

# ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 14 अंक - 22 फरवरी - II, 2014

पाक्षिक

माउण्ट आबू

मूल्य - 7.50

## विश्व शान्ति दिवस के रूप में मनाया 18 जनवरी का दिन

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय ने ब्रह्मा बाबा की पुण्यतिथि पर किया मेडिटेशन का आयोजन

माउण्ट आबू। मधुबन में 18 जनवरी के अवसर पर आए हुए आगंतुकों को सम्बोधित करते हुए दादी जानकी ने कहा, त्याग का जीवन में बहुत बड़ा महत्व है। त्याग की नींव पर ही ऊँची

में उत्साहित करते थे। इतना सब करते भी अपने निजी पुरुषार्थ के प्रति जागती ज्योत रहे। आगे दादी ने कहा कि उनकी पुण्य तिथि के अवसर पर हम परमात्मा के कार्य को करके ही छोड़ेंगे ऐसा



सोचकर मनाना है। इस अवसर पर ब्र.कु. रमेश शाह, मल्टी मीडिया के अा ६ टा ६ ब्र.कु. करुणा ने भी अपने विचार व्यक्त किए। बाद में सभी ने शान्ति स्तम्भ पर

तकदीर का निर्माण होता है। ब्रह्मा बाबा के जीवन पर प्रकाश डालते हुए दादी ने कहा कि उनका जीवन बहुत ही असाधारण था। उनके जीवन में सादगी, सहजता और सरलता झलकती थी। बाबा हमेशा हर एक को सत्कार और सम्मान देकर आगे बढ़ाते हुए सबका

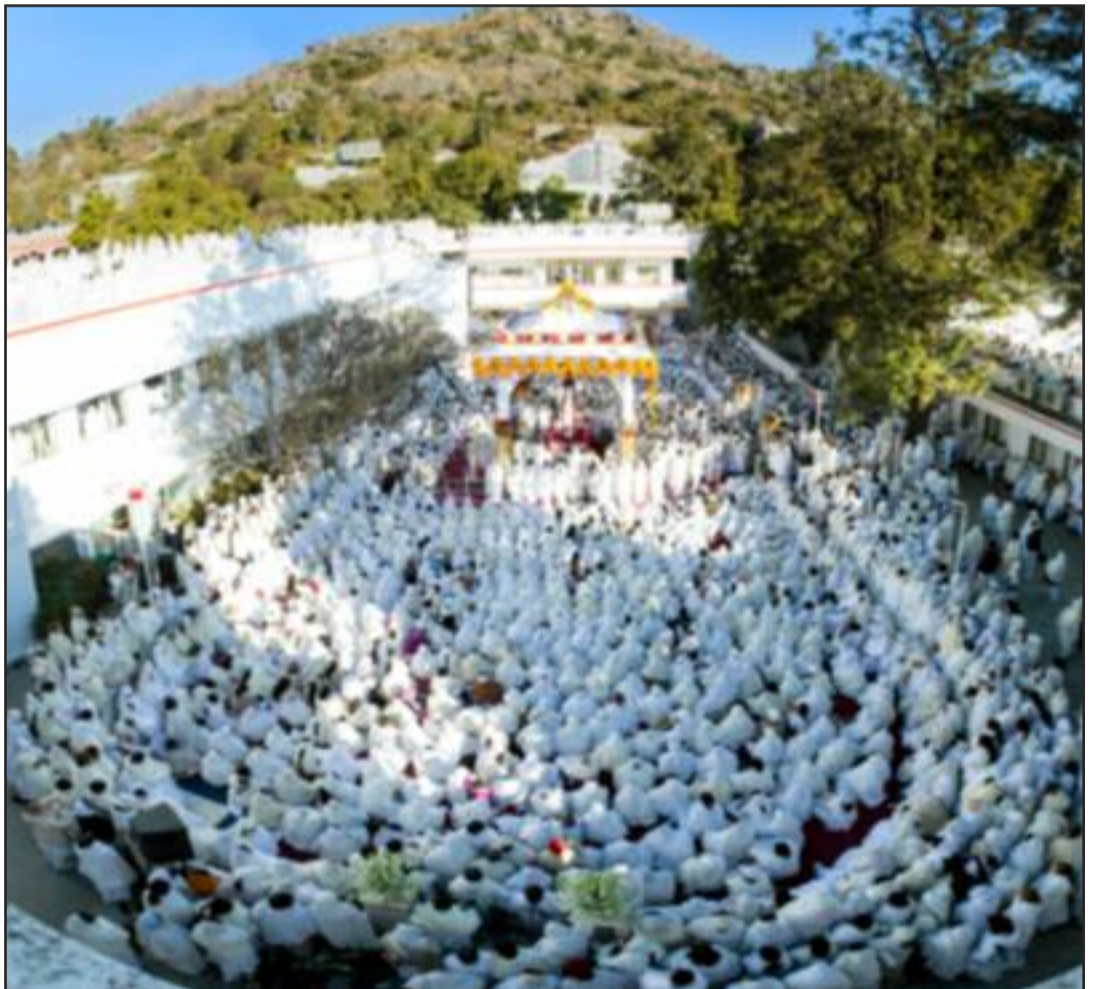
अपने श्रद्धा-सुमन अर्पित किए एवं विश्व शान्ति के लिए मेडिटेशन किया। 137 देशों में भी संस्थान के सर्व सेवा-स्थानों पर राजयोग मेडिटेशन के प्रोग्रामों का आयोजन किया गया और सारा दिन सभी ने भाग लेकर इसे विश्व शान्ति दिवस के रूप में मनाया। न्यू यॉर्क, लॉस



एन्जालिसा, शिकागो, इटली, स्पेन के रिट्रीट सेंटर्स पर सुबह से शाम तक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। ओवरसीज़ हेडक्वार्टर लंदन में

भाग्य बनाते थे, यह हमने देखा। ब्रह्मा बाबा के जीवन में शान्ति एवं दिव्यता दिखाई देती थी। वे हर एक को उनकी विशेषता के आधार पर ऊँचा उठाते थे और सभी को विश्व परिवर्तन के कार्य

भी शान्ति दिवस का आयोजन कर प्रकंपन फैलाए गए। जर्मनी, ऑस्ट्रेलिया, हाँग-काँग, थाईलैंड, मलेशिया, न्यू ज़ीलैंड, मैक्सिको, चिली, नायरोबी, श्रीलंका, नेपाल सहित भारत में मुख्यतः



माउण्ट आबू। शान्ति स्थल पर मेडिटेशन करते हुए आगंतुक।

मुख्यालय में प्रजापिता ब्रह्मा की तपस्या स्थली पर चार घाम में शान्ति स्तम्भ, बाबा का कमरा, बाबा की झोंपड़ी तथा हिस्ट्री हॉल पर जाकर उनका संस्मरण किया गया। देश-विदेश से आए हुए सभी आगंतुकों ने भी कतारबद्ध होकर बारी-बारी से चारों स्थलों पर विश्व शान्ति के लिए शुभकामनाएं दीं। 18 जनवरी की सुबह कड़कड़ाती ठंडी के मध्य, सभी ने राजयोग मेडिटेशन करना आरम्भ कर दिया। जैसे कि मधुबन सारे विश्व में शान्ति के प्रकंपन का केन्द्र बिन्दु बन गया हो ऐसा आभास हो रहा था।

ओ.आर.सी., दिल्ली पाण्डव भवन में शान्ति-सरोवर में भी सभी ने सुबह से ही परमात्मा की याद में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। हैदराबाद

आयोजन किया। देश के अन्य सभी

छोटे-बड़े स्थानों पर भी कार्यक्रम रखे गए।

## असमानता को दूर करने के लिए मानवता का दीप जलाएं – दादी जानकी

शांतिवन। आज ज़रूरी है कि हम मानवता को प्राथमिकता देते हुए अपने अन्दर मूल्यों का विकास करें। भाईचारा और सद्भाव ही एक ऐसा तंतु है जो मनुष्यता को बांधे रखता है। प्रजापिता ब्रह्मा बाबा ने पूरी दुनिया में यह पैगाम दिया कि बिना मानवता का दीप जलाये सद्भावना नहीं आ सकती। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की मुख्य प्रशासिका



शांतिवन। प्रजापिता ब्रह्मा के स्मृति दिवस पर दादी जानकी डायमण्ड हॉल में सभा को सम्बोधित करते हुए।

राजयोगिनी दादी जानकी ने शांतिवन में आयोजित कार्यक्रम के अन्तर्गत विशाल जनसभा को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि बाबा ने जो आत्मीयता का बीज बोया वह आज वट वृक्ष का रूप ले चुका है। आज लाखों लोगों ने अपनी ज़िन्दगी में सकारात्मक बदलाव लाये हैं। इससे निश्चित तौर पर समाज में बदलाव आयेगा और लोग नयी दुनिया बनाने में कामयाब होंगे।

## सृजनकर्ता शिव रहस्यमयी सृष्टि के विश्वकर्मा

राम, कृष्ण, बुद्ध, महावीर सहित अन्य देवता-महापुरुषों का स्मरण या तो उनकी जन्मतिथि पर होता है या निर्वाण दिवस अथवा बुद्धत्व प्राप्ति के दिन। लेकिन भारतीय संस्कृति में एकमात्र महादेव शिव ही हैं, जिनके विवाह की वर्षगांठ फाल्गुन मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी को अमावस्या के एक दिन पहले महाशिवरात्रि के रूप में मनाई जाती है। कारण शिव अजन्मे हैं, जगतगुरु, मृत्युंजय महाकाल हैं। न तो उनका जन्म हुआ है, न निधन क्योंकि वे स्वयं मृत्यु के देवता और मृत्युंजय हैं बल्कि एक कदम आगे मृत्यु के भी काल हैं। वे जगतगुरु हैं, इसलिए ज्ञान-कला की सभी धारायें उन्हीं से प्रकट हुई हैं। अतः उनके बुद्धत्व प्राप्ति का कोई दिवस हो ही नहीं सकता इसलिए शिव के विवाह की वर्षगांठ मनाई जाती है, जो प्रतीक है शिव और शक्ति के मिलन का, सृजन का। क्योंकि शिव ही देवता हैं, सृजन के, रचनात्मकता के, सकारात्मकता के।

हमारे यहाँ मान्यता है कि चैत्र शुक्ल प्रतिपदा (गुड़ी पाड़वा) को सृष्टि की रचना हुई, लेकिन इससे करीब डेढ़ महीने पूर्व शिवरात्रि को सृष्टि रचना का पहला क्रम पूरा हुआ, ज्योतिर्लिंग के रूप में शिव के प्राकट्य के साथ और रात्रि में शिव और शक्ति के मिलन के साथ। जब ये दो महातत्व मिले, तभी सृष्टि की रचना सम्भव हो सकी। इस अर्थ में शिवरात्रि सृजन का पहला पर्व है, इस संदेश के साथ कि सृजन से ही जीवन की सार्थकता है।

शिवरात्रि वसंत ऋतु में ही इसलिए आती है क्योंकि शिव प्रकृति के देवता हैं। वे पुरुष हैं और शक्ति प्रकृति। प्रकृति और पुरुष के मिलन पर वसंत का वैभव वास्तव में नववधू प्रकृति का श्रृंगार ही है, और चूँकि वह प्रकृति-पुरुष शिव के संयुक्त होती है, इसलिए उसके आभूषण भी नए फूल-पत्तों के रूप में नैसर्गिक ही होते हैं और विवाह के उत्सव में साक्षी बनने के लिए इस प्रकार के श्रृंगार के साथ वसंत की अभिव्यक्ति देते हैं। कहते हैं कैलाश के जिस हिस्से में शिव-पार्वती निवास करते हैं, उसका नाम गंधमादन है, जहाँ हर दिन वसंत होता है।

प्रकृति से शिव का यह संबंध उनके स्वयं के श्रृंगार में भी सामने आया है जब वे जटाजूट, भस्म, चंदन, चन्द्र, गंगा, सर्प, रुद्राक्ष, बिल्वपत्र से श्रृंगारित होते हैं और वस्त्र के रूप में बाघचर्म और वाहन के रूप में नंदी का प्रयोग करते हैं, क्योंकि वे प्रकृति के देवता हैं। इस संदेश के साथ कि प्रकृति सृजन का स्रोत हैं, इसलिए वह वंदनीय हैं।

शिवरात्रि की पूजा रात्रि में करने के पीछे भी प्रतीक सृजन ही है। क्योंकि सृजन का अर्थ सिर्फ संभोग नहीं है, जिसके लिए भारतीय मनीषियों ने रात्रि के अंतिम प्रहर का समय अनुकूल माना है। कहा जाता है इस समय पैदा हुआ वंश दैवीयमान प्रकाश फैलाता है। इसलिए परमात्मा शिव सृष्टि कलयुग के अंत और सतयुग के आदि, जिसको घोर काल कहा गया है, में अवतरित होते हैं और इसलिए भी कि जब सारे जगत की चेतना सोई हो तब भी जो शिव की तरह चैतन्य होगा वही सच्चा सृजन कर सकेगा। इस अर्थ में शिवरात्रि सिखाती है कि जो जगत की सुप्तावस्था में भी जागृत रहता है, वही शिव की भांति सृजन और उससे आगे कल्याण कर पाता है। अर्थात् जीवन की सार्थकता ऐसे सृजन में है जो वसंत की तरह नवीनता से परिपूर्ण, रंग-सुगंध से भरा और दूसरों के लिए कल्याणकारी हो।

शिव का पूरा व्यक्तित्व इन्हीं विशेषताओं, विरोधाभासों और संदेशों से भरा है। वे पशुपति होकर प्राणीमात्र के देवता के रूप में प्राणीमात्र के प्रति प्रेम का संदेश देते सामने आते हैं तो निवास, वस्त्राभूषण और प्रयोग किये जाने वाले उपादानों के साथ प्रकृति के प्रति प्रेम का संदेश देते हैं। विरोधाभासों के रूप में एक ओर वे मृत्युंजय, महाकाल बनकर आते हैं तो दूसरी ओर सृष्टि के सृजन के पहले अपना प्राकट्य और मिलन कर सृजनात्मकता का बीजारोपण करते हैं। वे असुरों का नाश करते हुए त्रिपुरारि बनते हैं तो देवताओं और जगत की रक्षा के लिए समुद्रमंथन से निकला हलाहल विष पीते हैं। वे विष पीते ही नहीं उसे पचाते भी हैं, जो संकेत है कि जहर पीना ही बड़ी बात नहीं, पीकर पचाना बड़ी बात है और जो इसे पचा सकता है वही नीलकण्ठ शिव तुल्य हो सकता है। शिव और शिवरात्रि से हमें शास्त्रीय लोकाचार या पूजा-व्रत की पद्धतियाँ ही नहीं सीखनी चाहिए, अपितु विरोधाभासों से भरे इस जीवन और जगत में संतुलन की कला सीखनी चाहिए। प्रकृति, जल, वनस्पति और प्राणीमात्र के संरक्षण का संकल्प लेना चाहिए। जीवन में मिलने वाले विष को पीने की तैयारी और पचाने की शक्ति चाहिए। जीवन को सृजनात्मक और कल्याणकारी बनाना सीखना चाहिए अन्यथा सारी पूजा, उत्सव, व्रत और उपवास यंत्रवत ही रहेंगे और हमारे जीवन का सही दिशा में वह रूपांतरण नहीं हो सकेगा, जिसके लिए महाशिवरात्रि जैसा महापर्व आता है।



- डॉ. कु. गंगाधर

## स्मृति स्वरूप ही पदमापदम भाग्यशाली हैं

हम सबने ईश्वरीय स्नेह के सागर को साथी बनाया है। मैंने देखा है स्नेह और सच्चाई का सहयोग सारे ईश्वरीय परिवार को चला रहा है। सच्चाई और प्रेम के बिगर लाइफ नहीं है। कभी साधारण चलन में समय नहीं गंवाना है। 5 मिनट भी अगर साधारण चलन चलते हैं तो 5 साल के बराबर है। संगमयुग का समय बहुत वैल्युबल है। याद में रहने से करंट मिलती है। अगर हमारी साधारण चलन हुई तो करंट नहीं मिलेगी। जैसे बिना कनेक्शन के लाइट नहीं मिलती, तो अम्बेरे में कहाँ चलेंगे? चल तो रहे हैं, पैदल भी कोई चल रहा है, तो कोई प्लेन में भी चल रहा है। पैदल भी कहेगा मैं चल तो रहा हूँ ना और प्लेन वाला भी कह रहा है कि मैं भी तो चल रहा हूँ ना। तो हमारा पुरुषार्थ क्या है?

विश्व कल्याणकारी बाबा मेरा बाबा है। मेरा बाबा विश्व के कल्याण का कर्तव्य कर रहा है, मैं क्या कर रही हूँ? दिन-रात सच्चे पुरुषार्थी को बड़ा बल मिलता है। मेहनत नहीं लगती लेकिन मोहब्बत से अच्छा पुरुषार्थ करता है। खुशी होती है, सहज लगता है। यह खुशी का अनुभव सतयुग में ले जा रहा है। शान्ति का अनुभव निर्वाणधाम में ले जा रहा है। जितना देर शान्त रहो, वाणी में

कम आना, शान्तिधाम मेरा घर है, घर में आत्मा को बड़ा आराम मिलता है। कभी बेचैनी नहीं, कैसा भी शरीर हो, कुछ भी हो। संगमयुग वैल्युबल टाइम है। संकल्प भी सफल कर रहे हैं।

संकल्प में मेरा बाबा है, तो ठिकाना मिल गया। अभी कौन हैं हम? बस अन्दर से जैसे स्मृति स्वरूप बनने से लगता है, यह हमारा भाग्य है। स्मृति स्वरूप बनना माना पदमापदम भाग्यशाली बनना। हर कदम में स्मृति है और हर संकल्प में स्मृति है। तो हमारे हर कदमों में कमाई है। भले वहाँ बैठे भी हम याद कर सकते हैं, पर यहाँ आने में कमाई बहुत है, अलबेलाई नहीं चाहिए। चलो वहाँ भी तो बैठ सकते हैं ना! पर नहीं। बाबा हमको याद दिलाता है कि तुम आत्मा हो, पर देवता धर्म की हो, यह स्मृति अधर्म का नाश करती है, बाप के साथ हम भी पाप और भ्रष्टाचार का खात्मा करने का कार्य कर रहे हैं। सत्य स्वरूप की स्मृति से सतधर्म की स्थापना होती है।

ज्ञान स्वरूप माना शान्त स्वरूप, प्रेम स्वरूप, आनंद स्वरूप... ऐसी मीठी-मीठी बातें बाबा की जो सुनी हैं, वो अपने जीवन में लाने से जीवन हीरे जैसा बन जाता है। अगर हीरो एक्टर की चलन साधारण हो तो सब अजब खायेंगे। ऐसे बाबा के जो

शब्द हैं वह भी सावधान कर देते हैं। हीरो एक्टर का ध्यान कभी इधर-

उधर नहीं जा सकता, यह क्या करता, यह क्यों करता... क्योंकि डायरेक्टर का ध्यान हीरो पर है। वो अन्दर ही अन्दर देखता है मेरा डायरेक्टर क्या सोचेगा, ऐसे करुंगा तो! इसलिए साधारणता में कभी समय नहीं गंवाना। खबरदार, होशियार, सावधान रहना।

किसी ने क्वेश्चन पूछा है कि आपको कभी ख्याल नहीं आता है, अगर समझो बाबा की पधरामणि नहीं होती है तो फिर क्या होगा? बाबा खुद मालिक है, साकार में पार्ट प्ले किया फिर अव्यक्त रूप में...। हमको बाबा की जितनी पालना मिली है, उसका रिटर्न देना है, यह मेरा फर्ज कहता है। सोचना मेरा फर्ज नहीं है या इस पर चर्चा करने की ज़रूरत नहीं है। कई हैं जो चर्चा करना अपनी समझदारी समझते हैं। कहेंगे इस पर थोड़ा विचार तो करना चाहिए ना! लेकिन इसकी कोई ज़रूरत नहीं है। सयानेपन से अपनी समझ चलाना नुकसानकारक है।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका



दादी हृदयमोहिनी  
अति. मुख्य प्रशासिका

हुआ जैसे कि ऊपर से तारे आ रहे हैं और जब धरती के नज़दीक पहुंचते हैं तो वो अपने असली दैवी स्वरूप धारण करके इस सृष्टि पर आते हैं, फिर उन देवताओं का आपस में इतना सुन्दर कम्प्यूनिवेशन जैसे कि मुख से शब्द नहीं बोल रहे हैं परन्तु जैसेकि गीत गा रहे हैं, म्यूज़िक बजता और जिस समय चलते तो उन्हीं की चाल जैसेकि रास के तरीके से होती, तो यह हमने सुना है लेकिन आपने तो साक्षात्कार भी सभी बातों का किया है तो हमें आप यह बतायें कि देवताओं की आपस में कम्प्यूनिवेशन किस तरह से होती है? उत्तर: अभी आप सभी अनेक बार अपने स्वर्गिक दुनिया में रहे हैं, राज्य किया है और अभी संगमयुगी रूप में बैठे हैं तो आप भी याद करो अपने देवतायी स्वरूप को। तो सभी अनुभवी होंगे। फिर भी अभी जो ये क्वेश्चन है तो वहाँ क्या है कि खुशी है बहुत। दुःख का नाम-निशान ही नहीं है। तो वह खुशी की झलक जो है ना, वो चलने में, बैठने में, उठने में, मिलने में वह ऑटोमेटिकली होती है। तो जो ऑटोमेटिकली चीज़ होती है वो बहुत सुन्दर लगती है। थोड़ी बनावटी होगी तो वो फर्क हो जाता है ना। तो उनकी डायरेक्ट लाइफ ही खुशी की है, खुशी भी है और सर्वप्राप्ति स्वरूप भी है। तो जहाँ सर्वप्राप्तियाँ हैं उस

## राजकारोबार में दिव्यता नैचुरल रूप में होगी

प्रश्न: दादी, बाबा को शुरुआत में जब साक्षात्कार होने लगे, एक ऐसा भी साक्षात्कार हुआ जैसे कि ऊपर से तारे आ रहे हैं और जब धरती के नज़दीक पहुंचते हैं तो वो अपने असली दैवी स्वरूप धारण करके इस सृष्टि पर आते हैं, फिर उन देवताओं का आपस में इतना सुन्दर कम्प्यूनिवेशन जैसे कि मुख से शब्द नहीं बोल रहे हैं परन्तु जैसेकि गीत गा रहे हैं, म्यूज़िक बजता और जिस समय चलते तो उन्हीं की चाल जैसेकि रास के तरीके से होती, तो यह हमने सुना है लेकिन आपने तो साक्षात्कार भी सभी बातों का किया है तो हमें आप यह बतायें कि देवताओं की आपस में कम्प्यूनिवेशन किस तरह से होती है? उत्तर: अभी आप सभी अनेक बार अपने स्वर्गिक दुनिया में रहे हैं, राज्य किया है और अभी संगमयुगी रूप में बैठे हैं तो आप भी याद करो अपने देवतायी स्वरूप को। तो सभी अनुभवी होंगे। फिर भी अभी जो ये क्वेश्चन है तो वहाँ क्या है कि खुशी है बहुत। दुःख का नाम-निशान ही नहीं है। तो वह खुशी की झलक जो है ना, वो चलने में, बैठने में, उठने में, मिलने में वह ऑटोमेटिकली होती है। तो जो ऑटोमेटिकली चीज़ होती है वो बहुत सुन्दर लगती है। थोड़ी बनावटी होगी तो वो फर्क हो जाता है ना। तो उनकी डायरेक्ट लाइफ ही खुशी की है, खुशी भी है और सर्वप्राप्ति स्वरूप भी है। तो जहाँ सर्वप्राप्तियाँ हैं उस

सर्वप्राप्ति का फीचर्स पर असर है। एक होता है, कोई बात होती है तो खुशी होती है, लेकिन यह जीवन ही खुशी का है, इसी कारण उन्हीं की जो भी चलन है ना, वो न्यारी और प्यारी है। तो आप सोचो वह कौन थे? आप ही थे ना। आपकी ऐसी लाइफ थी और हर पांच हजार वर्ष के बाद आपकी ऐसी लाइफ बननी ही है, अभी भी बनेगी! तो वहाँ जो भी होगा खुशी का रूप होगा, तन्दरुस्ती का रूप और सर्वप्राप्ति सम्पन्नता का रूप होगा।

प्रश्न: दादी, कुछ कारोबार की ज़रूरत ही नहीं होगी? और राज्य चलाने का जो कारोबार होगा... फिर जिस समय वो एक दो को देखते हैं तो उन्हीं की दृष्टि कैसी होती है? एक दूसरे को किस तरह से देखते हैं?

उत्तर: कारोबार है, बच्चे पढ़ने जायेंगे लेकिन वहाँ पढ़ाई क्या होगी! ज्ञान तो यहाँ संगमयुग का ही चलता है, उसका फल है। तो पढ़ने में मेहनत नहीं, जैसे खेल होता है। जैसे आजकल पढ़ते हैं लोग तो बोझ समझते हैं। राज्य कारोबार भी सिम्पल है क्योंकि लड़ाई झगड़ा है नहीं जो सोचे क्या करना चाहिए। सर्वप्राप्तियाँ हैं और लोग जो हैं उनके वायब्रेशन भी शुद्ध हैं तो कुछ सोचने की ज़रूरत नहीं। नैचुरल लाइफ ही ऐसी है। तो एक दो को देख करके वायब्रेशन ऐसा शान्ति का, सुख का, आनंद का, प्रेम का आता है।

प्रश्न: तो वहाँ ज़्यादा साइलेंस का ही कम्प्यूनिवेशन होता है? और बाबा जो कहते हैं एक नैचुरल आत्मिक स्थिति होगी तो वहाँ का अनुभव आत्म स्मृति का कुछ अलग ही होगा? क्योंकि संगमयुग में जो हमें सोचना पड़ता है,

याद रखना पड़ता है, स्मृति में पक्का करना पड़ता है आत्मिक स्मृति को, तो वहाँ पर उन्हीं की किस तरह से आत्मिक स्मृति होगी?

उत्तर: नहीं, साइलेंस का नहीं होता है। जो कार्य है उसी रीति एक्शन होता है, समझो स्कूल में जायेंगे तो वहाँ साइलेंस थोड़ेही चाहिए। जैसा समय होगा वैसी एक्ट होगी, वैसा रूप होगा लेकिन खुशी वहाँ नैचुरल है, खुशी चेहरे में लानी है वो नहीं है, नैचुरल खुशी है। यह सोचना नहीं पड़ता है खुश रहना है, खुश हैं ही।

प्रश्न: फिर संस्कार सबके पवित्र हैं, शुद्ध और श्रेष्ठ संस्कार हैं परन्तु संस्कारों की वैरायटी कुछ नज़र आयेंगी? या सबके संस्कार एक समान नज़र आयेंगे? या कुछ भिन्नता होगी संस्कारों में? मानो कि श्री लक्ष्मी है, श्री नारायण है दोनों के चाल-चलन में क्या फर्क होगा? और यह स्त्री है, यह पुरुष है यह भेद भी नहीं होगा?

उत्तर: राजा और प्रजा में फर्क तो होगा लेकिन प्रजा भी सारी खुश है ना, सर्वप्राप्ति की लहर है इसीलिए खुशी का कोई में अंतर नहीं होगा। दूसरी बात कि जैसे राजा होगा तो राजाई के संस्कार प्रजा में तो नहीं होंगे ना। श्री लक्ष्मी श्री नारायण के चाल-चलन में फर्क नहीं होगा, उनकी खुशी, उनका रूहाब वो दोनों में होगा क्योंकि दोनों ही पुरुषार्थ की प्रालब्ध में हैं इसलिए उन्हीं को पुरुषार्थ करना नहीं पड़ता, नैचुरल है। स्त्री-पुरुष का नॉलेज सब है, क्योंकि दृष्टि वृत्ति में चलेंगे, कारोबार में चलेंगे तो स्त्री और पुरुष, समझो राजा और रानी है, लक्ष्मी-नारायण है तो नारायण तख्त पर बैठेगा, लक्ष्मी थोड़ेही बैठेगी!

# शिव से मिलन ...! -श्र.कु.भूय

शिवरात्रि तो तुम युगों से मनाते आये....। आखिर उससे मिलोगे कब.....? यह आवाज़ उठी मनोहर के अन्तर्मन से, जोकि 20 वर्ष से शिव की सच्चे दिल से आराधना कर रहा था। उसके मन में मिलन की प्यास थी, भक्ति से मन उबने लगा था। स्वयं में संशय उठने लगा था कि कहीं ये भक्ति निष्फल तो नहीं...। उसका चित्त स्वतः ही चिन्तन की गहराई में उतर गया। वह सोचने लगा कि 20 शिवरात्रियों पर मैंने सारी-सारी रात जागकर शिव के दीदार का इंतज़ार किया, उसका सच्चे दिल से आह्वान किया। क्यों कर रहे हैं हम यह सब कुछ? क्या शिव आते हैं....? क्या वे हमें नहीं दिखते, क्या हमारा मन इतना शुद्ध नहीं कि वे हमें मिलें...क्या वो दिन भी कभी आयेगा जब



हम अपने ईष्टदेव शिव को साक्षात् अपने सामने खड़ा देखेंगे...और उनका वरदानी हस्त हमारी ओर होगा?

बड़ा आनन्दित हुआ मनोहर का मन। वह सोचने लगा कि जिसके आह्वान और चिन्तन में ही इतना सुख है, यदि वह सम्मुख आ जायें तो क्या होगा! उसके भाग्य ने साथ दिया। उसे निमन्त्रण मिला उसके ही एक मित्र से। निमन्त्रण था ब्रह्माकुमारियों की ओर से शिवरात्रि के कार्यक्रम में आने का। मनोहर वहां गया और उसे शिव मिलन का सरल मार्ग मिल गया। उसकी भक्ति पूर्ण हो गई। उसने जान लिया...कि शिव तो उसके परमप्रीय परमपिता हैं। वह शंकर नहीं, सूक्ष्म अति सूक्ष्म ज्योति स्वरूप हैं, शिवलिंग उन्हीं की साकार प्रतिमा है। वह सच्चा पिता है। भला यह कैसे हो सकता है कि एक पिता अपने बच्चों से कभी मिले ही नहीं।

**कब आते हैं शिव भोलेनाथ बाबा**  
शिवरात्रि शिव के अवतरण की यादगार है। शिव पूर्व कल्प में आये थे। वे अज्ञान अंधकार के समय आये थे, वे विकारों की काली रात्रि में आये थे...उन्होंने अज्ञान की नींद में सोये मनुष्यों को जगाकर उन्हें नव प्रकाश, नवजीवन प्रदान किया था। वे पुनः आयेंगे...क्या सचमुच आयेंगे...क्या भक्त उन्हें पहचानेंगे या वे भक्ति करना ही अपना कर्तव्य मानते हैं?

शिव आते हैं कलियुग के अन्त में, जब भक्त उन्हें ढूँढ़-ढूँढ़ कर थक जाते हैं, जब रूहों की करुण पुकार उसे आने के लिए बाध्य कर देती है, जब सभी आत्माओं के वापस जाने का समय आ जाता है। और वही समय आ गया है। इस सदी के अन्त

के साथ-साथ कल्प के भी अन्त का समय समीप आ रहा है। शिव अपने प्यारे बच्चों से मिल रहे हैं, अनेक वर्षों से मिल रहे हैं। सब भक्तों को भक्ति का फल दे रहे हैं। हम उनके सभी भक्तों का आह्वान करते हैं कि आओ...जल्दी-जल्दी आओ...जिनका तुमने जन्म-जन्म आह्वान किया, वह अब तुम्हारा आह्वान कर रहा है। उससे अपना अधिकार ले लो।

## कौन हैं शिव

शिव वह जटाधारी, सर्पधारी, चन्द्रधारी व गंगाधारी शंकर नहीं बल्कि उनके भी रचयिता ज्योतिर्बिन्दु निराकार हैं। 'शिव' का एक शाब्दिक अर्थ 'बिन्दु' भी है। बिन्दु अर्थात् अति सूक्ष्म...। जो अति सूक्ष्म है, वही सर्वशक्तिवान भी है। उसी में सम्पूर्ण

उन्हें शिव-शक्तियाँ बना देते हैं, वे उनके द्वारा विश्व परिवर्तन का महान कार्य कराते हैं।

वे आत्माओं के परमपिता हैं और प्यार के सागर हैं। वे आकर अपने बच्चों को निर्मल प्यार देते हैं। इस प्यार में मग्न होकर आत्माएं योग-युक्त हो जाती हैं और इसी प्यार के वश वे विषय-विकारों, व्यसनो का त्याग कर स्वयं को शिव पर बलिहार कर देती हैं। शिव स्वयं सद्गुरु बनकर सबको कल्याण का मार्ग बताते हैं। दुःखी आत्माओं को ज्ञान शक्ति देकर सुखी बनाते हैं। उनका मिलन ही अति आनन्दकारी है। उनके कर्मों को दिव्य केवल इसलिए नहीं कहा जाता कि ये कार्य उनके सिवाय अन्य कोई नहीं कर सकता बल्कि कर्म करते भी वे कर्म के बन्धन में नहीं आते। अर्थात् वे प्रकृति को अधीन रखते हैं। जबकि मनुष्यात्माएं इस देह रूपी प्रकृति के अधीन हो जाती हैं और कर्म के भी वश हो जाती हैं।

## सच्ची शिवरात्रि चल रही है

हम शिवरात्रि के स्थान पर सदा ही शिव जयन्ती शब्द का प्रयोग करते हैं। शिव आये थे, व पुनः आये हैं और वही दिव्य कर्म पुनः कर रहे हैं। 77 वर्ष पूर्ण हो गए, शिव को इस धरा पर ज्ञान गंगा बहाते, अनेक आत्माओं के पाप मिटाते। उन्होंने एक

**'शिव' का एक शाब्दिक अर्थ 'बिन्दु' भी है। बिन्दु अर्थात् अति सूक्ष्म...। जो अति सूक्ष्म है, वही सर्वशक्तिवान भी है। उसी में सम्पूर्ण ज्ञान भी समाया हुआ है। वे इस विश्व का कल्याण करते हैं। वे स्वयं इस धरा पर प्रजापिता ब्रह्मा के माध्यम से कर्म करते हैं...वे अकर्ता नहीं, परन्तु उनके कर्म दिव्य हैं। यदि वे कुछ भी न करते तो उनका अस्तित्व ही क्या होता, उनका महत्व ही क्या होता, उन्हें कोई क्यों पुकारता, उनकी महिमा ही क्यों होती? किसी की भी महिमा उसके कर्तव्य के आधार पर ही होती है।**

ज्ञान भी समाया हुआ है। वे इस विश्व का कल्याण करते हैं। वे स्वयं इस धरा पर प्रजापिता ब्रह्मा के माध्यम से कर्म करते हैं...वे अकर्ता नहीं, परन्तु उनके कर्म दिव्य हैं। यदि वे कुछ भी न करते तो उनका अस्तित्व ही क्या होता, उनका महत्व ही क्या होता, उन्हें कोई क्यों पुकारता, उनकी महिमा ही क्यों होती? किसी की भी महिमा उसके कर्तव्य के आधार पर ही होती है।

## क्या हैं उनके दिव्य कर्तव्य

कर्तव्य तो मनुष्य भी करते हैं, महान पुरुष भी करते हैं और देवता भी करते हैं, परन्तु भगवान जो दिव्य कर्तव्य करते हैं, ऐसा अन्य कोई नहीं कर सकता।

उनके दिव्य कर्तव्य, न केवल स्थापना, पालना और विनाश हैं बल्कि वे आकर सभी को सम्पूर्ण ज्ञान देते हैं, मन का अंधकार हरते हैं। विकारों और पाप कर्मों पर विजय पाने के लिए राजयोग सिखाते हैं और आकर सभी को सम्पूर्ण पावन बनाकर वापस मुक्तिधाम ले जाते हैं।

इतना ही नहीं शिव भोलानाथ बाबा यहां आकर शक्तियों को साथ लेकर इस धरा पर स्वर्ग की स्थापना कर देते हैं। मनुष्यात्माओं को अपनी शक्तियाँ देकर वे

शक्तिशाली अलौकिक सेना (शिव-शक्तियाँ) तैयार कर दी है जो आने वाले थोड़े ही वर्षों में इस सृष्टि का काया कल्प कर देगी।

अब तक तो मन्दिरों में 'शिवरात्रि' मनाई गई। अब स्वयं इस कलियुग की रात्रि में, शिव यहां उपस्थित हैं और इस सारे विश्व को मन्दिर बनाने का कार्य कर रहे हैं। जो भक्त अपनी भक्ति का फल चाहते हैं, जो भक्त ईश्वरीय मिलन का सुख चाहते हैं, वे आयें और शिवरात्रि पर शिव से मिलन मनाएं। यही इस शिवरात्रि की सच्ची बधाई होगी।

## आह्वान

प्रसन्न हुआ है शिव भोलानाथ बाबा। भक्त शिव को प्रसन्न करने के लिए सच्चे मन से भक्ति करते आये...अब भगवान शिव भोलानाथ भक्तों की पुकार सुनकर प्रसन्न हुआ है और प्रसन्न होकर वरदान दे रहे हैं। अनेक रूहें उनसे वरदान प्राप्त कर धन्य-धन्य हो चुकी हैं। आपको भी यदि वरदान लेना हो तो शिव स्वयं अति प्यार से आपको बुला रहे हैं...मेरे मीठे लाडले बच्चों! जल्दी-जल्दी मेरे पास आ जाओ।



**दिल्ली-नांगलोई।** "व्यापार बढ़े कैसे-तनाव घटे कैसे" कार्यक्रम में दीप प्रज्वलन करते हुए पूर्व निगम पार्षद नरेन्द्र बिन्दल, उद्योगपति नरेश ऐरण, ब.कु. पीयूष, ब.कु. अंजली, ब.कु. आदेश, ब.कु. शोभा एवं ब.कु. सुरेन्द्र।



**फैजपुर-महा.**। पुण्यतिथि महोत्सव के अन्तर्गत परमात्मा का संदेश देते हुए ब.कु. शकुंतला।



**मऊ-उ.प्र.**। आध्यात्मिक प्रदर्शनी एवं प्रवचन के कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए सांसद दारा सिंह चौहान, डॉ. कंचन राय तथा ब.कु. विमला।



**दर्यापुर-अमरावती।** "विचलित मन पर कंट्रोल करने से शारीर स्वस्थ और जीवन तनाव मुक्त" कार्यक्रम के पश्चात् ब.कु. ज्ञानेश्वर, ग्लोबल हॉस्पिटल माउण्ट आबू, बस डिपो मैनेजर रघुवीर गंगाधर, वरिष्ठ पत्रकार लक्ष्मण जाधव, वरिष्ठ चालक उमेश कराड एवं ब.कु. गजानन्द राव कराड समूह चित्र में।



**अकलेरा-राज.**। विधायक कुँवर लाल मीणा को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु. सोनिया तथा ब.कु. सुशीला।



**चमराजनगर-कर्नाटक।** भारत स्वाभिमान ट्रस्ट द्वारा आयोजित योगदीक्षा कार्यक्रम में योग गुरु रामदेव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. रमा।



**दिल्ली-बवाना।** पूर्व डी.सी.पी. समाजसेवी किरण बेदी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.चन्द्रिका, ब्र.कु.जिगीषा तथा अन्य।



**फर्रुखाबाद-उ.प्र।** शिवपाल सिंह यादव, पी.डबल्यू.डी तथा सहकारिता कैबिनेट मंत्री को ईश्वरीय सौगात देते हुए एवं मीडिया पेपर की सेवाओं से अवगत कराते हुए ब्र.कु.मंजु। साथ हैं पूर्व सांसद छोरे सिंह यादव, ब्र.कु. सुरेश गोयल तथा अन्य।



**जोधपुर-राज।** 'इजी लाइफ-बिजी पीपल' कार्यक्रम में संबोधित करते हुए ब्र.कु. शील। साथ हैं हृदय रोग विशेषज्ञ एवं प्रोफेसर डॉ. मोहित गुप्ता, डॉ. नरेन्द्र हेगानी, डॉ. मालू तथा डॉ. सुशीला।



**इंदौर-कालानी नगर।** शासकीय अहिल्या आश्रम की कन्याओं को आध्यात्मिक मूल्यों के बारे में बताने के बाद प्राचार्य द्वारा सम्मान प्राप्त करते हुए ब्र.कु.सुजाता तथा अन्य।



**मिश्रिख तीर्थ-उ.प्र।** डॉ. अधीक्षक धीरेन्द्र सिंह को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. सरस्वती।



**उज्जैन-म.प्र।** 'मेरा भारत स्वस्थ भारत' अभियान के तहत जागृति रैली का शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. मंजु, ब्र.कु. श्रीवास्तव, ब्र.कु. मलखान सिंह, ब्र.कु. बी.एल. मिस्री, ब्र.कु. योगेन्द्र, ब्र.कु. सोपानराव तथा अन्य।

## सदा स्वस्थ जीवन



-ब्र.कु.ललित शान्तिवन

### स्वर्णिम आहार से

**सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर** मैं (अनीता नारायण राव देशमुख, उम्र 40, नाते-पुते, महा.) दस-बारह वर्षों से कई प्रकार की बीमारियों से ग्रस्त थी जैसे- माइग्रेन, ज्यादा वजन, पित्त, एसीडिटी, गॉल ब्लैडर स्टोन, एडियों में जलन तथा घुटनों में दर्द। इन सभी के उपचार के लिए मैंने एलोपैथी ट्रीटमेंट ली, गोलियां, इंजेक्शन्स लेती थी तथा एडियों की जलन व घुटनों के दर्द के लिए सेक व पट्टी बांधती थी। ये सबकुछ करने के बावजूद भी मेरी ये बीमारियां ठीक होने का नाम ही नहीं लेती थीं बल्कि इसके हानिकारक प्रभाव से अन्य कई परेशानियां झेलनी पड़ती थीं।

जबसे मैंने ललित भाई द्वारा बताये हुए इस स्वर्णिम आहार पद्धति के बारे में जाना और उसे अपने जीवन में अपनाया, तो बहुत ही कम समय में मेरी बीमारियों की स्थिति

में फर्क आना शुरू हो गया और अब लगभग ये पूरी तरह से ठीक हो गया है। बीमारियों के साथ-साथ दवाईयां-इंजेक्शन भी लेना बंद हो गया। अब मुझे बहुत ही अच्छा महसूस होता है और खुशी की अनुभूति होती है। मेरे साथ-साथ मेरे परिवार के 6 सदस्यों ने भी इस स्वर्णिम आहार पद्धति को अपने जीवन में धारण किया है जिससे उन्हें भी कई प्रकार की बीमारियों व परेशानियों से राहत मिली है। हमारे गांव के भी कुछ लोगों ने इस पद्धति को अपनाया हुआ है।

सौ बीघा जमीन में खेती होने के कारण हमारे यहां सब्जियां व फल अच्छे और भरपूर मात्रा में मिल जाते हैं जिससे हमें इसके लिए सोचना नहीं पड़ता। अब मेरा रसोई खर्च बहुत कम हो गया है, किचन में जाना बहुत कम हो गया है। ज्ञान-योग के लिए ज्यादा समय मिल जाता है। अब मुझे रात को अच्छी नींद आती है। पहले दोपहर और अमृतवेले योग के बाद नींद बहुत आती थी, वो अब नहीं आती। स्टोन के कारण सारा दिन पानी

## वर्तमान में जीने से खुशी रहेगी कायम

**प्रश्न:** अभी तक हमने ये जाना कि खुशी तो मेरी अपनी ही क्रियेशन है। अगर ये मेरी अपनी ही क्रियेशन है तो हम खुशी के लिए 'जरूरत से ज्यादा कार्य' क्यों करते हैं? डूंग और वीडिंग ये दोनों दो अलग चीजें हैं। वीडिंग का अर्थ है 'मैं कौन हूँ' व वीडिंग 'इनसाइड' और डूंग का अर्थ है कि हम बाहर में क्या कर रहे हैं। एक है वीडिंग हैप्पी और एक है खुशी के लिए कुछ करना। एक है मैं हूँ खुश और दूसरा है मैं ये...ये...ये... कर रही हूँ ताकि मुझे खुशी मिले, तो कहीं-न-कहीं मुझे अंदर वो अनुभव नहीं हो रहा था इसलिए मैंने उसको बाहर ढूंढना शुरू किया।

**उत्तर:** सबसे पहले हमने जो बिलीफ सिस्टम लिया उसमें खुशी को हम सारा दिन भविष्य में ढूंढते थे। अगर हम अपनी भाषा को भी देखें तो हम यही कहते हैं कि ये होगा तो मैं खुश हो जाऊंगी। आज हम अपने विद्यार्थी जीवन को भी पीछे मुड़कर देखते हैं तो यही कहते हैं कि 'स्टूडेंट लाइफ इज द बेस्ट लाइफ'। जब हम स्टूडेंट लाइफ में होते हैं तो यही कहते हैं कि जब हमारी स्कूली पढ़ाई खत्म हो जायेगी, जब मैं कॉलेज में जाऊंगी या जब मुझे जॉब मिल जायेगी तब मैं खुश होऊंगी। जैसे ही मैंने ये कहा कि जब ये होगा तब मैं खुश होऊंगी तो इसका मतलब है कि मैं अभी खुश नहीं हूँ। अब तो हमारी पढ़ाई भी समाप्त हो गयी, फिर हम प्रोफेशन में आ गये, फिर हमने सोचा, वेन आई गेट अ पार्टनर, वेन आई गेट इन्टू अ रिलेशनशिप, देन आई विल बी हैप्पी। फिर वो रिश्ता हुआ तो हमने कहा की जब हमारी फैमिली हो जायेगी तब मैं खुश हो जाऊंगी तो इसका मतलब है कि हर बार हमारी खुशी स्थगित होती गयी। अब खुशी कब मिलेगी?

**प्रश्न:** मैंने सोचा कि एक स्टेज आयेगी तब मुझे खुशी मिलेगी। जब यह नहीं हो रहा होता है तो लगता है कि आगे और

कुछ नहीं हो सकता है तब हम पीछे देखना शुरू करते हैं।

**उत्तर:** तब हम कहते हैं कि वो वाले जो दिन थे ना, बहुत अच्छे थे। मैं प्रेजेंट में हूँ और मैं खुशी को जो होने वाला है या फिर जो हो गया उसमें ढूंढती हूँ। अगर मैं यहां खड़े होकर कह रही हूँ कि जो हो गया वह बहुत अच्छा, दैट वाज़ वेन आई वाज़ हैप्पी, क्योंकि उस समय मैं इस थॉट के साथ बैठी हूँ कि जब ये होगा, तब मैं खुश हो जाऊंगी। प्रेजेंट में रहकर हम हर मोमेंट में या तो बीते हुए पल के बारे में सोच रहे होते हैं या फिर आने वाले पल के बारे में। जब हम इसे कई बार सुनते हैं तो लगता है कि 'मैं ऐसा नहीं सोचती हूँ लेकिन मैं इसे पसंद करती हूँ'।

यदि एक दिन आप अपने थॉट्स को चेक करें तो आप पायेंगे कि वो या तो बीती हुई बात से संबंधित होती है या फिर आने वाले समय से संबंधित होती है। फिर हम खुशी के लिए उस पर निर्भर हो जाते हैं कि कुछ नया होगा तब मुझे खुशी मिलेगी, तो इस तरह से हर बार हमारी खुशी स्थगित होती रहती है। इस प्रक्रिया में मेरा एक-एक पल बीतता गया ये कहते हुए कि अगले पल वो खुशी आने वाली है, जब कुछ ऐसा होगा तब मुझे खुशी मिलेगी। आपने देखा होगा कि हमारी खुशी प्राप्ति पर, हम जो काम करते हैं उस पर, लोगों के व्यवहार पर, हमारे शारीरिक साधनों पर निर्भर थी, अगर हम एक सेकण्ड इस बात पर सोचें कि अगर हमारी कोई चीज़ किसी पर निर्भर है तो मुझे कैसा अनुभव होगा? जब हमारी किसी चीज़ पर निर्भरता है तो हम खुश कैसे रह सकते हैं! जिसको ये समझ में आ गया उसको ये



पीती थी, अब ज्यादा पानी पीने की आवश्यकता नहीं रहती। मुझे घर का काम करने में ज़रा भी कमजोरी महसूस नहीं होती। स्फूर्ति बढ़ गई है। अब मेरा स्वास्थ्य देखते ही लोग खुश हो जाते हैं और वे भी इस पद्धति को अपनाने के लिए अग्रसर होते हैं। मेरे मन से ललित भाई के लिए बहुत दुआयें निकलती हैं क्योंकि उन्हीं की बताई इस पद्धति के अनुसार मेरा व मेरे साथ-साथ कई लोगों का जीवन परिवर्तन हो गया है।

M - 07791846188  
healthywealthyhappyclub@gmail.com  
संपर्क करें केवल 1pm से 3pm के बीच में

भी समझ में आ जायेगा कि जब तक निर्भरता है तब तक आप खुश नहीं हो सकते हैं।

**प्रश्न:** भय और खुशी का अंत भी तो है?

**उत्तर:** भय और खुशी दोनों एक साथ नहीं रह सकते हैं। यदि हम डर में हैं तो खुश नहीं हो सकते हैं। आज हमारी खुशी बहुत सारी चीजों पर, लोगों पर निर्भर हो गयी है जिसके कारण हम डर में रहते हैं। मान लीजिए की हमारी खुशी आप पर निर्भर है तो मैं हमेशा डर में रहूंगी कि ये ठीक है, ये मेरे से नाराज़ तो नहीं हुए, ये खुश हैं ना, ये संतुष्ट हैं ना, मैं इनको खुश रखने के लिए क्या करूँ, तो यह फियर है, असुरक्षा है। जहां निर्भरता होगी वहां असुरक्षा की भावना तो होगी ही। अगर मेरी खुशी साधनों पर निर्भर है तो हम सारा दिन इसके बारे में ही सोचते रहेंगे तो हमारा फोकस किस पर होगा?

**प्रश्न:** मेरा बॉस मुझसे खुश रहे।

**उत्तर:** यह तो भय है। जहां भय होगा वहां स्थिरता नहीं होगी। क्योंकि जैसे ही भय क्रियेट होता है तो आप चेक करें कि हमारे अंदर किस प्रकार के थॉट्स चल रहे हैं? आप पायेंगे कि वे हमेशा नेगेटिव ही होते हैं। इतना सब कुछ करते हुए, इतनी मेहनत करते हुए हम खुश नहीं हैं तो इसका सिर्फ एक ही कारण है 'निर्भरता'। इसे हमने अपने जीवन से जोड़ लिया है। जैसे-जैसे आप अपनी एक-एक चीज़ से निर्भरता हटाते जायेंगे तो आप पायेंगे कि हमारी खुशी इन सब चीजों पर निर्भर नहीं थी। हमने अपने-आपको सारा दिन परिस्थितियों पर, लोगों पर, वस्तुओं पर, न मालूम किन-किन चीजों पर निर्भर करके रखा है। जब हम इतनी चीजों पर निर्भर होंगे तो खुशी.....? तो फिर हमारा जीवन डर में बीतता है। अगर मेरी खुशी शारीरिक स्वास्थ्य पर निर्भर है तो हमेशा कौन-सा भय बना रहेगा?

# सहिष्णुता

सहिष्णुता का अर्थ है—सहन करना। इसका दूसरा अर्थ है—शक्ति। दोनों अर्थों के योग से ही सहिष्णुता मनुष्य के लिए उपयोगी बनती है। शक्ति-शून्य सहिष्णुता परवशता हो सकती है, अपनी स्वतन्त्र चेतना की स्फूर्ति नहीं। जहां शक्ति के साथ सहिष्णुता होती है, वहां मानवीय स्पर्श होता है। उसमें न अहंभाव होता है और न हीनभाव विषमता है। इससे मानवीय अन्तःकरण का स्पर्श नहीं होता। स्पर्श समता में है। प्रकृति का वैषम्य मानवीय सम्बन्धों को विच्छिन्न करता है। एक का दूसरे के साथ सम्बन्ध तभी हो सकता है, जबकि दोनों ओर से साम्य हो, न हीनभाव हो और न अहंभाव हो। अध्यात्मयोग और क्या है? यह साम्य ही तो अध्यात्मयोग है। आचार्य ने आत्मा, मन, मरुत् और तत्व के समतापूर्ण सम्बन्ध को ही अध्यात्मयोग माना है— 'आत्ममनो मरुत् तत्त्वसमतायोग-लक्षणोऽध्यात्मयोगः'।

## सहिष्णुता अपेक्षित क्यों है?

जितने मनुष्य हैं, वे रुचि, विचार, संस्कार व कार्य की दृष्टि से सम नहीं हैं। वे बाह्य आकार से एक-सम न हों तो कोई कठिनाई नहीं। पर रुचि आदि सम नहीं हो तो उसमें कठिनाई पैदा होती है। उस कठिनाई का निवारण सहिष्णुता के द्वारा ही किया जा सकता है। असहिष्णुता आते ही स्थिति गड़बड़ हो जाती है। एक बार हाथ, जीभ, दांत, पैर आदि एकत्रित हुए। सबने निर्णय किया कि हम सब काम करते हैं पर पेट कुछ नहीं करता। जो हमारे साथ श्रम न करे, योग न दे, उसका हमें सहयोग नहीं करना चाहिए। सबने हड़ताल कर दी। एक दिन बीता, दो दिन बीते। हाथों में झिनझिनी आ गई, जीभ का स्वाद बिगड़ गया, मुंह थूक से भर गया, दांतों में मैल जम गया, बदबू आने लगी। तीसरे दिन सब मिले और हड़ताल समाप्त कर दी।

हर व्यक्ति में रुचि का भेद होता है। शिविर में चालीस-पचास व्यक्ति हैं। प्रत्येक व्यक्ति की रुचि यदि भिन्न हो तो उसके अनुसार पचास प्रकार के साग चाहिए। ऐसा सम्भव नहीं। इस असंभवता को मिटाने के लिए रुचि का सामंजस्य आवश्यक होता है। यह रुचि का सामंजस्य ही सहिष्णुता है। इसके अभाव में योग नहीं, वियोग की स्थिति हो जाती है।

संघीय शक्ति के निर्माण व सुरक्षा के लिए सहिष्णुता अत्यन्त अपेक्षित है। जो प्रमुख हो उसके लिए और अधिक। श्रीकृष्ण गणतंत्र के प्रमुख थे। अक्रूर और भोजवंशी नरेश विरोधी दल के नेता थे। वे भी कृष्ण पर तीव्र प्रहार करते थे। एक दिन कृष्ण उनकी आलोचना से खिन्न हो गए थे। इतने में नारदजी आ गए। पूछा— 'उदास क्यों हैं?' कृष्ण ने उत्तर दिया— 'इनसे मैं तंग आ गया हूँ। कोई मार्ग बताइये, अब क्या करूँ?' नारद ने कहा— 'दो आपदाएं होती हैं—बाह्य और आंतरिक। आपके सामने आंतरिक आपदा है। बाह्य आपदा को युक्ति-शस्त्र दूर कर सकता है। आंतरिक आपदा में शस्त्र काम

नहीं आता। 'तो फिर क्या किया जाए?' तब नारद ने अनायास शस्त्र से उनकी जीभ बन्द करने की सलाह दी—

'अनायासेन शस्त्रेण, मृदुना हृदयच्छिदा। जिह्वामुद्धर सर्वेषां, परिमृज्यानुमृज्य च। शस्त्र एक ही प्रकार का नहीं होता। बादशाह ने बीरबल से पूछा— 'शस्त्र क्या है?' बीरबल ने उत्तर दिया— 'अवसर'। बादशाह ने कहा— 'क्या कह रहे हो? तलवार, भाला, तोप— ये तो शस्त्र हो सकते हैं पर अवसर कैसे?' बीरबल ने कहा— 'कभी प्रमाणित करूंगा।' एक दिन बादशाह की सवारी निकल रही थी। हाथी उन्मत्त हो दौड़ने लगा। बीरबल ने आगे बढ़ चारों तरफ देखा, एक कुत्ते के सिवाय कुछ नहीं था। तत्काल उसने कुत्ते की टांग पकड़कर घुमाया और हाथी पर दे मारा। हाथी वापस मुड़ गया। कुत्ता क्या

लोग चाहते हैं समाज सुखी हो, सर्वत्र शान्ति हो। सुख-शांति क्यों नहीं है? इस प्रश्न पर विचार करते समय सीधा ध्यान अर्थ-तंत्र और राज-तंत्र की अव्यवस्था पर जाता है। यह सत्य है कि बाह्य व्यवस्था का असर होता है, पर व्यक्ति के अपने स्वभाव का असर होता है, उस ओर ध्यान नहीं जाता। यह बाह्य के प्रति जागरूकता और अध्यात्म के साथ आंखमिचौली है। लोग सोचते हैं, अध्यात्म से क्या? उससे न रोटी मिलती है, न कपड़ा और न मकान। रोटी, कपड़ा और मकान जिसके लिए है, वह मनुष्य है और उसका निर्माण अध्यात्म से होता है। जिसके लिए वस्तुएं हैं, उसका यदि निर्माण न हो तो रोटी, कपड़े और मकान का क्या होगा? पदार्थ का अपने आप में मूल्य नहीं है, मूल्य है व्यक्ति का।

शस्त्र है? पर अवसर था, कुत्ता शस्त्र बन गया। शस्त्र भी कभी-कभी शस्त्र बन जाते हैं। शास्त्र और शस्त्र में केवल एक मात्रा का भेद है।

शब्दों की चर्चा और शास्त्रों के प्रमाण से मनुष्य जितना पथमूढ़ बनता है, उतना शस्त्र से भी नहीं बनता। कभी-कभी प्रयोग में शास्त्र भी शस्त्र जैसा बन जाता है।

कृष्ण ने पूछा— 'अनायास शस्त्र क्या है?' इस पर नारद ने कहा—

'शक्यान्दानं सततं, तितिक्षार्जवमार्दवं। यथार्हप्रतिपूजा च, शस्त्रमेतदनायसम् ॥ 'विरोधियों को जितना दे सकें, अन्न दें। तितिक्षा रखें— उनके शब्द सुन तत्काल आवेश में न आएं। ऋजुता का व्यवहार करें। मृदुता रखें। बड़ों का सम्मान करें। यह अनायास शस्त्र है, बिना लोहे का शस्त्र है।

नारद ने कहा— 'इस शस्त्र से आप उनको वश में कर सकते हैं।'

कृष्ण— 'क्या मैं कमजोर हूँ? क्या मुझमें शक्ति नहीं है, जो उनकी बातों को सहन

करूँ?'

गाली देने वाला प्रतिक्रिया में गाली इसलिए देता है, 'कि क्या मैं कमजोर हूँ?' तत्काल अहंभाव उभर आता है। व्यक्ति प्रतिक्रिया में लग जाता है। नारद ने कहा— जो महान् होता है वही सहन कर सकता है।

धुरा आपको चलाना है। जो महान् नहीं, वही सहन नहीं कर सकता। जो आत्मवान नहीं, वह सहन नहीं कर सकता। जो सहाय-सम्पन्न नहीं, वह सहन नहीं कर सकता। क्या आप महान् आत्मवान और सहाय-सम्पन्न नहीं हैं? कमजोर व्यक्ति कभी सहिष्णु नहीं बन सकता। सहिष्णु वही बन सकता है, जो शक्तिशाली होता है। यहां पीछे पर्दा है। पर्दे का होना और धूप का न आना— दोनों जुड़े हुए हैं। वैसे ही शक्ति का होना और क्रोध का न होना, दोनों जुड़े हुए हैं।

मानसिक शान्ति के लिए सहिष्णुता आवश्यक है। यह प्रमोद-भावना का बड़ा अंग है। गुणी के गुणों को देख मन में प्रसन्न होना, ईर्ष्या न करना प्रमोद भावना है। जहां सहिष्णुता होगी वहां प्रमोद-भावना का विकास होगा। एक करोड़पति परिवार था, सब तरफ से सम्पन्न। उनमें एक व्यक्ति प्रमुख रूप से काम देखता था, शेष उसके सहयोगी थे। उनके दिल में एक विचार आया। यह तो केवल आज्ञा चलाता है। व्यापार हम करते हैं, पूछ इसकी होती है। असहिष्णुता का भाव आया और सब अलग-अलग हो गए। परिणाम यह हुआ कि जो प्रमुख था, वह कुशल था, इसलिए उसने कुशलता से अपना काम जमा लिया। शेष कठिनाई में पड़ गए।

दूसरों को नीचा दिखाने का भाव भी असहिष्णुता से आता है। एक सेठ के घर दो पंडित आए। एक पंडित कार्यवश इधर-उधर गया। सेठ ने दूसरे से पहले का परिचय पूछा। उसने कहा— 'मेरा अधिक सम्पर्क नहीं है, अभी मिले थे। लगता है यह तो बना-बनाया बैल है।' पहला पंडित आया तो दूसरा किसी कार्यवश बाहर गया। उससे दूसरे पंडित का परिचय पूछा गया तो उत्तर मिला— 'यह तो पंडित क्या है, गधा है।' सेठ ने भोजन के समय एक के सामने चारा और एक के सामने भूसा रख दिया। पंडितों ने अपना अपमान समझा। सेठ ने कहा— 'मुझे तो यही परिचय मिला था।' दोनों पंडितों के सिर झुक गए। किसी भी क्षेत्र में चले जाइए। एक कलाकार दूसरे कलाकार की, एक साहित्यकार दूसरे साहित्यकार की, एक धार्मिक दूसरे धार्मिक की प्रगति को सहन न करे, उसकी प्रशंसा न करे तो क्या कला, साहित्य और धर्म का उत्कर्ष हो सकता है? मनुष्य के मन को शान्त-संतुलित बनाने की प्रक्रिया न होगी तो वह प्राण-शून्य होगा। सारी अच्छाइयों और सारी बुराइयों का उत्कर्ष मन से है। मन की क्षमता को बढ़ाने के लिए सहिष्णुता का विकास आवश्यक है। मन की शक्ति का विकास सहिष्णुता का विकास है। मन की शान्ति का हास सहिष्णुता का हास है।



**इंदौर-ज्ञानशिखर।** राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा अभियान के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम "आध्यात्मिकता द्वारा सुरक्षा" में अपने विचार व्यक्त करते हुए विक्रम सिंह रघुवंशी, डी.एस.पी.ट्रैफिक पुलिस। साथ हैं ब.कु.अनीता, ब.कु.उषा एवं ब.कु.सोनाली।



**कोलकता।** "वर्ल्ड कॉंग्रेस ऑन ब्रूमैनिटी, पावर एण्ड स्पीरिचुएलिटी" के आयोजन के पश्चात् राज्यसभा एम.पी. मणिशंकर अय्यर, ब.कु.ई.वी.स्वामीनाथन एवं ब.कु.कानन।



**पलवल - हरियाणा।** ग्रामीण महिला सशक्तिकरण अभियान पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान ब.कु.राजेन्द्र, ब.कु.पूजा, ब.कु.स्वाति, ब.कु.पूनम तथा अन्य।



**पिच्छोड़-म.प्र.।** मकर संक्रान्ति के पावन पर्व पर कमलेश्वर महादेव मंदिर में ज्ञान-योग पथ-प्रदर्शनी का अवलोकन करने के पश्चात् विधायक के.पी.सिंह को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु.रजनी।



**पुणे।** ज्ञान चर्चा के बाद विजय कोल्टे को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु.नीलिमा। साथ हैं ब.कु.दिलीप, ब.कु.विट्टल तथा अन्य।



**पुणे-कर्वेनगर।** नगरसेवक श्याम देशपाण्डे का फूलों से स्वागत करते हुए ब.कु.नीरू। साथ हैं आर.टी.ओ. ऑफिसर एम.ए. राणे और जनता बैंक मैनेजर आर.वी.वर्तक।



**सिवान-बिहार**। पिताश्री ब्रह्मा के स्मृति दिवस पर पुष्प समर्पित करने के पश्चात् प्रो. डॉक्टर अशोक सिंह, ब्र.कु.सुधा तथा अन्य।



**चरौदा**। अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट टूर्नामेंट के अवसर पर बाँडी बिल्डिंग साउथ एशिया के विनय पाण्डेय को सम्मानित करते हुए ब्र.कु.शिवानी व ब्र.कु.रवि बहन। साथ हैं प्रताप सिंह ठाकुर।



**दिल्ली-राजहरा (छ.ग.)**। बालोद विधायक भैया लाल सिन्हा को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.पूणिमा। साथ हैं राजहरा विधायक बहन अनिला भेंड़िया और गुण्डरदेही विधायक राजेन्द्र कुमार राय।



**झज्जर-हरियाणा**। राष्ट्रीय एकता शिविर के सांस्कृतिक कार्यक्रम में बच्चों को सम्मानित करते हुए ब्र.कु.भावना, कोऑर्डिनेटर पूनम वर्मा तथा अन्य।



**राजकोट-गांधीग्राम**। जेड एण्ड ब्लू के कर्मचारियों को स्किल मैनेजमेंट का कोर्स करवाने के बाद ग्रुप फोटो में ब्र.कु.इशिता, ब्र.कु.नैना तथा अन्य।



**राजगढ़-म.प्र.**। ईश्वर अनुभूति शिविर में आनन्द महोत्सव का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए भा.ज.पा. जिलाध्यक्ष रघुनन्दन शर्मा, एस.डी.ओ. पी.डबल्यू.डी, ब्र.कु.मधु, ब्र.कु.लक्ष्मी एवं ब्र.कु.विजयलक्ष्मी।



अद्भुत अनुभव

इतनी आकर्षक थी

वो तस्वीर

श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के शुभ अवसर पर मैं मुख्य अतिथि के रूप में बेलगाम के गोकाक सेन्टर पर पहुँचा। वहाँ जब मैंने दादी प्रकाशमणि जी की तस्वीर देखी तो देखते ही मैंने उन्हें नमस्कार किया। मैं उन्हें जानता नहीं था पर ऐसा लगा कि वो उदारता एवं दयालुता से परिपूर्ण परोपकारी प्रशासिका हैं। वह पवित्र ऊर्जा से भरी हुई निर्माणचित्त आत्मा थीं। उनका जीवन हर एक आत्मा के लिए महान आदर्श है। उस तस्वीर ने मुझे बहुत आकर्षित किया पर उस समय मैं यह नहीं जानता था कि वो कौन हैं? मुझे लगता है कि वो दादी जी का प्रकाशमान चेहरा ही मेरे यहाँ आने का कारण बना। महान आत्माएं सदैव दैवी ऊर्जा प्रवाहित करती रहती हैं। मैं समझता हूँ आज भी वह महान आत्मा हमें आगे बढ़ाने का अपना कार्य कर रही है। मुझे उनके चेहरे पर सत्यता दिखाई दी। कुछ समय के बाद मुझे पता चला कि वो प्रजापिता ब्रह्माकुमारी संस्था की प्रशासिका हैं।

**उस पल ने मुझे अन्दर तक छू लिया बाबा मिलन का मेरा अनुभव बहुत ही आनंददायक रहा। ऐसा वातावरण और इतना भव्य समारोह मैंने अपने जीवन में कभी नहीं देखा था। वो पल बहुत ही सुन्दर था जब मैंने उस अदृश्य शक्ति का अनुभव किया। मेरी मन और बुद्धि एकाग्र हो गयी थी। सम्पूर्ण वातावरण दिव्य शक्ति से भरा हुआ था जहाँ नकारात्मक**

**ऊर्जा के लिए कोई स्थान नहीं था। एक बात और मैं बताना चाहूँगा कि मैं दिल की बीमारी से भी गुजर रहा हूँ परंतु अब मेरा हृदय पूरी तरह महान ऊर्जा से भर गया है और मुझे महसूस होता है कि मैं अपने जीवन में कुछ भी कर सकता हूँ और समाज को आगे बढ़ाने का कार्य भी कर सकता हूँ।**

मैं ब्रह्माकुमारी बहनों को नमन करता हूँ जो पवित्रता की देवियां हैं क्योंकि मैंने जाना है कि पवित्रता ही श्रेष्ठ संसार की नींव है। आज विश्व इस प्रकार की शिक्षा के अभाव से ग्रसित है जिस कारण आज शांति, पवित्रता, प्रेम आदि समाप्त होते जा रहे हैं। मैं कहना चाहूँगा कि किसी भी प्रकार की परिस्थितियों एवं रुकावटों की परवाह न करते हुए अपने चरित्र की रक्षा करनी चाहिए। सदा शिव बाबा की याद में रहें। मैं इस मिलन से बहुत प्रसन्न हूँ, इसे मैं कभी भुला नहीं सकता। मैंने निर्णय लिया है कि मैं इस ज्ञान को धारण कर अपने अनुयायियों सहित पूरे विश्व में फैलाऊँगा।

अब मैं इस संस्था का नियमित विद्यार्थी बनना चाहता हूँ, परमात्मा के महावाक्य जो मुरली है वो सुनना चाहता हूँ। मुरली ज्ञान का अमृत है जो परमपिता परमात्मा हमें दे रहा है। मैंने जाना कि जो भगवद्गीता मैंने पढ़ी और जो परमात्मा सुना रहा है उसमें अन्तर है। मैं यह जानकर बहुत खुश हुआ कि कृष्ण कौन है। संस्कृत शब्द कृष्णा का अर्थ है पवित्र संकल्प। परमात्मा के सिवाय ऐसा ज्ञान कोई मनुष्य नहीं दे सकता। यहाँ आने के बाद मेरा सोमनाथ जाने का कार्यक्रम था क्योंकि वो एक ऐतिहासिक स्थल है परंतु जब मैंने माऊंट आबू के चार धाम बाबा की कुटिया, बाबा

का कमरा, शांति स्तंभ तथा हिस्ट्री हॉल की यात्रा की तो मुझे ज्ञात हुआ कि मेरे जीवन की चार धाम यात्रा पूरी हो गयी है अब और किसी मंदिर या किसी और स्थान पर जाने की कोई आवश्यकता नहीं है। आज हम दुनिया के कोने-कोने की खबरें सुनते रहते हैं सभी तरह की ज्ञान की बातें भी सुनते हैं तो जब हम प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय में मिलने वाले ज्ञान और यहाँ के वातावरण की तुलना उससे करते हैं तो लगता है कि बाकि सब कुछ अभी कुछ ही समय में लुप्त होने वाला है। यह ज्ञान महानतम है परंतु यह सब हम अपनी ज्ञान की तीसरी आँख से ही देख सकते हैं वरना इन बातों को समझ पाना संभव नहीं है।

**इच्छाएं कम तो समस्याएं कम** यहाँ आने से पहले मुझे थोड़ा क्रोध आता था। हालांकि मेरा क्रोध इतना बुरा नहीं था परंतु इस अलौकिक वातावरण में आने के बाद अब मेरा क्रोध बिल्कुल ही समाप्त हो गया है। आज दुनिया में ज्ञान के अभाव में, सच्चे प्यार के अभाव में, अच्छे सम्बन्धों के अभाव में, सही जीवन प्रणाली के अभाव में और गृहस्थ आश्रम में सुधार के अभाव में ये आवश्यक नहीं है कि व्यक्ति सन्यासी बन जाए। आज आवश्यकता है शुद्ध एवं पवित्र ऊर्जा प्रवाहित करने की जिससे सारा विश्व परिवर्तित हो जाए।

आज अत्यधिक इच्छाओं के कारण व्यक्ति विश्व में बहुत सारी समस्याओं से ग्रसित है, यदि वह अपनी उन इच्छाओं को कम कर दे तो हर समस्या का समाधान स्वतः ही हो जाएगा और यह श्रेष्ठ ज्ञान हमें इस संस्था द्वारा ही प्राप्त होता है।

## ‘आत्मा’ शब्द ने परमात्मा से जोड़ा

-मृदुल सागर, पटना

मैं काफी समय से परमात्मा की तलाश में थी। मैंने मुस्लिम धर्म में सुना था कि प्रभु निराकार है, तो मैं सोचती थी कि यदि वो निराकार है तो उसने वो किताब ‘कुरान’ दी कैसे। अगर वो निराकार है तो दिखता कैसा है और उसने बात कैसे की होगी? मुझे आध्यात्मिकता बहुत पसंद थी इसी कारण मैं रामकृष्ण मिशन से भी जुड़ी हुई थी।

मैंने एक दिन आस्था चैनल पर प्रवचनों द्वारा गीता के बारे में जानना चाहा। दो-चार दिन देखने के बाद मैंने उस चैनल पर एक सफेद वस्त्रधारी महिला को बैठे हुए देखा, पहले तो मुझे ये अटपटा सा लगा और मैंने इसे देखना व सुनना नहीं चाहा। लेकिन फिर मैंने उसके मुख से एक शब्द सुना ‘आत्मा’। इस शब्द ने मुझे बहुत आकर्षित किया और वो ज्ञान मुझे बहुत लॉजिकल लगा कि टेलीपैथी द्वारा जब आत्मा का आत्मा के साथ कनेक्शन हो सकता है तो क्या हमारा परमात्मा के साथ कनेक्शन नहीं हो सकता। वो भी आत्मा है और हम भी आत्मा हैं, फर्क सिर्फ इतना है कि वो परम आत्मा है। बस हमारी तरह शरीर में नहीं आ सकता।

तब मुझे लगा कि अगर हम भगवान से बात कर सकते हैं तो मैं भी बात करना

चाहूँगी। उसके बाद मैं शिवानी बहन का कार्यक्रम टी.वी. पर देख उसे प्रैक्टिकल में करने लगी और इसके अभ्यास से मुझे आत्मा का बाँडी के साथ डिटेचमेंट अनुभव होने लगा। तब मैंने महसूस किया कि यही सच है, फिर जब मैं परमात्मा से बातचीत करती तो वो मुझे उसी रूप में दिख जाता। मैंने टी.वी. द्वारा ही ये सब किया और मेडिटेशन करने का तरीका सीखा कि अमृतवेले किस प्रकार भगवान से बात करना है। अब मुझे पूरा विश्वास हो चुका था कि मेरा शिवबाबा ही वो परमात्मा है। मैं रात को सोने से पूर्व शिवबाबा से कह देती कि, सुबह 4 बजे मुझे अमृतवेले उठा देना तो मैं क्या देखती कि सुबह एक ज्योति सी आती, मुझे टच करती और मैं उठ जाती। उन दिनों मुझे कोई भी प्रॉब्लम आती तो मैं बाबा को याद करती और वो प्रॉब्लम सॉल्व हो जाती तो मैं अनुभव करती कि कैसे वो अपने बच्चों की मदद करता है। मैं 2010 में बाबा से मिलने आई, उन्हें देखकर मुझे लाईट ही लाईट की अनुभूति हुई। मैं महसूस कर रही थी कि जिसे हम दूढ़ रहे थे, आज वो मेरे सामने हैं और मैं उनकी बातें सुन रही हूँ। यहां आकर मुझे यही लगा कि यही मेरा



परिवार है और यही मेरा घर है और मुझे अपनी जिंदगी, अपना समय इसमें ही देना चाहिए क्योंकि समय बहुत कम है इसलिए जो करना है अभी करना है।

जब मैं इस ज्ञान में आई तब मैंने सात दिन का कोर्स किया। तब तक पापा ने मुझे इसके लिए कभी नहीं रोका और न कुछ कहा, लेकिन कोर्स के बाद कहने लगे कि सात दिन हो गये हैं अब सेंटर पर जाकर क्या करना है। थोड़ी समस्याएं आने लगीं। फिर मैं चुपके से कॉलेज के बहाने सेंटर पर जाने लगी। फिर धीरे-धीरे पापा भी मोल्ड होने लगे क्योंकि मैं बाबा को याद करती और बाबा की शक्ति काम करती थी। अभी मैं पटना सेवाकेन्द्र पर तीन मास से अपनी सेवाएं दे रही हूँ। घर और सेवा दोनों का बैलेंस रखती हूँ। बाकि मेरी इच्छा है कि मेरा जीवन ईश्वरीय सेवाओं में ही गुजरे।

# महत्व स्मृति का - ब्र.कु. जगदीश

ध्यान से देखा जाए तो यह संसार स्मृति और विस्मृति का एक अद्भुत खेल है। हरेक मनुष्यात्मा में ये दोनों प्रकार की योगताएं समाहित हैं। ये आत्मा से अभिन्न हैं। कोई भी क्रियाशील, कार्यरत अथवा चेतन प्राणी इस कर्म क्षेत्र पर किसी क्षण इनसे रहित नहीं होता बल्कि यदि यह कहा जाए कि मनुष्य के शिक्षण-प्रशिक्षण, उसकी धारणा-अवधारणा, उसके ज्ञान-विज्ञान और कर्म-विकर्म का ये मूल है तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। क्या कोई कर्म ऐसा है जिसे करते समय मनुष्य स्पष्ट अथवा अस्पष्ट रूप से या प्रगट व गुप्त रूप से किसी-न-किसी बात की, उद्देश्य की, घटना की अथवा व्यक्ति की स्मृति में न हो? माँ एक बच्चे खाना बनाते समय इस स्मृति में होती है कि बच्चा स्कूल से लौटने वाला होगा। ऐसे ही प्रातः उठने के समय से लेकर रात्रि के सोने के समय तक स्मृति की सुई एक ऑटोमेटिक घड़ी की तरह क्षण-क्षण चलती ही रहती है। यहां तक कि निद्रा रूपी विस्मृति की स्थिति में जाने की भी उसे स्मृति रहती है और निद्रा में भी अनेक बार स्वप्न रूप में उसके मन में कई प्रकार की स्मृतियां उभर आती हैं। अतः जबकि स्मृति अटूट है, आत्मा से अभिन्न है और कर्म का मूल है और पाप-पुण्य,

वर्तमान-भविष्य, विद्या-अविद्या सब इसी पर टिके हैं तो इस अद्भुत योग्यता, शक्ति अथवा गुण को समझना बहुत जरूरी है। आश्चर्य की बात है कि इस अनुपम योग्यता की ओर चिन्तकों का यथा-वाञ्छित ध्यान नहीं गया। शिव बाबा ने ही आकर ब्रह्मा बाबा के माध्यम से इस जादू-भरी शक्ति का सदुपयोग समझाया है और इसके गलत प्रयोग से होने वाले दुष्परिणामों से भी अवगत कराया है।

शिव बाबा ने सतयुग के आदि से लेकर कलियुग के अन्त तक के समूचे इतिहास की व्याख्या इसी एक दार्शनिक तत्व को लेकर समझाई है। उन्होंने उदाहरणों से इस रहस्य का उद्घाटन किया है कि मनुष्य की दृष्टि, वृत्ति, स्थिति और कृति का सम्बन्ध उसकी स्मृति से कैसे है और किस प्रकार आत्मिक तथा ईश्वरीय स्मृति के द्वारा वह नर से नारायण बन जाता है और इसी बात की विस्मृति के फलस्वरूप वह देव से मानव और मानव से दानव में बदल जाता है। उस सारे दर्शन को समझने से लगता है कि यह एक स्मृति 'अल्लाहदीन के चिराग' या अली बाबा के 'खुल जा सिम-सिम' से भी अधिक चमत्कारी और फलोत्पादक है।

वास्तव में देखा जाये तो विस्मृति का अपना

कोई अलग अस्तित्व नहीं बल्कि आत्मा के इस स्वभाव के कारण कि वह एक समय में एक की स्मृति में रह सकती है, उसे दूसरी बातों की विस्मृति स्वतः ही हो जाती है। जैसे एक व्यक्ति एक कमरे में उपस्थित होने से दूसरे कमरों में स्वतः और स्वभावतः अनुपस्थित होता है। वैसे ही जब हम 'आत्मा हैं' की स्मृति में स्थित होते हैं तब देह की विस्मृति स्वतः ही हो जाती है; उसके लिए हमें कोई अलग से पुरुषार्थ नहीं करना पड़ता। इसी प्रकार, जब कोई मनुष्य देह और देह के सम्बन्धियों की स्मृति में होता है तब वह आत्मिक विस्मृति में होता है। अतः जबकि किसी-न-किसी की स्मृति में हम स्वभावतः रहते ही हैं और स्मृति का ही हमारे हरेक कर्म से घनिष्ठ सम्बन्ध है तो बुरे कर्मों से बचने के लिए और श्रेष्ठ धारणा के लिए यह जानना आवश्यक है कि किस स्मृति में रहें। स्वयं को सतयुग अथवा आदिकाल में देवता मानने की स्मृति में स्थित करने से हममें पुनः दैवी गुणों का संचार होता है और परमधाम वासी ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप परमात्मा को परमपिता बनाने से तथा उनकी स्मृति से हमारे में सदगुणों का उत्कर्ष होता है।



**पानीपत-हरियाणा।** राजेश्वर कपूर, पूर्व डिस्ट्रिक्ट गवर्नर लायन्स क्लब ब्र.कु. सरला को "लाइफ टाइम एचीवमेंट अवार्ड" देते हुए। साथ हैं दिनेश गुप्ता, अध्यक्ष एस.डी. कॉलेज एवं राकेश गर्ग, अध्यक्ष लायन्स क्लब।



**शास्त्रीनगर-म.प्र.।** टी.वी. कलाकार बहन सांची को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. संगीता। साथ हैं ब्र.कु. गीता तथा अन्य।



**जबलपुर-वरेला-म.प्र.।** मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मालती तथा ब्र.कु. नीलू।



**जबलपुर-नेपियर टाउन।** यातायात सड़क सुरक्षा सप्ताह के अंतर्गत पुलिस कंट्रोल रूम में अपना वक्तव्य देते हुए डॉ. श्याम रावत। साथ हैं ब्र.कु. ज्योति तथा डी.एस.पी. बी एल तिवारी।



**वडगांव-महा.।** पत्रकार दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में आद्य पत्रकार आचार्य बालगंगाधर शास्त्री जांभेकर का अभिवादन करते हुए पुलिस निरीक्षक संजीव पाटील, पत्रकार संतोष सगणर तथा ब्र.कु. सुनिता।



**सूरतगढ़-राज.।** वीर तेजा जी जाट गर्ल्स होस्टल में ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में होस्टल इंचार्ज मोहन देलू, ब्र.कु.रानी, ब्र.कु.मीना तथा अन्य।

## ‘प्रेम’ करता है बच्चों का सर्वांगीण विकास - ब्र.कु शोभिका

कहते हैं 'चाइल्ड इज़ द फादर ऑफ द मैन'। बालक ही मनुष्य का भविष्य होता है। जैसा बचपन होगा वैसा ही बड़ा होकर इंसान बनेगा। 'जैसा बोओगे वैसा ही काटोगे' यह कहावत मानव जीवन पर बिल्कुल खरी उतरती है। इसलिए बाल्यावस्था का सही विकास होना बहुत जरूरी है। यह तभी संभव है जब मनुष्य अपने बच्चों के साथ प्रेम करे और धैर्य का परिचय दे।

जब आप प्रेम से बोलते हैं तो लगता है जैसे आपकी वाणी फूल बरसा रही है, किंतु इसी वाणी को जब आप क्रोध और घृणा में लपेट कर उगलते हैं तो यह सामने वाले पर हंटर की मार जैसी पड़ती है। प्रेम की भाषा ही दुनिया की एक ऐसी भाषा है, जिसे इंसान ही नहीं, पशु-पक्षी व जीव-जन्तु तक समझते हैं।

प्रेम में अद्भुत शक्ति है, प्रेम में शान्ति है, प्रेम में सुख व आनंद है। प्रभु से मेल भी प्रेम के मार्ग पर चलकर ही होता है। प्रेम से आपको अपना इच्छित फल प्राप्त होता है। प्रेम के सहारे ही आप अपने कष्टों पर विजय प्राप्त कर सकते हैं। जिस प्रकार दया के प्रभाव से दुष्टता नष्ट हो जाती है, उसी प्रकार प्रेम के प्रभाव से आपके मन में उठने वाले दुष्ट विचार भी नष्ट हो जाते हैं।

एक माता अपने बालक का पालन ही नहीं करती, बल्कि उसका निर्माण भी करती है। माता-पिता का प्रेमपूर्ण व्यवहार बालक में आत्मशक्ति का संचार करता है और वह संकुचित विचारों तथा भयपूर्ण कल्पनाओं की तरफ आकर्षित नहीं होता।

बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए ध्यान देने योग्य बातें :-

- बच्चों के सामने सदैव विजय, उत्साह, सफलता और उन्नति की ही बातें करें। इससे उनकी आत्मशक्ति को बल मिलेगा और उनका मन सदा हर्ष और उल्लास से पूर्ण रहेगा।
- बच्चों को कभी हतोत्साहित मत कीजिए, उन्हें सदा प्रोत्साहित कीजिए। इससे उनमें

आत्मविश्वास पैदा होगा और संशय तथा संदेहयुक्त चरित्र वाला डरपोक बालक भी आशा से अधिक सफलता व उन्नति प्राप्त कर लेगा।

- बच्चों के साथ कभी भी 'मूर्ख' 'आलसी' जैसे दुर्वचनों का प्रयोग न करें, इससे बालक का स्वभाव बिगड़ जाता है, उसमें आत्महीनता की भावना जागृत हो जाती है और उन्नति के समस्त मार्ग उसके लिए बन्द हो जाते हैं।

- अपने सुयोग्य व तीक्ष्ण बुद्धि बालक को भी बार-बार यह कहकर उसके स्वाभाविक विकास में बाधक न बनें कि 'तुम तो सुस्त हो, तुम कुछ नहीं कर सकते' आदि। बार-बार ऐसा कहने पर बालक यह समझ लेता है कि वह वास्तव में मूर्ख है और कभी तरक्की नहीं कर पाएगा। वह स्वयं अपनी उन्नति के मार्ग से विचलित हो जाता है।

- डर या डण्डे के जोड़ से बच्चों को न धमकायें, बल्कि उसे ईमानदारी से अपनी बात मानने के लिए प्रेरित करें। यदि आपका व्यवहार प्रेमपूर्ण होगा तो बच्चे सदैव आपका कहना मानेंगे।

- बच्चों को इतनी स्वतंत्रता तो अवश्य दें कि उनमें कोई बुराई न पने और उनका विकास स्वाभाविक रूप से हो सके।

- खेलने-कूदने के समय उनमें उत्साह जागृत करें। यदि वे स्वास्थ्यप्रद खेल खेलते हैं तो उन्हें रोकें नहीं। ऐसे समय पर उन्हें रोकना उनके बचपन को नष्ट करना है।

- हर काम के लिए बच्चों को डांटे नहीं, इससे उनका कोमल मन उदास हो जाता है और उनके मानसिक विकास के मार्ग अवरुद्ध हो जाते हैं। इस समय पैदा हुआ संकोच आयु-भर उनका पीछा नहीं छोड़ता।

- बालकों को बीमारी और व्याधियों से दूर रखने के लिए सदा उनके मन में स्वस्थ विचार ही भरें। भय के कारण बीमारी पैदा होती है, उससे बचने के लिए बालक के मन में यह विश्वास जमा देना चाहिए कि स्वास्थ्य और सुख

पर उसका पूर्ण अधिकार है।

- काल्पनिक भय दिखाकर बच्चों को कभी डरायें नहीं, इससे बालक चुप तो हो जाता है परन्तु धीरे-धीरे उसके मन में सदा के लिए डर बैठ जाता है।

- स्वयं रात को चैन से सोने के लिए बच्चों को अफीम अथवा कोई अन्य मादक पदार्थ खिलाकर न सुलायें। इससे बच्चा सोता तो रहता है परन्तु उसके शरीर को बहुत हानि पहुंचती है। मादक पदार्थ का प्रभाव बालक के मानसिक विकास को अवरुद्ध कर देता है। वह बुद्धिहीन और मूर्ख बन जाता है।

- जब बालक डर रहा हो अथवा किसी बात से भयभीत हो तो उसे मारना नहीं चाहिए। ऐसे समय माता-पिता व्यर्थ ही बच्चे को मारा करते हैं। उस समय तो बालक मार-पीट सह लेता है, परन्तु उसके मन में मार-पीट करने वाले से बदला लेने की भावना ज़ोर पकड़ती है।

- बालक को उसकी रूचि के विपरीत कार्य में न लगाएं, इससे उसका भविष्य अन्धकारमय हो जाता है और उसकी प्रतिभा का विकास वहीं रुक जाता है।

आपका यह कर्तव्य है कि आप अपने बच्चों के सामने विजय, उत्साह, सफलता और उन्नति की ही बातें करें। इससे उनकी आत्मशक्ति को बल मिलेगा और उनका मन सदा हर्ष और उल्लास से पूर्ण रहेगा। बच्चों की उन्नति और उनके सुखद भविष्य के लिए इस प्रकार के विचार आवश्यक हैं। ऐसे विचारों से युक्त बालक जीवन में कभी भी असफल और दुःखी नहीं होते। प्रत्येक बालक को बाल्यावस्था से ही यह सिखाना है कि उसे स्वयं की योग्यता पर पूरा भरोसा रखना चाहिए तब उसमें यह विश्वास जागेगा कि वह प्रत्येक कार्य कर सकता है। इस प्रकार की उत्साहपूर्ण सीख से उसका आत्मविश्वास बढ़ेगा, उसकी शारीरिक और मानसिक शक्तियों का विकास होगा और उसके जीवन में शान्ति और शक्तियों का विकास होगा और उसे शान्ति और सफलता प्राप्त होगी।

## प्रवृत्ति को पवित्र बनाना ही श्रेष्ठ जीवन



बड़ौदा। कार्यक्रम के दौरान अपने विचार व्यक्त करते हुए ब्र.कु.सरला। साथ है ब्र.कु.डॉ.निरंजना, महंत श्री लोकराजपुरी महाराज तथा अन्य।



अवोहर-पंजाब। ब्रह्मा बाबा के अव्यक्त दिवस पर सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम के बाद समूह चित्र में ब्र.कु.सुनीता, ब्र.कु.पुष्प। साथ हैं पंजाब ब्राह्मण समाज के अध्यक्ष रमेश कुमार शर्मा एवं एडवोकेट व लेखक परिषद के अध्यक्ष राज सदोष तथा अन्य।



अहमदनगर-महा.। रस्ता सुरक्षा अभियान के अंतर्गत सभी ड्राइवर भाई-बहनों को रोड सेफ्टी पर सम्बोधित करने के पश्चात् ब्र.कु.उज्ज्वला तथा अन्य।



भैरहवा। ज्ञान चर्चा के बाद समूह चित्र में नेपाल के पूर्व मंत्री भरत शाह एवं उनकी धर्मपत्नी अनीता शाह सपरिवार, ब्र.कु.शान्ति, ब्र.कु.भूपेन्द्र तथा अन्य।



धिवंडी-महा.। मुफ्त नेत्र जाँच शिविर के अवसर पर कैडल लाइटिंग करते हुए मेयर प्रतिभा पाटिल, ब्र.कु.अल्का, म्यूनिसिपल कमिश्नर जीवन सोनवाने, लायन्स क्लब के हर्षद मेहता तथा अन्य।



चित्तोड़गढ़-राज.। 18 जनवरी पर ब्रह्मा बाबा के अव्यक्त दिवस के कार्यक्रम के पश्चात् पुलिस अधीक्षक प्रसन कुमार खमसरा, ब्र.कु.आशा, ब्र.कु.शिवली, ब्र.कु.चित्रा, ब्र.कु.नाथूलाल तथा ब्र.कु.महेश।



कटक-ओडिशा। “सीरिचुअल पावर्स फॉर सर्वसेस इन बिज़नेस एण्ड इंडस्ट्री” कार्यक्रम का दीप प्रस्वल्न कर उद्घाटन करते हुए पत्रकार अरुण कुमार पाण्डा, ब्र.कु.मनोज पटेल, ब्र.कु.कमलेश, ब्र.कु.गीता, पंचानन दास, के.एन.खतेई, आई.ए.एस तथा एस.एन.एम. ग्रुप के चेयरमैन प्रदीप्ता महंती।

**बड़ौदा।** आज के घोर कलियुग के समय में जबकि जगह-जगह पर दुष्कर्म, भ्रष्टाचार और पापाचार फैल रहा है, हर मानव दुःख, अशांति, असुरक्षा एवं अनेक रोगों से पीड़ित है। काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, द्वेष, वैरभाव के वशीभूत होकर विचार, वाणी और कर्म को नकारात्मक तथा दुःखदाई बनाता जा रहा है, केवल भौतिक उपलब्धि को ही जीवन का लक्ष्य बनाकर अंधी दौड़ लगा रहा है। अनेक धर्म, मठ, पंथ होने पर भी संसार असार होता जा रहा है। ऐसे समय में 30 से ज्यादा ऐसी विभूतियों के दर्शन हुए जिन्होंने पिछले 25 से अधिक वर्षों से ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करते हुए शुद्ध भोजन और सात्विक जीवन पद्धति को अपनाने के साथ इन्हीं सिद्धान्तों को समाज में फैलाने के कार्य में अपना जीवन समर्पित किया।

इतना ही नहीं यहां पधारे 100 से अधिक भाई-बहन जो घर गृहस्थ में रहते ब्रह्मचर्य व्रत का पालन कर रहे हैं, पवित्र प्रवृत्ति मार्ग का उदाहरण समाज को दे रहे हैं। इन सबके मूल में है परमात्म प्राप्ति की अनुभूति। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित ‘परमात्म प्राप्ति का चमत्कार-पवित्र आत्माओं का सत्कार’ समारोह में बड़ौदा सबजोन संचालिका ब्र.कु. डॉ. निरंजना ने व्यक्त किये। उन्होंने बताया कि स्वयं निराकार परमात्मा शिव साकार ब्रह्मा के

शरीर रूपी रथ में अवतरित होकर सहज राजयोग सिखा रहे हैं। जिसके फलस्वरूप ऐसी विभूतियां और ऐसे लाखों भाई-बहन तथा हजारों कुमार-कुमारियां समाज की आध्यात्मिक जागृति की सेवा में लगे हुए हैं।

महंत श्री लोकराजपुरी महाराज ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा किये जा रहे कार्य की प्रशंसा करते हुए कहा कि सच में ही हर व्यक्ति को मृत्यु से पहले अपने जीवन का मर्म समझना अति आवश्यक है। राजयोग से ही इसे समझा जा सकता है। हम सभी राजा परीक्षित जैसे हैं, हमें सात दिन में ज्ञान प्राप्त करना है।

गुजरात ज्ञान की संचालिका ब्र.कु. सरला ने सभी को अपने आशीर्वचन दिये तथा कार्यक्रम की प्रशंसा करते हुए सभी

समर्पित भाई-बहन तथा सम्माननीय भाई-बहनों का अभिनंदन किया। माउण्ट आबू के ब्र.कु. विवेक ने मंच का कुशलतापूर्वक संचालन किया। कुमारियों द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किये गये। ब्र.कु. नरेन्द्र ने सभी का स्वागत किया। ब्र.कु. सुरेखा ने अभिनंदन पत्र प्रस्तुत किया। ब्र.कु. ज्योति ने सभी को शुभेच्छा दी तथा ब्र.कु. मीना ने सभी का आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम के पहले बहुत सुंदर एवं आकर्षक शोभायात्रा, बैण्ड एवं श्रृंगारित रथों में सम्मानित समर्पित बहन-भाई तथा हजारों ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारियों के साथ अल्कापुरी सेवाकेन्द्र से निकल शहर के भिन्न-भिन्न स्थानों से होते हुए कार्यक्रम स्थल पर पहुंची।

महंत श्री लोकराजपुरी महाराज ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा किये जा रहे कार्य की प्रशंसा करते हुए कहा कि सच में ही हर व्यक्ति को मृत्यु से पहले अपने जीवन का मर्म समझना अति आवश्यक है। राजयोग से ही इसे समझा जा सकता है। हम सभी राजा परीक्षित जैसे हैं, हमें सात दिन में ज्ञान प्राप्त करना है।

गुजरात ज्ञान की संचालिका ब्र.कु. सरला ने सभी को अपने आशीर्वचन दिये तथा कार्यक्रम की प्रशंसा करते हुए सभी

### समय का सही उपयोग ही श्रेष्ठ भाग्य का आधार

एक बार एक प्रोफेसर अपने बच्चे को कुछ सिखाना चाहते थे। तो बड़ा कांच का जार लेकर के आये और गोल्फ के बॉल लेकर आए। बच्चों को कहा ये बॉल है, जो जार में भर दो। सभी ने बॉल से भर दिया जार को, तो प्रोफेसर ने कहा कि अभी और जायेगा। तो कहा नहीं अभी भर गया। अभी और नहीं जायेगा। प्रोफेसर ने छोटे-छोटे पत्थर निकाले और कहा डालो उसके अंदर, जायेगा। जो गैप थी उसके भीतर से सारे छोटे-छोटे पत्थर भीतर चले गए। तो पूछा कि और जायेगा, तो कहा कि अभी नहीं जायेगा ये तो फुल हो गया। प्रोफेसर ने बालू निकाली और कहा कि ये डालकर देखो कि ये जायेगा, वो भी चली गई। छोटे-छोटे गैप्स में वो बालू भी चली गई। फिर पूछा अभी और कुछ जायेगा। तो कहा अब बिल्कुल कुछ नहीं जायेगा। प्रोफेसर पानी लेकर आये और कहा डालो, वो भी चला गया।

ठीक इसी प्रकार हमने भी अपनी दिनचर्या को बड़े-बड़े गोल्फ बॉल से भर दिया और कहा कि टाइम कहां है हमारे पास, टाइम नहीं है। लेकिन इतना टाइम है कि वो छोटे-छोटे पत्थर भी जा सकते हैं, बालू भी जा सकता है, पानी भी जा सकता है, सब जा सकता है उसमें। बचपन से लेकर भगवान ने अब तक हमें चौबीस घंटे ही दिए हैं। बड़ों को ये तो नहीं कि जिम्मेवारी कर्तव्य ज्यादा होते हैं तो उसको पच्चीस घंटा बनाकर दे दो। बच्चे को चौबीस घंटा ठीक है। ऐसा कभी कहा क्या? किसी को पच्चीस घंटा मिला एकसूत्रा काम करने के लिए। सारे काम का एडजस्टमेंट किसमें होता है उसी चौबीस घंटे में होता है। बचपन में हमने चौबीस घंटे कैसे बिताए - खाया, पिया, खेला, सोया

बस पूरा हुआ चौबीस घंटा। उसी में पूरा कर दिया। जैसे बच्चा थोड़ा बड़ा होता है स्कूल जाने लगता है तो खाया, पिया, खेला, सोया, स्कूल भी गया। फिर और थोड़ा बड़ा हुआ हाई स्कूल में जाने लगा तो खाया, पीया, खेला, सोया, और एक्टिविटी के साथ स्कूल भी, ट्यूशन भी। ट्यूशन एड हो गया उसमें। उसी के साथ-साथ जब और बड़ा हुआ, कोई जब स्पेशल लाइन लेता है, कॉलेज में जाता है तो खाया, पीया, खेला, सोया, फ्रेन्ड सर्कल, पार्टिज, ट्यूशन ये सब एड हो गया उसमें। उसी के अंदर ही सब समा गया।

कहीं अगर उसको पैसे के लिए पार्ट-टाइम जॉब करना पड़ा, तो वो भी करता

डॉक्टर उसको कहे कि देख भाई अगर तेरे को जीना है ना तो रोज सुबह आधा घंटा पैदल चलना पड़ेगा और शाम को आधा घंटा पैदल चलना पड़ेगा। अगर उसने डॉक्टर से कहा कि मुझे तो सुबह समय नहीं मिलेगा, मेरा सारा कारोबार सुबह में ही आरंभ होता है। सारे फोन कॉल सुबह में ही शुरू होते हैं और शाम को देखेंगे अगर समय मिला तो पैदल चलूंगा। तो डॉक्टर क्या कहेगा, क्या कहेगा - मर्रो, उसके सिवाए और कोई अलटरनेट ही नहीं है, तुम्हें बचाने का। तुम्हें अगर बचना है तो तुम अपना समय खुद निकालो और उस व्यक्ति को जब जीना है तो अपनी दिनचर्या को फिर से व्यवस्थित करेगा। सुबह आधा घंटा निकालेगा,

### गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा



है। उसी के साथ जब और बड़ा होता है, जब शादी होती है तो खाया, पीया, सोया, फिर अपना कार्य व्यवहार संभाला, गृहस्थ संभाला, रिश्तेदारी निभायी, जिम्मेवारी निभायी, कहीं शादी है, कहीं कोई प्रसंग है सब उसी में समाता गया, कहां से आया समय... चौबीस घंटे का पच्चीस घंटा भगवान ने बनाकर दिया क्या? नहीं, उसी में समा गया माना इतना अतिरिक्त समय था हमारे पास।

अब मान लो कि किसी को हार्ट अटैक आ जाए, डॉक्टर के पास जाए और

शाम को भी आधा घंटा निकालेगा, पैदल निकल जायेगा। अरे फोन कॉल, कारोबार जो भी होगा, दो चार दिन लोगों के फोन आते रहेंगे, जैसे ही लोगों को पता चलेगा कि ये समय से पैदल गया होगा, तो लोग भी क्या करते हैं, या तो पहले फोन करेंगे या बाद में करेंगे। लोग तो एडजस्ट हो जायेंगे। लेकिन हमें अपने जीवन को नष्ट थोड़े ही कर देना है दुनिया के कारोबार के पीछे। व्यक्ति को इतनी समझ आती है जब हेल्थ प्रॉब्लम आते हैं तब।



## कथा अरिता

### अकबर ने माना रूह से रूह बात करती है

एक दिन बीरबल ने अकबर से कहा 'हुजूर! रूह, रूह से बात करती है।' अकबर ने पूछा 'यह कैसे संभव है?' तब बीरबल बोले हुजूर! आप मेरे साथ आइए।' अकबर ने ग्रामीण वेष धारण किया और नौकर वेषधारी बीरबल के साथ चल दिए। कुछ दूर बाद एक जंगल आया। वे उसमें प्रवेश कर गए। सामने ही एक लक्कड़हारा पेड़ों को काटता नज़र आया। बीरबल ने पूछा 'हुजूर! इस लक्कड़हारे के प्रति आपका क्या ख्याल है?' अकबर बोले 'इसे कोड़े लगाने की इच्छा हो रही है, क्योंकि यह हरे-भरे पेड़ काट रहा है।' बीरबल ने कहा 'अब उसके निकट चलिए।' उसके पास पहुंचकर बीरबल ने पूछा 'भाई! यह क्या कर रहे हो?' उसने कहा 'पेड़ काट रहा हूँ, क्योंकि यह मेरी आजीविका का आधार है।' बीरबल बोले 'क्या तुम्हें पता है कि बादशाह अकबर इस दुनिया में नहीं रहे?' वह खुश होते हुए बोला - 'अच्छा हुआ, बहुत बदमाश था।' अकबर हैरान थे कि मेरी जो इसके प्रति धारणा है, वही इसकी मेरे प्रति है। थोड़ा आगे बढ़ने पर एक वृद्धा बकरी चराते हुए मिली। बीरबल ने अकबर के विचार जानने चाहे तो वे बोले 'इस पर श्रद्धा होती है, क्योंकि इस उम्र में भी काम करके अपने परिवार का पेट पाल रही है।' बीरबल ने उससे पूछा 'तुम बकरियां क्यों चराती हो?' उसने कहा 'परिवार के पालन-पोषण हेतु।' फिर बीरबल ने उसे भी बादशाह की मृत्यु की सूचना दी। सुनकर वह जोर-जोर से रोने लगी। तब बीरबल ने अकबर से कहा 'आपने इसके प्रति श्रद्धा की, तो उसने भी आपसे स्नेह किया। अब तो आप मानेंगे कि रूह, रूह से बात करती है।' अकबर ने इस तथ्य को स्वीकार किया। वस्तुतः सद्भाव से सद्भाव बढ़ता है और दुर्भाव से दुर्भाव। इसलिए सभी के प्रति अच्छा सोचें।

### गुरु और शिष्य

एक युवा धनुर्धर ने अपने गुरु से धनुर्विद्या सीखी और जल्दी ही वह बहुत अच्छा निशाना लगाने लगा। तीर चलाने में वह इतना निपुण हो गया था कि अपने साथी से पूछता था कि बोलो कहां निशाना लगाना है। साथी बताता कि फलों फल को गिराकर बताओ और वह धनुर्धर तुरंत ही वैया करके दिखा देता। अपनी इस विद्या पर धनुर्धर फूला नहीं समा रहा था। सफलता सर चढ़कर बोलने लगी। अब वह कहने लगा कि वह गुरुजी से बढ़िया धनुर्धर हो गया है। गुरुजी को जब यह बात पता चली तो उन्होंने कुछ भी नहीं कहा। एक बार गुरुजी को किसी काम से दूसरे गांव जाना था। उन्होंने अपने इसी शिष्य को बुलाया और साथ चलने को कहा। गुरु-शिष्य दोनों जब रास्ते से चले तो बीच में एक जगह खाई दिखाई। गुरु ने देखा, खाई में एक तरफ से दूसरी तरफ जाने के लिए एक पेड़ के तने का पुल बना हुआ है। गुरु उस पेड़ के तने पर पैर रखते हुए आगे बढ़े और पुल के बीच में पहुंच गए। वहां पहुंचकर उन्होंने शिष्य की तरफ देखा और पूछा कि बताओ कहां निशाना लगाना है। शिष्य ने कहा कि वो जो सामने पतला सा पेड़ दिख रहा है उसके तने पर निशाना साधिए। गुरु ने तत्काल निशाना लगाकर बता दिया। गुरु सरपट पुल से इस तरफ आ गए। इसके बाद उन्होंने शिष्य से ऐसा करके दिखाने को कहा। शिष्य ने जैसे ही पुल पर पैर रखा, वह घबरा गया। पुल पर अपना वजन संभालकर आगे बढ़ना मुश्किल काम था। शिष्य जैसे जैसे पुल के बीच में पहुंचा। गुरु ने कहा, तुम भी उसी पेड़ के तने पर निशाना साधकर बताओ। शिष्य ने जैसे ही धनुष उठाया, संतुलन बिगड़ने लगा और वह तीर ही नहीं चला पाया। वह चिल्लाने लगा - गुरुजी बचाइए वरना मैं खाई में गिर जाऊंगा। गुरुजी पुल पर गए और शिष्य को इस तरफ उतार लाए। दोनों ने यहां से चुपचाप गांव तक का सफर तय किया। शिष्य के समझ में बात आ गई कि उसे अभी भी बहुत कुछ सीखना बाकी है। इसलिए कभी अपनी श्रेष्ठता का घमंड नहीं करना चाहिए।

### मन की लगन

नार्वे में फलेरा नामक रईस का एक नौकर था - एंटोनियो। एंटोनियो जब भी काम से खाली होता, पास के मूर्तिकार की दुकान के बाहर खड़ा हो मूर्तियां बनते देखता। मूर्तियां बनते देख उसे मूर्तियों की कुछ समझ आ गई थी। कई बार वह इस काम में कारीगरों की मदद भी कर देता। एक बार दुकान के मालिक ने उसे कहा, 'तुम यहां आकर वक्त क्यों बर्बाद करते हो?' एंटोनियो बोला, 'मुझे मूर्तियां बनते देखना अच्छा लगता है।' उसका आना जारी रहा। एक बार मालिक फलेरा ने कुछ लोगों को दावत दी। दावत स्थल की सजावट का काम भी मुख्य बैरे का था लेकिन उससे सजावट ठीक हो नहीं पा रही थी। मुख्य बैरे को

### अपूर्ण आस्था ने लिए पुजारी के प्राण

किसी गांव के मंदिर में एक पुजारी रहता था। वह दिन-रात भगवान की पूजा, ध्यान-आराधना करता रहता। गांव के लोग उसे सच्चे धर्मात्मा के रूप में मानते थे और वैया ही आदर भी देते थे। एक बार पुजारी किसी अनुष्ठान के सिलसिले में दूसरे गांव की ओर जा रहा था। मार्ग में उसके गांव का एक बिगड़ा हुआ युवक मिला। युवक व्यसनी होने के साथ-साथ कुसंस्कारी भी था। उसने जब पुजारी को सामने देखा तो उसके मन में पुजारी का अपमान करने की कुटिल इच्छा पैदा हुई। उसने पुजारी को अपशब्द कहना शुरू किए। पुजारी ने अपनी गरिमा का ख्याल करके कुछ नहीं कहा और मौन ही रहा। इससे युवक को गुस्सा आ गया और उसने पुजारी को पत्थरों से मारना आरंभ कर दिया। इस आकस्मिक पिटाई से दुःखी होकर असहाय पुजारी ने 'नारायण नारायण' कहकर अपने बचाव के लिए भगवान को पुकारा। चूंकि वह पूजा-पाठी व्यक्ति था, नारायण अर्थात् विष्णु भगवान ने तत्काल उसकी पुकार सुनी और मदद के लिए जाने के उद्देश्य से अपने वाहन गरुड़ को बुलाया। उन्हें जाने के लिए उद्यत देख लक्ष्मीजी ने उनसे पूछा, 'भगवन, आप एकाएक कहां जा रहे हैं?' भगवान बोले, 'मेरे एक भक्त को एक युवक मार रहा है। उसने मदद के लिए मुझे पुकारा है। मैं उसकी रक्षा करने के लिए जा रहा हूँ।' गरुड़ के आते ही भगवान उस पर सवार हुए, किंतु कुछ दूर जाकर वापस लौट आए। लक्ष्मीजी ने कारण पूछा, तो बोले, 'मैं उस पुजारी की रक्षा तब करता, जबकि उसकी पूर्ण आस्था मुझ में होती। अब उसने 'नारायण नारायण' पुकारना बंद कर दिया है। देखो लक्ष्मी, उस युवक ने पुजारी को मार गिराया है और वह घातक वार के कारण अपनी अंतिम सांसें ले रहा है।' आस्था पूरी होनी चाहिए। अधूरी आस्था होने पर यही गति होती है।

### अति हर चीज़ की बुरी होती है

एक व्यक्ति अपनी पत्नी की कंजूस प्रवृत्ति से बहुत परेशान था। वह जब किसी असहाय की मदद के लिए थोड़ा-सा भी दान देना चाहता तो पत्नी उसे रोक देती। उनके घर से कभी भिक्षुओं को अन्न का एक दाना भी नसीब न हुआ और न ही कभी किसी गरीब के बच्चे को कुछ मिला। उस व्यक्ति का मानना था कि अपनी आय का एक अंश दान में देना चाहिए और यह अंश उन्हें दिया जाना चाहिए जिन्हें दान की वास्तविक आवश्यकता हो। किंतु पत्नी उसकी राय से सहमत नहीं रहती थी। उसका विचार था कि दुनिया में बड़े-बड़े सेठ-व्यापारी दान देने के लिए हैं, फिर हम सामान्य लोगों को यह काम कर स्वयं को गरीब बनाने की कोई ज़रूरत नहीं है। बहरहाल, वह व्यक्ति पत्नी की इस सोच से तंग आकर एक संत के पास पहुंचा और उन्हें पूरी बात बताकर इस समस्या का समाधान करने का आग्रह किया। संत ने उसकी पत्नी को अगले दिन बुलाया। जब वह आई तो उन्होंने उसे मुट्ठी बंद करके दिखाई। यह देखकर उस महिला ने इसका अर्थ पूछा। संत बोले, 'मान लो कि मेरी मुट्ठी सदा इसी तरह बंद रहे तो तुम क्या कहोगी?' महिला ने कहा, 'यही कि आपका हाथ विकृति का शिकार हो गया है।' तब संत ने अपनी बंधी मुट्ठी खोलकर पूछा, 'यदि यह सदैव ऐसे खुली रहे तो क्या मानोगी?' महिला बोली, 'यह दूसरे प्रकार की विकृति होगी।' उसका उत्तर सुनकर संत ने कहा, 'इसका अर्थ यह है कि तुम जानती हो कि अति हर चीज़ की बुरी होती है, तुम्हें अपने स्वभाव पर ध्यान देकर उसे सुधारना चाहिए।' महिला ने समझ लिया कि संत का संकेत उसकी अति कृपणता की ओर है। उसी दिन से उसने अपनी इस प्रवृत्ति का त्याग कर दिया। सार यह है कि हमें अपने स्वभाव में 'अति' से परहेज करते हुए संतुलित रवैया अपनाना चाहिए। तभी जीवन में सुख-शांति संभव है।



**रामबाग-इंदौर।** नवनिर्वाचित विधायक उषा ठाकुर को गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब.कु. छाया तथा ब.कु. भावना।



**दिल्ली-प्रेम नगर।** यात्रा का शुभारंभ करते हुए "सूचना विद न्यूजपेपर" के सम्पादक सुरेश प्रकाश। साथ हैं ब.कु.जनक, ब.कु.नरेन्द्र तथा अन्य।



**रांची-झारखण्ड।** मकर संक्रान्ति के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए पूर्व मुख्यमंत्री अर्जुन मुंडा की धर्मपत्नी मीरा मुंडा, सी.एम.पी.डी.आई. कस्तूरी महिला सभा की अध्यक्ष नीलांजना देवनाथ, उच्च न्यायालय के वरिष्ठ अधिवक्ता ज्ञानेन्द्र कुमार, ब.कु.निर्मला तथा ब.कु.भगवान,माउण्ट आबू।



**पतौरा-बिहार।** पूर्वी चम्पारण जिला शिकायत कोषांत्र पदाधिकारी नवल किशोर को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु.सीता। साथ हैं ब.कु.रेखा, ब.कु.शोभा, ब.कु.वीणा तथा ब.कु.आशा।



**नांगल डैम-पंजाब।** श्रीमति एवं श्री एम.सागर मैथ्यूज को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु.सुष्मा। साथ हैं श्री के.के.चतुर्वेदी,मुख्य महाप्रबंधक एन.एफ.एल. नांगल यूनिट और ब.कु.विवेक।



**दिल्ली-शालीमार बाग।** रामलीला में संगीत संध्या के प्रोग्राम में अध्यक्ष द्वारा सम्मान प्राप्त करते हुए ब.कु.कृष्णा, ब.कु.पुनीत तथा ब.कु.खिमिया।

## ऑफिस सेक्रेट्री की आवश्यकता

ग्लोबल हॉस्पिटल स्कूल ऑफ नर्सिंग के प्रिंसिपल ऑफिस के लिए एक ब्रह्माकुमारी सेक्रेट्री की आवश्यकता है।

**योग्यता:** मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से ग्रेजुएट एवं ऑफिस एडमिनिसट्रेशन या सेक्रेटेरियल प्रैक्टिस में डिप्लोमा आवश्यक है। एम.एस.ऑफिस एवं ई-मेल की जानकारी तथा हिन्दी और अंग्रेजी टाइपिंग आनी चाहिए।

**अनुभव:** 2-5 वर्ष का ऑफिस कार्य में अनुभव अनिवार्य। अधिक जानकारी के लिए: phone - 02974-228950,70, mobile - 8094652109, e-mail - ghsn.abu@gmail.com

## 35वाँ अखिल भारतीय बाल व्यक्तित्व विकास शिविर

35वें अखिल भारतीय बाल विकास व्यक्तित्व शिविर का आयोजन शान्तिवन में 20 से 26 मई 2014 तक होगा। अपने फॉर्म ब्र.कु.जगन्नाथ, कॉन्फ्रेंस ऑफिस, पाण्डव भवन, आबू पर्वत (राजस्थान) के नाम पर भेजें। फॉर्म भेजने की आखिरी तिथि 10 मई है।

## PEACE OF MIND - TV CHANNEL

### Cable network service

"C" Band with Mpeg4 receiver  
Frequency:4054,  
Polarisation:Horizontal,  
Symbol:13230, Satellite:INSAT 4A,  
Peace of Mind: (Vision Shiksha)

### DTH Services

Videocon D2H: Channel no. 697,  
Reliance Big TV: Channel no. 171

### Smart Phone Service

Android | Blackberry | iPhone | iPad |  
Tablet | Visit: <http://pmtv.in>

### Mobile Audio Service

Airtel - 55231 - Rs.2 per day  
Vodafone - 552013 - Rs 1 per day  
Reliance - 56300123 Rs 1 per day

Enquiry Mob. 9414151111,  
8104777111

**सूचना-**ओम शान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने व पत्रकारिता के अनुभवी भाइयों की आवश्यकता है। ई.मेल, वेबसाइट तथा सॉफ्टवेयर की भी जानकारी हो। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें-

Email- [mediabkm@gmail.com](mailto:mediabkm@gmail.com)

M-8107119445



# रेडियो मधुवन 90.4 एफ.एम. का तीसरा वार्षिकोत्सव

देश के सामुदायिक रेडियो स्टेशनों के टॉप-20 में नाम शुमार

**आबू रोड- शांतिवन।** भारत में आज भी कई ग्रामीण इलाके हैं जहाँ योजनाओं की जनोपयोगी जानकारी नहीं मिल पाती है। परन्तु संचार माध्यमों में वृद्धि के कारण लोगों में जागरूकता पैदा हो रही है। सिरोंही जिले में भी पिछड़े और दूर दराज के लोगों को नई जानकारियाँ प्रदान करने में रेडियो मधुवन की महत्वपूर्ण भूमिका साबित हो रही है। उक्त उद्गार राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग के अध्यक्ष वी.ईश्वरैया ने रेडियो मधुवन 90.4 एफ.एम. की तीसरी वर्षगांठ पर आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि आज जरूरत है छोटे या बड़े हर वर्ग के लोगों में सशक्तिकरण के प्रति जागरूकता फैलाने की। संचार माध्यमों में लोक कल्याणकारी योजनाएं और स्वस्थ सामग्री ही हमेशा लोगों को एक सूत्र में पिरोने का कार्य करती हैं। रेडियो मधुवन भी इसी राह पर अग्रसर रहा है।

जिला कलेक्टर रघुवीर मीणा ने रेडियो मधुवन को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि

**प्रश्न - मैं एक कुमार हूँ। मुझे अपवित्रता बहुत सताती है। कभी-कभी मुझे बहुत गहरा डिप्रेशन हो जाता है और ऐसा लगता है कि धर्मराज की सजा मिल रही है। शायद पिछले जन्मों में मैंने बहुत पाप कर्म किए हैं। मैं अब अच्छा इंसान बनना चाहता हूँ। मुझे योग की कोई सरल विधि बतायें?**  
**उत्तर -** पवित्रता मनुष्य की सबसे बड़ी पुण्य की पुंजी है। आपको पवित्र बनने का संकल्प है ये प्रशंसनीय है। आप इस बात को सोच-सोचकर निराशा ना हों कि शायद मैंने पूर्व जन्मों में बहुत पाप कर्म किए हैं। अब आपको अपने विचारों को शुद्ध करना है। इसके लिये कम से कम छः मास का आपको सुंदर प्लान दे रहे हैं। बहुत दृढ़ता से इसका पालन कीजियेगा।  
रोज सवेरे उठते ही और सोने से पहले एक अव्यक्त मुरली का अध्ययन करके 5 प्वाइंट लिखें और दिन में उन्हें याद करने का पुरुषार्थ करें।  
आपको रोज 5 बार पानी को चार्ज करके पीना है और पानी को चार्ज करने की विधि है - पानी को दृष्टि देकर 7 बार ये संकल्प करना कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। हर घण्टे में 2 बार याद करना कि मैं आत्मा हूँ, इस देह का मालिक हूँ... ये देह अलग, मैं आत्मा अलग हूँ और प्रति घण्टे में एक बार दूसरों को चमकती हुई आत्मा देखने का अभ्यास करना। धीरे-धीरे आपका योग अच्छा लगने लगेगा। फिर आप अपने योग की साधना को बढ़ाते चलना परन्तु एक घण्टा रोज पवित्रता के लिए विशेष योग करना। योग से पहले 5 बार दो स्वमान याद करना - एक मैं पवित्रता का फरिश्ता हूँ और दूसरा मैं प्रकृति का मालिक हूँ।

**प्रश्न - मैं एक गृहणी हूँ। मुझे टेंशन बहुत रहता है। मेरा मन प्रसन्न नहीं रहता। एक उदाहरण अभी का आपको बताना चाहती हूँ। मेरी 9 साल की पोत्री है। उसका पढ़ने में जरा भी ध्यान नहीं रहता। मुझे उसके भविष्य की बहुत चिंता रहती है। ऐसी**



शान्तिवन। कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.रमेश, ब्र.कु.करुणा, वी.ईश्वरैया, रघुवीर मीणा, कविता सेठ, ब्र.कु.यशवंत, ब्र.कु.संजीव तथा अन्य।

सुनें रेडियो मधुवन 90.4 एफ.एम. अपने मोबाइल पर



इससे स्कूली बच्चों को नित नई जानकारियाँ मिलती हैं। समाज की प्रगति में रेडियो की महत्वपूर्ण भूमिका है और रेडियो मधुवन पर ग्रामीण इलाकों तथा

घर में कई बातें होती हैं जो मुझे तनाव में रखती हैं। मेरा योग भी नहीं लगता। तनाव मुक्त होने का कोई सरल उपाय बताइये?

**उत्तर -** जितनी चिंता आपको अपनी पोत्री की है, उतनी चिंता यदि पुरुषार्थ की लग जाए तो आपके 84 जन्म सुधार जाएँ। आप किस-किस की चिंता करेंगी? आपके कई बच्चे होंगे उनकी चिंता, फिर उनके बच्चों की चिंता! आप ये भी चाहेंगी कि मैं बड़ी हूँ तो सब मेरी बात मानें, सब वही करें जो मैं चाहती हूँ, परन्तु आपको ज्ञानयुक्त होकर अपने चित्त को शांत करना पड़ेगा।



आपकी पोत्री पढ़ती नहीं, उसकी आपको चिंता रहती है और आप ईश्वरीय पढ़ाई पे ध्यान नहीं देती, इसकी चिंता कौन करेगा? इसलिये ड्रामा के ज्ञान को यूज करते हुए थोड़ा-थोड़ा साक्षीभाव बढ़ाने का अब अभ्यास करें। इस संसार में सभी आत्माओं का अपना-अपना भाग्य है। सबकी अपनी-अपनी बुद्धि है। सभी पढ़ाई में फर्स्ट क्लास नहीं हो सकते। इसलिये अपने चित्त को शांत करें।

आप ये याद रखें कि जितनी श्रेष्ठ आपकी स्थिति रहेगी, उतना ही परिवार का माहौल अच्छा होगा और बच्चों का कारोबार भी अच्छा होगा। आपका योगबल पूरे परिवार के लिए सहारा बन जाएगा और यदि आपने अपनी स्थिति बिगाड़ी तो परिवार में हर व्यक्ति परेशान होगा इसलिये अपनी चिंताएँ बाबा को अर्पित करके अपने भविष्य की चिंता करें।

**प्रश्न - मैं एक माता हूँ। मुझे बहुत ज़्यादा सोचने की आदत है। मैं रात भर सोचती ही रहती हूँ। मैं क्या सोचती हूँ, इसका मुझे भी पता नहीं चलता। इससे मेरी नींद भी अच्छी नहीं होती।**

युवाओं पर प्रसारित की जा रही सामग्री सराहनीय है। मुम्बई से आई सुप्रसिद्ध सूफी गायिका बाना कविता सेठ ने कहा कि मुझे कई जगहों पर जाने का अवसर मिलता रहा है परन्तु यहाँ आने के बाद जिस तरह से आदिवासी एवं पिछड़े इलाकों के युवाओं की भागीदारी देखने को मिली इससे बहुत प्रसन्नता हो रही है। इनकी प्रस्तुतियों ने महसूस करा दिया कि अब नई सदी की झलक भारत के हर कोने में देखने को मिल रही है। कार्यक्रम

में ब्रह्माकुमारीज के महासचिव ब्र.कु.रमेश तथा रेडियो मधुवन के निदेशक ब्र.कु.करुणा ने कहा कि जब इस रेडियो की शुरुआत की गई तो लगा कि कैसे लोगों में जागृति लाई जाए। इसके लिए हर वर्ग के लोगों का ध्यान रखा गया और लोगों में मूल्यनिष्ठ सामग्री प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया। इसकी वजह से बड़ी संख्या में लोग जुड़े। कार्यक्रम में जापान और चाईना से आए कलाकारों ने अपनी प्रस्तुतियाँ देकर सबका मन मोह लिया। सेंट जोन्स, रायल राजस्थान, अर्बुदा, यू.एस.बी. कॉलेज तथा गोलिया स्कूल और दरबार स्कूल के बच्चों ने अपनी प्रस्तुतियों से मौजूद जनसभा को भाव-विभोर किया। आप रेडियो मधुवन से इन माध्यमों पर भी जुड़ सकते हैं:

**Twitter -**  
<http://twitter.com/fmradiomadhuban>  
**Facebook -**  
<http://facebook.com/Radio.madhuban>  
**Youtube -**  
<http://youtube.com/user/FMradiomadhuban>

ये याद करें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। **प्रश्न -** हमारा पूरा परिवार ज्ञान में चलता है। मेरी एक कन्या 20 साल से ज्ञान मार्ग में है, उसे पवित्र जीवन बहुत अच्छा लगता था लेकिन अब अचानक उसे एक साथी की जरूरत महसूस होने लगी है, वो शादी करना चाहती है। उसकी आयु भी 40 वर्ष हो गयी है। हमारे लिए ये बड़ी समस्या बन गयी है। कृपया इसका समाधान बताएँ?

**उत्तर -** उस कन्या ने अपनी पवित्रता के महत्व को भूला दिया है। जिसने बीस साल में अपने अंदर पवित्रता की शक्ति भरी हो, उसे अब अंत में नष्ट कर देना बुद्धिमानी नहीं होगी। स्पष्ट है कि उसके पास योगबल नहीं है। अगर उसने भगवान को अपना साथी बनाया होता तो उसे और किसी साथी की जरूरत नहीं होती।

उसे ये जानना चाहिए कि इस ईश्वरीय अवज्ञा का परिणाम बड़ा घातक होगा। जिन कन्याओं ने ईश्वरीय मार्ग पर चलकर अपवित्रता का पथ चुना है, वो सुखी बिल्कुल नहीं हैं। वो रात-दिन पश्चाताप की अग्नि में जलती हैं। कइयों के तो तलाक हो गए हैं। कइयों का जीवन तो बोझ बन गया है। वो ना तो जी सकती हैं और ना मर सकती हैं। इसलिये परमात्म प्यार का रिटर्न इस तरह ना दें। सोच लो कितनी कठिनाईयों के बाद तो भगवान मिला है और अब उसे छोड़ने की तैयारी !! किसी भी कीमत पर भगवान का हाथ नहीं छोड़ना चाहिए। आप अपनी कन्या से अच्छी तरह बात करें। उसे उमंग दिलाएँ और चिंतित बिल्कुल ना हों क्योंकि यहाँ सभी का अपना-अपना भाग्य भी है। साथ में 21 दिन की एक विघ्न विनाशक भट्टी भी कर लें। 21 दिन तक एक घण्टा योग करें। योग से पूर्व दो स्वमान पाँच बार याद करें। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और विघ्न विनाशक हूँ। इससे आपकी कन्या की बुद्धि बदल जाएगी। पुनः भगवान से जुड़ जाएगी।

## सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

### प्रथम सप्ताह

### स्वमान - मैं आत्मा विश्वकल्याणकारी हूँ...।

मैं शुद्ध, पवित्र आत्मा इस संसार में सर्व का कल्याण करने के लिए ही अवतरित हुई हूँ... मुझे तो प्रकृति सहित सारे विश्व का कल्याण करना है।

योगाभ्यास - मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मास्टर ज्ञान सूर्य हूँ...। मेरे मस्तक और नयनों से निरन्तर सकाश निकल कर चारों ओर फैल रही है। विश्व की सर्व आत्माओं के व्यर्थ संकल्प व विकर्म भस्म हो रहे हैं...। सर्वशक्तियों से सम्पन्न मैं आत्मा अपने अव्यक्त आकारी फरिश्ते चोले में विश्व के ग्लोब पर बैठी हूँ...। सर्व आत्माओं का कल्याण हो...। सबके दुःख दूर हो जाएं...। सर्व आत्माएं सम्पूर्ण बन जाएं...। ऐसे अनुभव करें कि मेरी नज़र संसार की सभी आत्माओं पर पड़ रही है...। सर्व आत्माएं बाबा की सर्वशक्तियों रूपी किरणों में नहा रही हैं...। प्रकृति के पांचों तत्वों सहित सभी आत्माएं पावन बनती जा रही हैं...।

योग का प्रयोग - सकाश द्वारा अन्यात्माओं की बुद्धि को बदलने की सेवा करना, जिस आत्मा की सेवा करनी है उसे इमर्ज कर विचार देना है कि आप बहुत अच्छी आत्मा हो, आप विश्वकल्याणकारी आत्मा हो, आप

मेरे फ्रेन्ड हो। ऐसे ही किसी को शराब छुड़ाने के लिए विचार दे सकते हैं कि यह बहुत खराब आदत है, इससे बहुत नुकसान होता है, इसे आप छोड़ दो। क्योंकि जो विचार हम परमात्म याद में करते हैं उस समय उस आत्मा को इमर्ज करके देंगे, जो विचार देंगे वह उनके मन को पूरा टच होगा। इसका प्रयोग सात दिन या इक्कीस दिन अवश्य करना है, इसके लिए मन बिल्कुल शुद्ध हो। सम्पूर्ण विश्वास के साथ ये सेवा करनी है। सदा याद रहे - जैसा बाप वैसे बच्चे, जिस प्रकार बाबा के मन में सदैव सर्व के प्रति कल्याण की भावना समाई हुई है उसी प्रकार मेरे मन में भी सर्व आत्माओं के प्रति कल्याण की भावना भरी हुई हो। क्योंकि हम सब आत्माएं एक ही परिवार के हैं, एक ही घर से आए हैं, एक ही पिता के बच्चे हैं तो फिर भेदभाव हो ही नहीं सकता। इसलिए हम किसी के प्रति अकल्याण का संकल्प भी नहीं कर सकते।

बाबा से दोस्ती का अनुभव भी करें - एक शिव बाबा ही मेरा सच्चा दोस्त है...। अपने प्यारे दोस्त से बातें करें...। मेरे प्यारे दोस्त शिव बाबा आप कितने मीठे, सर्व के

हितकारी हो...। अपने मेरे से दोस्ती कर मुझे कितना कुछ दिया, मेरी सर्व समस्याओं को हल कर दिया...। हर समय आप मेरे पास चले आते हो...। सचमुच मेरे जिगरी दोस्त आपने मेरा जीवन ही खुशबूदार बना दिया...। जीवन में सुख, शान्ति, आनंद व खुशियों की खुशबू बिखेर दी...। मैं धन्य-धन्य हो गया। मेरे दिलाराम शिव बाबा आपकी इस निःस्वार्थ दोस्ती से मैं हल्का हो गया, लाईट हो गया।

धारणा - निर्विकल्प संकल्पों के साथ निःस्वार्थ सेवा करनी है। ज़रा भी स्वार्थ की भावना न हो।

चिन्तन - हम स्वयं से व दूसरों के साथ अच्छा व्यवहार कैसे करें? चिन्तन कर अच्छे-अच्छे विचार लिखें।

अपने से पूछो - मैं क्या पुरुषार्थ करता हूँ, और क्या कर सकता हूँ - निश्चय ही मन गवाही देगा कि मैं जो पुरुषार्थ कर रहा हूँ, उससे कई गुणा ज्यादा कर सकता हूँ। तो जो मैं कर सकता हूँ वो तो कर लूं ताकि अंत में मेरा मन यह सोचकर न पछताए कि मैं कर तो सकता था, परन्तु मैंने किया नहीं।



**वलसाड-गुज.**। "सकारात्मक जीवनशैली" कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. रोहित, नगरपालिका प्रमुख सोनल बहन, ब्र.कु. उषा, ब्र.कु. रंजन तथा डॉ. दिनेश वैद्य।



**विलासपुर-छ.ग.**। स्वास्थ्य मंत्री अमर अग्रवाल को नए वर्ष की बधाई एवं ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.सविता। साथ हैं पिछड़ा वर्ग के अध्यक्ष डॉ.सोमनाथ यादव, राधेश्याम यादव, सतीश यादव, अजीत भोगल तथा अन्य गणमान्य व्यक्ति।



**तासगांव-महा.**। विधायक संजय काका पाटिल को ईश्वरीय सौगात एवं जन्मदिन की बधाई देने के बाद ब्र.कु.वैशाली, ब्र.कु.सुरभी, वसंत काका तथा अन्य।



**मुम्बई-मलाड**। फिल्म प्रोड्यूसर और डायरेक्टर सुभाष घई के जन्मदिन पर बधाई एवं ईश्वरीय संदेश देते हुए ब्र.कु.नीरजा, ब्र.कु.संजय तथा अन्य।



**बाशी**। "एवरहैप्पी मेडिटेशन ग्रुप" के वार्षिकोत्सव पर केक कटिंग करते हुए ब्र.कु.संगीता, ब्र.कु.अमिता तथा ब्र.कु.शकुंतला।



**अलीगढ़-उ.प्र.**। सेवाकेन्द्र के उद्घाटन समारोह में नृत्य प्रस्तुत करती कन्या मनी। मंचासीन हैं ब्र.कु.नन्दकिशोर, आगरा, ब्र.कु. अश्वना, ब्र.कु.शीला तथा अन्य।

### द्वितीय सप्ताह

### स्वमान - मैं डबल लाइट फरिश्ता हूँ।

फरिश्ता अर्थात् डबल लाईट। डबल लाईट अर्थात् तन भी लाईट और मन भी लाईट। मन में किसी भी प्रकार के व्यर्थ का बोझ नहीं हो। यदि किसी भी प्रकार का मन-बुद्धि पर बोझ होगा...तो डबल लाईट फरिश्ते स्वरूप का अनुभव कर नहीं सकेगे...इसलिए कोई भी बोझ हो...तो उसे बाप को देकर डबल लाईट बन उड़ती कला का अनुभव करें।

योगाभ्यास - स्वयं भगवान हमारा बाप, टीचर और सतगुरु है। ज़रा देखें...अपने सर्वश्रेष्ठ भाग्य को कि स्वयं भगवान, बाप के रूप में हमारी कितनी श्रेष्ठ पालना कर रहे हैं, शिक्षक के संबंध में देवपद के लिए पढ़ाई पढ़ा रहे हैं और सतगुरु के संबंध में वरदानों से सहज हमें भरपूर कर रहे हैं। तो इतना श्रेष्ठ भाग्य क्या स्वप्न में भी सोचा था कि भगवान बाप इतना हमारे ऊपर बलिहार जायेंगे...ज़रा सोचो...भक्त लोग भगवान के गीत गाते हैं और भगवान आप भाग्यवान

बच्चों के गीत गाते हैं।

धारणा - दुआएं देना है और दुआएं लेना है - मानो आपका योग नहीं लगता है, धारणाएं थोड़ी कम होती हैं, भाषण करने की हिम्मत नहीं होती है तो भी कोई बात नहीं है, केवल एक ही कार्य करो कि हमें दुआएं देनी है और दुआएं लेनी है...यह एक बात पक्का करो तो इसमें सबकुछ आ जायेगा। करके देखो, पहले एक दिन अभ्यास करके देखो...फिर सात दिन करके देखो...। कुछ भी हो जाए...कोई कुछ भी देवे...बददुआ भी मिलेगी और क्रोध की बातें भी सामने आएंगी। लेकिन एक ही लक्ष्य सामने रहे कि हमें दुआएं देनी है और दुआएं लेनी है। यदि दृढ़ निश्चय है तो दृढ़ निश्चय वाले की विजय निश्चित है।

चिन्तन - बोझ के समय की स्थिति और डबल लाईट के समय स्थिति क्या होती है, लिखें। जो बंधन हमें डबल लाईट बनने नहीं देते उनकी लिस्ट निकाल लें। सर्व प्रकार के

बंधनों से मुक्त होने की विधि क्या है? सर्व बंधनों से मुक्त आत्माओं की निशानी क्या होगी? छः मास के लिए होमवर्क का प्लान बनाएं। इसके लिए पन्द्रह दिन में कोई एक बंधन जो हमारे मन-बुद्धि को बार-बार प्रभावित करता हो, उसे समाप्त करने के लिए दृढ़ संकल्प करने के साथ बार-बार उसे रिवाइज और रियलाइज करें। साधकों के प्रति - प्यारे बापदादा ने हम सभी बच्चों को यह इशारा दिया है कि जैसे सेवा उमंग-उत्साह से करते हो...ऐसे ही स्वयं के प्रति भी स्व-सेवा करो। स्व-सेवा अर्थात् स्वयं को चेक करना और बाप समान बनना। बाप समान बनना अर्थात् जैसे बाप सर्व बन्धनमुक्त है...डबल लाईट है...ऐसे बाप समान डबल लाईट...सर्व बंधनमुक्त हम भी बनें। किसी भी प्रकार का बोझ नहीं, कोई भी कमी-कमज़ोरी नहीं...सब बाप को देकर डबल लाईट बन संगमयुग में जीवनमुक्त स्थिति का अनुभव करें।

## असमानता को दूर... पेज 1 का शेष

इस अवसर पर भारत सरकार के अन्य पिछड़ा आयोग के अध्यक्ष न्यायमूर्ति वी ईश्वरैया ने कहा कि बाबा ने जो ज्ञान दिया वह सर्व मनुष्यात्माओं के आन्तरिक विकास के लिए ज़रूरी है। यदि आन्तरिक मूल्यों का विकास नहीं होगा तो मनुष्य कभी भी अपने जीवन में तरक्की नहीं कर सकता। यही कारण है कि प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय ने पूरे विश्व में लोगों को एकता के सूत्र में पिरोने का प्रयास किया है। छत्तीसगढ़ के लोकायुक्त लालचन्द भांडू

ने कहा कि हम तो काफी समय से इस संस्था से जुड़े हैं और इसके ज्ञान का श्रवण करते हैं और आज के समाज के बदलाव के लिए मनुष्य के संस्कारों में बदलाव लाना अति आवश्यक है। बाबा ने अस्सी के दशक में जो ज्ञान का पौधा लगाया वह आज विशाल रूप धारण कर चुका है। इसके साथ ही संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, महासचिव ब्र.कु. निर्वैर, अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. रमेश, ब्र.कु. बृजमोहन, सूचना निदेशक

ब्र.कु. करुणा समेत बड़ी संख्या में लोगों ने अपने विचार व्यक्त करते हुए बाबा के पदचिन्हों पर चलने की अपील की। साथ ही वर्तमान समय लोगों में सदाचार और सदभाव बढ़ाने पर ज़ोर दिया।

इस अवसर पर ग्राम विकास प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु. मोहिनी, कार्यक्रम संयोजिका ब्र.कु. मुन्नी, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. ओम प्रकाश, ज्ञानामृत के सम्पादक आत्म प्रकाश समेत बड़ी संख्या में लोग उपस्थित थे।

# सु-स्वास्थ्य के लिए तनाव-मुक्त रहना ज़रूरी- डॉ.पटेल

**नवसारी।** हमारा मन ही बीमारियों का निर्माण करता है और मन का स्वस्थ होना ही हमें उन बीमारियों से मुक्ति दिला सकता है। बीमारियां इतनी खतरनाक हो सकती हैं कि उनसे हमारा ब्रेन तक डैमेज हो सकता है और इसका सर्वप्रथम कारण हमारे मन का असंतुलित होना ही है।

उक्त उद्गार प्रसिद्ध मनोचिकित्सक डॉ. गिरीश पटेल ने 29 दिसम्बर 2013 को ब्रह्माकुमारी के नवसारी सेवाकेन्द्र द्वारा 'तनाव मुक्ति द्वारा तंदरुस्ती' विषय पर आयोजित सेमिनार में व्यक्त किये।

जलालपुर सेवाकेन्द्र की ब्र.कु. भानू बहन ने सभी का इस सेमिनार में आने पर स्वागत किया। नवसारी एग्रीकल्चर कॉलेज के वाईस चान्सलर पाठक साहेब, नवसारी न.पा. के चीफ ऑफिसर सुरेश सेठ, नारायण लाल कॉलेज के डायरेक्टर डॉ. गांधी साहेब, डॉ. श्राफ, ब्र.कु. गीता, डॉ. गिरीश पटेल तथा ब्र.कु. गोविन्द ने दीप प्रज्वलन कर इस कार्यक्रम का उद्घाटन किया।

नवसारी के वाईस चान्सलर पाठक ने कहा कि, आज के सेमिनार का विषय मुझे बहुत ही पसंद आया। तनाव सचमुच हमारी तंदरुस्ती पर असर डालता है और तंदरुस्त रहने के लिए तनाव को समाप्त करना बहुत ही ज़रूरी है।



**नवसारी।** सम्बोधित करते हुए डॉ. गिरीश पटेल। मंचासीन हैं ब्र.कु.गीता, पाठक साहेब, सुरेश सेठ, डॉ. गांधी साहेब।

नवसारी ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. गीता ने कहा कि,

## तनाव मुक्त रहने के लिए कुछ टिप्स:

(1) स्ट्रेस को एवॉइड करने की कोशिश मत करो, बेस्ट उपाय है— चैलेन्ज के रूप में तनाव का सामना करो तो सामना करने की कैपेसिटी बढ़ती जाएगी। - (2) तीन 'एफ' हमेशा याद रखो — फेस इट, फाइट इट और फिनिश इट। तनाव के लिए डॉ. अली का संपर्क करो :- ए - अवेयरनेस - परिस्थितियों के प्रति सजग हो जाओ, एल - लिसन - निवारण के संकेतों को सुनो, आई - इन्ट्रोस्पेक्ट - अन्तर्मुखी होकर जिओ तो तनाव का मूल मिल जाएगा। - (3) हर मुसीबत के बाद सुख का डेरा होता है, हर आफत से वाकिफ होकर चिन्ता मुक्त होने के लिए वर्तमान में जिओ।

तनाव का मूल कारण मन ही है। हमें स्वयं को तनाव मुक्त रखने के लिए मन में सदैव सुंदर विचारों को ही स्थान देना चाहिए और अपनी श्रेष्ठ विचारधारा को प्रैक्टिकल जीवन में लाना चाहिए।

डॉ. गिरीश पटेल ने आगे कहा कि, हमारे व्यर्थ व नकारात्मक विचार ही चिन्ता का निर्माण करते हैं। एक छोटा बच्चा दिन में 10 बार हंसता है क्योंकि वो कोई व्यर्थ संकल्प नहीं चलाता और इसी कारण उसे किसी प्रकार की कोई चिन्ता नहीं होती। लेकिन जैसे-जैसे वो बड़ा होता जाता है और नये-नये संकल्प उसके मन में आते जाते हैं तो उसकी चिन्ताएं भी बढ़ती रहती हैं और उसका

हंसना कम होता जाता है और चिन्ताओं के अत्यधिक बढ़ जाने पर एक दिन ऐसा आता है जब उसका हंसना बंद हो जाता है। उन्होंने कहा कि भूतकाल सपना है, भविष्य कल्पना है और वर्तमान अपना है। उन्होंने वर्तमान में जीने के भी कुछ उपाय बताते हुए कहा कि:

1. खाते-पीते समय टी.वी. नहीं देखो।
2. अपने काम का आनंद लो।
3. पुरानी-पराई बातों से मुक्त रहो।
4. बच्चों के साथ बात करते समय उनके दोस्त बन जाओ, अन्य किसी बात पर ध्यान मत दो। ज़रूरी न हो तो फोन भी मत उठाओ।
5. लोग मेरे बारे में क्या सोच-विचार करते हैं ये हमें सोचना ज़रूरी नहीं है।
6. स्वमान को बढ़ाओ, सीखना है तो बालक बनना पड़ेगा।
7. अपेक्षा से अहंकार का जन्म होता है- इससे दूर रहो।
8. जीवन एक लंबी सीरियल है, इसमें मेरी कहानी बहुत ही सुंदर है, इस संकल्प का बार-बार अभ्यास करो।
9. हम व्यक्ति नहीं शक्ति हैं।
10. अपनी सारी चिन्ताएं भगवान को सौंप दो।

इस कार्यक्रम में नवसारी की जनता ने बहुत ही उमंग उत्साह से बड़ी संख्या में भाग लिया।

## मन की सृजनात्मक शक्तियों को बढ़ाएं

**पानीपत।** जब भूतकाल को भगवान भी नहीं बदल सकता तो हम उसके बारे में सोच सोचकर अपना वर्तमान क्यों खराब करें। जीवन को तनाव मुक्त व खुशहाल बनाना है तो वर्तमान में जीना सीखें क्योंकि भूतकाल भूनाया हुआ चैक है और भविष्य निवेश की हुई जमाराशि है जबकि वर्तमान नगद पैसा है जिसका आप जैसे चाहें वैसे उपयोग कर सकते हैं। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारी के नवनिर्मित परिसर ज्ञान मानसरोवर में आयोजित सेमिनार में 'पावर ऑफ माइंड स्ट्रेस मैनेजमेंट' विषय पर इनोवा थिंकिंग के डायरेक्टर सुशील मित्तल ने व्यक्त किये।

उन्होंने कहा कि आज मनुष्य अपने जीवन का 75 से 85 प्रतिशत समय भूतकाल के चिंतन में गवां रहा है और 15 से 20 प्रतिशत समय भविष्य के चिंतन में गवां रहा है जबकि सबसे



**पानीपत।** कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए सुशील मित्तल, ब्र.कु.भारत भूषण, ब्र.कु.रानी, ब्र.कु.सरला तथा अन्य।

महत्वपूर्ण समय वर्तमान में केवल 5 प्रतिशत ही जी रहा है। यही मनुष्य के टेंशन का मुख्य कारण है। आप अपने कार्य के लिए प्लैनिंग तो अवश्य करें परन्तु परेशान कभी न हों। साथ ही सुबह की शुरुआत अच्छे संकल्पों के साथ करें। न्यूज पढ़कर अपने मन में अना-

वश्यक बातों का कचरा न भरें। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए ज्ञान मानसरोवर के निर्देशक भारत भूषण ने लोगों को खुश रहने के लिए प्रेरित किया और कहा कि जीवन में खुश रहना चाहते हैं तो अपने जीवन से मिस्टर झा को गैट आउट करें। यहां झा कोई

व्यक्ति नहीं है बल्कि झा अर्थात् JHA = Jealousy, Hate, Anger उन्होंने खुशनुमा जीवन शैली के लिए कुछ टिप्स बताये जो कि इस प्रकार हैं:

- (1) एक दूसरे को प्रोत्साहित करें।
- (2) सकारात्मक नज़रिया अपनायें।
- (3) हर बात में कुछ कल्याण समाया

हुआ है और मेरा काम है उसे ढूँढना। (4) तनाव मुक्त रहना है तो साहसी बनें। (5) क्षमा करें और भूल जायें। किसी की भी गलती को चित्त पर न रखें। (6) संसार परिवर्तनशील है इसलिए किसी पर ये लेबल न लगायें कि ये बदल नहीं सकता। (7) सोने से पूर्व सारे दिन का हाल परमात्मा को बताकर सोयें। (8) सर्कस के हाथी की तरह ये धारणा कभी न बनायें कि मैं तो चैन तोड़ ही नहीं सकता।

ब्र.कु.रानी ने संस्था की गतिविधियों से अवगत कराया। ब्र.कु. सरला ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराया तथा बताया कि किस प्रकार राजयोग का अभ्यास हमारे रोजमर्रा के जीवन में हमें तनाव मुक्त रखने में मददगार है। कुमारी तान्या एवं रौनक ने स्वागत नृत्य पेश कर सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया।

**कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारी, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510**

**सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088, Email- mediabkm@gmail.com, omshantimedia@bkivv.org, Website- www.omshantimedia.info**

**सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 170 रुपये, तीन वर्ष 510 रुपये, आजीवन 4000 रुपये। विदेश - 2000 रुपये (वार्षिक)**

**कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।**

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/12-14, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)  
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2013-14, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month

संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारी मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।