेवा घर और परिवार से ही होती है। इसलिए ही वह मात-पिता की सेवा के साथ गरीब-दुखियों की सेवा करने का अनुसंधान साधना रहता है। ईश्वर के आशीर्वाद की इच्छा अपने अंतर में ईश्वर को पाने की खाईस जगाती है। यही खाईस के कारण ही अपना आत्म विकास होता है। समय बितते बहार मूर्ति रूप से बिराजित ईश्वर साधक के हृदय में बसता है। मीरा ने हृदय में श्रीकृष्ण का अनुभव किया, संत तुलसीदास ने हृदय में राम को बसाया। महावीर ने कहा कि आत्मा के साथ ही परमात्मा छुपा हुआ है। जैसे छोटा गुठली में आम का पेड़ छुपा हुआ है ऐसे ही ईश्वर को भी प्रार्थना से ज्यादा ईश्वर के आशीर्वाद प्राप्त करने की प्रबल इच्छा साधक के लिए ज्यादा उपकारक है।

कर्म अच्छा है तो भविष्य अच्छा होना ही है



दादी इंदरमोहिनी, उति. मुख्य प्रशासिका

साकार बाबा को यह ए वा द म पक्का था कि आज ब्रह्मा हूँ, कल जाकर कृष्ण बनूंगा। जैसे

इस सामने रखी हो उसे पहनना हो। तो आज हम ब्राह्मण हैं हमारे लिए देवता रूप की इस तैयार है। हमने यहां जो कर्म किया है तो हमारा फल तो तैयार है ही ना, इसमें डर काहे का है। अगर शरीर छूटना ही है तो इसमें घबराने की क्या बात है। जाकर नया लेंगे। इसीलिए हमको मृत्यु से भी भय नहीं है। मनुष्यों को मृत्यु का डर इसीलिए होता है कि उन्हों को पता ही नहीं है कि मृत्यु होती क्या है? वो सोचते हैं कि पता नहीं कौनसा पशु बनेंगे। हमें तो पता है कि हमको तो देवता ही बनना है। इसीलिए हम निश्चित हैं। अगर स्थिति अच्छी नहीं होगी तो फिक्र होगा। फिर उस चिंता में शरीर छोड़ेंगे तो भविष्य क्या बनेगा! बाबा हम लोगों को टाइटिल देता है बेफिक्र बादशाह। क्या फिक्र है! बाबा सेवा करा रहा है, खिला रहा है, शरीर को भी चला रहा है, आत्मा को भी भोजन देकर आगे बढ़ा रहा है, सेवा भी करा रहा है। हमारा कर्म अच्छा है, तो भविष्य अच्छा होना ही है। इसीलिए हम बिल्कुल

बेफिक्र हैं। तो ये तैयारी हमको विनाश के पहले करनी है। हम शरीर के भान से न्यारे रहने का अभ्यास करते हैं। चोला टाइट नहीं होना चाहिए, जो टाइट वस्त्र पहनता है वह समय पर उतार नहीं सकता। उसको उतारने के लिए टाइम चाहिए। जो लूज पहनता है तो सेकण्ड में बदल सकता है। अगर हिसाब-किताब का धागा टाइट बंधा है तो उस समय हम अशरीरी नहीं बन सकते। स्वतंत्र होंगे तो कोई भी बंधन खींचेगा नहीं। यदि रस्सी बंधी हुई होगी तो हम ऊपर जाना चाहेंगे लेकिन वह नीचे ले आयेगी। इसलिए पहले सूक्ष्म धागे तोड़ने हैं, मोटे-मोटे धागे नहीं। जैसे मोह नहीं है, लेकिन टाइम पर मोह अंधा बना देता है। तो ऐसे नहीं समझो कि मेरे सारे विकार खत्म हो गए हैं लेकिन अंदर देखो कि अंशमात्र भी कहां रह तो नहीं गये हैं? यदि इच्छा नहीं है, अच्छा लगता है तो अच्छी चीज भी खींचेगी। अंशरूप में भी है तो उसे खत्म करना 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 मेरी 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 चीज है जो किसी अंजन से भी संबंध जुट जाता है। कहीं रास्ते में आपको ठोकर लग गई, वहां आपका कोई भी नहीं है, लेकिन किसी अंजन ने आपको सहारा दिया तो आपके दिल का प्यार उससे हो जायेगा। क्योंकि प्राप्ति हुई। फौरन ही कहेंगे कि आपको हम जीवन भर नहीं भूलेंगे। कोई सम्बन्ध ही नहीं है और जीवन भर 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 आनन्द की अनुभूति हुई, क्या शांति की अनुभूति हुई, क्या निःस्वार्थ प्यार 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 चीज है। जिसको कोई अलग कर नहीं सकता है। यह है दिल से बाबा को याद करना। बाकी नॉलेज के आधार से, दिमाग से याद किया तो नजदीक अनुभव नहीं कर सकेंगे। थोड़े टाइम के लिए शांति मिलेगी, थोड़े टाइम के लिए सोल कासेस 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।

योग का सहज स्वरूप

ब.कु.सूर्य....

जैसे-जैसे हम अपने पथ पर आगे बढ़ते जा रहे हैं, हमें कल्प पूर्व की सभी स्मृतियां आती जा रही हैं और एक दिन अवश्य ही हम स्मृति स्वरूप बन जायेंगे। फिर हमें योगी बनने के लिए अभ्यास की आवश्यकता नहीं रहेगी, बल्कि हम योग स्वरूप हो जायेंगे। जितना अधिक हमें, अपने वास्तविक स्वरूप का भान होता जा रहा है, योग हमारे लिए सरल रूप लेता जा रहा है। योग एक स्मृति अथवा भान है।

हम विचार करें - एक ओर गोप-गोपियां, जिन्होंने तपस्या नहीं की, ध्यान नहीं लगाया, वे त्यागी भी नहीं कहलाई और संन्यासी भी नहीं, दूसरी ओर वे ऋषि जिन्होंने कठिन तपस्या की, मन को मारा, जंगलों की राह ली, एकाग्रता से सिद्धियां प्राप्त की। परन्तु दोनों में महान कौन, परम भाग्यशाली कौन, किसका मार्ग सरल है, किसे श्रेष्ठ प्रतियां कहे? अवश्य ही ऋषि भी उन्हीं गोप-गोपियों के भाग्य की सराहना करते हैं, जो प्रभु-प्रेम में लवलीन हो चुकी थीं। जिनके मन में भगवान को छवि समा चुकी थी, जो भगवान को ही अपना सर्वस्व समर्पित कर चुकी थीं।

इसी प्रकार आओ, हम भी अपने योग को सरल स्वरूप दें। हम निःसंदेह वही गोप-गोपियां हैं, जो पुनः भगवान के साथ हैं और परमात्मा के हर दिव्य कर्तव्य को इन नयनों से निहार रहे हैं। साथ ही साथ हम ऋषि भी हैं जो एकाग्रता के बल से अनेक दिव्य शक्तियां प्राप्त कर रहे हैं। परन्तु जब हम गोप-गोपी स्वरूप से सर्व सम्बन्धों से परमपिता के सदा साथ का अनुभव करें, तब ही हमें ऋषि रूप से एकाग्रता व साइलेंस पावर की अनुभूति भी सहज रहेगी और हमें अनेक ईश्वरीय शक्तियां वरदान के रूप में प्राप्त होंगी।

तो आओ हम अपने वास्तविक स्वरूप को जानें और अपना सब कुछ एक को ही मन से मानें। हमारे जीवन में ये ईश्वरीय नशा समा जाए कि हमारे सम्बन्ध व सम्पर्क अब किससे हैं!

मैं कौन - हमें केवल यह जानना ही पर्याप्त नहीं कि मैं इस देह से भिन्न एक चेतन आत्मा हूँ, बल्कि मैं कौनसी आत्मा हूँ, सृष्टि के आदि से अंत तक मेरे कौन-कौन से मुख्य पार्ट रहे - इसका भान ज्यों-ज्यों आता रहेगा, हमारी आत्मिक स्थिति सरल रूप लेती जायेगी। हमें यह ईश्वरीय नशा बढ़ता जायेगा कि मैं ही वह हूँ, जिनसे भक्त मंदिरों में वरदान की याचना कर रहे हैं, आदि-आदि...। जैसे-जैसे इस सृष्टि चक्र में स्वयं का महत्व ज्ञात होता जायेगा, जीवन महानताओं से ओत-प्रोत होता चला जायेगा। जैसे-जैसे स्वयं की महानताओं का एहसास होता जायेगा, 'मैं पन' जीवन से दूर जाता रहेगा। अतः 'मैं कौन हूँ' - इसका चिंतन हरेक योगी को एकांत में रमणकर अवश्य करना चाहिए।

मेरा बाप कौन - जरा विचार तो करो, हमारा बाप कौन है! हम किसकी संतान बनें हैं!! हमारे पीछे कौन है!! इस जग में एक प्रधानमंत्री के पुत्र को कितना नशा रहता है। उसकी चाल-ढाल, बोल, कर्म, कदम,

विचार सब कितने नशे युक्त हो जाते हैं। उसे ख्याल रहने लगता है, मेरा बाप है, मेरे पीछे कौन है? इसी प्रकार हमें यह नशा चढ़ता जाए कि हम किसके हैं - यह नशा ही हमारे जीवन परिवर्तन का आधार बन जायेगा। मेरा बाप वही है जिसे भक्त भगवान कहकर, मंदिरों और गुफाओं में एक झलक पाने को तरस रहे हैं। मेरा परमपिता वही है जिससे मिलने के लिए बड़े-बड़े ऋषि घोर तपस्या कर रहे हैं। अब मेरा वह परमपिता मेरे पास है... आदि, आदि...।

मेरा परम शिक्षक कौन? - जरा ख्याल करो, तुम्हें किसने पढ़ाया! लोग जिसे दूढ़-दूढ़ कर हार गये, जिसकी एक आवाज सुनने के लिए लोगों ने कठिन प्रयास किये, उसी की मधुर वाणी ने तुम्हारे कानों को मधुर बनाया!! जिन रहस्यों को बड़े-बड़े विद्वान न जाने सके, वे सभी रहस्य उस परम-शिक्षक ने तुम्हें हंसते-बहलते सुना दिये। जिन उलझनों में

जिन रहस्यों को बड़े-बड़े विद्वान न जाने सके, वे सभी रहस्य उस परम-शिक्षक ने तुम्हें हंसते-बहलते सुना दिये। जिन उलझनों में शास्त्रार्थ महारथी शास्त्रार्थ कर रहे थे, उन गुत्थियों को उसने अति सरलता से सुलझा दिया। क्या कभी तुमने चित्त के पर्दे खोल कर विचारार्थी हो।

शास्त्रार्थ महारथी शास्त्रार्थ कर रहे थे, उन गुत्थियों को उसने अति सरलता से सुलझा दिया। क्या कभी तुमने चित्त के पर्दे खोल कर विचारार्थी हो। कितनी बड़ी अथाह उस ज्ञान-दाता ने तुम्हें दी है। तुम्हें स्वयं उसने पढ़ाया जो ज्ञान का भण्डार व त्रिकालदर्शी है। इसे कहा जाता है परम-शिक्षक की याद व उससे असीम प्यार। इस दुनिया में अगर कोई पी.एच.डी. या आई.ए.एस. की डिग्री लेता है तो उसके कदम धरती पर नहीं टिकते। और तुम - तुम्हें सर्वश्रेष्ठ व सम्पूर्ण ज्ञान, सम्पूर्ण सत्य मिला। तो तुम्हें कितना नशा हो! और यह नशा सहज ही आत्मा को बलवान बना देता है।

मेरा परम सतगुरु कौन? - इस संसार में कई मनुष्यों को बड़ा ही गर्व रहता है कि हम फलाने गुरु के शिष्य हैं। हमारा गुरु ऐसा-ऐसा सिद्ध पुरुष है। परन्तु हे ब्रह्मा-वत्सों, तुम्हें किसने अपनी शरण दी है। वो सर्व-शक्तिमान, सर्व का मार्ग प्रदर्शक, मुक्ति-दाता, भाग्य विधाता, स्वयं तुम्हारा सद्गुरु बना है। जो सब गुरुओं का भी उद्धार कर्ता है, उसी ने तुम्हें अपनाया है। जरा विचार करो। उसने तुम्हें अपनी छत्र-छाया में बिठाकर सुरक्षित किया, यहीं पर तुम्हें बंधन मुक्त बनाया, यहीं मुक्ति व स्वर्ग का आभास कराया। तो तुम्हें कितना गौरव हो, कि जिसकी शरण में ये सभी गुरु भी आराम लेने दौड़ेंगे, उसका हाथ तुम्हारे सिर पर है। तुम्हें उसने इतना स्पष्ट पथ दर्शाया जो तुम्हारे लिए

कुछ भी रहस्य नहीं रहा। इसी तरह का ईश्वरीय रुहाव परम सद्गुरु की याद कहलाता है। यह रुहाव हमें उसकी श्री मत के प्रति श्रद्धा जागृत करता है और श्रीमत से ही कल्याण का एहसास कराता है।

मेरा परम प्रियतम कौन? - ऋषि मुनि भी उन गोपियों के भाग्य पर ईर्ष्या करते होंगे जिन्होंने स्वयं भगवान को मन से अपना प्रियतम स्वीकार किया। जिन्होंने केवल एक की ही छवि मन में बसाई थी। अनेक गीत गा-गाकर भी आज के भक्त अपना मन बहलाया करते हैं।

यहां किसी कन्या की शादी किसी धनवान, गुणवान या विद्यमान पति से हो जाए तो उसकी खुशी और नशे का हाल मत पूछो। और हम रूहों ने तो उस परम प्रियतम का वरण किया है, जो पतियों का पति और रूहों का सच्चा सहारा है। उसकी याद के सिवाए अन्य किसी की भी छवि हमारे मन में नहीं बस सकती। उसे भूल अन्य किसी को मन में बसाना वफादारी व पति व्रत नहीं है। उससे अधिक रूपवान, उस जैसा गुणवान, प्रभु जैसा विद्यावान और बलवान कोई भी नहीं। तो हम सजिनियों को अपने उस सच्चे प्रियतम पर कितना नाज हो। उस जैसा और कोई नहीं... भले ही वह निराकार हो, परन्तु वह अपनी समस्त अनुभूति साकार में ही हमें कराता है। हम स्वप्न में भी अन्य किसी का वरण नहीं कर सकते। हमारा उससे इतना प्यार हो जाए कि हमें उसके सिवाए कुछ भी दिखाई न दे।

मेरा परम मित्र कौन? - वह परम मित्र जो विपदा में हाथ बढ़ाता है, जो रोटों के आंसू पोंछता है, जो गिरतों को सहारा देता है, ऐसा भगवान मेरा सच्चा मीत आ बना है। मुझे उससे मित्रता निभानी है। उस मित्र से किए हुए वायदे पूरे करने हैं। सदा उसी मित्र के साथ में खेलू... उसी से मन बहलाया करू... उसी मित्र से आँख मिचौनी करता रहू...। ऐसे सच्चे हितैषी मित्र को भला कौन भूल सकता है। जो कभी भी हमसे दूर नहीं होता, हमें अकेला नहीं छोड़ता। इस प्रकार हम अपने मित्र से मित्रता बढ़ाएं और उसे भूले नहीं।

मेरा रक्षक कौन? - स्वयं सर्वशक्तिवान... जिसके एक इशारे पर मैदान साफ हो जाते हैं, जिसकी दृष्टि पड़ते ही पापियों के दिल दहल जाते हैं... ऐसे सर्व समर्थ की छाया मेरे ऊपर है। ये स्मृति बड़ी दृढ़ व निर्भीक बना देती है। हम अपने रक्षक को भूलकर ही भयभीत होते हैं, स्वयं के मन को उलझाते हैं। हम सब जानते हैं कि उसकी छत्र-छाया में ही सदा पाण्डवों की रक्षा होती रही। पाण्डव कभी भूखे भी नहीं रहे। तो भला हमारा अहति कहाँ होने वाला है।

इस प्रकार से सर्व सम्बन्धों की याद हमारे जीवन को अति रुहाव युक्त व महान बना देती है। स्मृतियों में रहने से योग, कठिन अभ्यास का विषय नहीं रह जाता बल्कि उसकी याद मन में समाई रहती है। मन स्वतः ही शांत रहता है और हमें बार-बार कठिन तपस्या करने की आवश्यकता नहीं रहती। यही है याद का सहज स्वरूप।



कानुपुर। दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए दादी रतनमोहिनी, महामंडलेश्वर जन्मेजय शरण जी महाराज, ब.कु.उषा बहन, ब.कु.विद्या बहन एवं ब.कु.स्वामीनाथन।



हेदराबाद। ग्राम विकास प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब.कु.सरला बहन को 'योगिक खेतों' के लिए सम्मानित करते हुए विधायी परिषद के अध्यक्ष चक्रपाणि।



धिवंडी। प्रदर्शनी का उद्घाटन करने के पश्चात् निलेश चौधरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु.अलका बहन।



चंद्रपुर, वाडसा। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् म्यूनिसिपल कॉर्पोरेशन के अध्यक्ष किशन कुमार नगदेव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु.कुंदा बहन।



हाजीपुर। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् डी.डी.सी उमाशंकर प्रसाद को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु.अंजली बहन।



जोधपुर। अणुव्रत समिति की ओर से आयोजित 'सर्व धर्म सम्मेलन' में उपस्थित हैं ब.कु.शील बहन तथा अन्य।



न्यु खुर्सीपार, धिलाई। आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए पार्षद टिकेश्वर वर्मा, समाज सेवी माधव टिकरिया, ब्र.कु.नेहा बहन, ब्र.कु.अंजली बहन तथा अन्य।



रीवा। जिलाधिकारी एस.एन.रूपला को स्नेह मिलन के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.निर्मला बहन।



नगर, भरतपुर। आध्यात्मिक काव्य गोष्ठी का उद्घाटन करते हुए कवि ब्रजेन्द्र सोनी, ब्रह्मानंद शर्मा, कवि गोपाल, ब्र.कु.हीरा बहन तथा अन्य।



वरनाला। कार्यक्रम के पश्चात् ब्रह्माकुमारी बहनों को सम्मानित करते हुए एल.बी.एस. कॉलेज के प्रिंसिपल।



फौडा, गोवा। 'सड़क सुरक्षा अभियान' कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए मंत्री सुदिन ढवलीकर साथ में हैं ब्र.कु.सुरेखा बहन एवं ब्र.कु.शोभा बहन।



चुरू। 'कन्या बचाओ' झांकी के समूह चित्र में हैं ब्र.कु.सुमन बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

समाज में नई....

पृष्ठ 1 का शेष
भिन्न भागों से गुजरते हुए लक्ष्मीनगर स्थित साइंटिफिक सोसाइटी के मैदान में पहुंची। जहां इसका विधिवत् समापन किया गया। इस समापन समारोह में महाराष्ट्र के सामाजिक न्यायमंत्री शिवाजीराव मोघे, महापौर अनिल सोलेजी, नागपुर विद्यापीठ के उपकुलपति डॉ.विलास सपकाल, मनपा स्थायी समिति के अध्यक्ष दयाशंकर तिवारी, राष्ट्रीय व्यापारी संघ के अध्यक्ष बी.सी.भरतीया, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.संतोष, ब्र.कु.वंदना, ब्र.कु.प्रेमसिंग सहित अनेक गणमान्य लोग उपस्थित थे।

वाणी का

पृष्ठ 8 का शेष
चात्रक हो सुनें और सुनने के लिए उत्कण्ठित हों, ऐसे बोल को ही कहा जाता है महावाक्य। और महावाक्य सदैव ज्यादा नहीं होते। ऐसे महावाक्य उच्चारण करने वाले ही जग में सिमरण किये जाते हैं और उनके महावाक्यों को जीवन में धारण कर अनेक आत्माएं अपनी मन-वाणी को सार्थक बना लेते हैं। यही वाणी का सौंदर्य है, सुगंध है, सार्थकता है और दिव्यता है।

रक्तचाप रहित....

पृष्ठ 6 का शेष
- 'ऊँ शांति मंत्र' का जाप करें। इस मंत्र का प्रभाव कई मरीजों पर देखा गया है।
- रक्तचाप को सामान्य करने के लिए प्रतिदिन नियमित रूप से मेडिटेशन का अभ्यास करें।
- इन सबके बाद जरूरत हो तो हीलिंग भी कराईये।
- घर में बनाए हुए मौसमी फलों के रसों का सेवन करें।
- ताजा फल और सब्जियां, अनाज और कम वसा वाले दुग्ध उत्पाद का सेवन करें।
- एक कप लौकी का जुस, एक चम्मच अदरक का रस, 10 ग्राम तुलसी के पत्ते, और 10 ग्राम पुदीना के पत्ते, इनका जुस बनायें और घर के सभी लोगों को पिलायें। इस जुस को पीने से आपके परिवार को कभी भी उच्च रक्तचाप की समस्या का सामना नहीं करना पड़ेगा।

बीमारी के अनुसार दो हफ्ते में ही इसका असर होने लगता है और आपको दवाई की मात्रा कम करने की परामर्श आपका शरीर देने लगेगा। आगे चलकर दवाई पूरी तरह से बंद हो जायेगी।
रूखा-सुखा भोजन की जगह आप अच्छा भोजन करना शुरू कर सकते हैं। सिर्फ तेलीय भोजन का सेवन न करें। मेडिटेशन और व्यायाम नियमित रूप से करते रहें इसे बंद न करें, पिरामिड के पानी का उपयोग अब रोज न करके हफ्ते/महीने में एक बार करें। आगे दो साल के बाद इसकी भी जरूरत नहीं रहेगी। और आप पूरी तरह से ठीक हो जायेंगे। - क्रमशः

दीपावली का.....

पृष्ठ 12 का शेष
है कि सदा ही सत्य की जीत होती है। यह त्योहार हमें अनेक आध्यात्मिक रहस्यों से भी अवगत कराती है।

इस अवसर पर जर्मनी की ब्र.कु.सुदेश बहन, ब्र.कु.मृत्युंजय, ब्र.कु.मोहन सिंघल, ब्र.कु.अशोक गावा सहित देश-विदेश के अनेक वरिष्ठ भाई-बहनें उपस्थित थे।

मानवीय संवेदनाओं को बनाये रखें

प्रश्न:- सचमुच में यह कितना सुंदर अस्पेक्ट है कि मैं विश्व के लिए कुछ कर रही हूँ। यह मुझे बहुत ही सुंदर अनुभव कराता है। अभी तक तो सब कुछ हम अपने लिए कर रहे थे। हर चीज स्वयं पर ही फोकस हो रही थी। कहीं न कहीं हमारी मानवीय संवेदना ये होती कि हम दुनिया के लिए क्या कर सकते हैं। हर बार हमें लगता है कि हम तो कुछ नहीं कर सकते, हम इतने व्यस्त हैं अपने जीवन में कि कुछ दान नहीं कर सकते हैं, किसी के दुःख दर्द को बांट नहीं सकते तो इससे मुझे कैसा अनुभव होता है!

उत्तर:- इस केश में जब आप किसी और के लिए कर रहे होते हैं तो सबसे पहले किसको मिलता? सबसे पहले स्वयं को मिलता है। उसमें शायद हो सकता है कि मुझे कोई लाभ न हो, लेकिन इसमें सबसे पहले मुझे मिलता है, फिर मेरे द्वारा औरों तक पहुंचता है। जब हम देते हैं दैट्स मोस्ट ब्यूटीफुल फीलिंग लेना...लेना...लेना... सारा दिन ये तो बहुत ईजी है। लेकिन जब मुझे खुशी मिलती है, तब हम औरों को देते हैं।

प्रश्न:- हम कुछ भी तब देते हैं, जब हमें अच्छा लग रहा होता है!

उत्तर:- जैसे कोई गिफ्ट है। मैं आपसे एक प्रश्न पूछना चाहती हूँ कि आपको गिफ्ट देने में अच्छा लगता है या लेने में? इसका जवाब आयेगा कि हमें देने में अच्छा लगता है। जब किसी को गिफ्ट देना होगा तो आप बाजार जायेंगे, पसंद करेंगे तो इससे आपको खुशी मिलती है। मानव का स्वभाव है देना, लेकिन आज हम अपने इस मूल गुण को ही भूल गये हैं और हर पल लेने के बारे में ही सोचते रहते हैं।

प्रश्न:- शिवानी बहन जब हम बात कर रहे थे तो वो सच था। आज इस बात-चीत से ये समझ में आया कि क्या प्रोसेस है, क्या कुछ कैसे होता है। जितनी देर हम टेलीविजन के आगे होते हैं क्योंकि ये जो हमने उदाहरण लिये उसमें भी तो यही हुआ कि इतनी दिन तक वो टी.वी. पर दिखती रही, जितने दिन तक वो चर्चा में रहा, उतने दिन तक वो हम पर हावी रहा। उसके तुरंत बाद हमें याद भी नहीं रहा।

उत्तर:- तब कुछ और आ गया ना! मेरी अपनी क्रियेटिविटी क्या थी? टी.वी. से वो न्यूज हट भी गयी, अब ऐसा नहीं है कि हम अब भी वो अनुभव करते हैं जो उस समय कर रहे थे। जब टॉपिक

शुश्रूमा जीवन जीने की कला (अवेकनिंग विथ ब्रह्माकुमारीज़ से)



-ब.कु.शिवानी

बदल गया तो हमारा अनुभव भी बदल गया।

प्रश्न:- हमारी क्रियेटिविटी तो खत्म हो चुकी होती है।

उत्तर:- हमें कौन सा थॉट क्रियेट करना है ये हमें चुनना है। यही तो हमारी क्रियेटिविटी है।

प्रश्न:- मैं समझ गयी की शुरुआत में क्या होता है। हम स्टेबल हैं और डिटेच हैं। हमने जो पूरा प्रोसेस देखा और उसके बाद हमारा लोगों के ऊपर जजमेंटल होना कि ये ऐसा है, ये ऐसा है, किसी भी चीज के लिए। तो हमारी पूरी इमोशन्स जो टेक ओवर करती है। ये तीन प्रोसेस हैं जब हम किसी भी बाहरी चीज में इन्वॉल्व हो रहे होते हैं। और फिर ये हमारी आदत भी बनती जाती है। जजमेंटल होना और अंत में फिर उस परिस्थिति को अपने ऊपर हावी होने देना तो इनसे अब काम कैसे करें। हम टेलीविजन के कार्यक्रम से जुड़े हुए चीजें ही करेंगे। क्योंकि आप भी इस प्रोग्राम से जुड़े हुए हैं तो उसको भी अपनी जो क्रियेटिविटी है उसको कम होने नहीं देना है। इसलिए बार-बार हम ये कहते हैं कि अंधविश्वास न रखकर अनुभव की बात को सामने रखें। आपका यह प्रयोग फिर आपके अनुभव में शामिल हो जायेगा। वो कैसा होगा! वही आपको तय करवायेगा।

अवेकनिंग विद ब्रह्माकुमारीज़ में आज हमने मेडिटेशन के उस भाव को भी समझा जो सामूहिक रूप से होती है और जो सिर्फ मुझसे जुड़ी नहीं हो सकती, लोगों से भी जुड़ सकती है, विश्व से जुड़ सकती है। तो आज हम चाहेंगे कि उसका थोड़ा अनुभव भी करें।

आज दिन तक हमने मेडिटेशन किया आज उसमें एक नया भाव देखते हैं कि हम कैसे शांति के वायब्रेशन्स क्रियेट करते हैं और उसे विश्व में भेजते हैं। इसमें विशेषकर हमें लोगों के बारे में नहीं सोचना है लेकिन शांति के संकल्प क्रियेट करने हैं फिर स्वयं में अनुभव करके उसे विश्व में भेजना है। आप ये न सोचे कि वो कहाँ तक पहुंचेगा और किस तक पहुंचेगा। जस्ट सेण्ड इट आऊट विद द प्योर फीलिंग एण्ड प्योर इन्टेंशन एण्ड इट विल रीच दू देम। आप जैसे भी बैठें आराम से बैठें।

कमेन्टी:-

बाहर की... रोजमर्रा की बातों से... अपनी बुद्धि को... हटाते हुए... अपने ऊपर लेकर आते हैं... मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ... जो हर संकल्प... क्रियेट करता है... आई एम द क्रियेटर... ऑफ एवरी थॉट... आई... एम पीसफुल बीइंग... शांति... मेरा अपना स्वभाव... मेरी अपनी नेचर है... ये शांति के वायब्रेशन्स... ये शांति की शक्ति... मुझसे निकलकर... सारे विश्व तक पहुंच रही है... देखने का प्रयास करें... वायब्रेशन्स ऑफ पीस... इट्स लाइक ए लेजर बीम... मुझसे निकल... सारे विश्व तक पहुंच रही है... विश्व की एक-एक आत्मा तक... पहुंच रही है... ओम् शांति। -क्रमशः

प्रभु मिलन की ऋतु आई

भाग्यवान और अति पुण्यात्माओं का ही भगवान से मिलन होता है। जन्म-जन्म हम सब प्रभु-मिलन की इतजार में नयन बिछाये थे... उनके आगमन की राहें तक रहे थे... त्याग व तपस्या के पथ पर चल रहे थे। परन्तु हम उनसे मिलने नहीं जा सकते थे। उन्हें ही हमसे मिलने आना था। पुरुषोत्तम संगमयुग के स्वर्णिम पल आये। सर्वशक्तिमान का ब्रह्मा तन में अवतरण हुआ, और अब तक उनका अवतरित होना चालू है। जो देवकुल की महानात्माएँ थीं वे उन्हें पहचान लेती हैं। जो उनसे मिलना चाहते थे, वे उनकी आश पूर्ण कर रहे हैं।

कितना सुंदर अवसर है, आकर अपने परमपिता, परमशिक्षक व परम सद्गुरु से मिलने का, अतिन्द्रिय सुख पाने का। भौतिक सुखों से तो संसार तृप्त नहीं हो रहा है, मानसिक अशांति व परेशानियाँ बढ़ती जा रही

दिशा देकर जायें।

कई लोग केवल यह देखने आते हैं कि क्या सचमुच भगवान आते हैं। कई लोग कई आकांक्षाएँ लेकर आते हैं कि हमें साक्षात्कार हो, या ये ये मिले। कई लोग पवित्रता धारण किये बिना ही आ जाते हैं। इन सभी को अनुभव नहीं होते। सम्पूर्ण धारणा-युक्त, निश्चय बुद्धि व श्रेष्ठ अनुभव की इच्छुक आत्माओं को ही अच्छे अनुभव होते हैं।

आप यदि इस बार बाबा से सुख पाने आ रहे हैं तो याद रहे बाबा को दृष्टि उन पर हो पड़ती है जिन्होंने उनके द्वारा दिये गये काम किये होंगे। जैसे - बाबा ने कहा था कि छः मास में सभी व्यर्थ से मुक्त हो जाएँ। जिन्होंने इस पर बिल्कुल ध्यान नहीं दिया, बाबा का भी ध्यान उन पर नहीं जाता। बाबा ने संस्कार परिवर्तन के लिए कहा था। परन्तु जिनके संस्कार वही पुराने हैं, उन्हें भी परमात्म-प्यार

आयें तो अन्तर्मुखी होकर विशेष साधना करें। कुछ सुझाव लिख रहे हैं।

ये भूमि अति पवित्र है, जहाँ परमात्मा के कदम पड़ते हैं, जहाँ एक साथ हजारों महान आत्माओं का वास होता है। यहाँ एकाग्रता सहज होती है, इसलिए यहाँ सारा दिन अन्तर्मुखी रहकर योग-युक्त रहने पर ध्यान दें। यहाँ भी यदि आप बाह्यमुखी रहते हैं और व्यर्थ बातों में व्यस्त रहते हैं तो ये भूमि आपके लिए वरदानी सिद्ध नहीं होगी। साथ ही साथ ज्ञान-योग की क्लासेज का भी पूरा लाभ उठावें।

प्रभु-मिलन के दिन सहित दो दिन मौन रहकर विशेष साधनाएँ करें। ताकि निरंतर परमात्म-अनुभूति होती रहे। योग-साधना में न केवल अनुभूति है बल्कि जन्म-जन्म की कमाई भी है, इसमें तपकर आत्मा खरा सोना बन जाती है।

यहाँ के आकर्षण वातावरण में प्रतिदिन ही कम से कम तीन बार प्रभु-मिलन के अनुभव करते रहें। इसके लिए एक अभ्यास लिख रहे हैं। अशरीरी होकर बैठें... और फिर अनुभव करें कि मैं फरिश्ता आकाश के ऊपर सूक्ष्म वतन में हूँ... चारों ओर सफेद प्रकाश है व परमानन्द है... सामने बापदादा हैं, उनके अंग-अंग से प्रकाश की किरणें फैल रही हैं... बाबा के मस्तक में महाज्योति चमक रही है... बाबा

दृष्टि दे रहे हैं... फिर बाबा ने अपनी हजार भुजाएँ मेरे सिर पर फैला दी है... आनंद लें एक मिलन तक।

इसके बाद नीचे आ जाएँ और बापदादा का आहवान करें। पहले ज्ञान-सूर्य शिव बाबा को परमधाम में जाकर निमंत्रण दें... हे ज्ञान सागर... हे प्रेम के सागर... हे मेरे प्राणेश्वर बाबा... हम आपके प्यारे बच्चे, नीचे आपका आहवान कर रहे हैं, आप अपना धाम छोड़कर नीचे आ जाएँ... हमारी आवाज सुनकर ज्ञान-सूर्य नीचे उतरने लगे... वे अपनी तेजस्वी किरणें चारों ओर फैलाते हुए नीचे आ रहे हैं... आ गये सूक्ष्मलोक में, ब्रह्मा के सूक्ष्म तन में प्रविष्ट हुए... अब दोनों नीचे आ रहे हैं... अति दिव्य फरिश्ता अपना तेज चारों ओर फैलाते हुए नीचे उतर रहा है... आ गये हमारे सम्मुख... हमें दृष्टि दे रहे हैं... उन्होंने अपना वरदानी हाथ मेरे सिर पर रख दिया है... उनके हाथ से शक्तियों की किरणें निकलकर मुझमें समा रही हैं... एक मिनट तक अनुभव करें।

इस तरह की तैयारी से प्रभु-मिलन एक यादगार बन जाएगा। इस अभ्यास से मन शान्त व एकाग्र होगा तथा परमात्म-वायब्रेशन्स व वरदानों को ग्रहण करने के लिए तैयार हो जाएगा।

नहीं मिलता।

बिना पवित्रता के इस मिलन में आना स्वयं को श्रापित करना है। इसमें चाहे स्वयं की गलती है या लाने वालों की। पवित्रता के सागर के वायब्रेशन्स केवल पवित्र आत्माओं को ही मिलते हैं। यहाँ आने से पूर्व आप अपने आध्यात्मिक स्तर को बढ़ाकर आयें अर्थात् अपनी स्थिति को ऊँचा उठाकर आयें, तब यह मिलन अनुपम होगा। स्थिति को श्रेष्ठ बनाने हेतु हम यहाँ कुछ सुझाव लिख रहे हैं। आप उनका पालन करें।

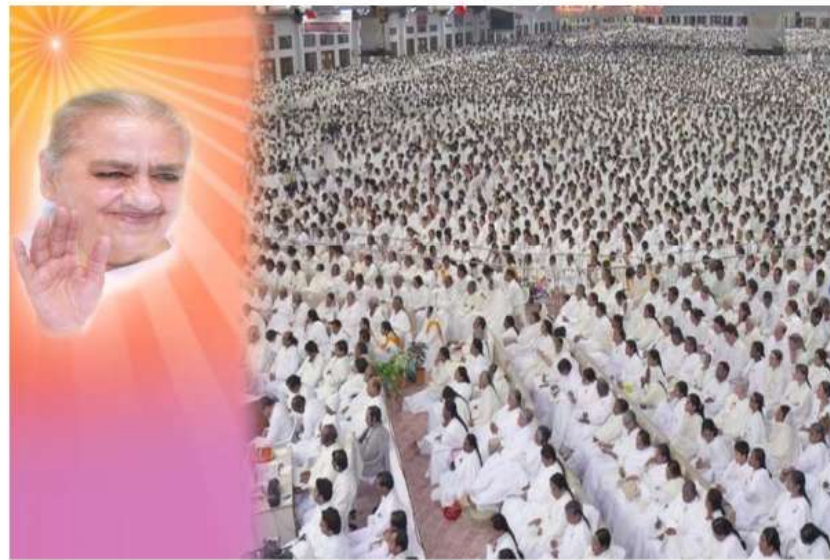
कम से कम एक मास अमृतवेले उठने का दृढ़ संकल्प करें। उठकर कुछ अच्छे अभ्यास करें। सूक्ष्म वतन में बापदादा के समक्ष जाकर उनसे दृष्टि लें।

दिन में तीन बार फरिश्ता सो देवता स्वरूप का अच्छी तरह अनुभव करें। प्रत्येक बार यह ड्रिल पाँच-पाँच मिनट अवश्य करें।

प्रतिदिन मुरली का सुख लें व स्वयं में कोई विशेष परिवर्तन करें। अर्थात् अपने संस्कारों को सरल बनायें व किसी एक बुराई को छोड़ने की दृढ़ इच्छा पैदा करें।

प्रतिदिन चार घण्टे मौन अवश्य रखें व अपना योगचार्ट दो घण्टा अवश्य करें। यदि चार घण्टे हो जाए तो यह वरदान सिद्ध होगा।

इसके अतिरिक्त जब आप मधुबन में



हैं, न धन पाकर मनुष्य संतुष्ट है, न पद पाकर। न परिवार उसके लिए सुखदाई है, न कर्मक्षेत्र। अब सुखों के सागर स्वयं जन्म-जन्म के दुख हरकर अतिन्द्रिय सुख देने आये हैं। आ जाओ इससे झोली भरने।

यों तो सेवाकेन्द्रों पर भी परमात्म-महावाक्य सुने जाते हैं व प्रभु-मिलन के दृश्य टीवी पर देखे जाते हैं, परन्तु मधुबन के सौम्य वातावरण में और हजारों महानात्माओं के सानिध्य में इस मिलन का सुख अनुपम ही है। पूरे हाल में परमात्म-प्रेम की तरंगों से वातावरण महक उठता है। सभी के शान्त चित्त श्रेष्ठ वायब्रेशन्स पैदा करते हैं। सभी के नयन प्रभु-दर्शन के लिए लालायित हो उठते हैं। ऐसे श्रेष्ठ भाग्य को पाने के लिए जब ब्रह्मा वत्स लौकिकता से मुक्त होकर मधुबन में आते हैं तो वही दृश्य बनता है जिसका भागवत में आख्यान है।

सभा में पच्चीस से तीस हजार तक प्रभु-प्रेमी महानात्माएँ बैठी होती हैं। हर बार हम देखते हैं कि साठ प्रतिशत तो परम-आनंद में विभोर हो जाती हैं। तीस के लिए ये अद्भुत दृश्य होता है परन्तु दस प्रतिशत आत्माएँ अनुभव से वंचित भी दिखाई देती हैं। हम चाहते हैं सभी को परमात्म-मिलन का सुख मिले। सभी आगतुक अपने जीवन को नई



भीलवाड़ा। चैतन्य देवियों की झांकी में दिखाई दे रही हैं रशिया की बहनें।



श्रीगंगानगर। क्लब के अधिकारियों के लिए आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करती हुई माउंट आबू की ब.कु. ऊषा बहन।



मोहाली। 'अलविदा तनाव शिविर' का उद्घाटन करते हुए न्यायमूर्ति ए.एन. जिंदल, क्षेत्रीय संचालिका ब.कु. अचल, ब.कु. प्रेमलता बहन तथा अन्य।



करनाल। सी.एस.एस.आर.आई. के अधिकारियों को सम्बोधित करते हुए ब.कु. भरत भूषण।



लुधियाना। खालसा कॉलेज के विद्यार्थी और स्टाफ को सम्बोधित करते हुए ब.कु. ज्योति बहन।



अंबाला। कार्यक्रम के पश्चात् भरत भूषण का अभिनंदन करते हुए लायंस क्लब के सदस्य।



झालावाड़। रोटरी क्लब में आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब.कु. मीना बहन तथा ध्यानपूर्वक सुनते हुए क्लब के सभी सदस्य।



वाशिंगटन। साउथ इंडिया मंदिर में कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में हैं श्याम नरूला, ब.कु.प्रकाश, ब.कु.श्रीनिवास तथा अन्य।



छतरपुर। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं बुंदेलखंड विकास प्राधिकरण के अध्यक्ष उमेश शुक्ला, ब.कु.आशा बहन, ब.कु.कमला बहन तथा अन्य।



बनार, पूना। स्टेडियम में चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए गोवा के खेल मंत्री रमेश तवाडकर, ब.कु.त्रिवेणी बहन तथा अन्य।



मऊ। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् प्रभु स्मृति में खड़े हैं ब.कु.अरुणा, ब.कु.टीना, ब.कु.नीता तथा शहर के गणमान्य नागरिक।



वाराणसी। सर्वधर्म सम्मेलन में मंचासीन हैं क्षेत्रीय संचालिका ब.कु.सुरेन्द्र, ब.कु.मनोरमा बहन तथा अन्य।



हिसार। प्रेस कॉन्फ्रेंस को सम्बोधित करते हुए ब.कु.भरत भूषण, ब.कु.रमेश, डॉ.राम प्रकाश तथा अन्य।

स्वास्थ्य रक्तचाप रहित खुशहाल जीवन जीये

है सुखी वही इस जीवन में, हो रोग न जिसके तन-मन में उच्च रक्तचाप (हाई ब्लडप्रेशर) से बचाव व समाधान

आज उच्च रक्तचाप आम जन की आम समस्या बन चुकी है। लगभग प्रत्येक घर में उच्च रक्तचाप से पीड़ित लोग मिल ही जाते हैं। कई लोगों का यह मानना भी है कि उच्च रक्तचाप धनवान होने का निशानी है। हर महीने कुछ ऐसे लोग मिल ही जाते हैं जो बहुत ही खुश होकर बताते हैं कि उन्हें उच्च रक्तचाप है। जैसे कि यह उनके प्रतिष्ठा का सवाल हो, अब क्या कहें उन लोगों के बारे में...!

यहां बात हो रही है उन लोगों के लिए जिन्हें वाकई में उच्च रक्तचाप एक समस्या लगती है और वे इससे निजात पाना चाहते हैं।

1. डॉक्टरों एक तो सीधा सा उपाय बता ही देते हैं कि नमक, मिर्च और मसाले का सेवन बंद कर दें। कारण कि उच्च रक्तचाप होने के मुख्य कारणों में इनका नाम अग्रणी है।
2. रोज-रोज दवाई खाते रहे।
3. थोड़ी बहुत व्यायाम भी करे।

ये तीन नियम डॉक्टर सुना देते हैं। आगे योग गुरु आपको योग सिखाते हैं। वो भी पूरे 2-3 घंटे का। अब आज की दौड़ती-भागती जिंदगी में रूखा-सुखा खाना और दवाईयों के साईड-इफेक्ट झेलना, साथ में व्यायाम भी करना, ले देकर हम इंसान कम और बीमार मशीन ज्यादा बन जाते हैं।

अब आप कहेंगे कि फिर क्या करें... इसका



सहज ईलाज है -

- पहले तो आप रेगुलर चेक कराईए कि आपका रक्तचाप कब ज्यादा रहता है, महीने में कितने दिन सामान्य रहता है, रक्तचाप किस खास मौसम में बढ़ता है।

- शुरू में दवाओं को नियमित रूप से लेते रहे।

- योगासन शुरू करें, पर दो घंटे करने का जरूरत नहीं है दिन के सिर्फ 20 मिनट।

- अगर आप योगासन के आदी नहीं हैं तो 12 चरण का सूर्यासन कीजिए।

- साथ में प्रणायाम भी शुरू कीजिए। सबसे पहले सिर्फ कुंभक प्रणायाम, कुछ दिनों के अभ्यास के बाद अनुलोम-विलोम का पहला चरण, कुछ दिनों बाद भ्रमरी, फिर अनुलोम-विलोम का दूसरा चरण, फिर तीसरा चरण, फिर भस्तिका प्रणायाम, उसके बाद फिर अनुलोम-विलोम का चौथा चरण।

- याद रखिए सारे एक ही दिन में नहीं करना है बल्कि इसी क्रम में थोड़े-थोड़े दिनों के अंतराल के बाद करना है।

- कुछ दिनों के लिए भोजन रूखा-सुखा ही रखें जैसा कि डॉक्टर ने बताया है।

- ऊर्जावित सफेद पिरामीड में एक कटोरी पानी 12 घंटे तक रखिए फिर उसे पी जाईए।

- सफेद कांच के बोतल में 4 घंटे के लिए पानी रखिए और उसको धीरे-धीरे पीते रहिए।

शेष पृष्ठ 4 पर

सृष्टि उल्टे वृक्ष के समान है

पंद्रहवें अध्याय में पुरुषोत्तम योग के बारे में बताया गया है। जिसमें यह बताया गया है कि संसार एक वृक्ष के समान है। जिसका मूल ऊपर है और नीचे प्रकृति तथा इसकी शाखाएं पर शाखाएं हैं। जो इस वृक्ष को मूल सहित जान लेता है, वह ज्ञानी है।

पहले श्लोक से लेकर छठे श्लोक में संसार रूपी वृक्ष एवं परमधाम का वर्णन किया गया है। सातवें श्लोक से लेकर ग्यारहवें श्लोक तक जीवात्मा के संस्कारों के अनुसार उसकी गति बताई गई है। बारहवें श्लोक से लेकर पंद्रहवें श्लोक तक परमात्मा की अभिव्यक्ति स्पष्ट की गई है और सोलहवें श्लोक से लेकर बीसवें श्लोक तक क्षर-अक्षर और पुरुषोत्तम का ज्ञान दिया गया है।

अब हमें ये समझना है कि सृष्टि कैसे उल्टा वृक्ष है। दुनिया को कोई भी आत्माएं इस गुह्य रहस्य को स्पष्ट नहीं कर सकती हैं। संसार की उत्पत्ति का रहस्य भगवान ने पहले भी बताया है कि मैं परमधाम में संकल्प स्फुटित करता हूँ और ये घर फिर प्रकृति के अंदर देता हूँ जो शरीरों का निर्माण करती है। ये संसार एक वृक्ष है जिसका मूल अर्थात् बीज परमात्मा ऊपर है। नीचे प्रकृति और उसकी शाखायें पर शाखायें हैं। ये कल्प-वृक्ष अविनाशी परंतु नित्य परिवर्तनशील है। स्थूल में भी हम देखते हैं कि वृक्ष में नित्य परिवर्तन होता रहता है। जैसे-जैसे मौसम बदलता जाता है, वैसे-वैसे उसके

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-वशिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब.कु.उषा



अंदर परिवर्तन आते जाता है। ठीक इसी तरह इस संसार रूपी कल्प-वृक्ष में भी नित्य परिवर्तन होता रहता है। जिसका बीज रूप परमात्मा निराकार स्वरूप में ऊपर है। इसी कारण से कोई भी इसके आदि-मध्य-अंत को समझ नहीं पाता है। इंसान की क्षमता में ही नहीं है कि वह इसके आदि-मध्य-अंत को समझ सके। जब तक परमात्मा स्वयं आकर इस रहस्य को उजागर न करें। इस जगत में इसके वास्तविक स्वरूप को देखा नहीं जा सकता है क्योंकि उल्टा वृक्ष कोई दिखाई थोड़े ही देता है। जो इस वृक्ष को मूल सहित जान लेता है, वो वेदों का भी ज्ञाता बन जाता है। मूल सहित जानना अर्थात् परमात्मा सहित जानना। दुनिया को जानने के लिए तो कई लोगों ने कई प्रकार की खोजें की हैं, कई प्रकार के रिसर्च किए हैं और उसको समझने का प्रयत्न किया है। लेकिन उसको पूर्णतः समझ नहीं पाते हैं, क्योंकि जब तक मूल को ही नहीं समझा, बीज को ही नहीं समझा, तो वृक्ष को क्या समझेगा! दुनिया के अंदर भी हम देखते हैं कि किसी भी वृक्ष को अच्छी तरह समझने के लिए उसके बीज को समझना पड़ता है कि ये बीज कैसा है और इसके अंदर की क्षमता कितनी है। जब तक उस बीज के ऊपर रिसर्च नहीं होता है, तब तक उस वृक्ष को समझ नहीं पाते हैं। ठीक इसी प्रकार भगवान ने कहा कि वास्तविक रूप को तो देखा नहीं जा सकता है। इसलिए जब तक मूल सहित उसको नहीं जाना तब तक कुछ नहीं समझ सकते। तब तक उनकी सारी रिसर्च अधूरी रह जाती है। इसलिए ये संसार को समझना कठिन हो गया है। मनुष्य ने तो इसे और जटिल कर दिया है। भगवान ने कहा कि इस वृक्ष की शाखायें प्रकृति के तीन गुणों द्वारा पोषित होती हैं। जो तीन रंग के होते हैं। सात्त्विक अर्थात् सतोप्रधान सुनहरा रंग में दिखाया गया है। राजसिक अर्थात् सिल्वर कलर में दिखाया गया है। तामसिक अर्थात् तमोप्रधानता जो इस शाखा के अंदर भी आती है, इसे काले रंग में दिखाया गया है। इस संसार को कहा गया है कि ये वृक्ष नित्य परिवर्तनशील है। परिवर्तनशील अर्थात् जैसे जब सतयुग और त्रेतायुग था, तब सतोप्रधानता थी। फिर जब द्वापर आया तो रजोप्रधानता और जब कलियुग आया तो तमोप्रधानता इस संसार के अंदर आने लगी। यह वृक्ष प्रकृति के तीन गुणों द्वारा पोषित होता है और इसकी टहनियाँ इंद्रियाँ और विषय हैं। जो मनुष्य को कर्म के अनुसार बंधन में बांधती हैं। जब समय सतोप्रधान था तब सतयुग और त्रेतायुग में मनुष्य आत्मा के अंदर दैवी संस्कारों का उदय था। इसलिए वहाँ सात्त्विक प्रकृति थी। बाद में फिर इंद्रियों के विषय में आ गए तो कर्म को बांधने वाले रजो गुण और तमोगुण की प्रकृति निर्मित हुई। मैं उस आदि पुरुष की शरण में हूँ। जहाँ से पुरातन प्रकृति स्फुटित हुई है। वह उसे वैराग्य रूपी शस्त्र द्वारा काट कर परमपद को प्राप्त कर लेता है। जैसेकि कोई भी वृक्ष को देखे, जब जड़जड़ीभूत हो जाता है, तो उसको आग लग जाती है या वो गिर जाता है। जब गिर जाता है तो उसी वृक्ष में एक बीज ऐसा, धरती के अंदर समा जाता है। जहाँ से फिर नया वृक्ष प्रस्फुटित हो जाता है। जंगलों में वृक्ष कैसे निकलते हैं। जब सालों साल हो जाते हैं और वृक्ष की जड़जड़ीभूत अवस्था हो जाती है तो उसी में से ही एक बीज नीचे गिरकर फिर से एक नये वृक्ष की उत्पत्ति करता है। ठीक इसी प्रकार जब मनुष्य रूपी सृष्टि वृक्ष भी कलियुग में जब जड़जड़ीभूत अर्थात् ये संसार जब पुराना हो जाता है तब भगवान ने कहा कि वही परमात्मा आ करके आदि पुरुष की शरण लेता है। संसार का आदि पुरुष कौन है, वो तो वही जानता है। -क्रमशः

अंतर्निहित शक्तियों की जागृति के लिए जरूरी है अध्यात्म

इन्दौर। विश्व में जितने भी महापुरुष हुए हैं उनका जीवन सादगीपूर्ण होने के बावजूद भी उनमें आध्यात्मिक शक्ति थी।

उक्त उद्गार ओरियंटल युनिवर्सिटी के कुलाधिपति के.एल.ठकराल ने शिक्षा प्रभाग द्वारा आयोजित त्रिदिवसीय सेमिनार का उद्घाटन करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि आज हमें यह अनुभव हो रहा है कि यह हमारे जीवन का टर्निंग प्वाइंट है। हमारे देश की नैतिकता का जो ह्रास हुआ है उसे हम अध्यात्म द्वारा ही वापस ला सकते हैं।

इंदौर जोन के क्षेत्रीय निदेशक



ब्र.कु.ओमप्रकाश भाई जी ने कहा कि जिस प्रकार बीज को अंकुरित होने के लिए अनुकूल जलवायु की आवश्यकता होती है उसी प्रकार स्वयं में अंतर्निहित क्षमताओं को उजागर करने के लिए स्वयं की लगन, स्वयं

की पहचान, परमात्मा की पहचान का होना आवश्यक है।

मुम्बई के ई.वी.स्वामीनाथन ने कहा कि हमें तन के साथ-साथ मन का भी शिक्षक होना चाहिए। तभी हम दूसरों की भावनाओं को समझ सकेंगे। उन्होंने कहा कि समय के साथ परिवर्तन होना समय की मांग है।

कार्यक्रम का कुशल संचालन प्रो.राजीव शर्मा ने किया। शिक्षा प्रभाग की क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु.शशि बहन ने सभी का आभार प्रगट किया और ब्र.कु.शकुंतला एवं ब्र.कु.ऊषा बहन ने अतिथियों का स्वागत पुष्प गुच्छों से किया।



इंदौर। अग्रसेन जयंति के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.उषा बहन साथ में हैं समाज सेवी हरि अग्रवाल एवं ब्र.कु.सुमित्रा बहन।



राजेंद्र नगर। आर.आर.प्रौद्योगिकी संस्थान में आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए प्रो.स्वामीनाथन।

व्यापार एवं उद्योग में सफलता के लिए अध्यात्म को अपनाएं



जुड़े हुए लोगों को 'आध्यात्मिक शक्तियों' द्वारा व्यापार में उन्नति एवं निश्चित जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते

बूंदी। व्यवसाय में सफलता प्राप्त करने का उद्देश्य सिर्फ आर्थिक उन्नति नहीं है बल्कि अपने परिवार खुशहाल रखना भी है।

उक्त उद्गार व्यापार एवं उद्योग प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक एवं जयपुर के प्रसिद्ध उद्योगपति मदनलाल शर्मा ने उद्योग जगत से

हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि व्यापार में राजयोग को अपनाकर सहज ही हम सफलता प्राप्त कर सकते हैं। हमें व्यवसाय में बिजी भी रहना तो ईजी भी रहना है, जिससे हम अपना व्यवहार भी अच्छा बना सकते हैं। व्यापार एवं उद्योग प्रभाग की मुख्यालय संयोजिका

ब्र.कु.गीता बहन ने कहा कि व्यापार में हमें लाभ होना चाहिए, लेकिन लाभ को लोभ में परिवर्तित नहीं होने देना चाहिए। हमें यह समझना चाहिए कि धन जीवन के लिए न कि जीवन धन के लिए है। धन से बड़ी सम्पत्ति ज्ञान और हमारे संस्कार हैं जो कि हम अपने बच्चों में देते हैं। यही उनके जीवन का आधार बनता है। इसलिए हमें अपने व्यवसाय में से कुछ समय निकलकर प्रभु स्मृति में रहना चाहिए।

इस अवसर पर पूर्व राज्यमंत्री हरिमोहन शर्मा, विधायक अशोक डोगरा एवं रोटीरी क्लब तथा अन्य संस्थाओं और व्यापारी वर्ग की ओर माउण्ट आबू की ब्र.कु.गीता बहन एवं ब्र.कु.छाया बहन को सम्मानित किया गया। इस कार्यक्रम को ब्र.कु.छाया बहन एवं ब्र.कु.कमला बहन ने भी सम्बोधित किया।



इंदौर, महालक्ष्मी नगर। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करते हुए स्वास्थ्य मंत्री महेंद्र हार्डिया, अर्जुन गौड़, ब्र.कु.अनिता बहन तथा अन्य।



कुसमुण्डा। कोयला प्रक्षेत्र में आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.बिन्दु बहन एवं मंचासीन हैं उपमहाप्रबंधक एसईसीएल ए.सुरेंद्र, कार्मिक प्रबंधक सत्यनारायण, ब्र.कु.लीला बहन तथा अन्य।



मुसाखेड़ी। पुलिस प्रशिक्षण केंद्र में प्रशिक्षण ले रहे भाई-बहनों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.कुसुम बहन।

स्वास्थ्य एवं तनाव प्रबंधन में मूल्यों की अहम् भूमिका



मूल्यों का उतना ही हमारा जीवन सुख-शांति से भरपूर होगा। मूल्यों की कमी के कारण ही जीवन में तनाव

जबलपुर, नेपियर टाउन। रेलवे सुरक्षा बल के स्थापना दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.श्वेता बहन ने कहा कि हमें किसी भी कार्यक्षेत्र में मूल्यों की अत्यंत आवश्यकता होती है। हम अपने जीवन को जितना

उत्पन्न होता है जिससे अनेक मानसिक बीमारियों का जन्म होता है। सकारात्मक चिंतन के द्वारा ही हम तनाव पर नियंत्रण रख अपनी मानसिक क्षमता को बढ़ा सकते हैं। उन्होंने कहा कि हमारा यह जीवन अमूल्य है अतः इसकी कीमत को समझकर हमें इसे

व्यर्थ में ही नहीं गंवाना चाहिए। उन्होंने कहा कि राजयोग जीवन जीने की वह पद्धति है जिस पर चलकर व्यक्ति स्वयं को सुरक्षित और आत्मविश्वास से भरपूर अनुभव करता है। इसके पश्चात् उन्होंने राजयोग द्वारा सभी को गहन शांति की अनुभूति कराई।

डॉ.श्याम जी रावत ने कहा कि जितनी हमारी दिनचर्या सुव्यवस्थित रहेगी उतना ही हम मानसिक रूप से हल्के रहेंगे।

रेलवे के आई.जी. सुभाषचंद्र सिन्हा ने भी स्वास्थ्य एवं तनाव प्रबंधन पर अपने विचार प्रगट किये। डी.आर.एम अनिल कुमार गुप्ता ने कहा कि हमें अपने जीवन में नियमित रूप से राजयोग में डिटेशन का अभ्यास अवश्य करना चाहिए।



टिकरापारा, विलासपुर। रेलवे लोको प्रशिक्षण केंद्र में विश्वकर्मा जयंती पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.मंजु बहन तथा ध्यानपूर्वक सुनते हुए रेलवे के अधिकारी।



इंदौर, श्रीनगर। श्रीकृष्ण जन्माष्टमी की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं पंडित अशोक भट्ट, पंडित धर्मेन्द्र भट्ट, ब्र.कु.मीरा बहन तथा अन्य।



खंडवा। 'नैतिक मूल्यों की धारणा' विषय पर छात्राओं को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.सुरेखा बहन।

वाणी का सौंदर्य

ब्र.कु.रमेश...



कोरवा। 'अंतर्राष्ट्रीय वृद्धा दिवस' पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं ब्र.कु.रूमणगी बहन, ब्र.कु.इंद्रप्रताप तथा अन्य।



रायपुर। 'चैतन्य देवियों की झांकी' का उद्घाटन करते हुए रमण सिंह संस्थान की वीणा बहन, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु.कमला, ब्र.कु.सविता बहन तथा अन्य।



ज्ञान शिखर, इंदौर। ज्वालामुखी योग तपस्या पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.ओम प्रकाश भाई जी।



वरदानी भवन। 'चैतन्य महालक्ष्मी' की झांकी का उद्घाटन करते हुए भास्कर समूह के संचालक रमेश अग्रवाल, विष्णु बिंदल, ब्र.कु.सुमित्रा बहन तथा अन्य।



जावरा। सरस्वती शिशु मंदिर में आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.सवित्री बहन तथा मंचासीन हैं निर्मला पाटीदार, प्राचार्य नंदलाल पाटीदार, इंद्र सक्सेना।



कोरवा। दक्षिण पूर्वी कोयला प्रक्षेत्र के सुरक्षाकर्मियों के लिए आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं महाप्रबंधक महेश दास महंत, प्रेमचंद कुशावाहा, ब्र.कु.ज्योति बहन तथा अन्य।

वाणी मानव जीवन का दर्पण है, प्रतिबिम्ब है, जो मानव के अवगुण, चरित्र, भाव-स्वभाव को दर्शाती है। ओछे शब्द बोलना हीनता तथा असभ्यता की निशानी है। लेकिन सभ्य और समझदार लोग कभी ओछे शब्द नहीं बोलते। वह समय के अनुकूल आवश्यकता पड़ने पर ही दो मधुर शब्दों से अपना काम पूरा कर लेते हैं, यही मधुर-मीठी वाणी का सुंदर उपहार है। इसलिए किसी ने कहा है - 'मानव को दो कान, दो आँखें मिली, लेकिन जीभ एक ही है, क्योंकि हम ज्यादा सुनें और देखें परंतु कम से कम और मधुर बोलें', यही वाणी की श्रेष्ठता है।

अधिक बोलने वाला व्यक्ति कभी भी अपनी वाणी के ऊपर काबू रख नहीं सकता। जैसे मानव के शरीर में रोग लग जाता है - ज्वर, खांसी, कैसर आदि... उसी प्रकार जब वाणी के रोग - अधिक बोलना, असमय किसी के बीच बोलना, असत्य बोलना, कटु वचन कहना, चुभती बात और राग-द्वेष वर्द्धक बोल भी रोग के समान हैं। इन रोगों पर काबू पाने के लिए अपनी वाणी को वश में रखें और बोले तो अमूल्य बोल बोलें, यही तो वाणी की महानता है।

दुनिया में इस वाणी के आधार से ही मानव कई अच्छे कार्य सिद्ध करता है। इसलिए कहा है कि पहले विवेक की तराजू पर तौलकर वाणी का प्रयोग करना चाहिए। अगर जहां विवेक काम नहीं करता वहां यह छोटी जिह्वा अपने ही नाश का कारण बन जाती है। एक जापानी कहावत भी है कि - 'जिह्वा केवल तीन इंच लम्बी होती है किंतु वह 6 फुट लम्बे आदमी का भी कत्ल कर सकती है।' जिस प्रकार यह दूसरे का कत्ल कर सकती है, तो कभी स्वयं का भी कत्ल कर सकती है।

यही छोटी-सी जिह्वा तख्त पर भी बैठा देती है तो तख्ते पर भी लटका देती है। इस छोटी-सी जिह्वा के कारण ही तो महाभारत युद्ध खड़ा हो गया। क्योंकि द्रौपदी ने दुर्योधन को यही बोला कि - 'अंधे की औलाद अंधे' इसी बोल से दुर्योधन के अंदर बदले की भावना जागृत हो गई, जिसने सारे कुल को काल के गाल में भेज दिया। इसलिए मानव को वाणी से बहुत सोच-समझकर बोलना चाहिए। जिससे किसी को नुकसान न हो, लेकिन औरों को जीयदान मिले।

धर्मयुक्त वाणी वाला कभी किसी की निंदा नहीं करेगा, अपशब्द नहीं बोलेगा, व्यर्थ नहीं बोलेगा। व्यर्थ बोलने वाला माया के प्रभाव के कारण कमजोर आत्माओं को अपना साथी बनायेगा, बुद्धि में व्यर्थ की बातें ही सोचेगा, व्यर्थ बातों का कूड़ा-कचरा इकट्ठा करता रहेगा। ऐसे व्यर्थ बोलने वाला अपना ही नुकसान करता है और सबसे बड़ा नुकसान है व्यर्थ समय गंवाना। व्यर्थ बोलने वाले की आदत होगी कि वह छोटी-सी बात को बहुत लम्बा-चौड़ा कर देगा। ऐसे व्यर्थ बोलने वाला अपनी पवित्रता की शक्ति को भी क्षीण कर देता है। लेकिन धर्मयुक्त वाणी वाला सदा संयम से बोलता है जिसके बोल का ही मूल्य हो जाता है।

बोल का मोल - बोल से ही मानव के जीवन की श्रेष्ठता का मालूम पड़ जाता है। इसलिए हमारे बोल आवश्यकता प्रमाण हों, अगर एक बोल से काम चल जाता हो तो वहां दस-बीस बोल का प्रयोग न करें। कम से कम बोलने वाले के बोल शक्तिशाली और अमृत के समान होते हैं। इसलिए कहते हैं कि इनके मुख से अमृत-वर्षा हो रही है जो मानव-मन को धो डालती है। ऐसे कई उदाहरण हमारे

सामने हैं। जैसे महात्मा बुद्ध के मुख से निकले बोल से एक खूंखार डाकू अंगुलीमाल का हृदय भी बदल गया और वह संत बन गया। दूर की क्या सोचें हमारे सामने ब्रह्मा बाबा का ज्वलंत उदाहरण है। जिनके बोल, बोल नहीं लेकिन मोती थे। ब्रह्मा बाबा के मुख से निकले बोल तो अनेकों के लिए वरदान बन गए, जिनसे अनेक आत्माओं को जीयदान मिल गया। उनके मधुर बोल से दुश्मन भी दोस्त बन गए और जीवन के लिए प्रेरणा ले गए। बाबा के बोल में वह ओजस्व और तेजस्व था जो अशांत-दुःखी आत्माओं को शीतलता प्रदान करते थे। बाबा की वाणी तो आज इस जग के लिए नियम बन गयी।

- हमारे बोल स्वमान और रूहानियत के हों, जो मनुष्यों के अंदर परमात्मा शिव में आस्था बिठा दें, 'स्व' का अनुभव करा दें, शक्तिहीन के अंदर शक्ति का संचार कर दें। औरों की हीनता को समाप्त कर दें। यही तो वाणी का सौंदर्य है।

- हमारे बोल मोती के समान हों, जो मानव मन में माला की तरह पिरोए जाएं और हर बोल सिमरण किया जाए। इसी में वाणी की सार्थकता है।

- हमारे बोल मधुर हों, मीठे हों और कम हों। ताकि उसका प्रभाव मानव जगत तो क्या, पशु-पक्षी पर भी अच्छा पड़े और हिंसक प्राणी भी अपनी हिंसा-वृत्ति को त्याग दें।

- हमारे बोल मर्यादायुक्त, दिव्यता की सुगंध से ओत-प्रोत हों, जिसकी सुगंध चारों ओर फैल जाए, जिससे औरों की वाणी में भी वह सुगंध रूपी रस भर जाए।

- मर्यादा पुरुषोत्तम बनने वाले के बोल इतने श्रेष्ठ और मर्यादायुक्त हों जो सुनने वाले शेष पृष्ठ 4 पर

परमात्मा की विशेषता

ब्र.कु.जगदीश...

मनुष्यात्मायें अनेकानेक हैं। हरेक के अपने-अपने कर्मों का लेखा अलग-अलग है। हरेक के संस्कार भी भिन्न-भिन्न हैं। एक भी आत्मा संस्कारों में दूसरी किसी आत्मा से पूर्णतः नहीं मिलती। जैसा कर्म कोई आत्मा करती है, वैसा ही उसका फल भी वह भोगती है। हर आत्मा का शरीर लेना या अन्य प्रकार से प्रारब्ध पाना उनके अपने-अपने कर्मों पर ही निर्भर करता है।

परंतु लोक और परलोक में जितनी भी आत्मायें हैं, उन सभी में से परमात्मा एक विशेष आत्मा है। अतः उन्हें 'पुरुष विशेष' कहा गया है। जैसे आत्मा देह रूपी पुरी में रहती है वैसे ही परमात्मा ब्रह्मलोक, जिसे 'शिव पुरी' भी कहा जाता है, में रहते हैं। वे इस संसार के शोक, जन्म, जरा-मरण से ऊपर हैं। उन्हें न तो शास्त्र पढ़ने की आवश्यकता है, न माला सुमिरण करने की और न जप साधने की क्योंकि वे तो त्रिकालदर्शी, ज्ञान के सागर और सदा-मुक्त तथा परिपूर्ण हैं। उन्हें कुछ भी अप्राप्त नहीं है। उन्हें कोई भी क्लेश नहीं है न कोई कर्म-बंधन है जिससे मुक्त होने के लिए उन्हें पुरुषार्थ करने की आवश्यकता हो। वे तो इस आकाश तत्व

में परिवर्तनशील संसार से ऊपर शाश्वत शांति वाले लोक में वास करते हैं। यह सत्य है कि परमात्मा को शांति या शक्ति प्राप्त करने का यत्न करने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि वे तो स्वयं सदा ही शांति स्वरूप, आनन्द स्वरूप, प्रेम स्वरूप और सर्वशक्तिमान हैं। वे तो इसके अतुल भंडार हैं। वे तो एक शाश्वत फव्वारा हैं जो आत्माओं पर ज्ञान, शांति आदि की धारा बरसाते हैं। जो मनुष्यात्मा उनसे योग-युक्त होती है, वह उनसे इन वरदानों को प्राप्त कर सकती है। वे दाता हैं, मनुष्यात्मा को शांति एवं सुख की खोज है। अतः दोनों में बहुत अंतर है। आज कुछ लोग कहते हैं कि आत्मा और परमात्मा में कोई भेद नहीं है। वे कहते हैं कि परमात्मा ही ने अपनी 'माया' द्वारा आवेष्टित होकर जीव का रूप धारण किया है। उन्हें मालूम होना चाहिए कि परमात्मा तो त्रिकालदर्शी है, वह माया से प्रभावित हो ही नहीं सकते। उनका ज्ञान तो उनमें सदा ही बना रहता है। वे तो सदा पवित्र एवं सर्वशक्तिमान हैं, वे माया के अधीन कभी नहीं होते। आत्माएं अलग हैं, वे ही अल्पज्ञ हैं और माया के अधीन हो जाती हैं क्योंकि वे सर्वशक्तिवान या

परिपूर्ण नहीं हैं। मनुष्य को यह भी मालूम होना चाहिए कि 'माया' तो वास्तव में अज्ञानता, अविद्या, मिथ्या ज्ञान या देहाभिमान का पर्यायवाची है और यह परमात्मा की शक्ति नहीं है बल्कि यह तो मनुष्यात्माओं की अल्पज्ञता का ही परिणाम है। देहाभिमान ही माया का प्रथम रूप है। इसी से ही काम, क्रोध, लाभादि षट् विकार उत्पन्न होते हैं। अतः ये छः विकार ही माया का रूप हैं। माया तो मनुष्यात्मा को परमात्मा से विमुख करने वाली है। वह तो आत्मा को सम्भ्रांत, पथ-भ्रष्ट अथवा सत्यता से विमुख करने वाली है जबकि दयालु एवं कृपालु परमात्मा मनुष्यात्माओं को ज्ञान-अंजन देकर उनका ज्ञान-चक्षु खोलने वाले, उन्हें मायामोह से निकालकर सुपथ पर लगाने वाले वा शांति देने वाले हैं। प्रभु को 'माया' रूपी छल या 'भ्रम' या 'मिथ्या बोध' का अधिष्ठान मानना तो गोया पतित-पावन परमात्मा की महिमा का निषेध कर उन्हें ही मनुष्यात्मा के पतन का निमित्त-अशिव-मान पाप का भागी बनना है। परमात्मा तो माया से मुक्त करने वाले विकारों की दलदल से निकालने वाले, सदा शिव हैं।

कथा सारिता

ईर्ष्या पर पाई विजय

रमेश और विजय मित्र थे। आर्थिक स्थिति भी दोनों की समान थी। रमेश मन ही मन विजय से ईर्ष्या करता था कि वह हमेशा संतुष्ट कैसे रहता है। वह उसके संतोष को दूर करने के उपाय सोचता था। एक बार गांव में एक योगी आए। वे जिसे पसंद करते उसे मनचाहा वरदान भी देते थे। रमेश ने उन्हें घर बुलाया और उनका खूब सत्कार किया। योगी ने प्रसन्न होकर रमेश से वरदान मांगने को कहा। रमेश बोला, महाराज मैं चाहता हूँ कि हर बात में विजय से बड़ा कहलाऊँ। योगी बोले, तुम फिर हानि में भी उससे बड़े ही रहोगे। जैसे उसकी एक हजार अशर्कियाँ की हानि तो तुम्हारी दो हजार की। उसकी एक आंख चली जाए तो तुम्हारी दोनों। ऐसा वरदान मैं नहीं दे सकता। रमेश बोला, आप

मेरी बात नहीं समझे। मैं धन-प्रसिद्धि में विजय से बड़ा बनना चाहता हूँ। योगी बोले, अगर तुम चाहते हो कि तुम्हें उससे ज्यादा अच्छा मिले तो विजय को भी सदा सुखी रखना होगा। क्या तुम्हें स्वीकार है, रमेश ने यह सोचकर कि उसे तो विजय से ज्यादा ही मिलेगा, उसने हाँ कर दी। योगी बोले, तुम धन-प्रसिद्धि में विजय से बड़े बने रहो यह वरदान तुम्हें देता हूँ परंतु याद रखना, एक बार ही सही इसे नहीं चाहोगे तो मेरा वरदान निष्फल हो जायेगा। दूसरे दिन विजय को घर के पिछवाड़े में खुदाई में दस हजार अशर्कियाँ मिलीं। रमेश को जब पता चला तो उसने सोचा कि योगी का वरदान है। उसी दिन उसे भी खेत में दस लाख अशर्कियाँ मिलीं। अब अक्सर ऐसा होने लगा कि रमेश को लाभ होता तो विजय को कम ही

सही पर लाभ होने लगा। रमेश को अब फिर ईर्ष्या होने लगी। मैंने योगी से वरदान मांगने के लिए इतने प्रयत्न किए और विजय को बिना प्रयास के ही फल मिल रहे हैं। वह अब भी मुझसे आगे है। रमेश ने तंग आकर मन ही मन चाह लिया कि इससे तो अच्छा है, कुछ नहीं मिले। योगी की बात सही हुई, अब वरदान निष्फल हो चुका था। दोनों को लाभ मिलना बंद हो गया था। विजय फिर भी संतुष्ट था। आखिर रमेश ने विजय से पूछा, तुम खुश क्यों रहते हो, विजय बोला, मैं लाभ-हानि को तात्कालिक मान कर रहता हूँ। समय निकलते ही भुला देता हूँ। उसे विजय की बात समझ में आ गई थी। अब उसके मन में विजय के प्रति कोई ईर्ष्या नहीं थी।

जब देवताओं का घमंड चूर-चूर हुआ

उपनिषद का एक प्रसंग है। परमेश्वर ने देवों पर कृपा की और वे शक्तिशाली असुरों पर विजयी हो गए। विजय पाने के बाद हर देवता अहंकार से भर गया। उनमें से प्रत्येक इस विजय का श्रेय स्वयं को देता और दूसरों के योगदान को तुच्छ मानता। इससे देवताओं के मध्य अनावश्यक विवाद होने लगे और उनमें परस्पर कटुता पनपने लगी। यह देखकर परमेश्वर ने सोचा कि यदि यही सब होता रहा, तो असुर फिर देवताओं पर चढ़ाई कर देंगे और इनका आपसी वैमनस्य इन्हें पराजित करवा देगा। इस समस्या के हल के लिए

ईश्वर ने एक विशालकाय यक्ष के रूप में स्वयं को प्रकट किया और देवताओं के सामने पहुंचे। देवताओं ने आश्चर्य से उन्हें देखा और उनका परिचय जानने के लिए सबसे पहले अग्नि देवता पहुंचे। यक्ष ने उनसे पूछा, आप कौन हैं? अग्नि देवता ने साभिमान उत्तर दिया - आप मुझे नहीं जानते? मैं परम तेजस्वी अग्नि हूँ। मैं चाहूँ तो सारी धरती को जलाकर राख कर दूँ। यक्ष ने उन्हें एक सूखा तिनका देकर उसे जलाने को कहा, किंतु अग्नि देवता नहीं जला सके। फिर पवन देवता यक्ष का परिचय जानने पहुंचे। तब यक्ष ने उनसे परिचय पूछा,

तो वे बोले - मैं पवन हूँ। मैं चाहूँ, तो पूरे ब्रह्मांड को उड़ा दूँ। यक्ष ने वही सूखा तिनका इन्हें उड़ाने को कहा, किंतु पूरा जोर लगाने के बाद भी पवन देवता उसे न उड़ा सके। फिर इंद्र गए, किंतु तब तक यक्ष जा चुके थे। अब वहां पार्वतीजी प्रकट हुईं और इंद्र को यक्ष रूपी परमेश्वर का परिचय दिया। अब देवताओं को परमेश्वर की शक्ति का ज्ञान हुआ और उनका अहंकार नष्ट हो गया। सार यह है कि अहंकार और अहंकारी का पतन सुनिश्चित होता है। अपनी शक्ति को सद्कार्यों में लगाने से वह सार्थक होती है।

ऋषि ने बताया प्रकृति का महत्व

एक बार राजा यदु ने ऋषि दत्तात्रेय से पूछा, महात्मन! संसार में अधिकांश लोग काम-क्रोध के वशीभूत होकर दुःखी रहते हैं। मैं जानना चाहता हूँ कि आपने आत्मा में ही परमानंद का अनुभव कैसे प्राप्त किया और कौन से गुरु ने आपको ब्रह्म विद्या का ज्ञान दिया?

सुनकर यदु बोले - ये सब या तो जड़ है अथवा निर्बुद्धि। उनसे आपको क्या उपदेश मिला? तब दत्तात्रेय ने कहा - यदि हम अपने अंतःकरण को निर्मल बना लें, तो इस विशाल प्रकृति से काफी कुछ सीख सकते हैं। मैंने पृथ्वी से धैर्य और क्षमा की शिक्षा ली। प्राणवायु यह सिखाती है कि जैसे अनेक स्थानों पर जाने पर भी वह कहीं आसक्त नहीं होती, वैसे ही हम भी आसक्ति, गुण-दोष से परे रहें। आकाश हर परिस्थिति में अखंड रहता है, वैसे ही हम भी अखंड रहें। जल स्वच्छता, पवित्रता और मधुरता का उपदेश देता है, तो अग्नि इंद्रियों से अपराजित रहते

हुए तेजस्वी बनने की सीख देती है। समुद्र वर्षा ऋतु में न तो बढ़ता है और न ही प्रीति में नदियों के सूखने पर सूखता है। इससे प्रेरणा मिलती है कि सांसारिक पदार्थों की प्राप्ति पर न खुश होएं और न उनके नष्ट होने पर दुःख मनाएं। मधुमक्खी के परिश्रमपूर्वक संचित रस को कोई और ही भोगता है। अतः इससे हम यह जानें कि अनावश्यक संग्रह नहीं करना चाहिए।

इसी प्रकार सूर्य और चंद्र अपनी ऊष्णता व शीतलता से इस सृष्टि के संचालन में महती भूमिका निभाकर हमें भी समाज के लिए कुछ बेहतर करने की शिक्षा देते हैं।

इतिहास में अमर हो गए डॉ. जानुस कोरजाक

वर्ष 1979 को अंतर्राष्ट्रीय बाल वर्ष के रूप में मनाया गया और इसी वर्ष बाल शिक्षा और बाल कल्याण के लिए अपना जीवन और प्राण समर्पित कर देने वाले पोलैण्ड के डॉ. जानुस कोरजाक की जन्म शताब्दी भी मनाई गई। डॉ. कोरजाक पोलैण्ड की राजधानी वारसा में एक अनाथालय के निदेशक थे। अनाथालय के दो सौ बच्चों को उन्होंने अपनी संतान से अधिक स्नेह दिया और अक्सर आने पर उनके साथ ही मृत्यु को

भी स्वीकार किया। हुआ यूँ कि उस समय नाजियों का दमन-चक्र जोरों से चल रहा था। सभी यहूदियों को सामूहिक मृत्यु के लिए एक स्थान पर एकत्रित किया जा रहा था। डॉ. कोरजाक को भी अपना अनाथालय छोड़कर उन दो सौ बच्चों के साथ नाजी कैम्प में आना पड़ा, जहां कई लाख यहूदी भेड़-बकरियों की तरह से भरे पड़े थे। बच्चों की मौत की सूचना देने की कठोरता डॉ. कोरजाक की जबान नहीं कर सकी।

उन्होंने बच्चों से कहा कि वे पिकनिक पर जा रहे हैं। उनके प्रशंसकों ने उन्हें कहा कि बच्चों का मोह छोड़ दें, तो आपके प्राणों की रक्षा हो सकती है। डॉ. कोरजाक बोले - ये सभी बच्चे एक इकाई के रूप में मेरी आत्मा हैं। मैं जीवित अवस्था में अपनी आत्मा से अलग कैसे रह सकता हूँ। अपने जीवन का सुख और स्वार्थ तो मैं उसी दिन भूल गया था, जब इन बच्चों की खातिर अनाथालय में आया था। डॉ. कोरजाक और वे बच्चे आज नहीं रहे, किंतु इतिहास के पृष्ठों पर वे स्वर्ण अक्षरों में दर्ज हो गए। वस्तुतः वे लोग जो मानव जाति का सही अर्थों में उपकार करना चाहते हैं, उन्हें सुख-दुःख, यश, स्वार्थ, माया-मोह सब कुछ त्याग देना चाहिए।

जरा सोचो?

अपने मन मंदिर में कभी भी निराशा के अंधकार को प्रवेश न होने दो, क्योंकि तुम्हें तो सबके जीवन में आशाओं के दीप जलाने हैं।

भगवान तुम्हारा रक्षक है और सफलता तुम्हारा वरदान है तब तुम भला निराशा कैसे हो सकते हो..?



अडाजन, सुरत। लायंस क्लब में 'तनाव मुक्त जीवन' पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब.कु.दक्षा बहन तथा मंचासीन हैं लायंस प्रमुख हितेश भाई देसाई, कनैयालाल गोकलानी तथा अन्य।



कोचीन। 'आई प्लेज फॉर पीस' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए विधायक हबी इडेन, एम.आर.राजेन्द्र नीर, ब.कु.राधा बहन।



कोलकाता। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं बंगाली अभिनेत्री सताना बोस, कृष्णा सोनी, ब.कु.कानन बहन तथा अन्य।



रघुवीर पुरी, अलीगढ़। 'कॉल ऑफ टाइम' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए उद्योगपति राकेश अग्रवाल, ब.कु.सुदेश बहन, ब.कु.सुनीता बहन तथा अन्य।



सासाराम। भोजपुरी फिल्म अभिनेता मनोज तिवारी को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब.कु.बबीता बहन साथ में है ब.कु.सुनीता बहन।



झालरापाज। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् प्रभु स्मृति में हैं राजेश जी शर्मा, शारदा अग्रवाल, क्षेत्रीय संचालिका ब.कु.मीना बहन एवं ब.कु.वीणा बहन।

आपकी खुशी आपके पास



क्या आप अशांत हैं, क्या आप अवश्याद के दौर से गुजर रहे हैं, क्या आपके मिजाज को क्रोध ने वश कर लिया है, क्या आप तनाव से ग्रस्त हैं। क्या आपने कभी सोचा है मन की शांति के लिए रिमोट कंट्रोल आपके पास है। देखिए नॉन स्टाॅप, बिना किसी एडवर्टाइजिंग वॉन, आध्यात्मिकता के गुह्य रहस्यों के साथ 'पीस ऑफ़ माइंड चैनल' आपके शहर उपलब्ध है। इस चैनल को देखने के लिए सम्पर्क करें -

- DTH - Service For Individuals.

- Only In Reliance BIG TV DTH

For Cable Operator

- Hardware - MPEG4 Receiver [beetle & solid Jujustu etc.]

- Setellite - Insat 4A

- Frequency - 4054

- Symbol Rate - 13230

- Polarisation - Horizontal

अधिक जानकारी के लिए नम्बर पर सम्पर्क करें:-

08014777111, 09549991111



सूचना

आप सभी भाई-बहनों की मांग पर राजयोग प्रवचन माला की पुस्तक 'राजयोग मेडिटेशन' नवीन संस्करण के साथ भगवान कौन? की गीता का आध्यात्मिक रहस्य पुस्तक उपलब्ध, हैपिनेस इंडेक्स, कथा सारिता उपलब्ध है। इसे आप ओम शान्ति मीडिया, शांतिवन कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं।

प्रश्न - ईश्वरीय महावाक्यों में हम सुनते हैं कि योगयुक्त होकर भोजन खाओ, तो तुम्हारा हृदय शुद्ध हो जाएगा। परन्तु भोजन के समय याद कम ही रहती है, क्या आप बतायेंगे कि अच्छी स्थिति में भोजन खाने की विधि क्या है?

उत्तर - जीवन में भोजन का महत्वपूर्ण स्थान है। भोजन से शक्ति मिलती है। भोजन से ही अनेक बीमारियां भी पैदा होती हैं और भोजन ही उनका उपचार भी है। इसलिए इसका आनंद लेते हुए खाना परमावश्यक है। भोजन जल्दी-जल्दी या तनाव में न खायें।

ब्रह्मा-वत्स चाहे वे कहीं भी हैं, ब्रह्माभोजन ही खाते हैं यदि वे अपने भण्डारे को भोलेनाथ का भण्डारा मानते हैं। सात्विक भोजन ब्राह्मणों के लिए अमृत तुल्य है। सात्विक भोजन वही है जो अति स्नेह से, योगयुक्त होकर, भगवान को भोग लगाने के लिए बनाया जाए। जो भोजन क्रोध में, टेंशन में या टीवी देखते हुए बनाया जाता है, वो सात्विक नहीं है।

भोजन की थाली सामने आते ही प्रसन्न हो जाएं कि एक बार पुनः भगवान को भोग लगाने का मौका मिलेगा। संकल्प करो, ये भोजन मेरे लिए अमृत है। ये कैसा भोजन, ऐसा है या वैसा है - ये विचार न आने दें। फिर पांच बार संकल्प करें, मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। फिर प्रकृति को व बाबा को सच्चे दिल से धन्यवाद करें, फिर भोजन बाबा को अर्पित करें और फील करें कि बाबा की किरणें भोजन पर पड़ रही हैं, फिर भोजन करें। बीच-बीच में याद कर लें कि बाबा भी साथ बैठा है। इस तरह प्रेमपूर्वक भोजन ग्रहण करें। यदि सम्भव है तो बनाने वाले का भी धन्यवाद करें।

प्रश्न - मैं कई वर्ष से ज्ञान-योग के मार्ग पर हूँ। सब कुछ अच्छा चल रहा था, अचानक न जाने क्या हुआ, पुरानी दुनिया व पुराने कर्म याद आने लगे, अनेक व्यर्थ संकल्प चलने लगे। मैं बहुत परेशान हो गई हूँ, समझ में नहीं आता कि क्या करूँ?

उत्तर - जन्म-जन्म की गंदगी जो अवचेतन मन में भरी रहती है वो सक्रिय होकर चेतन मन में आ जाती है और फिर उनके विचार मन में चलने लगते हैं। ज्ञान-योग का अभ्यास करने से व्यर्थ की गंदगी भी तो बाहर निकलकर नष्ट होना चाहती है, आप धबरायें नहीं। समस्या है तो उसका सहज ही समाधान भी है।

आप अमृतवेला उठना न छोड़ें व उठते ही पाँच संकल्प सात-सात बार करें -मैं एक महान आत्मा हूँ, मैं शिव-शक्ति हूँ, मैं विघ्न-विनाशक हूँ, मैं विश्व कल्याणकारी हूँ, मैं विजयी रत्न हूँ। ये विचार खुले मन से आनंदित होकर 21 दिन तक करें। सोने से पूर्व भी करें। बस आप इस समस्या से मुक्त हो जाएंगे।

प्रश्न - मैं एक टीकर हूँ। एक भाई ने दस वर्ष पूर्व सेंटर के लिए एक मकान दिया था, अब उसका विचार बदल गया है। वह सेवाकेन्द्र खाली करवाना चाहता है, हमें बड़े संकल्प चल रहे हैं। हम क्या करें?

उत्तर - वैसे तो उस व्यक्ति को यह जानना चाहिए कि भगवान को कुछ देकर वापिस मांगना, यह भगवान की नजर से दूर होने का कारण बन जाएगा। ऐसी आत्मा को पूरा ही कल्प इसका परिणाम भुगतना पड़ेगा। उन पर कोई भी विश्वास नहीं करेगा। दूसरी बात यह है कि आप यह मान लें कि उसका इतना ही भाग्य था। यदि वह लेना ही चाहता है तो उसे सहर्ष दे दो।

आप नये मकान की तलाश करें और एक गुप बनाकर इक्कीस दिन की योग भट्टी करें। प्रतिदिन एक घण्टा - मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं इष्ट देवी हूँ, इस स्वमान से। तो बाबा आपको अच्छी जगह दिला देंगे और उस आत्मा के लिए भी अपने मन में



शुभ-भावनाएँ रखें।

प्रश्न - मैं एक गृहस्थी माता हूँ। मेरे पतिदेव और मैं दोनों दस वर्ष से ज्ञान-योग में चल रहे थे। अब पति ने यह सद्गति का मार्ग छोड़ दिया है और शराब पीने लगा है, घर में बहुत अशांति रहती है। वे बहुत अच्छे ज्ञान में थे। मैं उसे पुनः श्रेष्ठ मार्ग पर लाना चाहती हूँ, उपाय बतायें?

उत्तर - आपके पतिदेव ज्ञान में तो थे, परन्तु वे योग में नहीं थे। केवल सेवा करने से मनोविकारों को नहीं जीता जा सकता। उन्हें अवश्य ही काम वासना सता रही थी, इसलिए उन्होंने ये दुर्गति का मार्ग अपनाया। अब आपको उन्हें मदद करनी है।

तीन मास तक उस आत्मा के लिए, एक घण्टा

तीन उत्तर

किसी गांव में एक संत छोटी-सी कुटिया में परिवार के साथ रहते थे। संत की सादगी और शिक्षाप्रद बातों की ख्याति दूर-दूर तक फैली हुई थी इसलिए लगभग रोज ही कोई-न-कोई व्यक्ति उनकी कुटिया में उपदेश सुनने के लिए आता था। ऐसे ही एक रोज नजदीक के शहर से मणिराम नाम का एक बहुत धनवान व्यक्ति संत से मिलने उनकी कुटिया में पहुंचा, लेकिन उस वक्त संत कुटिया में मौजूद नहीं थे, सो मणिराम की भेट संत के पुत्र से हुई। दोनों के बीच वार्तालाप का सिलसिला शुरू हुआ तो मणिराम ने संत के पुत्र से पूछा, क्या तुम्हारे पिता ने तुम्हें ऐसा कुछ भी सिखाया है, जो हम नहीं जानते? संत के पुत्र ने कहा, नहीं!! लेकिन एक बार जब मैं अकेला था, तो उन्होंने मुझसे पूछा कि मैं कविता पढ़ता हूँ या नहीं? मेरे 'न' कहने पर वे बोले कि मुझे कविता पढ़ना चाहिए, क्योंकि यह हमारी आत्मा को दिव्य प्रेरणा देने में मददगार होती है। ऐसे ही एक बार उन्होंने

मुझसे देवताओं का ध्यान करने के बारे में पूछा, मैं ध्यान के महत्व को नहीं समझता था, तो उन्होंने कहा कि हमें रोज के कुछ मिनट देवताओं के ध्यान का अभ्यास करना ही चाहिए, ताकि ध्यान के समय मन को एकाग्र करने के साथ-साथ स्वयं का भी बोध किया जा सके। इसके बावजूद उन्होंने यह देखने के लिए मुझे पर कभी नजर नहीं रखी कि मैं उनकी आज्ञाओं का पालन कर रहा हूँ या नहीं।

संत पुत्र की बात सुनकर मणिराम ने मन ही मन कहा, मैंने तो एक सवाल किया था और मुझे तीन जवाब मिल गए। मुझे काव्य पढ़ने की प्रेरणा मिली। देवताओं का ध्यान करने के बारे में ज्ञान मिला और यह भी सीखा कि ईमानदार व्यक्ति दूसरों को ईमानदारी की छानबीन नहीं करते, बल्कि उन पर पूरा विश्वास करते हैं।

मणिराम ने संत पुत्र से कहा, मैं जिस उद्देश्य से आया था, वो पूरा हो चुका है। अब मैं चलता हूँ।

प्रतिदिन योग भट्टी करनी है। दो स्वमान लेना -मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और विश्व कल्याणकारी हूँ। संकल्प करना कि इस योग की शक्ति से इस आत्मा का कल्याण हो।

इसके अतिरिक्त आपको भोजन बनाते समय 108 बार इस स्वमान का अभ्यास करना है कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। और जब भोजन खिलाओ तो इस संकल्प से खिलाना कि इस ब्रह्मा भोजन को खाने से इस आत्मा का चित्त शुद्ध हो। जिन्होंने व्यर्थ संकल्पों में जीवन बिताया है। योगबल से माया को नहीं जीता है, वे आने वाले समय में माया से हारकर अपना भाग्य गँवा देंगे।

प्रश्न - मैं एक कुमारी हूँ, यह जानना चाहती हूँ कि भगवान का प्यार पाने की विधि क्या है ताकि मैं योग में प्रभु-प्रेम का अनुभव कर सकूँ। मैं स्वयं भी उनके प्रेम में मग्न होना चाहती हूँ?

उत्तर - प्रभु-प्रेम में मग्न होना ही सम्पूर्ण ज्ञान है - यह ईश्वरीय महावाक्य है। ज्ञान-युक्त होकर हमें चारों ओर से अपने प्यार को व मोह को समेटना चाहिए। बाबा को जितना-जितना हम जानते जाएंगे व याद करेंगे कि उससे हमें क्या-क्या प्राप्त हुआ है उससे प्यार बढ़ता जाएगा। इसलिए प्राप्ति की एक लिस्ट बनाओ और उसे याद करके बाबा को शुक्रिया करते रहो तो उसके अलौकिक प्रेम में मग्न हो जाएंगे।

प्यार हमेशा अपनों से होता है। बाबा मेरा है, उनसे यह अपनापन बढ़ाओ। वे तो हमें अपनापन देते ही हैं, हम ही उन्हें अपनेपन की नजर से सदा नहीं देखते। इसे बार-बार याद करो कि भगवान मेरा है, वह मेरा खुदा दोस्त है।

सबसे सूक्ष्म बात यह है कि हम अशरीरी होते चलें। याद रखें.. भगवानुवाच -जो जितने देह से न्यारे हैं वे उतने ही बाप के व विश्व के प्यारे हैं। अशरीरी होने से हमें प्रभु-प्रेम मिलेगा और हमारा भी आकर्षण उनकी ओर बढ़ेगा।

प्रश्न - मैं एक कुमार सेवा के फील्ड में हूँ। मैंने पाया कि मान की कामना अति सूक्ष्म है। परन्तु मैं इससे मुक्त होना चाहता हूँ.. मेरा क्या चिन्तन हो?

उत्तर - मान की कामना खुशी नष्ट कर देती है। आपको दाता बनना है न कि याचक। मान देते चलो और निष्काम बनते चलो। निष्काम भाव ही अध्यात्म की सुंदरता है। कुछ भी सेवा करके मान को स्वीकार कर लेने से सेवा का पुण्य नष्ट हो जाता है।

मनुष्य को मान भी मिलता है व नाम भी होता है। परन्तु इन दोनों को ही साथ-साथ प्रभु अर्पण करते चलो। नाम बाला कराता भी बाबा ही है परन्तु जो उनका नाम बाला करते हैं वे अपनी महिमा स्वयं नहीं करते।

दो महावाक्य अति सुंदर हैं, अवश्य ही आपको काम आयेंगे.. प्रथम -बच्चे तुम्हें तो स्वयं भगवान मान दे रहा है, तुम मनुष्यों से मान लेकर क्या करोगे। द्वितीय... तुम तो इस धरा पर सूर्य तुल्य हो, तुम्हारे प्रकाश से तो जग प्रकाशित हो रहा है और मान-शान हैं टिमटिमाते दीपक। तुम इससे स्वयं को प्रकाशित करने का तुच्छ संकल्प न करो।

तो बन्धु अपने स्वमान को व अपने महत्व को पहचानो। स्वमान में रहने से मान की कामना स्वतः ही नष्ट हो जाती है व मिलने वाला मान महत्वपूर्ण नजर नहीं आता। आप महान हैं जो मान की कामना से मुक्त होने की श्रेष्ठ इच्छा है।

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह

स्वमान - मैं दृढ़ संकल्पधारी विशेष आत्मा हूँ।

शिवभगवानुवाच - बापदादा तो बहुत समय से अचानक की वार्निंग दे रहे हैं इसलिए अभी बापदादा हर बच्चे को एक स्वमान देते हैं - हर बच्चा दृढ़ संकल्पधारी विशेष आत्मा बनो। संकल्प किया और हुआ। अपना विशेष स्वमान रोज अमृतवेले स्मृति में लाना और उस विधिपूर्वक आगे बढ़ना। एक सेकण्ड भी व्यर्थ नहीं जाए, एक संकल्प भी व्यर्थ नहीं जाए। समर्थ बनो और समर्थ बनाओ।

योगाभ्यास - बापदादा के आशीर्वाद का हाथ मेरे सिर पर है... उनके हाथों से शक्तियों की किरणें निकलकर मुझमें समाती जा रही हैं और मैं सर्व शक्तियों से संपन्न होता जा रहा हूँ... मास्टर सर्वशक्तिवान बनता जा रहा हूँ... मेरे संकल्पों में, मेरे जीवन में दृढ़ता आती जा रही है... मैं दृढ़ संकल्पधारी विशेष आत्मा बनती जा रही हूँ...।

- सारे दिन में बीच-बीच में संकल्पों का

ट्रैफिक कंट्रोल करें... बाबा द्वारा दिए गए विशेष स्वमान को याद करें और अपने संकल्प/व्रत/प्रतिज्ञा में बल भरें... बाबा से शक्तियों को सकाश लें...।

धारणा - दृढ़ता

- दृढ़ता ही सफलता की जननी है इसलिए इस सप्ताह हम अपने पुरुषार्थ में तीव्रता लाने के लिए प्रैक्टिकली कुछ दृढ़ संकल्प करें और कुछ भी हो जाए लेकिन उस संकल्प को अमल में अवश्य लायेंगे। जैसे कि -

- जब तक हमारा योग 4 घण्टा न हो जाए, तब तक हम सोयेंगे नहीं।

- जब तक 5 स्वरूपों का अभ्यास 8 बार नहीं करेंगे, तब तक सोयेंगे नहीं।

- यदि अलबेलेपन व आलस्यवश अमृतवेला वा मुरली क्लास मिस हुआ तो सारे दिन भोजन नहीं करेंगे।

- यदि व्यर्थ संकल्प चला तो खुद को चींटी काटेगें और तुरंत व्यर्थ को समर्थ में परिवर्तित करेंगे।

- भोजन बाबा की याद में मौन में रहकर ही करेंगे।

- रोज रात्रि को सोने से पूर्व अपना पोतामेल बाबा को अवश्य देंगे... आदि।

इस प्रकार के कुछ दृढ़ संकल्प इस सप्ताह अवश्य करें और अपने पुरुषार्थ में तीव्रता लायें।

चिंतन - वर्तमान समय तीव्र पुरुषार्थ की आवश्यकता एवं महत्ता क्यों है?

- तीव्र पुरुषार्थ कैसे बनें? अपने पुरुषार्थ में तीव्रता लाने के लिए आपने क्या योजना बनायी है?

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! हमारे प्राणेश्वर बापदादा हमें व्यर्थ से पूरी तरह मुक्त देखना चाहते हैं। व्यर्थ तीव्र पुरुषार्थ के मार्ग में सबसे बड़ी बाधा है। इसलिए हम व्यर्थ से मुक्ति का दृढ़ संकल्प करें। आप सबको इस बात का अनुभव होगा कि मन से व्यर्थ को हटाना है तो उसे समर्थ संकल्पों में लगाना होगा। इसमें मन की दिनचर्या बहुत मदद करती है। इसलिए आप भी अपने लिए प्रतिदिन मन की दिनचर्या अवश्य बनायें ताकि आप व्यर्थ से पूरी तरह मुक्त, सदा समर्थ स्वराज्याधिकारी बन सकें।

रहा हूँ...।

अशरीरी बनने की ड्रिल - बापदादा सभी के लिए कहते हैं कि बीच-बीच में समय निकालकर एकदम अशरीरी बनने की ड्रिल जरूर करना है क्योंकि आने वाले समय में सेकण्ड में अशरीरी बनना ही पड़ेगा।

धारणा - संतुष्टता

शिव भगवानुवाच - आज बापदादा का विशेष वरदान है संतुष्टता की शक्ति से संपन्न भव। कुछ भी जो जाए अपनी संतुष्टता को कभी नहीं छोड़ना। कोई कुछ भी करता है, दिल में नहीं रखो। दिल में बात को नहीं बाप को रखो। सदा ऐसी आत्मा के प्रति शुभ-भावना, शुभकामना रखकर अपनी शुभकामना को कर्म में लगाओ।

चिंतन - संतुष्टता की आवश्यकता एवं महत्ता क्यों है?

- कौन-कौन सी बातें हमें असंतुष्ट करती हैं?

- सदा संतुष्टमणि कैसे बनें?

- संतुष्टता के लिए बाबा के महावाक्य क्या-क्या हैं?

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! क्या हम स्वयं को संतुष्टता की शक्ति में संपन्न समझते हैं? हम स्वयं से पूछें कि क्या मैं संतुष्टमणि हूँ? इस पर अधिकांशतः हमारा जवाब होता है हम कभी-कभी तो संतुष्ट रहते हैं, सदा नहीं। परंतु बापदादा को 'कभी-कभी' शब्द अच्छा नहीं लगता है। वे कहते हैं कि क्या ब्रह्मा बाबा ने कभी भी 'कभी-कभी' शब्द कहा। जब उन्होंने नहीं कहा तो तुम्हें भी फालो फादर करना है ना!! बाप से प्यार है तो प्यार में 'कभी-कभी' शब्द को न्यौछावर करो और तीव्र पुरुषार्थ करते हुए अपने सम्पन्नता और सम्पूर्णता की ओर आगे बढ़ो।

तनाव किसी भी समस्या का समाधान नहीं



जींद। 'तनावमुक्ति से तंदुरुस्ती' विषय पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.विजया बहन, मंचासीन हैं प्रसिद्ध मनोचिकित्सक डॉ. गिरीश पटेल तथा ध्यानपूर्वक सुनते हुए शहर के गणमान्य नागरिक।

जींद। विपरीत परिस्थितियों का सामना करने के लिए व्यक्ति को आंतरिक शक्ति व सकारात्मक सोच की जरूरत होती है। डिप्रेशन में आने से व्यक्ति लड़ने से पहले ही हार जाता है। हमें यह समझना चाहिए कि तनाव किसी भी समस्या का समाधान नहीं है।

उक्त उद्गार इंटरनेशनल फेम मैनेजमेंट ट्रेनर एवं प्रसिद्ध मनोचिकित्सक डॉ. गिरीश

पटेल ने स्थानीय सेवाकेंद्र द्वारा हिंदू कन्या महाविद्यालय में आयोजित 'तनावमुक्ति से तंदुरुस्ती' शिविर में आये हुए हजारों लोगों को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए।

उन्होंने कहा कि यदि हमारे विचार सकारात्मक होंगे तो उसका प्रभाव भी सकारात्मक होगा। उन्होंने कहा कि राजयोग मेडिटेशन की विधि अपनाकर व्यक्ति अपनी

आंतरिक शक्ति को विकसित कर सकता है और अपने चिंतन व विचारों वानों सकारात्मक कार्यों की ओर सहजता से मोड़ सकता है। मन में तनाव, डर व डिप्रेशन पैदा होने से छोटी सी समस्या

भी पहाड़ के समान विकराल रूप धारण कर लेती है।

ब्र.कु.विजय ने कहा कि मन व शरीर स्वस्थ नहीं है, यह सोचकर हार मानने से कोई फायदा नहीं है। राजयोग के निरंतर अभ्यास से मन में अच्छे विचार लाकर अपने मन को स्वस्थ रखा जा सकता है और अपने जीवन को खुशहाल बनाया जा सकता है।



इस्पात नगर। 'शिक्षक दिवस' के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.अमिता बहन।



रांची। 'शांति प्रतिज्ञा अभियान' का दीप प्रज्वलित का उद्घाटन करते हुए अनुमण्डल अधिकारी अमित कुमार, चैम्बर ऑफ कॉमर्स के उपाध्यक्ष विकास सिंह एवं ब्र.कु.निर्मला।



वापी। समूह चित्र में हैं कल्याण बर्नार्जी, ब्र.कु.रश्मि बहन, ब्र.कु.विजय तथा अन्य।



अम्बाला कैंट। दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए कमिश्नर आर.पी.गुप्ता, ओ.आर.सी. की संचालिका ब्र.कु.आशा, ब्र.कु.अमीरचंद तथा अन्य।



सूरतगढ़। 'रक्त-दान शिविर' आयोजित करने के लिए ब्र.कु.सुनिता बहन को महावीर इंटरनेशनल की ओर से सम्मानित करते हुए प्रिंसिपल देववाम चौधरी।



जालंधर। राष्ट्रीय देशभक्त यादगार समिति की राष्ट्रीय गीतों की संगीत प्रतियोगिता के समूह चित्र में हैं ब्र.कु.रेखा बहन, ब्र.कु.मोरा बहन तथा अन्य।

सामूहिक प्रयास से स्थापित होगा सद्भाव



अयोध्या। 'सर्व धर्म सद्भावना सम्मेलन' का उद्घाटन करते हुए महंत देवेन्द्रप्रसादाचार्य, महंत जन्मेजय शरण, क्षेत्रीय सचालिका ब्र.कु.विद्या, ब्र.कु.सुरेन्द्र, ब्र.कु.रामनाथ तथा अन्य।

अयोध्या। ब्रह्माकुमारीज के गौरवशाली 75 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में 'स्वर्ण जयंती' समारोह की कड़ी में रसिक पीठ जानकीघाट बड़ा स्थान में 'सर्वधर्म समभाव' सम्मेलन का आयोजन किया गया। जिसे सम्बोधित करते हुए दशरथ महला बड़ा स्थान वेन महंत देवेन्द्रप्रसादाचार्य और 'राम जन्म भूमि के निर्माणा अध्यक्ष' महंत जन्मेजय शरण ने कहा कि उपासना के मार्ग अलग-अलग होते हुए भी मानवता का कल्याण हम सभी का उद्देश्य है। हम सभी एक ही परमात्मा की संतान हैं। पूरे विश्व की मानवता का कष्ट दूर हो और यह संसार सुख का अनुभव करे, इसके लिए सभी को मिलकर प्रयास करने की आवश्यकता है। इलाहाबाद उच्च न्यायालय के पूर्व न्यायाधीश पलोक बसु ने कहा कि सत्य के साथ असत्य सदैव रहेगा पर हमें इनके बीच से सत्य को पहचानकर उस पर विश्वास करना होगा। राजगोपाल मंदिर के महंत कौशल किशोर शरण फलाहारी ने कहा कि विश्व के अनेक महापुरुषों ने समाज में शांति व्यवस्था देने का प्रयास किया लेकिन समाज व राष्ट्र उतने ही अशांत हो रहे हैं। ऐसे में यह प्रश्न उठना स्वाभाविक है कि जीवन स्वस्थ और दूसरों के लिए कैसे उपयोगी हो। उन्होंने कहा कि केवल शाब्दिक प्रयासों से शांति नहीं आ सकती



धर्म से ऊपर उठकर निःस्वार्थ सेवा करें

फर्रुखाबाद। स्थानीय सेवाकेंद्र द्वारा मऊ दरवाजा स्थित गुरूगांव देवी मंदिर के प्रांगण में सर्व धर्म सद्भावना सम्मेलन का आयोजन किया गया। जिसे सम्बोधित करते हुए सनातन धर्म के प्रमुख स्वामी रामभक्त दास ने कहा कि ब्रह्माकुमारी बहनों ने जिस तरह से सभी धर्म के प्रतिनिधियों को एक मंच पर बिठाया है वह बहुत ही सम्मान की बात है। हम सभी एक परमात्मा की संतान हैं इसलिए हमें जाति एवं धर्म से ऊपर उठकर निःस्वार्थ सेवा करनी चाहिए। तभी अखण्ड भारत का निर्माण हो सकेगा। पादरी किशन लाल मसीह ने कहा कि यदि हम राष्ट्रीय एकता को सुदृढ़ स्थिति में देखना चाहते हैं तो हमें आपसी धार्मिक, जातीय, ऊंच-नीच के भेदभाव को त्यागकर एक-दूसरे से प्रेम करना होगा। गुरुवचन सिंह ज्ञानी ने कहा कि सिख धर्म सिख पंथ अपने आपमें एक सर्व साझा, एकता, त्याग,



फर्रुखाबाद। 'सर्व धर्म सद्भावना सम्मेलन' का उद्घाटन करते हुए स्वामी रामभक्त दास, पादरी किशन लाल मसीह, गुरुवचन सिंह ज्ञानी, ब्र.कु.कुंती बहन तथा अन्य। सद्भावना का संदेश देता है। कन्हैयालाल जैन ने कहा कि जैन धर्म के 24 तीर्थंकर महावीर स्वामी के समय में एक एक घाट पर शेर एवं गाय साध-साध पानी पीते थे। उन्होंने जियो और जीने दो एवं अहिंसा परमोधर्म का नारा दिया। अनार सिंह यादव ने कहा कि वर्तमान समय में सभी धर्म तथा मानव जाति में आपस में प्रेम, सद्भाव नहीं रहा है। अरूण प्रकाश तिवारी ददुआ ने कहा कि हमारा भारत इंद्रधनुषी समता का देश है। भारत की संस्कृति एवं सर्वधर्म सम्मान और संविधान एवं धर्म निरपेक्षता पर आधारित है। इस सम्मेलन को नगर पालिका अध्यक्ष वत्सला अग्रवाल, राकेश चटवाल ने भी सम्बोधित किया तथा मंच का कुशल संचालन ब्रज किशोर सिंह ने किया।

दीपावली का त्योहार कल्प पहले की यादगार - दादी

माउंट आबू। ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय माउंट आबू में हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी दीपावली का त्योहार पारंपरिक हर्षो-उल्लास के साथ मनाया गया। इस वर्ष विशेष अवसर था 'पीस पार्क' की स्थापना के 25 वर्ष पूर्ण होने का। इस अवसर पर 'पीस पार्क' से किस प्रकार सेवा प्रारंभ हुई और किस तरह से इसमें स्थानीय लोगों का सहयोग प्राप्त हुआ, इसे विस्तार पूर्वक बताया गया। संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने अपने सम्बोधन में कहा कि आज का दिन हमारे लिए विशेष दिन है। क्योंकि आज के ही दिन यज्ञ सेवा प्रारंभ हुई थी।

इसके साथ ही दीपावली का त्योहार हमें कल्प पहले की स्मृति दिलाता है। जब रावण राज्य को समाप्त कराकर परमात्मा ने नई सृष्टि की रचना की थी। जिसे हम सभी लोग सतयुग के नाम से जानते हैं। इसके साथ ही आज का दिन नव वर्ष के रूप में भी मनाया जाता है। दादी रतनमोहिनी ने कहा कि दीपावली के दिन जिस तरह लोग पुराना खाता चुकतू कर नया खाता प्रारंभ करते हैं उसी प्रकार हमें भी पुराने कर्मों का खाता चुकतू कर श्रेष्ठ कर्मों का खाता खोलना चाहिए। यह त्योहार हमें राम राज्य की भी याद दिलाता है। उन्होंने कहा कि 'पीस

पार्क' को देखकर लोग यही कहते हैं कि यहां आध्यात्मिकता है तो प्रकृति की भी सौंदर्यता है।

मल्टी मीडिया वेन चीफ ब्र.कु.करुणा ने अपनी शुभकामना व्यक्त करते हुए कहा कि 'ओम शांति भवन' से परमात्मा का संदेश विश्व के कोने-कोने तक पहुंचाने का जो कार्य प्रारंभ हुआ है वह यूं ही सदा निर्विघ्न चलता रहे, ऐसी हमारी शुभकामना है।

ज्ञान सरोवर की निदेशिका डॉ.निर्मला ने कहा कि दीपावली का त्योहार हमें यह आध्यात्मिक प्रेरणा देती

- शेष पृष्ठ 4 पर



माउंट आबू। दीपावली के कार्यक्रम में मंचासीन हैं संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी, दादी रतनमोहिनी, डॉ.निर्मला एवं ब्र.कु.सुदेश बहन।
नागपुर। सेवाकेंद्र द्वारा आयोजित चैतन्य देवियों की ज्ञांकी का विहंगम दृश्य।

सदस्यता शुल्क

भारत - वार्षिक 170 रुपये
तीन वर्ष 510 रुपये
आजीवन 4000 रुपये

विदेश - 2000 रुपये (वार्षिक)

कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीआर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेपबल एट माउण्ट आबू) द्वारा भेजें।

पत्र-व्यवहार

ओम शान्ति मीडिया
सम्पादक : ब्र.कु.गंगाधर
ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन, तलहटी
पोस्ट बॉक्स नं. - 5, आबू रोड (राज.) 307510

Enquiry For Membership, Mob. No. - 09414006096
(M)- 9414154344, E-mail : mediabkm@gmail.com,
omshantimedia@bkviv.org, website:www.omshantimedia.info

प्रति
