ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 16 अंक-20 जनवरी-II, 2016 पाक्षिक माउण्ट आबू ' 8.00

'द फ्यूचर ऑफ पावर'

दादी जानकी का सम्मानपूर्वक स्वागत करते हुए ब्र.कु. निर्मला व निज़ार जुमा।

समूह चित्र में दादी जानकी के साथ कार्यक्रम के प्रतिभागी।

टॉक शो के दौरान जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्र.कु. शिवानी व ब्र.कु. निज़ार जुमा।

ज्ञानसरोवर। ज्ञानसरोवर के मनोरम और खुशनुमा वातावरण के बीच `द फ्यूचर ऑफ पावर' का दो दिवसीय कार्यक्रम सम्पन्न हुआ। इस कार्यक्रम में भारत व नेपाल से 150 अग्रणियों ने भाग लिया। इस कार्यक्रम की शुरुआत कैंडल लाइट डिनर से हुई जिसमें 100 वर्षीय दादी जानकी ने सभी के डाइनिंग टेबल के पास जाकर उनसे व्यक्तिगत रूप से मुलाकात की एवं उन्हें ईश्वरीय वरदानों से भरपूर किया। कार्यक्रम में दोनों दिन सभी प्रतिभागियों ने ब्र.कु. डैविड क्लिोवस्कि के जीवंत व मधुर मुरली के धुन पर अमृतवेले राजयोग का विशेष रूप से अभ्यास किया व उसका लाभ लिया। अमृतवेले के बाद 6:30 बजे दानों दिन ऑस्ट्रेलिया की ब्र.कु. मौरीन ने सभी को राजयोग के विषय पर मार्गदर्शन किया। हर सत्र के मध्य ब्र.कु. डैविड ने अपने म्यूजिकल इन्स्ट्रूमेंट के साथ सभी को आंतरिक और गहरी शांति का अनुभव कराया। इन दो दिनों के कार्यक्रम में ही मेहमानों को राजयोग का लगभग सम्पूर्ण ज्ञान दिया गया। मुख्य सत्र ब्र.कु. शीलू द्वारा संचालित किया गया। ब्र.कु. शिवानी ने दो दिनों में चार सत्रों का संचालन किया। ब्र.कु. निज़ार जुमा ने सभी उपस्थित अतिथियों को आध्यात्मिक उन्नति के सभी परिदृश्यों से व्यवहारिक रूप में अवगत कराया।

पहले दिन की शाम को कुवैत से आई ब्र.कु. अरुणा ने सभी को बहुत ही अद्भुत राजयोग का अनुभव कराया जिसमें सभी ने स्वयं को बॉडीकॉन्सेस से दूर सोल कॉन्सेस में महसूस किया और गहरी शांति व आनंद का अनुभव किया।

- द फ्यूचर ऑफ पावर की संगोष्ठि ज्ञानसरोवर में।
- कार्यक्रम का लगभग 150 गणमान्य लोगों ने लिया लाभ।
- कार्यक्रम की शुरुआत दादी जानकी के व्यक्तिगत रूप से प्रतिभागियों से मुलाकात के रूप में हुई।
- पहली बार कैंडल लाइट डिनर का हुआ आयोजन।
- ब्र.कु. शिवानी तथा ब्र.कु. निज़ार जुमा के साथ टॉक शो भी हुआ आयोजित।
- यू आर नॉट योर ब्रेन - नेविल।
- विज्ञान और आध्यात्मिकता का बहुत गहरा संबंध-ब्र.कु. सूर्य

कार्यक्रम के दूसरे दिन सभी को विज्ञान के संदर्भ में आध्यात्मिकता से परिचित कराया गया। ऑक्सफोर्ड के ब्र.कु. नेविल ने `यू आर नॉट योर ब्रेन' विषय पर उत्कृष्ट प्रवचन दिये। इसमें उन्होंने नेचर ऑफ रियल्टी के बारे में गहरी आध्यात्मिक समझ व आधुनिक वैज्ञानिक समझ के बीच के संबंध को बखूबी स्पष्ट किया। सेटल के ब्र.कु. सूर्य ने विज्ञान और आध्यात्मिकता के संबंध को उजागर किया।

इन दो दिनों के कार्यक्रम ने सभी अतिथियों के हृदय को द्रविभूत कर दिया और उनमें नई जागृति लाई। सभी अतिथियों ने इस कार्यक्रम की तहे दिल से सराहना की और कहा कि यह कार्यक्रम बहुत ही महत्वपूर्ण और जीवन को परिवर्तित कर देने वाला है, साथ ही उन्होंने भी ऐसे कार्यों में सहयोग करने व भाग लेने की इच्छा जताई।

भारत का आधार व कर्णधार कृषक

राष्ट्रीय किसान सशक्तिकरण दिव्य महोत्सव में जुटे देशभर के किसान

शांतिवन। भारत कृषि प्रधान देश है तथा भारत की आत्मा गांव में बसती है। आज वही आत्मा कमज़ोर होती जा रही है। वातावरण के असामयिक बदलाव से कृषकों को हर बार आर्थिक और मानसिक परेशानियों से गुज़रना पड़ता है। ऐसी परिस्थितियों से बचाव के लिए किसानों के आध्यात्मिक सशक्तिकरण की ज़रूरत है। उक्त उद्गार `राष्ट्रीय किसान सशक्तिकरण दिव्य महोत्सव सम्मेलन' के दौरान हरियाणा प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष अशोक तंवर ने व्यक्त किये। कृषक रूपी आत्मा को शक्तिशाली बनाने के लिए ब्रह्माकुमारी संस्थान का प्रयास सराहनीय है।

- किसानों के आध्यात्मिक सशक्तिकरण की ज़रूरत
- कृषकों को शक्तिशाली बनाने के लिए ब्रह्माकुमारी संस्थान का प्रयास सराहनीय- तंवर
- किसानों को सामाजिक कुरीतियों एवं अंधविश्वास से बाहर निकालो-दादी जानकी
- सर्वांगीण विकास के लिए आध्यात्मिक रूप से सशक्त होना ज़रूरी - ब्र.कु. निर्वैर

ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने कहा कि गाँवों के लोगों में सबसे ज़्यादा ज़रूरत है कि उन्हें सामाजिक कुरीतियों और अंधविश्वास से बाहर निकाला जाये, ताकि वे अपनी ऊर्जा को कृषि और समाज के विकास में लगा सकें। हमें हरेक परिस्थितियों में एक-दो के सहयोगी बनना चाहिए।

कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए अशोक तंवर, ब्र.कु. शारदा, रविन्द्र सिंह चीमा, दादी जानकी, ब्र.कु. निर्वैर, ब्र.कु. सरला, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. मुन्नी व ब्र.कु. गीता।

पंजाब कृषि विपणन बोर्ड के उपाध्यक्ष रविन्द्र सिंह चीमा ने कहा कि पंजाब कृषि के क्षेत्र में अग्रणी है परंतु वहां नशा और धूम्रपान से लोग ग्रसित होते जा रहे हैं, ऐसे में किसानों की ज़्यादा आय इसमें ही नष्ट हो जाती है। इसलिए इस किसान सशक्तिकरण अभियान के ज़रिये इन्हें इससे बचाया जा सकता है। इसके लिए ब्रह्माकुमारी संस्था को सकारात्मक प्रयास में तेज़ी लाने की ज़रूरत है। संस्था ने जो खेती की नई पद्धति निकाली है वह वास्तव में आधुनिक वातावरण के साथ तालमेल बनाने में कारगर है।

भारत स्वाभिमान गोवा के अध्यक्ष कमलेश वन्देकर, ब्रह्माकुमारीज़ के महासचिव ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि आधुनिक संसाधनों का उपयोग कृषि विकास में लगाने चाहिए और साथ ही आध्यात्मिक रूप से भी सशक्त होना ज़रूरी है। प्रेस इनफॉर्मेशन ब्यूरो जयपुर की निदेशिका प्रज्ञा पालिवाल ने कहा कि किसानों को सरकारी योजनाओं के प्रति जागृत होना चाहिए। राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. सरला ने अपने विचार व्यक्त करते हुए किसानों को यौगिक और जैविक खेती करने के लिए प्रेरित किया। प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. राजू, संस्थान की कार्यक्रम प्रबन्धिका ब्र.कु. मुन्नी समेत कई लोगों ने अपने विचार व्यक्त किये।

नूतन वर्ष में नया करने का उपाय...

नया वर्ष शुरु होते ही एक मनुष्य अपने बारे में बताते हुए दूसरे मनुष्य को कहता है कि : `उस नेबर ने मुझे नमस्ते करते हुए ``साल मुबारक'' बोला, लेकिन मैंने उसे रेस्पॉन्ड बहुत ठंडे रूप से दिया। इसलिए वो थोड़ा नरवस हो गया। उसके साथ मेरी पुरानी दुश्मनी है। मेरे घर-आंगन की ज़मीन वो दबाकर बैठा हुआ है, ऐसे में मैं उसे कैसे माफ कर सकता हूँ! क्षमा कोई फोकट के भाव में बिकवा दे तो गुनहगार मालामाल हो जाए।

मनुष्य हर रोज़ स्नान करता है, फिर भी उसका दिमाग, उसका हृदय क्यों बासी रहता है? मनुष्य सब छोड़ने को तैयार होता है, लेकिन अपना बासीपन सरलता से छोड़ने को तैयार ही नहीं होता। दिमाग को खोपड़ी के अंदर के भाग में ईश्वर ने फिट किया है। इसलिए कि वो सुरक्षित रहे। दिमाग की ताज़गी कम हो, यह तो कुदरत को भी मंज़ूर नहीं है। बगीचे में हर रोज़ ताजे फूल खिलते हैं, निर्मल जल प्रवाह के साथ सरिता बहती है। और सूर्य की ताजी रश्मियाँ जगत को आलोकित करती हैं। डॉ. गौरंग के गांधी पर्वतारोहण प्रशिक्षण में गुरु का उपदेश दिया गया है, उसमें गुरुजी समझाते हैं कि `रबर का काम है पेन्सिल से लिखे हुए लेख में हुई भूलों को क्लीन करने का। अगर वो क्लीन (साफ) न करे तो लिखा हुआ लेख भूलों से भरा हुआ ही रहेगा। उसी तरह अगर हम अपने विचारों की भूलों को क्लीन नहीं करें, उसे सुधारे नहीं तो जीवन अपने परमलक्ष्य से उल्टी दिशा में चला जाता है। जीवन में होते रागद्वेष, क्रोध वगैरह भूलों को सुधारते रहना चाहिए। ऐसा नहीं करेंगे तो हम अपने भूलों से भरे आचरण को ही सत्य समझ लेंगे। हमारे विचारों का काम `क्लीनर' जैसा है। उसे यूज़ न करें तो साफ करने वाले साधन पर ही धूल की परत जम जाती है। हमें भी निरंतर विचारों में ऐसी भूलों को रबर से साफ करते-करते आगे बढ़ना चाहिए, तब ही हम आत्म अनुभूति के उच्च शिखर को प्राप्त कर सकेंगे।

- ब्र. कु. गंगाधर

मनुष्य को कुदरत ने आत्मदर्शन रूपी दर्पण देकर जीवन में होती भूलों को सुधार लेने का मौका दिया है।

ज़हरीले साँप जैसा जीव भी बासी खाल पसंद नहीं करता। वो पुरानी खाल में से बाहर निकलकर उस पुरानी खाल का परित्याग कर देता है। लेकिन मनुष्य न तो मुखौटा बदलने को तैयार और न ही बासीपने की खाल बदलने को तैयार। हम पाले-पोसे हुए बासीपने के रक्षक बनने में गर्व अनुभव करते है और आनंद की अनुभूति होती है।

किसी को हरा दिया, किसी को पीट दिया, किसी को चर्चा में पराजित कर दिया, अक्रामक दलील द्वारा किसी का बोलना बंद करवा दिया, मीटिंग में हल्ला-गुल्ला कर निर्धारित कार्य करा लिया, आदि बातों को हम कितने अहंकार पूर्वक प्रस्तुत करते हैं। गंदगी का गुणगान करने में होशियार बनने वालों को `सज्जन' कह सकते हैं क्या!

आईलिन केडी के मतानुसार कुदरत में कहीं भी कोई तनाव नहीं है, कोई दबाव भी नहीं है। बीज को एक पूर्ण जीवनचक्र में से पास होना ही होता है। लेकिन उसके लिए उसे खुद को कोई विशेष परिश्रम करना नहीं होता। बस उस प्रक्रिया को होने देना होता है।

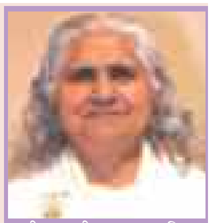
मनुष्य के रूप में हमें भी यही करना है। जो हो रहा है उसे होने देना होता है। झिल्ली में से अपने को मुक्त कर आकर्षक तितली में परिवर्तित होने दो। बाहर आइए। उस रुकी हुई हवा में से निकलें। अपने मातृप्राय मन और विचारों के बंधन से मुक्त हो जाइए। एक नया अखिल विश्व आपकी प्रतिक्षा कर रहा है। आप गति करो। पुराने बंधन को त्यागो। पुराने विचारों को छोड़ परिवर्तन को अपनाओ। नया विश्व आपके समक्ष अवश्य खुलेगा।

आईलिन कहते हैं कि हर एक पुर्जा अपने स्थान पर अपना कार्य बराबर करे तब ही घड़ी चलती है। जीवन में भी ऐसा ही है। हरेक व्यक्ति की खास भूमिका है। खास स्थान है, खास कार्य है, खास ज़रूरत है। इकबाल के शब्दों में कहें तो - `नहीं कोई चीज़ निकम्मी कुदरत के कारखाने में' जबसे आपको - शेष पेज 8 पर

पढ़ाई में प्रत्येक सब्जेक्ट पर ध्यान ज़रूरी

बाबा कहते हैं बच्चे गुणों को धारण करना है, अवगुणों को त्यागना है। आजकल बाबा मुरली में बहुत अच्छी चेतावनी दे रहे हैं। काम, क्रोध वश ऐसा कोई काम नहीं करना जो पश्चाताप करना पड़े। काम तो महाशत्रु है ही लेकिन क्रोध भी कम नहीं है।

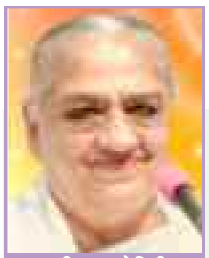
किसी ने मुझसे पूछा कि सकाश क्या चीज़ है? पहले जब बाबा के पास आते हैं तो बाबा के प्यार की आकर्षण से बाबा की गोद में आ जाते हैं। गोद की आकर्षण खींचती है। जैसे मनुष्य पुराने कर्मों के हिसाब-किताब से जन्म लेते हैं। हम पूर्व जन्म के आधार पर जन्म नहीं लेते हैं। कल्प पहले की तरह बाबा के पास आ जाते हैं इसलिए बाबा के प्यार में बाबा के सिवाए और कोई याद आता ही नहीं। बाबा को सामने देख जम्प लगाकर गोद में आ जाते हैं। पता नहीं चलता है यह कैसे हुआ। गोद के बच्चे को नशा होता है हम किसकी गोद में आये हैं! अभी तो मैं इनका हूँ। सच्चा पुरुषार्थ, निश्चय और पवित्रता का बल वैजयन्ती माला का मणका बना देता है। कभी कोई फालतू ख्याल नहीं आ सकता है। चढ़े तो चाखे प्रेम रस, गिरे तो चकनाचूर। गोद में बैठे हैं, कहाँ जा रहे हैं, क्या पुरुषार्थ कर रहे हैं। पढ़ाई में चारो सब्जेक्ट पर ध्यान रखना पड़ता है। वहाँ हर सब्जेक्ट अलग अलग टीचर पढ़ाते हैं। यहाँ एक ही टीचर चारो ही सब्जेक्ट पढ़ाता है और एक ही टाइम में पढ़ाता है। पढ़ाने वाला पढ़ा रहा है। चारो सब्जेक्ट का आपस में बहुत कनेक्शन है। ज्ञान, योग, धारणा सेवा करा रही है। कोई भी बड़ी बात नहीं है। ज्ञान बहुत अच्छा है, गीता में भी भगवान ने कहा है, तुम्हें मैं दिव्य बुद्धि और दिव्य दृष्टि देता हूँ जिससे तुम मुझे जान पहचान सकते हो। तो बुद्धि को, दृष्टि को देखो कितनी दिव्य बनी है? किसी भी सब्जेक्ट में मार्क्स कम न हो तो बाबा की आशीर्वाद मिलती है। फिर लाइट रहकर माइट खींचते हैं, लाइट हाउस बन जाते हैं। हाँ जी कहा काम हो गया। हम कुछ नहीं करते हैं, सबका सहयोग करा रहा है। एक है आशीर्वाद, दूसरी है दुआयें। दोनों इकट्ठी हो गई। जिसकी सेवा की उसकी दुआयें, बाबा का आशीर्वाद, इसलिए मेहनत नहीं है। दिल से प्यार से सेवा करते दुआयें मिल रही हैं। हिम्मत हमारी, मदद बाप की, सहयोग सबका, यह वन्डर है। श्रीमत सदा पालन करने वाले को प्यार भी मिलता है, आशीर्वाद भी मिलता है, उसके अनुसार सेवा करते तो दुआयें भी मिलती हैं। फिर बाबा के बाजू में बैठो तो करेन्ट आती है। सामने बैठो तो कैसी स्थिति है! भाग्यवान हूँ किसके सामने बैठी हूँ! बाबा ऐसी दृष्टि दे रहा है जो शरीर ही भूल गया। बाजू में बिठाया तो करेन्ट आ गई, अशरीरी बन गये। फिर है सकाश। बाबा की सकाश कितना बड़ा कार्य करा रही है। सफलता जन्म सिद्ध अधिकार है। मैं-पन के अभिमान से मेरा मेरा से फ्री हो गये हैं। कइयों के संकल्प, वाणी या कर्म इच्छा ममता वाले हैं। इच्छायें रखना अच्छा नहीं है। ज्ञानी तू आत्मा माना ही इच्छा मात्रम अविद्या। दादी ने बाबा की सकाश से इतनी सेवायें की हैं। जब बाबा अव्यक्त हुआ तो हाथ में हाथ दिया, सभी ने देखा। श्रीमत पर बहुतकाल से चलने वाला, मन-मत नॉट एलाउ, परमत पर चल नहीं सकते।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

अकेले एक भाऊ ने यज्ञ में कितने काम किये। दो बातें सदा ध्यान पर रखी, एक तो बातें बहुत कम करता था, दूसरा शुद्ध आहारी बहुत। किसी के हाथ की टोली भी नहीं खाता था। वेटिंग रूप में किट खोली चाय बना ली, दो पूरी बनाई खा ली। सारी लाइफ शुद्ध आहारी। हिम्मत बहुत।

यह जीवन के दिन पास हो जायेंगे, पर चारो सब्जेक्ट में फुल मार्क्स लेने में हिम्मत और विश्वास चाहिए। कभी कोई बात का दुःख चिंता नहीं। हिम्मत, विश्वास और सच्चाई से सब बातें पार हो जाती हैं। हिम्मत है तो कदम-कदम पर बाप की मदद है ही, ऐसे कोई मदद मांगनी नहीं है। अपने आप बाप ने वायदा किया है हिम्मते बच्चे मददे बाप। बाप तो वायदा निभा रहे हैं, हम सिर्फ हिम्मत रखें। फिर सच्चे दिल पर साहेब राज़ी। सारा दिन और कुछ काम नहीं है। यज्ञ की हिस्ट्री में जितने बाबा के चरित्र हैं, बोल हैं, वही काम कर रहे हैं। सबकी दुआयें हैं, बाबा की सकाश है। वही चला रही है। वाह बाबा वाह! वाह ड्रामा वाह! वाह परिवार वाह!



दादी हृदयमोहिनी
अति.मुख्य प्रशासिका

आत्मा, आत्मा से बात कर रही, यही तपस्या

बाबा ने हमको स्वराज्य अधिकारी बना दिया है, अगर स्वराज्य नहीं तो विश्व का राज्य नहीं। तो स्वराज्य यानि स्व आत्मा का इन कर्मेन्द्रियों के ऊपर राज्य, तभी प्रजा पर आप राज्य कर सकेंगे। तो इससे देखो जो आपकी विशेष सूक्ष्म-स्थूल कर्मेन्द्रियाँ हैं, वह आपके वश में हैं? वश में नहीं हुई तो फिर तपस्या क्या कर सकेंगे? जिसका स्व पर अधिकार नहीं है उसका विश्व पर राज्य कैसे होगा? तो बाबा कहते हैं मैंने यह दर्पण आपको दे दिया है, अपने आपको देखो, कम-से-कम कर्मेन्द्रियों को जीत लो। विश्व को छोड़ो, अपने को तो कन्ट्रोल में लाओ। तपस्या स्वरूप प्रत्यक्ष तब होगा जब आपकी अपनी कर्मेन्द्रियों के ऊपर कन्ट्रोल होगा और इसके लिए आत्म-स्वरूप में स्थित होना होगा। पहले मालिक अपने मालिकपने में तो ठहरो। इसलिए तपस्या स्वरूप बनना है, सिर्फ तपस्या करने वाले नहीं बनना है। तपस्या माना सदा आत्म-स्वरूप में स्थित हो, देही-अभिमानी स्मृति का ही आसन है। मैं आत्मा हूँ, मैं अशरीरी आत्मा हूँ, मैं देही हूँ, देह नहीं हूँ। इस स्मृति की सीट (आसन) पर बैठ जाओ। भृकुटी भी एक आसन है। इस आसन पर आत्मा बैठी है, तो बस इसपर बैठ जाओ और आत्मा हूँ, आत्मा को देख रही हूँ, आत्मा से बात कर रही हूँ, यह पाठ बिल्कुल पक्का हो, यही तपस्या है। अगर यह तपस्या आपने नहीं की तो कुछ नहीं किया। तो तपस्या स्वरूप बनो यानि आपके चलन से, आपकी दृष्टि से वह फीलिंग आये, महसूसता आये कि यह आत्मा रूप में देखता है, यह आत्मा रूप की बातें कर रहा है, यह आत्म वृत्ति में रहता है, दूसरे को भी शुभ, शुद्ध भावना, कामना का अनुभव हो। आत्मिक दृष्टि में बहुत ताकत होती है, तब तो सबको यह इच्छा रहती है कि बाबा हमें पर्सनल दृष्टि दे, दादी हमें दृष्टि दे। तो आपकी दृष्टि, वृत्ति, स्मृति और कृति (कर्म) आत्म-अभिमानी होने चाहिए, तभी आपका तपस्या स्वरूप प्रत्यक्ष हो सकेगा, नहीं तो तपस्या स्वरूप प्रत्यक्ष नहीं हो सकता। और बाबा तो चाहता ही है कि यह मेरे बच्चे विश्व में आत्मिक वातावरण फैलायें। दुनिया में यह झगड़ा, अशान्ति सब बॉडी-कॉन्सेस के कारण है। तपस्वी स्वरूप निरंतर हो, यही तपस्या है, इसी लक्ष्य को लेकर अपनी इस तपस्या को अविनाशी बनाना है।

हम सब दिल से यही गीत गाते हैं कि बाबा हमें आप जैसा बनना ही है। अगर दृढ़ता है तो सफलता है ही। लेकिन उसमें सूक्ष्म मन में ज़रा भी संकल्प न हो, पता नहीं होगा या नहीं होगा, करता तो हूँ लेकिन देखेंगे क्या होता है, अगर अपने ही मन में यह संकल्प उठता है तो बाबा कहते हैं यह भी स्वयं के प्रति समझो संशय है। ऐसा संशययुक्त कभी विजयन्ती हो ही नहीं सकता। चाहे स्वयं में संशय है, चाहे ड्रामा में है, चाहे बाबा में है, चाहे यज्ञ के ब्राह्मण परिवार में है, किसी में भी संशय नहीं होना चाहिए क्योंकि संशय है तो विजयी नहीं बन सकेंगे इसीलिए हम सबका दृढ़ संकल्प है कि बाबा हमको आपके समान बनना ही है। बाबा कहते कि तुम बच्चों को यह स्मृति आनी चाहिए कि हम कितने बार विजयी बने हैं। जो अनगिनत बार बना है, वह फिर अपने में संशय कैसे ला सकता है। हमको यह रुहानी नशा होना चाहिए कि हम ही कल्प पहले बने थे, अभी बन रहे हैं और हर कल्प में हम ही बनेंगे, यह निश्चय अटल होना चाहिए। लेकिन अटल निश्चय तब होगा जब मन में कोई स्वयं के प्रति या किसी के प्रति भी संशय नहीं हो। पता नहीं, यह शब्द आया माना संशय की मात्रा है। पता नहीं, पता नहीं कहते हो तो इस ब्राह्मण परिवार का जो झाड़ है उससे आपका पत्ता कट जायेगा, इसीलिए यह संकल्प भी मन में नहीं आना चाहिए। निश्चय माना निश्चय।

ब्रह्माकुमार 'ओम' का 'प्रकाश' से मिलन

- ओमप्रकाश भाईजी की काया पंचतत्वों में विलीन ● भाईजी के प्रति श्रद्धांजलि सभा का हुआ आयोजन
- न्यू पलासिया स्थित ज्ञानशिखर मुख्य सेवाकेन्द्र से भाईजी की निकाली गई अंतिम यात्रा
- भारतवर्ष तथा विदेश से करीब 15 हज़ार से अधिक भाई-बहनों ने लियाभाग
- लगभग 50 वर्षों से ज़्यादा समय ईश्वरीय सेवा में रहे भाईजी ने 600 ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र स्थापित कर लाखों आत्माओं तक ईश्वरीय तथा राजयोग का दिया संदेश ।

तत्कालिन राष्ट्रपति ए.पी.जे. अब्दुल कलाम का ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय माउण्ट आबू में स्वागत करते हुए ब्र.कु. ओमप्रकाश।

इन्दौर। ब्रह्माकुमारीज़,इंदौर-छ.ग. क्षेत्र के निदेशक तथा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय अध्यक्ष ब्र.कु. ओमप्रकाश भाईजी के लिए श्रद्धांजलि सभा का आयोजन ज्ञानशिखर परिसर के ब्रह्माकुमारीज़ मुख्यालय में किया गया जिसमें शहर के गणमान्य व्यक्तियों ने उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की।

श्रद्धांजलि कार्यक्रम में माउण्ट आबू से आये ब्र.कु. आत्मप्रकाश ने कहा कि हमने इंजीनियरिंग की पढ़ाई साथ-साथ की जिससे मेरा भाईजी के साथ 1957 में प्रथम सम्पर्क हुआ। उनके अंदर एक दिव्य प्रतिभा थी, जिसके कारण उन्होंने समूचे विश्व में ब्रह्माकुमारीज़ का ज्ञान कोने-कोने में पहुंचाने में अपनी अहम भूमिका अदा की। उन्होंने उसी समय हमें सत्य आध्यात्मिक ज्ञान का परिचय दिया जिससे मेरे जीवन में सही अर्थ से प्रकाश आया।

डॉ. शरद पंडित,स्वास्थ्य विभाग,इंदौर ने कहा कि स्वास्थ्य से सम्बन्धित होने के कारण कई बार उन्होंने ब्रह्माकुमारीज़ की समाज के लिए स्वास्थ्य सेवाओं को मेरे साथ जोड़ा। समाज की सेवाओं में उन्होंने अपना पूरा जीवन समर्पित किया। कृपाशंकर शुक्ला,वरिष्ठ कांग्रेस नेता ने भाईजी के महिलाओं के प्रति उच्च भावनाओं के गुण का वर्णन करते हुए कहा कि इंदौर में दिव्य कन्या छात्रावास की उनकी परियोजना अत्यंत प्रेरणादाई है, इस छात्रावास की कन्याओं ने समूचे भारत में इंदौर का नाम रोशन किया है। ब्र.कु. अमीरचंद,चंडीगढ़,क्षेत्रिय निदेशक,पंजाब क्षेत्र ने कहा कि भाईजी ने हर परिस्थिति में अचल अडोल और हर्षितमुख रह कर अपनी आंतरिक शक्तियों को उजागर करने के गुण से सभी के सामने एक आदर्श स्थापित किया है।ब्र.कु. हेमलता ने कहा कि आंतरिक पवित्र आत्मा रहे भाईजी के कुशल नेतृत्व में 500 से अधिक सेवाकेन्द्र बने और 800 से अधिक ब्रह्माकुमारी बहनों को मार्गदर्शन दिया। उन्होंने बी.एस.सी. के बाद सर्जन बनने का संकल्प लिया लेकिन भाईजी ने रुहानी अर्थात् मनुष्य आत्माओं की कमज़ोरी ठीक करने का सर्जन बनना अधिक पसंद किया। भाईजी को विदाई देने हेतु ब्रह्माकुमारीज़ मुख्यालय माउण्ट आबू राजस्थान से अतिरिक्त सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय, ज्ञानामृत के सम्पादक ब्र.कु. आत्मप्रकाश, मीडिया प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु. करुणा, बेहरीन की क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. रुक्मणि, रायपुर से ब्र.कु. कमला, भोपाल की निदेशक ब्र.कु. अवधेश दीदी ब्र.कु. अशोक गाबा, पंबा से ब्र.कु. अमीरचंद, मीडिया प्रभाग के मुख्यालय समन्वयक ब्र.कु. शान्तनु, ओमशान्ति मीडिया के सम्पादक ब्र.कु. गंगाधर, प्रो. कमल दीक्षित, एकाउण्ट ऑफिसर ब्र.कु. ललित समेत सैकड़ों ब्र.कु. भाई बहनें उपस्थित थे।

श्रद्धांजलि सभा का आयोजन

ब्रह्माकुमारी संस्थान के मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष तथा इंदौर क्षेत्र के निदेशक के रूप में सेवारत थे ब्र.कु. ओमप्रकाश

श्रद्धांजलि सभा में ओमप्रकाश भाईजी के साथ का अनुभव सुनाते हुए ब्र.कु. अमीरचंद। साथ हैं ब्र.कु. हेमलता, ब्र.कु. आत्मप्रकाश, ब्र.कु. कमला व ब्र.कु. राजीव दीक्षित।

2004 में संयुक्त राष्ट्र दिवस पर संयुक्त राष्ट्र द्वारा 'इंटरनेशनल अवॉर्ड इन मीडिया फॉर सीरिच्युअलिटी' से ओमप्रकाश भाई जी को सम्मानित करते हुए।

माउण्ट आबू में म.प्र. के मुख्यमंत्री शिवराज सिंह को सम्मान पत्र भेंट करते हुए दादी जानकी व ब्र.कु. ओमप्रकाश भाई जी।

यूथ ईयर पर ईश्वरीय सेवाओं के लिए ब्र.कु. ओमप्रकाश भाईजी को मशाल देते हुए ब्रह्माकुमारीज़ की तत्कालिन मुख्य प्रशासिका दादी प्रकाशमणि ।

आत्मा समझेंगे तो आएगी याद परमात्मा की : ब्र.कु.उषा

कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. पुष्पारानी, ब्र.कु. उषा व अतिथिगण।

राजयोग मेडिटेशन फॉर हेल्दी एंड हैप्पी सोसायटी' का हुआ आयोजन

- आत्मा को पुनः शक्तिशाली बनाना होगा।
- इसलिए परमात्मा से सम्बंध अति आवश्यक।
- सबकी विशेषताएं देखो और विशेषताओं का करो वर्णन।
- जीवन में प्रसन्नता एवं खुशी के लिए राजयोग ज़रूरी – ब्र.कु. पुष्पारानी

नागपुर। आज मनुष्य का जीवन बहुत तनावपूर्ण एवं दुःखी हो गया है। जैसे कि आत्मा डिस्चार्ज हो गई है, उसकी आंतरिक शक्तियाँ एवं गुण लोप हो चुके हैं। आत्मा को पुनः शक्तिशाली बनाना आत्मा का संबंध परमात्मा से जोड़ने से ही संभव है। अपने को आत्मा समझेंगे तो परमात्मा की याद आयेगी, यही है राजयोग मेडिटेशन। उक्त उद्गार 'राजयोग मेडिटेशन टेक्नीक्स फॉर हेल्दी एंड हैप्पी सोसायटी' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. उषा,माउण्ट आबू ने व्यक्त किये। मनुष्य को सुखी जीवन बनाने के लिए उन्होंने कहा कि जीवन यात्रा में जो भी तुम्हारे सामने आता है उनकी विशेषतायें देखो, विशेषताओं का, गुणों का वर्णन करो और उसके साथ सकारात्मक व्यवहार करो तो आपको भी सुख मिलेगा। उन्होंने आगे कहा कि योग माना शारीरिक क्रियायें व शारीरिक एक्सरसाइज़ नहीं बल्कि आत्मा का परमात्मा के साथ प्रेमपूर्वक मिलन है। अंत में उन्होंने सभी को राजयोग का अभ्यास सिखाया व सभी से राजयोग के अभ्यास से जीवन सुंदर बनाने की अपील की। कार्यक्रम में ब्र.कु. पुष्पारानी ने सभी का स्वागत किया और कहा कि जीवन में प्रसन्नता एवं खुशी चाहिए तो राजयोग मेडिटेशन को अपने जीवन का अंग बना लीजिए। उन्होंने कहा कि राजयोग मेडिटेशन द्वारा ही हमारे जीवन का सही विकास हो सकता है। ब्र.कु. रजनी ने भी अपने विचार प्रकट किये। ब्र.कु. मनीषा ने संस्था का परिचय दिया व ब्र.कु. नीलिमा ने मंच संचालन किया। ब्र.कु. प्रेमप्रकाश ने आभार प्रदर्शन किया।

सिरसा-हरियाणा। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' के सिरसा पहुंचने पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. रेखा, ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. राजेश, ब्र.कु. बिन्दु, जिला विकास एवं पंचायत अधिकारी संजीव गोयल,एग्रीकल्चर विभाग, गुणवत्ता नियंत्रण अधिकारी डॉ. सुखदेव सिंह व अन्य।

पैरिस। क्लाइमेट मूवमेंट के एक कार्यक्रम में ब्र.कु. जयंती, निगेल क्रावहॉल, डॉ. आले फिक्से ट्वेट,जेनरल सेक्रेट्री,वर्ल्ड काउंसिल ऑफ चर्चेज़, हरून अकरम गिल,क्लाइमेट लीडर,पाकिस्तान, टोमस इंसुआ,स्टीरिंग कमेटी मेम्बर,ग्लोबल कैथोलिक क्लाइमेट मूवमेंट व अन्य।

नरकटियागंज-बिहार। नशामुक्ति कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में शुगर फैक्ट्री के मैनेजर जयन्ती लाल जैन, ब्र.कु. अविता व अन्य।

पटनागढ़-ओडिशा। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के कार्यक्रम में एन.सी.ए. चेयरमैन श्रीमती मानस मंजरी पाणीग्रही को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. जयन्ती। साथ हैं डॉ. सुधांशु।

अरेराज-बिहार। ज्ञान प्रकाश भवन का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. रानी, ब्र.कु. दीपा,मुम्बई, ब्र.कु. मीना, पूर्व मंत्री योगेन्द्र पाण्डे व अन्य।

बरनाला-पंजाब। जेल में कैदी भाइयों के लिए आयोजित 'सात दिवसीय राजयोग कोर्स' के दौरान सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. सुदर्शन।

धूरी-पंजाब। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु. मूर्ति, ब्र.कु. हरविंदर, ब्र.कु. संगीता, इंडस्ट्री चैम्बर के चेयरमैन व नगर कौंसिल के प्रधान प्रशोत्तम कांसल एवं जैन सभा पंजाब के प्रधान रघुवीर चंद थानेदार।

बिलीफ के लिए सोचने का ढंग बदलो

प्रश्न:- अभी तक हमने स्ट्रेस से जुड़ी हुई जो बातें की तो ऐसी कई बातें सामने आयी कि जिस बिलीफ सिस्टम पर हमारा सब कुछ जुड़ा हुआ था, और ये कितना बड़ा रोल प्ले करता है हमारे भाग्य पर, मतलब कि मैं उसी पर काम करते जा रही थी।

उत्तर:- बिलीफ सिस्टम को चेक करना बहुत ज़रूरी है। क्योंकि एक गलत बिलीफ सिस्टम पूरी लाइफ के ऊपर कितना बड़ा प्रभाव डाल सकता है, यह हमें मालूम नहीं है। कभी-कभी हम कहते भी हैं कि कौन-सा बिलीफ सिस्टम सही है और कौन सा गलत है यह हमें कौन बतायेगा। कोई भी बिलीफ सिस्टम जो हमें परेशान कर रहा है, वो मेरे लिए गलत है। ऐसा नहीं है कि वह सभी के लिए गलत है। `तनाव होना स्वाभाविक है' अब इस बिलीफ सिस्टम को देखते हैं कि तनाव जब पैदा हुआ तो उसको अंदर ही अंदर स्वीकार करते गये और तनाव बढ़ता गया। हमने उस पर काम नहीं किया तो फिर वो मेरे जीवन का हिस्सा बन गया, फिर मेरे आस-पास जो बच्चे हैं, परिवार हैं, वह उनके भी जीवन का हिस्सा बन गया। अब इस बिलीफ सिस्टम को हम सही कहेंगे या गलत कहेंगे? इसका हम प्रयोग करके देखते हैं कि तनाव स्वाभाविक नहीं है जबकि शांति, आराम, स्थिरता ये स्वाभाविक है। वैसे भी ये मुझे आराम अनुभव कराता है। जबकि चिंता हमेशा अपने साथ परेशानी ही लेकर आती है जो कि हमारी स्थिति को ऊपर-नीचे कर देती है।

प्रश्न:- इसमें भी अगर हम देखें तो हमारा बिलीफ सिस्टम यही है कि थोड़ा-सा तनाव, थोड़ा-सा गुस्सा, थोड़ी-सी चिंता का होना स्वाभाविक है।

उत्तर:- अब क्या होगा थोड़ी-थोड़ी, जैसे अपने शरीर को लेते तो हमने कहा स्वास्थ्य स्वाभाविक है। आपने कभी ये कहा कि थोड़ा-सा बीमार होना स्वाभाविक है। संपूर्ण स्वास्थ्य स्वाभाविक है, ये लक्ष्य लेकर हम अपने शरीर का ध्यान रखते हैं तो वो सदा ठीक रहता है।

ब्र. कु. शिवानी

प्रश्न:- लेकिन मैं आपको यह कहना चाहती हूँ कि आज हम जिस दौर से गुज़र रहे हैं उस दौर में हम इतने तनाव में होते हैं, इतने दबाव में होते हैं कि थोड़ा-सा सर में दर्द, थोड़ा-सा पेट में दर्द, थोड़ा-सा कुछ खराब होना, ये सब स्वाभाविक लगता है।

उत्तर:- यह आपके भाग्य के साथ ही चलता है। सर दर्द होना स्वाभाविक नहीं है उसको भी आपने स्वीकार कर लिया कि ये तो ठीक है। बड़ी-बड़ी चीज़ें जो हो सो हो लेकिन हम सर दर्द के साथ जीवन में क्यों चलें, कमर दर्द के साथ भी क्यों चलें, इसलिए कि हम इसे स्वाभाविक कहते हैं। हम उसे स्वाभाविक भी क्यों कहते हैं? यह हमें समझना होगा, क्योंकि हमने इलाज के लिए प्रयास किया पर उसका कोई इलाज पता नहीं चला क्योंकि डॉक्टर ने कहा स्कैन हो गया, एम.आर.आई. भी हो गयी, सब कुछ हो गया, पर कहीं पर भी कुछ नहीं निकला, आपका तो सब कुछ ठीक है तब हम कहते हैं कि यह स्वाभाविक है। क्योंकि हमें उसका इलाज नहीं मिला, उसका इलाज हमारे सोचने के ढंग में था। और वहां हम मेहनत नहीं करना चाहते तो हमें पता ही नहीं है कि कैसे मेहनत करनी है। अब जैसे ही हमने तनाव को स्वीकार कर लिया तो तनाव का जो सह-उत्पाद है वो है सर दर्द, बैकेक या अल्सर, उसका शारीरिक स्तर पर कोई इलाज नहीं था। उसका एक ही इलाज है अपने सोचने के ढंग को बदल दो। अब हमारा सोचने का ढंग कैसे बदलेगा क्योंकि हमने कहा कि दर्द वाली थॉट्स आना तो स्वाभाविक है, अगर गुस्से वाली, दर्द वाली थॉट्स स्वाभाविक है तो उसके बाद का जो प्रभाव है सो फिर जो उसका साइड इफेक्ट है वो भी तो मुझे साधारण ही लेना पड़ेगा ना, तब मैंने सर दर्द को या बैकेक को भी साधारण ही लिया और नैचुरल... नैचुरल..बोलते-बोलते मैं उसे अपने जीवन में ले आयी, इसमें भी भावनात्मक दु:ख, शरीर का दर्द भी, फिर ये जो दर्द था वह मेरे संबंधों में भी दिखाई देने लगता है। मैं फिजीकली, मैं इमोशनली दर्द में हूँ तो मैं अपने संबंध-सम्पर्क में आने वाले लोगों को क्या दूंगी! जो मेरे पास है वही दूंगी ना। फिर इसके कारण मेरे संबंधों में थोड़ा-थोड़ा आपसी टकराव, थोड़ा-थोड़ा स्वभाव-संस्कार की भिन्नता होने लगती है। जिसके कारण हम एक-दूसरे से दूर-दूर रहने लगते हैं। फिर हमने उसको भी क्या कहना शुरु कर दिया कि ये तो होना स्वाभाविक है।

- क्रमशः

पृथ्वी का अमृत...तिल का तेल...

यदि इस पृथ्वी पर उपलब्ध सर्वोत्तम खाद्य पदार्थों की बात की जाए तो तिल के तेल का नाम अवश्य आएगा और यही सर्वोत्तम पदार्थ बाज़ार में उपलब्ध नहीं है, और ना ही आने वाली पीढ़ियों को इसके गुण पता है, क्योंकि नई पीढ़ी तो टी.वी के इश्तिहार देख कर ही सारा सामान खरीदती है।

तिल के तेल का प्रचार कंपनियाँ इसलिए नहीं करतीं क्योंकि इसके गुण जान लेने के बाद आप उन द्वारा बेचा जाने वाला तरल चिकना पदार्थ जिसे वह तेल कहते हैं लेना बंद कर देंगे।

तिल के तेल में इतनी ताकत होती है कि यह पत्थर को भी चीर देता है। प्रयोग करके देखें... आप पर्वत का पत्थर लीजिए और उसमें कटोरी के जैसा खड्डा बना लीजिए, उसमें पानी, दूध, घी या तेजाब जैसा संसार का कोई सा भी कैमिकल, एसिड डाल दीजिए, पत्थर में वैसा का वैसा ही रहेगा, कहीं नहीं जायेगा...लेकिन...आप उस कटोरी नुमा पत्थर में तिल का तेल डाल दीजिए, उस खड्डे में भर दीजिये... 2 दिन बाद आप देखेंगे कि तिल का तेल... पत्थर के अन्दर भी प्रवेश करके, पत्थर के नीचे आ जायेगा. यह होती है तेल की ताकत, इस तेल की मालिश करने से हड्डियों को पार करता हुआ, हड्डियों को मज़बूती प्रदान करता है। तिल के तेल के अन्दर फास्फोरस होता है जो कि हड्डियों की मज़बूती में अहम भूमिका अदा करता है।

तिल का तेल ऐसी वस्तु है जो अगर कोई भी भारतीय चाहे तो थोड़ी सी मेहनत के बाद आसानी से प्राप्त कर सकता है। तब उसे किसी भी कंपनी का तेल खरीदने की आवश्यकता ही नहीं होगी। तिल खरीद लीजिए और किसी भी तेल निकालने वाले से उनका तेल निकलवा लीजिए। लेकिन सावधान, तिल का तेल सिर्फ कच्ची घाणी (लकड़ी की बनी हुई) का ही प्रयोग करना चाहिए।

तेल शब्द की व्युत्पत्ति तिल शब्द से ही हुई है। जो तिल से निकलता वह है तैल। अर्थात तेल का असली अर्थ ही है तिल का तेल। तिल के तेल का सबसे बड़ा गुण यह है कि यह शरीर के लिए आयुषधि का काम करता है... चाहे आपको कोई भी रोग हो यह उससे लड़ने की क्षमता शरीर में विकसित करना आरंभ कर देता है। यह गुण इस पृथ्वी के अन्य किसी खाद्य पदार्थ में नहीं पाया जाता।

सौ ग्राम सफेद तिल से 1000 मिलीग्राम कैल्शियम प्राप्त होता है। काले और लाल तिल में लौह तत्वों की भरपूर मात्रा होती है जो रक्तअल्पता के इलाज़ में कारगर साबित होती है। तिल में उपस्थित लेसिथिन नामक रसायन कोलेस्ट्रोल के बहाव को रक्त-नलिकाओं में बनाए रखने में मददगार होता है।

तिल के तेल में प्राकृतिक रुप में उपस्थित सिस्मोल एक ऐसा एंटी-ऑक्सीडेंट है जो इसे ऊँचे तापमान पर भी बहुत जल्दी खराब नहीं होने देता। आयुर्वेद चरक संहित में इसे पकाने के लिए सबसे अच्छा तेल माना गया है। तिल विटामिन बी और आवश्यक फैटी एसिड्स से भरपूर है। इसमें मीथोनाइन और ट्रायप्टोफन नामक दो बहुत महत्वपूर्ण एमिनो एसिड्स होते हैं जो चना, मूँगफली, राजमा, चौला और सोयाबीन जैसे अधिकांश शाकाहारी खाद्य पदार्थों में नहीं होते। ट्रायोप्टोफन को शांति प्रदान करने वाला तत्व भी कहा जाता है जो गहरी नींद लाने में सक्षम है। यही त्वचा और बालों को भी स्वस्थ रखता है। मीथोनाइन लीवर को दुरुस्त रखता है और कोलेस्ट्रोल को भी नियंत्रित रखता है। तिलबीज स्वास्थ्यवर्द्धक वसा का बड़ा स्रोत है जो चयापचय को बढ़ाता है। यह कब्ज भी नहीं होने देता।

- शेष पेज 7 पर

बहुत ही सहज है राजयोग...

कभी-कभी आप कम्प्यूटर पर काम करते हैं तो उस समय आप अन्दर से कोई फोल्डर या फाईल पर काम करते हैं ना कि अलग से टाईप करते हैं। ठीक उसी प्रकार हमारे संस्कारों में बहुत सारे पुराने फोल्डर्स वा फाईल्स (पुरानी आदतें, यादें, भूतकाल की बातें, दु:ख देने वाली बातें आदि-आदि) पड़े हुए हैं जो बीच-बीच में मन रूपी पर्दे पर आते रहते हैं। इसलिए आप कभी बहुत खुश होते हैं पुरानी बातें याद करके और कभी बहुत दु:खी होते हैं। जैसे कम्प्यूटर में कोई फोल्डर को सर्च करने के लिए एक संकेत (क्ल्यू) का इस्तेमाल करते हैं। ठीक वैसे ही जब भी हम किसी भी व्यक्ति को देखते हैं जो बीस साल पहले मिला हो उसी समय उससे सम्बन्धित सभी पुरानी बातें याद आ जाती हैं।

गतांक से आगे...

अब आपको क्या करना है : बस आपको अब करना क्या है कि अपने को समझाना है वो भी तार्किक रूप से कि मैं दु:खी क्यूं हूँ। दु:ख का मुख्य कारण मेरे अन्दर बैठे हुए मेरे लोग ही तो हैं जिनका चेहरा आते ही उनका पूरा इतिहास हमारे मन में उमड़ जाता है और हम दु:खी हो जाते हैं। बोला जाने वाला हर शब्द एक चित्र है, जिसके अन्दर एक ऊर्जा है। जैसे आपने कहा महाराणा प्रताप, यह शब्द कहते ही महाराणा प्रताप की सारी खूबियाँ एक सेकेण्ड में आपके मन में ऊर्जा के रूप में प्रवाहित हो गई और आप ऊर्जान्वित महसूस करने लग पड़ते हैं। उसी प्रकार आप हिटलर नाम लें, मदर टेरेसा कहें तो उसी प्रकार की ऊर्जा प्रवाहित होगी ना। तो क्यों ना हम अपने मन में या मन के पर्दे पर आत्मा के सातो गुणों को लायें, वो भी चित्रों के रूप में। सातो गुणों में सात रंग ऐसे ही भरे पड़े हैं। जब हम उन रंगों को मन रूपी पर्दे पर देखेंगे तो हमारे अन्दर वैसे ही शांति, प्रेम, पवित्रता आदि गुण स्वत: आने लग जायेंगे। बस

आपको यही करना है। इनमें व्यर्थ या असामाजिक या नकारात्मक व्यक्ति, वस्तु-वैभव का चिन्तन ना करके इन गुणों का चिन्तन करना है, जिससे आप गुणवान बनें। इसलिए लोग कहते हैं कि जो आप देखते हैं वही आप सोचते हैं और वैसा ही बन जाते हैं।

आत्मा के अंदर चार प्रकार के संस्कार होते हैं: प्रथम : माता-पिता से मिले संस्कार-जब माँ गर्भ धारण करती है तो उस समय उसके अन्दर जो कुछ भी विचार, संकल्प या भावनाएं होती हैं उन्हीं विचारों या भावनाओं से भ्रूण का विकास होता है। माता-पिता के जेनेटिक कोड बच्चे के अन्दर ट्रान्सफर हो जाते हैं। इसका उदाहरण शास्त्रगत भी है, जिसमें मान्यता है कि अभिमन्यु ने व्युह रचना गर्भ के अंदर ही सुन ली थी। आधुनिक रूप से हम कहें तो कह सकते हैं कि हम जो सोचते हैं उसका प्रभाव बच्चे पर पड़ता है। यदि माँ डरती है, डरावनी फिल्में देखती है तो बच्चा भी पैदा होने के बाद डरता है। इसलिए गर्भ धारण करने के बाद पारिवारिक माहौल का असर बहुत पड़ता है। -क्रमशः

सोनीपत-हरियाणा। गीता जयंती समारोह के दौरान हरियाणा के राज्यपाल कँवर पाल गुर्जर व प्रदेश प्रभारी ललित बत्रा द्वारा सम्मान प्राप्त करते हुए ब्र.कु. प्रमोद बहन ।

रेवाड़ी-हरियाणा। रेवाड़ी सेक्टर 4 में नवनिर्मित सेवाकेन्द्र का उद्घाटन करने के पश्चात् सम्बोधित करते हुए दादी रुक्मणि। साथ है ब्र.कु. आशा, सहकारी मंत्री विक्रम सिंह, ब्र.कु. बृजेश, ब्र.कु. कमलेश व अन्य।

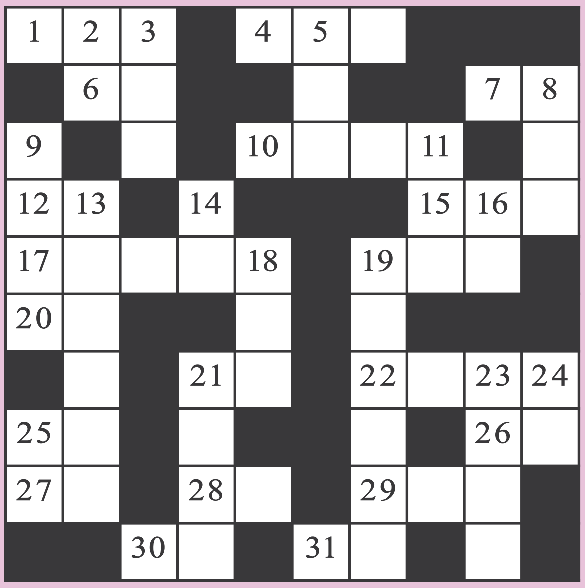
दिल्ली-जैतपुर। ज्ञानचर्चा के पश्चात् आम आदमी पार्टी के विधायक नारायण दत्त को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. उषा।

हथीन-हरियाणा। 'स्वच्छता अभियान' को झण्डी दिखाकर रवाना करते हुए ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. सुदेश व अन्य भाई बहनें।

अलीगढ़-उ.प्र.। अलीगढ़ मुस्लिम यूनिवर्सिटी में 'नेशनल सेमिनार ऑन योग एंड स्पीरिच्युअलिटी' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर लेफ्टीनेंट जनरल जमीरुद्दीन शाह को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. कमलेश। साथ है ब्र.कु. हेमा व ब्र.कु. शिवा।

रेवाड़ी-हरियाणा। विधायक रणधीर सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कमलेश एवं ब्र.कु. रेनु।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-15



बनें विजेता : पहेली के कॉलम को काटकर व पेपर पर चिपकाकर उसके साथ उसका जवाब लिखकर हमें इस मीडिया के पीछे लिखे हुए पते पर भेजें। एक वर्ष के भीतर पूछे गए सभी पहेलियों में जिसका सबसे ज्यादा सही जवाब होगा उन्हें विजाताओं के लिस्ट में शामिल किया जाएगा और वर्ष के अंत में उन्हें आकर्षक ईनाम दिया जाएगा। इसलिए पहेली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहेली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

पहेली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहेली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहेली का जवाब भेजें तो उस लिफाफे पर आप अपना भी पूरा पता अच्छी लिखावट में लिखें, अपना मोबाइल नम्बर और हो सके तो अपना ई.मेल आईडी भी लिखकर भेंजें ताकि हमें पहेली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

2. थाप देकर बजाने वाला वाद्य यन्त्र (2)
3. सारे मनुष्य मात्र माया....की जेल में हैं (3)
5. गीत गाने वाला (3)
8. चमक, क्षणिक दर्शन, प्रभा (3)
9. .... के बाद जयजयकार होगी (4)
11. .... मोरा मिलन में तेरे बाबा बाबा बोले (3)
13. घूमना-फिरना, विचरण करना (3-3)
14. पिसान, चूर्ण जिससे रोटी बनती है (2)
16. धूल का कण, गर्द (2)
18. मुग्ध होना, प्रसन्न होना (3)
19. जनसंख्या, स्वर्ग की....भी बहुत थोड़ी होती है (6)
21. पशु, सतयुग में....भी फर्स्टक्लास होते हैं (4)
23. चिन्ता, तुम बच्चों को दिन रात यही.... रहनी चाहिए कि कैसे बाप को प्रत्यक्ष करें (4)
24. अधर, होठ (2)
25. हमेशा, ...एक बाप की याद में मस्त रहो (2)

बायें से दायें

1. डुग्गी, सारी दुनिया में....बजा दो कि मेरा बाबा आ गया (3)
4. संदेश, पतित से पावन बनने का....सबको देना है(3)
6. प्यार, तुम्हारा एक बाप से ही....होना चाहिए (2)
7. शाम, संध्याकाल, सायं (2)
10. बाबा की याद में....चटक जाना चाहिए, पूर्णत: (4)
12. निरंतर बाप की याद में रहो तो कभी माया से....नहीं होगी (2)
15. काम विकार....का द्वार है, नर्क, दोज़क (3)
17. ....चलाना भी हिंसा है महापाप है (2-3)
19. ....की दुनिया से चले दूर चलें (3)
20. युद्ध, संग्राम, लड़ाई (2)
21. प्रस्थान करना, गमन (2)
22. ....में जल उठी शमा परवाने के लिए (4)
25. लेलो लेलो दुआयें माँ बाप की....से उतरेगी गठरी पाप की (2)
26. किस समय, कभी (2)
27. अपना जो भी कणा....है उसे बाबा के यज्ञ में स्वाहा करना है (2)
28. श्रेणी, अलग-अलग समूह (2)
29. हाल, घटना, घटना का विवरण (3)
30. रावण का भाई जिसने पंचवटी में राम युद्ध किया था (2)
31. पढ़े लिखे के आगे अनपढ़े....ढ़ोयेंगे (2)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन

राउरकेला-ओडिशा। राजयोगिनी दादी जानकी के जन्मदिवस व पाँच ब्र.कु. बहनों ब्र.कु. पंचमी, ब्र.कु. निरूपमा, ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. इतिश्री व ब्र.कु. सीता के समर्पण समारोह में केक काटते हुए दादी जानकी जी। साथ हैं ब्र.कु. बिमला, ब्र.कु. रानी,बिहार, ब्र.कु. हंसा व अन्य।

नूर कम्पाउण्ड-गया। आध्यात्मिक कार्यक्रम व चैतन्य झाँकी का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए चिकित्सा पदाधिकारी नवनीत बिहारी शरण, एडवोकेट सुरेन प्रसाद, ब्र.कु. शीला व अन्य।

फतेहगढ़-उ.प्र.। बिग्रेडियर सलीम आसिफ की धर्मपत्नी मोना आसिफ को ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. सुमन।

हाथरस। वसुन्धरा ग्रुप द्वारा वसुन्धरा पुरम कॉलोनी में आयोजित 'तनाव मुक्त, स्वस्थ खुशनुमा जीवन' कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. डॉ. सविता, माउण्ट आबू। साथ हैं ब्र.कु. मनोज व अतिथिगण।

नूह-हरियाणा। ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् साधवी मीरा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. संजय।

हाथरस-उ.प्र.। बी.एस.एल. इंटरनेशनल स्कूल में 'शिक्षा में श्रेष्ठता' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. रामनाथ,माउण्ट आबू। साथ हैं ब्र.कु. रानी, स्कूल की प्राचार्या सुशिया पुण्या व अन्य।

सम्पूर्ण ब्रह्मचर्य - महान तप

विद्वान कहते हैं कि ब्रह्मचर्य सबसे बड़ी तपस्या है। यही सबसे बड़ा पुण्य भी है। तराजू के पलड़े में एक ओर चारो वेद व दूसरी ओर ब्रह्मचर्य हो तो भी ब्रह्मचर्य का पलड़ा भारी ही रहेगा। इसे सबसे बड़ा तप कहने का कारण यही है कि पहले मनुष्यों को इसमें कष्ट होता है तथा फिर भासता है आनंद। मनुष्यों को अपनी सभी इच्छाओं को पराजित करना होता है। दूसरों को सांसारिक सुख भोगते देख, अपने झुकाव को बलपूर्वक, ज्ञानपूर्वक रोकना होता है। इसलिए यह बड़ा भारी त्याग व बड़ा भारी तप है। निःसंदेह जब चारो ओर काम की क्षणिक आनंदकारी सरिता बह रही है, वहाँ लाखों में से कोई एक वीर उसका परित्याग करे , यह गायन योग्य महावीरता है। जहाँ माया ठगली रंग-बिरंगे रूप बनाकर लुभाने के लिए तत्पर हो, वहाँ से मुँह फेर लेना महान त्याग है। जहां पाश्चात्य देशों में मनोवैज्ञानिकों ने काम को स्वीकृति दी हो, वहाँ इससे दूर हो जाना, विज्ञान को महान चुनौती देना है।

परंतु अनेकों ने यह चुनौती दी है, क्योंकि सामने खड़ा है सर्वशक्तिवान भगवान, जिसके बुलावे पर लाखों नर-नारी संसार की परवाह न करते हुए इस पवित्र गंगा में कूद पड़े हैं। जिन्होंने यह साहस किया है, वे ही संसार के श्वास तुल्य हैं, उनका ही बोलबाला होगा। वही पूज्य आत्माएँ होंगी और उन्हीं के भाग्य पर समस्त विश्व गर्व करेगा। परन्तु जो दुर्भागे, भगवान को छोड़कर माया के प्यार में राह भूल गए, ऐसी कमज़ोर आत्माओं को विनाश की चक्की में कष्ट पाते देखकर संसार भी रहम करेगा कि देखो ये भी कैसे बुद्धिहीन थे जिन्होंने दैहिक प्यार की स्वार्थता को न पहचानकर द्वार पर आए भाग्य को भी लात मार दी।

जो शक्तिशाली मनुष्य कामुक भावनाओं को त्यागकर योगयुक्त जीवन जीता है, इस मार्ग में आई बाधाओं को हिम्मत से पार कर जाता है और संसार के रोके नहीं रुकता, उसका यह त्याग उसके लिए महान तेज बन जाता है। जिस तेज की चमक मनोवैज्ञानिक और कुरीतियों में फंसे लोगों की मान्यताओं को झूठा सिद्ध करेगी। तो हे ब्रह्मा वत्सों ! इस महान व्रत को अपनाकर जिस तपस्या का आपने शुभारम्भ किया है, उससे पीछे न हटो। संकल्पों में निर्बलता नहीं आने दो। यह न भूलो कि तुम्हारे साथ स्वयं सर्वशक्तिवान शिव बाबा है, उनकी ताकत आपके पास है। तुम अपनी तपस्या में अवश्य ही सफल होंगे।

सावधान रहो

जैसे तपस्वियों के सामने माया भिन्न-भिन्न रूप रखकर आती थी, सीता के समक्ष रावण साधू बनकर आया, वैसे ही तुम महान तपस्वियों के सामने भी काम की माया विभिन्न रूप रचकर आएगी। परन्तु तुम्हारे तप व वैराग्य की अग्नि में वह भस्म हो जाए। वह तुम्हें अपनी ओर आकर्षित न कर ले। आगे चलकर अनेक तमोप्रधान रूहें तुम्हारे पास आएंगी। वे तुम्हें झूठा प्यार दिखाएंगी और कहीं तुम उनका कल्याण करने के बहाने रहमदिल बनकर नष्ट न हो जाओ। याद रखो तुम दाता हो, तुम्हें किसी का भी प्यार स्वीकार नहीं करना है। तुम्हारा दया भाव कहीं तुम्हें निर्बल न बना दे, यह याद ज़रूर रखना है। क्योंकि इस तमोप्रधान प्यार में बड़ा ही आकर्षण है, यह तपस्वियों की तपस्या को नष्ट करने वाला है।

जब तुम्हारे पास सम्पूर्ण अपवित्र आत्माएं आएं तो याद करो कि मुझे इन्हें पवित्रता की दृष्टि देकर पवित्रता का बल देना है न कि इनकी ओर आकर्षित होना है। मैं पवित्रता का अवतार हूँ, मेरे पास जो भी अपवित्र भावनाओं से आएगा, वह निर्मल हो जाएगा। यह शुद्ध स्वमान रहे। इस प्रकार अपनी स्वस्थिति में रहने से दूसरों का प्रभाव आप पर नहीं पड़ेगा, बल्कि आपके पवित्र प्रकम्पन उनके चित्त से काम की अग्नि को बुझाएंगे।

आपको ज्ञात हो कि दूसरों का प्यार आपकी काम वृत्ति को क्षणिक ही तृप्ति देगा और पीछे प्रारम्भ होगी पश्चाताप की कहानी। इसलिए इस प्यार की नश्वरता को क्षण भंगुरता ही समझो और इसमें अटककर अविनाशी ईश्वरीय प्रेम से वंचित न रहो क्योंकि ईश्वरीय प्रेम केवल एक बार ही मिलता है, जबकि मनुष्यों का प्रेम तो जन्म-जन्मान्तर प्राप्त होता आया है। इसका अर्थ यह कदापि नहीं कि हमें मनुष्यों से प्रेम नहीं रखना है। परन्तु हमें उनके प्रेम में भटककर प्रभु प्रेम के महत्व को भूल नहीं जाना है। ध्यान रहे कि दूसरों का प्यार, कहीं हमारा लगाव, बुद्धि को अस्थिर न कर दे।

साधना के पथ पर चल पड़े, तो साधक को अवश्य ही सावधान रहना होगा। आप जिस उद्देश्य को लेकर चले हैं, वहां किसी और के साथ की जरूरत ही नहीं, क्यों, क्योंकि स्वयं सर्वशक्तिवान आपके साथ है। इसकी स्मृति ही आपको आगे बढ़ा देगी। बस आपको ध्यान रखना है कि हमारा उद्देश्य पूज्य बनने का है, और इसकी नींव सम्पूर्ण पवित्रता ही हो सकती है।

सूरतगढ़-राज.। पाँच दिवसीय `गीता ज्ञान रहस्य प्रवचन माला' के उद्घाटन अवसर पर उपस्थित हैं विधायक राजेन्द्र भादू, ए.डी.एम. हरविन्दर शर्मा, ब्र.कु. वीणा,सिरसी व ब्र.कु. रानी।

पटना-बिहार। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' के उद्घाटन के पश्चात् किसान आयोग के अध्यक्ष सी.पी. सिन्हा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरला दीदी,गुज. व ब्र.कु. संगीता। साथ हैं अर्पणा सिंह,बाल अधिकार आयोग की सदस्या।

प्रतापनगर-राज.। तारक मेहता टी.वी. सीरियल के आर्टिस्ट सोढी एवं अय्यर के साथ ज्ञानचर्चा के पश्चात् चित्र में ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. शिवाली, ब्र.कु. मीना, ब्र.कु. मधु व अन्य।

जयपुर-बापूनगर। बैंक ऑफ बड़ौदा में 'तनावमुक्त जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में मुख्य प्रबंधक मेहरा जी, ब्र.कु. जयंती, ब्र.कु. पदमा व अन्य अधिकारीगण।

बाबा ने ऐसा हाथ फेरा कि...

60 के दशक में जब मनुष्य आत्माओं के लिए ऐसा कोई स्रोत नहीं था जिसके साथ जुड़कर, उससे बात कर अपने मन को हल्का किया जा सके, दुःख की सीमा अपनी सीमा लांघ जाती थी, उस सीमा को ठीक करने का कार्य किया तो सिर्फ परमपिता परमात्मा और उनके साकार माध्यम प्रजापिता ब्रह्मा ने। जिनके आधार से एक आत्मा को एक महीने के अंदर सम्पूर्ण जीवन का सुखद अनुभव हुआ, उनके अनुभवों को हम आपसे भी सांझा करना चाहेंगे।

साकार बाबा के साथ अलौकिक अनुभव– मई 1968 में ईश्वरीय ज्ञान जयपुर (म्यूज़ियम) से प्राप्त किया। सुदेश दीदी ने साप्ताहिक कोर्स पूर्ण कराया और एक ही महीने के अंदर 4 जून 1968 को लौकिक चाचा एवं चाची के साथ मधुबन जाना हुआ। मेरे लौकिक चाचा चाची दोनों ज्ञान में चलते थे। मैं दस दिन तक साकार

ब्र.कु. गोमती,जयपुर

बाबा की पालना में पली।

1. अमृतवेले विशेष बाबा के वरदानी हाथ का अनुभव:- मैंने कभी ऐसा किया नहीं था, जब मुझे सुबह 4 बजे उठना था उस समय मुझे लगा कि मैं कैसे उठूंगी। सुबह मुझे सुंदर एहसास हुआ, मैंने देखा कि 2 बजकर 45 मिनट पर मेरी आँख खुली और बाबा मेरे सिर पर हाथ फेर रहे हैं। मैंने सभी साथी बहनों को जगाया और सबसे पहले मैं योग में पहुंची। आने वाले सतगुरुवार के दिन बाबा ने मुझे भोग देते हुए दृष्टि दी और कहा कि यह बच्ची तो पास है। अगले दिन झोपड़ी में बाबा ने विशेष वरदान दिया कि बच्ची तो सदा हर्षितमुख है ही। जैसे जैसे दिन आगे बढ़ा, बाबा को मैं और गहराई से समझती चली गई। एक दिन मुझे बाबा ने अपनी गोद में बिठाया, उस दिन मुझे सम्पूर्ण निश्चय हुआ कि वह मिलन आत्मा और परमात्मा का ही है और हम आत्माओं का पिता निराकार परमपिता शिव ही है।

विदाई के समय बाबा ने मेरे से पूछा कि बच्ची क्या सौगात लेगी, तो मैंने कहा कि मेरे पास तो सबकुछ है। बाबा ने कहा कि बच्चे बाबा के घर से कुछ ज़रूर लेकर जाते हैं क्योंकि यह बाबा के घर की व स्नेह की निशानी है। उसके बाद बाबा ने मुझे शॉल ओढ़ाया। जितने दिन भी मैं बाबा के साथ रही, हर दिन मेरा एक कल्प की तरह बीता। और विदाई के समय तो जैसे मन ही भर आया हो। कहा जा सकता है कि अपनी जीवन यात्रा का सुखद अनुभव अगर मैंने कहीं किया तो यहीं किया। आज भी वो यादें, बाबा के हाथों से खिलायी गई मिश्री और बादाम की टोली मेरे मन को आह्लादित कर देती है। मैं चाहूंगी कि ऐसा एहसास सब को बार-बार क्यों न हो। उस अनुभव के आधार से मैं अब भी चल रही हूँ।

पृथ्वी का अमृत... - पेज 4 का शेष

तिलबीजों में उपस्थित पौष्टिक तत्व, जैसे- कैल्शियम और आयरन त्वचा को कांतिमय बनाए रखते हैं।

तिल में न्यूनतम सैचुरेटेड फैट होते हैं इसलिए इससे बने खाद्य पदार्थ उच्च रक्तचाप को कम करने में मदद कर सकता है। सीधा अर्थ यह है की यदि आप नियमित रूप से स्वयं द्वारा निकलवाए हुए शुद्ध तिल के तेल का सेवन करते हैं तो आपके बीमार होने की संभावना ही ना के बराबर रह जाएगी। जब शरीर बीमार ही नहीं होगा तो उपचार की भी आवश्यकता नहीं होगी। यही तो आयुर्वेद है... आयुर्वेद का मूल सिद्धांत यही है कि उचित आहार विहार से ही शरीर को स्वस्थ रखिए ताकि शरीर को आयुषधि की आवश्यकता ही ना पड़े। एक बात का ध्यान अवश्य रखिएगा कि बाज़ार में कुछ लोग तिल के तेल के नाम पर अन्य कोई तेल बेच रहे हैं... जिसकी पहचान करना मुश्किल होगा। ऐसे में अपने सामने निकाले हुए तेल का ही भरोसा करें। यह काम थोड़ा सा मुश्किल ज़रूर है किंतु पहली बार की मेहनत के प्रयास स्वरुप यह शुद्ध तेल आपकी पहुँच में हो जाएगा। जब चाहें जाएं और तेल निकलवा कर ले आएं।

तिल में **मोनो-सैचुरेटेड फैटी एसिड** होता है जो शरीर से बैड कोलेस्ट्रोल को कम करके गुड कोलेस्ट्रोल यानि एच.डी.एल. को बढ़ाने में मदद करता है। यह हृदय रोग, दिल का दौरा और धमनीकलाकाठिन्य के संभावना को कम करता है।

कैंसर से सुरक्षा प्रदान करता है– तिल में सेसमीन नाम का एन्टीऑक्सिडेंट होता है जो कैंसर की कोशिकाओं को बढ़ने से रोकने के साथ-साथ उसके जीवित रहने वाले रसायन के उत्पादन को भी रोकने में मदद करता है। यह फेफड़ों का कैंसर, पेट के कैंसर, ल्यूकेमिया, प्रोस्टेट कैंसर, स्तन कैंसर और अग्नाशय के कैंसर के प्रभाव को कम करने में बहुत मदद करता है।

तनाव को कम करता है– इसमें नियासिन नाम का विटामिन होता है जो तनाव और अवसाद को कम करने में मदद करता है।

हृदय की मांसपेशियों को स्वस्थ रखने में मदद करता है– तिल में ज़रुरी मिनरल जैसे कैल्शियम, आयरन, मैग्नेशियम, जिन्क, और सेलेनियम होता है जो हृदय की मांसपेशियों को सुचार रूप से काम करने में मदद करता है और हृदय को नियमित अंतराल में धड़कने में मदद करता है।

शिशु की हड्डियों को मज़बूती प्रदान करता है– तिल में डायटरी प्रोटीन और एमिनो एसिड होता है जो बच्चों के हड्डियों को विकसित होने में और मज़बूती प्रदान करने में मदद करता है। उदाहरणस्वरूप 100 ग्राम तिल में लगभग 18 ग्राम प्रोटीन होता है, जो बच्चों के विकास के लिए बहुत ज़रूरी होता है।

गर्भवती महिला और भ्रूण को स्वस्थ रखने में मदद करता है– तिल में फोलिक एसिड होता है जो गर्भवती महिला और भ्रूण के विकास और स्वस्थ रखने में मदद करता है।

शिशुओं के लिए तेल मालिस के रूप में काम करता है– अध्ययन के अनुसार तिल के तेल से शिशुओं को मालिश करने पर उनकी मांसपेशियाँ सख्त होती हैं, साथ ही उनका अच्छा विकास होता है। आयुर्वेद के अनुसार इस तेल से मालिश करने पर शिशु आराम से सोता है।

अस्थि-सुषिरता से लड़ने में मदद करता है– तिल में जिन्क और कैल्शियम होता है जो अस्थि-सुषिरता से संभावना को कम करने में मदद करता है।

मधुमेह की दवाइयों को प्रभावकारी बनाता है– डिपार्टमेंट ऑफ बायोथेक्सनॉलॉजी विनायक मिशन यूनवर्सिटी,तमिलनाडु के अध्ययन के अनुसार यह उच्च रक्तचाप को कम करने के साथ-साथ इसका एन्टी ग्लिसेमिक प्रभाव रक्त में ग्लूकोज़ के स्तर को 36% कम करने में मदद करता है जब यह मधुमेह विरोधी दवा ग्लिबेक्लेमाइड से मिलकर काम करता है। इसलिए टाइप-2 मधुमेह रोगी के लिए यह मददगार साबित होता है।

दूध की तुलना में तिल में तीन गुना कैल्शियम रहता है। इसमें कैल्शियम, विटामिन बी और ई, आयरन और जिंक, प्रोटीन की भरपूर मात्रा रहती है और कोलेस्ट्रोल बिल्कुल नहीं रहता है। तिल का तेल ऐसा तेल है, जो सालों तक खराब नहीं होता है, यहाँ तक कि गर्मी के दिनों में भी वैसा का वैसा ही रहता है।

तिल का तेल कोई साधारण तेल नहीं है। इसकी मालिश से शरीर को काफी आराम मिलता है। यहां तक कि लकवा जैसे रोगों तक को ठीक करने की क्षमता रखता है। सर्दी के मौसम में इस तेल से शरीर की मालिश करें तो, ठंड का एहसास नहीं होता। इससे चेहरे की मालिश भी कर सकते हैं। चेहरे की सुंदरता एवं कोमलता बनाये रखेगा। यह सूखी त्वचा के लिए उपयोगी है।

तिल का तेल– तिल विटामिन ए और ई से भरपूर होता है। इस कारण इसका तेल भी इतना ही महत्व रखता है। इसे हल्का गरम कर त्वचा पर मालिश करने से निखार आता है। अगर बालों में लगाते हैं, तो बालों में निखार आता है, लंबे होते हैं। जोड़ों का दर्द हो, तो तिल के तेल में थोड़ी सी सोंठ पावडर, एक चुटकी हींग पावडर डाल कर गर्म कर मालिश करें। अतः इस पृथ्वी के अमृत को अपनावें और जीवन निरोग बनावे।

शामली। भारतीय महिला योग संस्थान की क्षेत्रीय अध्यक्षा मंजू बहन, क्षेत्रीय मंत्री अल्का जैन तथा अन्य अग्रणी महिलाएं ब्र.कु. राज का अभिनंदन करते हुए।

डाकपत्थर। कैम्ब्रीज स्कूल के प्रिंसीपल सारथकजी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सविता व ब्र.कु. सोनिया।

दिल्ली-मजलिस पार्क। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' के शुभारंभ कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु. जयप्रकाश, दस गौशालाओं के प्रधान रोशन लाल कंसल, ब्र.कु. शारदा, ब्र.कु. लक्ष्मी,मेरठ व कार्यक्रम आयोजक ब्र.कु. राजकुमारी।

नगर-भरतपुर। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए एस.डी.एम. हेमराज परिडवाल, विकास अधिकारी विक्रम सिंह, ब्र.कु. सरोज, नगर पालिका अध्यक्ष रमनलाल सैनी व अन्य।

नवरंगपुर-ओडिशा। 77 बी.एस.एफ. कमाण्डेंट एल.एम. शर्मा व 84 बी.एस.एफ. कमाण्डेंट माउंगलॉंग को गुलदस्ता भेंट करने के पश्चात् चित्र में ब्र.कु. नीलम।

दिल्ली-पोचनपुर। पंडित श्री पवन कौशिक को ज्ञानचर्चा के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका व स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. पूजा।

वर्ल्ड लार्जेस्ट हैंडमेड कैलेंडर

ग्रीन पार्क-जालंधर। डब्ल्यू.डब्ल्यू.ई. तथा वर्ल्ड हैवी वेट चैम्पियन द ग्रेट खली को विश्व का सबसे बड़ा हाथों से बनाया हुआ कैलेंडर ग्रीन पार्क, जालंधर सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. रेखा ने भेंट किया। इस मौके पर ब्र.कु. दीपक व ब्र.कु. त्रिप्ता भी उपस्थित थे। इस कैलेंडर की ऊंचाई 8 फिट 5 इंच तथा चौड़ाई 3 फिट 4 इंच है। इस कैलेंडर द्वारा 'स्वच्छ भारत अभियान' का संदेश दिया गया है तथा प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय का 'धरती पर भगवान आ चुके हैं' यह ईश्वरीय संदेश दिया गया है। यह कैलेंडर अहमदनगर(महाराष्ट्र) के ब्र.कु. दीपक हरके ने बनाया है।

इससे पहले विश्व का सबसे बड़ा हाथों से बनाया हुआ कैलेंडर का विश्व कीर्तिमान बैंगलोर के कार्टूनिस्ट बी.व्ही. पांडूरंगाराव के नाम पर था। उन्होंने 15 जून 2013 को 4 फुट 2 इंच ऊंचाई तथा 2 फुट 6.5 इंच चौड़ाई का कैलेंडर बनाया था। यह जानकारी इस विश्वकीर्तिमान के निर्माता ब्र.कु. दीपक हरके ने दी।

रुदावल-राज.। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के रुदावल पहुंचने पर अभियान लीडर्स ब्र.कु. बबिता व ब्र.कु. सोनू का स्वागत करते हुए उपप्रधान सत्यप्रकाश जी एवं ए.ई.एन. पी डब्ल्यू.डी. राकेश शर्मा।

मुंगेर-विहार। बिहार योग विश्वविद्यालय के प्रमुख अंतर्राष्ट्रीय योग गुरु परमहंस स्वामी निरंजनानंद सरस्वती को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मनीषा।

फाज़िलनगर-उ.प्र.। संस्कार सेंट्रल एकेडमी में नैतिक मूल्य की शिक्षा देने के पश्चात् चित्र में ब्र.कु. भारती, ब्र.कु. सूरज, बैरिस्टर जयसवाल, रामप्रसाद श्रीवास्तव व अन्य।

आगरा। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' के कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. विमला, ब्र.कु. शशि, ब्र.कु. गीता, विभोर भाई व श्रम कार्यालय न्यायाधिकारी सीताराम मीणा।

शुभ विचारों का प्रवाह ध्यान का पहला कदम

गतांक से आगे...

राजा ने सोचा कि जब ये माफी मांग रहा है तो मुझे भी मांगनी चाहिए। क्योंकि मेरे मन में भी कुविचार आया है, राजा ने भी उससे माफी मांगी। दोनों एक-दूसरे से माफी मांगने के बाद इस सोच में बैठे कि ये चंदन के लकड़े ने सारा खेल किया है। अभी जब तक इस चंदन के लकड़े को खत्म नहीं करेंगे तब तक ये विचार पीछा छोड़ेगा नहीं। तो क्या किया जाए? चंदन के लकड़े को कहीं अच्छे कार्य में लगायें। तो राजा ने कहा कि मेरे महल में तो सब कुछ है, किसी चीज़ की आवश्यकता नहीं है। लेकिन ऐसा करते हैं कि महल के बाहर जो बगीचा है वहाँ एक मंदिर बनाते हैं। उस मंदिर में चंदन के लकड़े लगाते हैं जिससे खुशबू फैलती रहेगी और जो भी वहाँ आयेगा भजन-कीर्तन करता रहेगा। वातावरण कितना सुंदर बन जायेगा। खुशबू वाला इतना सुंदर वातावरण हो जायेगा। शुभ विचार आया मंदिर बनाने का और वहाँ सारे चंदन के लकड़े लगाने का।

राजा ने राजकोष से पैसे निकालकर उसको देना चाहा कि इसी पैसे की लालच में तेरे मन में कुविचार आया था ना। ये लो पैसा, तब वो व्यापारी कहता है, ये पैसा मुझे नहीं चाहिए। ऐसा करो ये पैसा राजकोष में ही जमा रहे। गरीबों के कल्याण के लिए उसका उपयोग किया जाए। भावार्थ ये है कि जब दोनों के मन में शुभ विचार आया तब दोनों का मन शांत हुआ, परेशानी खत्म हुई और वे दोनों शांति से सो सके।

जीवन में जब भी हमारा मन परेशान हो उठता है या रात-रात भर नींद नहीं आती है तो उसका कारण कहीं जड़ में कोई न कोई निगेटिव विचार पनप रहा है। उसको उसी वक्त क्लीयर कर दो, उसको वृद्धि को प्राप्त होने नहीं दो, नहीं तो ये सारी आंतरिक शक्ति को क्षीण कर देगा। जीवन में इतनी परेशानी और टेंशन बढ़ा देगा कि जीवन जीना मुश्किल हो जायेगा।

इसलिए परमात्मा ने अर्जुन को कहा कि तुम अपने आप को भी आत्मा रूप में देखो। अपने ध्यान को बाह्य सभी बातों से समेट लो। नित्य शुभ भावनायें इस संसार की आत्माओं के प्रति भी प्रवाहित करो। यही ध्यान का पहला कदम है। छठवें अध्याय में ध्यान-योग की विशेषता को बतलाते हुए भगवान अष्टांग योग, उसके अभ्यास और उसकी सही विधि का स्पष्टीकरण करते हैं कि मन को किन कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है, ध्यान से परमात्मा में मन को एकाग्र कैसे करना है आदि... आदि।

पहले श्लोक से लेकर चौथे श्लोक तक कर्मयोग का विषय और योगारूढ़ पुरुष के लक्षण बताये गये हैं।

पाँचवें श्लोक से लेकर दसवें श्लोक तक आत्मोन्नति तथा मन को मित्र बनाने की प्रेरणा दी गयी है।

ग्यारहवें श्लोक से लेकर उन्नीसवें श्लोक तक ध्यान में बैठने की विधि बतायी गयी है।

बीसवें श्लोक से लेकर बत्तीसवें श्लोक तक योगयुक्त पुरुष के अनुभव और लक्षण बताये गये हैं।

तेतीसवें श्लोक से लेकर छत्तीसवें श्लोक तक मन के निग्रह का विषय स्पष्ट किया गया है।

सैतीसवें श्लोक से लेकर सैतालीसवें श्लोक तक योगभ्रष्ट पुरुष की गति का विषय और ध्यान योग की महिमा बतायी है। इस तरह भगवान ने 'योगारूढ़ पुरुष' के लक्षण बताये हैं। हे अर्जुन! कर्म करते समय किसी भी प्रकार की फल की कामना न रखते हुए जो कर्म करता है तथा इंद्रिय जनित सम्पूर्ण सुख के भौतिक पदार्थों की इच्छायुक्त संकल्पों का त्याग करने वाला ही सच्चा योगी या सन्यासी है। जिसका मन वश में है और प्रसन्नचित्त होकर स्वयं को किसी उपयोगी कार्य में लगाता है, वही योगारूढ़ की अवस्था वाला है। इसलिए ऐसा योगारूढ़ पुरुष हमें बनना है। मनुष्य को आत्मोन्नति करनी चाहिए, हमेशा यह ख्याल रहना चाहिए कि मैं अपनी आत्मोन्नति कैसे करूं। आत्मा की अधोगति न होने दें क्योंकि जीवात्मा स्वयं ही स्वयं का मित्र व शत्रु होता है। - क्रमशः

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा

नये वर्ष में नया... - पेज 2 का शेष

ख्याल आये कि विश्व को आपकी ज़रूरत है तब से आपका विकास शुरु होता है। ईश्वर हमेशा कहता है, मुझे आपकी ज़रूरत है, हर रोज़ आप अपनी नई ताज़गी से भर अपने आपको मुझे अर्पण करो, जिससे मैं आपका उपयोग कर सकूँ, और समर्थ बना सकूँ।

यह जगत बिगड़ गया है, ऐसी शिकायत हम करते हैं लेकिन उसे बिगाड़ने वाला कौन? प्रकृति ने तो सुंदर पृथ्वी का निर्माण कर मनुष्य को अर्पित कर दिया है। ईश्वर ने तो श्रेष्ठ सृजन के रूप में मनुष्य का निर्माण कर उसे जीने की स्वतंत्रता दे दी लेकिन मनुष्य की अमर्यादित स्वतंत्रता की भूख ने उसे बेचैन कर दिया है। परिणाम स्वरूप विवेक चूका और न करने जैसे कार्यों में वह उलझ गया।

जिसे जो रोल दिया गया है, उसे वह स्वीकार्य नहीं। चपरासी को उत्तम चपरासी बनना नहीं है, वह साहब बनना चाहता है। 'साहब' को उत्तम साहब बनने के बजाय मंत्री बनने में रस है। मंत्री मुख्यमंत्री बनने का और मुख्यमंत्री प्रधानमंत्री बनने का ख्वाब देखता है। धनवान को महाधनवान बनना है और गुरु को महागुरू बनना है। परिणाम स्वरूप वो अपने हिस्से में आये काम को न्याय दे नहीं सकता। इसलिए 'कर्म की कुशलता' का साधक वह बन नहीं सकता। प्रत्येक दिन उसके लिए महत्वाकांक्षा के सागर का यात्री बनने का अवसर बने, ऐसी मनुष्य की चाहना है। मनुष्य बाहर से जागता है लेकिन अंदर से कुम्भकरण की निद्रा ने कब्ज़ा कर लिया है। परिणाम स्वरूप उनमें आत्म-जागृति नहीं आती। जॉन रस्कि ने सही कहा है कि जब मनुष्य स्वयं की मकड़जाल में उलझ जाता है तो वास्तव में मनुष्य एक छोटा सा पॉकेट बन जाता है। मनुष्य की सभी विकृतियों का मूल कारण है तृष्णा। मनुष्य तृष्णा का नकाब पहनता है, ओढ़ता है और तृष्णा का ही भोजन करता है।

नये वर्ष में नया करने के लिए बासीपने के निराकरण के पाँच उपाय–

1. हर रोज़ मन में उठती तृष्णाओं को बाहर धकेलते रहिए।
2. मनुष्य को नये रूप से और नये दृष्टिकोण से निहारते रहिए, द्वेष-विद्वेष के पूर्वाग्रह की नज़र से नहीं।
3. प्रत्येक कार्य ईश्वर द्वारा तुम्हें मिली ज़िम्मेवारियाँ हैं, ऐसा समझ कार्य को 'निपटाने' का नहीं बल्कि 'सम्पूर्ण करने' का संकल्प करें।
4. मेरे सम्पर्क में आज जो कोई आये वह मेरे द्वारा सुखी, शांत बन उमंग में आ जाये, ऐसा आचरण हे परमात्मा मुझे सिखाइए।
5. जीवन को जीवंत रखें, उसमें प्रेम का अथाह नीर हो। सिर्फ स्वजन ही नहीं लेकिन सर्वजनों को आपका प्रेम बिना शर्त अधिकारी बनाये।

नदवई। एस.डी.एम. शौकत अली को आत्मस्मृति का तिलक देने के पश्चात् प्रसाद व ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु. संतोष, ब्र.कु. पूनम व ब्र.कु. बबिता।

भिवानी-हरियाणा। आध्यात्मिक प्रदर्शनी के उद्घाटन के पश्चात् जिला औद्योगिक संघ के प्रधान शैलेन्द्र जैन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुमित्रा।

कथा सरिता

मन की शांति

जोशुआ लेवमेन तब नवयुवक ही थे। नये जोश की तरंग में एक दिन उनके मन में ख्याल आया कि क्यों न दुनिया की सर्वश्रेष्ठ वस्तु प्राप्त की जाए, तभी तो जीवन की सफलता है। उन्होंने अपने चिन्तन से एक सूची तैयार की और उसमें स्वास्थ्य, सुयश, सम्पत्ति और शक्ति को दर्ज किया। उनके मत में यही दुनिया की सबसे मूल्यवान चीज़ें थी। बहुत दिनों तक वे इन चीज़ों को प्राप्त करने की कोशिश करते रहे। जब उनके उद्देश्य की सिद्धि प्रत्यक्ष नहीं हुई तो उन्होंने एक वृद्ध से सारा हाल कहा और वह सूची पेश की। उस वृद्ध ने युवक की उस सूची को ध्यान से देखा, कुछ समय के लिए वह एकदम मौन हो गये और फिर उसे उस अधूरी सूची पर हँसी आ गई। वृद्ध की हँसी और उसके हावभाव को देखकर वह युवक विस्मित हो गया और उसने वृद्ध से प्रश्न किया, ``क्या कोई ऐसी और चीज़ है जो सूची में शामिल करने योग्य है। युवक ने कहा, क्या आप बता सकते है कि मेरी सूची में क्या कमी रह गई है? वृद्ध ने कहा, हाँ इसमें कोई शक नहीं कि आपने बड़ी अच्छी सबसे महत्वपूर्ण चीज़ छोड़ दी है। युवक ने पूछा कि वह कौन सी चीज़ है? वृद्ध ने मुस्कुराकर उत्तर दिया -``मन की शान्ति।''

उसे पसंद है

सूफी संतो में एक बहुत बड़ी संत थीं - राबिया। वे निहायत सादगी की जिंदगी बितातीं और हर घड़ी अल्लाह का नाम उनकी जबान पर रहता। उनकी कुटिया में साधु-संतों और भक्तों का आना-जाना लगा रहता था। एक दिन एक संत आए और रात को उनकी कुटिया में ही रहे। उन्होने देखा, राबिया ने रात को अपने सोने के लिए एक टाट बिछाया और तकिये की जगह ईंट रख ली। वे अल्लाह का नाम लेती हुई बिस्तर पर आराम से लेट गईं, जरा-सी देर में ही गहरी नींद में सो गई। संत चकित रह गये, इतने ऊँचे दर्जे की संत और इतनी कठोर जिन्दगी। उन्हें बड़ा दुख हुआ और रात भर अपने बिस्तर पर पड़े छटपटाते रहे। एक पल को भी उनकी आंख नहीं लगी। सबेरे उठकर राबिया से कहा, `आप इतनी तकलीफ क्यों उठाती हैं?' `कैसी तकलीफ', राबिया ने पूछा। रात को संत ने जो देखा था, वह बता दिया। फिर बोले, `सुनिए, मेरे कई अमीर दोस्त हैं, अगर आपकी इजाजत हो तो मैं उनसे कहकर आपके लिए एक अच्छा-सा बिस्तर भिजवा दूं।' राबिया उनकी बात सुनकर चुप रही, फिर बोली, `तुम्हारी मोहब्बत के लिए क्या कहूं। पर यह तो बताओ कि मुझे, तुम्हें और अमीरों को देने वाला एक नहीं है?' संत ने दबी जबान से कहा, `हाँ, एक ही है।' तब राबिया बोली, `क्या वह हमें भूल गया है और दौलतमंदों की उसे याद है। अगर उसे हमारी याद नहीं तो हम क्यों याद दिलायें।' घड़ी भर खामोश रहकर उन्होने कहा, `मेरे भाई हमें यह पसंद है, क्योंकि उसे यह पसंद है।

अनोखी प्रतिभा

राजा भोज के दरबार में एक धनपाल नामक जैन पंडित थे। कहा जाता है कि वर्षों के अथक परिश्रम के बाद उन्होने उन्होने बाण रचित कादम्बरी का प्राकृत भाषा में अनुवाद किया था। जब वह पूरा हो गया तो राजा ने धनपाल से कहा, `इस ग्रंथ के साथ मेरा नाम जोड़ दो, तो यथेच्छ स्वर्ण मुद्राएं दूंगा।' धनपाल राजा के कर्मचारी थे, इसलिए वे दुविधा में पड़ गए। काफी सोच-विचार के पश्चात उन्होने नम्रता से राजा की बात मानने से इंकार कर दिया। अपना ही आश्रित पंडित ऐसी गुस्ताखी करे यह राजा को नागवार लगा और उन्होने आगबबूला होकर सारा अनुवाद जला दिया। यह घटना देखकर धनपाल को गहरा क्षोभ हुआ। इससे उनका खाना-पीना तक छूट गया। उन्हें यूं उदासीन देखकर उनकी पुत्री ने पूछा, `पिताजी, मैं काफी दिनों से देख रही हूँ कि आप किसी बात को लेकर शोकमग्न हैं? इस स्थिति का कारण क्या है मुझे तो बताइये? धनपाल ने सारा किस्सा सुना दिया। इस पर पुत्री बोली, `अरे, इसमें क्या है? आपकी पांडुलिपि अल्पविराम सहित मुखाग्र है मुझे। आप लिखिए, मैं बोलती जाती हूँ।' कादम्बारी प्राकृत भाषा में तैयार हो गई। पुत्री की इस अद्‌भुत शक्ति से धनपाल इतने मुग्ध हुए कि उसी के नाम पर उस पुस्तक का नाम `तिलक मंजरी' रख दिया।

परम धर्म

सामर्थ्य के अनुसार दूसरों की सहायता करना भारतीय संस्कृति का सकारात्मक दृष्टिकोण रहा है। यह पक्ष भी काफी प्रभावी रहा है कि विपत्ति के समय सभी एक जुट हो जाते हैं और दु:खी व याचक को तन, मन, धन से सहायता करते हैं। गांधीजी और गोपबंधु दास उड़ीसा में एक छोटे से स्टेशन पर गाड़ी की प्रतीक्षा कर रहे थे कि एक वृद्ध आदिवासी आया और घुटने टेककर बापू के चरण छूने लगा। बापू उसे देखने लगे। उसने केवल लंगोटी पहन रखी थी, नंगी देह की पसलियां झलक रही थीं। कमर से उसने एक पैसा निकाला और बापू के पैरों के पास रख दिया। बापू की आंखें चमक उठीं। `यह पैसा क्यों रखा?' उन्होंने प्रश्न किया। `देव दर्शन हो जाते हैं तो कुछ भेंट चढ़ाने ले जाते हैं', वह बोला। गांधी ने पूछा, `क्या करूं इस पैसे का'? गरीब ने कहा, किसी गरीब को दे देना।' `ठीक' कहकर बापू ने पैसा ले लिया और पास बैठे उड़ीसा के समाज सेवक गोपबंधु दास से बोले, `यही भारतवर्ष की आत्मा है। यहाँ फटेहाल कंगाल भी अपने से गरीब की मदद करना अपना परम धर्म समझता है। इसका शरीर तो दुर्बल है, पर आत्मा बलवती है।'

राउरकेला-ओडिशा। 'राजयोग फॉर हेल्दी एंड हैप्पी लाइफ' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्‌घाटन करते हुए झारखण्ड की राज्यपाल द्रौपदी मुर्मू, श्याम सुंदर पटनायक,वाइस चांसलर,बीजू पटनायक यूनिवर्सिटी ऑफ टेक्नोलॉजी, ब्र.कु. बिमला, ब्र.कु. नथमल, ब्र.कु. ज्योत्सना, ब्र.कु. श्वेता व अन्य गणमान्य जन।

करहल-सैफयी(उ.प्र.)। समाजवादी पार्टी के अध्यक्ष मुलायम सिंह यादव को उनके जन्मदिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. तेजस्विनी, ब्र.कु. नीतू व ब्र.कु. किरन।

ज्ञानसरोवर-माउण्ट आबू। विदेशी भाई बहनों के लिए आयोजित पीस ऑफ माइंड रिट्रीट के दौरान 'मेडिटेशन और आध्यात्मिकता' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. रामनाथ।

नेपाल-धंगाधी। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् समूह चित्र में विश्व हिन्दू महासंघ के अध्यक्ष रामचंद्र अधिकारी, पूर्व अध्यक्ष दामोदर गौतम, हिन्दू विद्यापीठ के संस्थापक अध्यक्ष डॉ. चिंतामणि योगी, ब्र.कु. हीरा, ब्र.कु. महेन्द्र व ब्र.कु. राजेश्वरी।

रादौर-हरियाणा। मुकन्दलाल कॉलेज में आयोजित एन.एन.एस. शिविर के दौरान 'तनावमुक्त' विषय पर प्रवचन के पश्चात् ब्र.कु. राज बहन व ब्र.कु. राजू को स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए शिविर प्रभारी डॉ. अजायब सिंह व डॉ. ऋचा।

सम्बलपुर-ओडिशा। आमेर उत्सव कार्यक्रम के दौरान ब्र.कु. पार्बती को आध्यात्मिक क्षेत्र में 45 वर्षों के उनके उत्कृष्ट कार्यों के लिए सम्मानित करते हुए सुरेश्वर मिश्रा,जिला कांग्रेस प्रेसिडेंट, अशोक बेरिहा व जयशंकर मिश्रा,कांग्रेस कमेटी सेक्रेट्री।

प्रेम एक गहरा अहसास है...

प्रेम अपने आप में देना, अपना सर्वश्रेष्ठ देना, किसी भी चीज़ के साथ इसकी तुलना नहीं है। ईर्ष्या, जलन, बेइमानी जैसी चीज़ें प्रेम में कतई संभव नहीं हैं। जैसे माली जब फूलों पर श्रम करता है, माँ अपने बच्चों पर श्रम करती है, लेकिन ये दोनों बदले में कुछ नहीं मांगते, उनका खिलना, इनका अपना खिलना हो जाता है।

प्रेम अपने भीतर छिपी एक शक्ति का नाम है जो अपने वजूद को बरकरार रखते हुए दूसरे से मिलती है। सिर्फ मानव मात्र के लिए उसका प्रेम नहीं होता बल्कि समूची सृष्टि के प्रति वह अपने प्रेम को दर्शाता है। इस दशा को हम अपनी भीतरी स्वतंत्रता और आत्मनिर्भरता से ही प्राप्त कर सकते हैं। प्रेम में सबकुछ `देना' है, उसमें कुछ लेना नहीं है। देना परम आनंद, परम लक्ष्य होगा। प्रेम अपने आप में देना, अपना सर्वश्रेष्ठ देना, किसी भी चीज़ के साथ इसकी तुलना नहीं है। ईर्ष्या, जलन, बेइमानी जैसी चीज़ें प्रेम में कतई संभव नहीं हैं। जैसे माली जब फूलों पर श्रम करता है, माँ अपने बच्चों पर श्रम करती है, लेकिन ये दोनों बदले में कुछ नहीं मांगते, उनका खिलना, इनका अपना खिलना हो जाता है। जिस किस्म का दायित्व वह अपने लिए अपने भीतर महसूस करता है, वैसे दूसरों के लिए भी होता है। अर्थात् आपके भीतर उसके प्रति एक दायित्व बोध होगा, तब विकास का समान प्रयत्न होगा, क्योंकि तब कोई भी दूसरा नहीं है। माँ बच्चे को दूसरा नहीं मानती, प्रेमी-प्रेमिका एक दूसरे को `दूसरा' नहीं मानते। वहाँ दूसरा है ही नहीं। आप ही सर्वत्र हैं और यही भावना अगर समाज में आ जाये तो स्वर्ग आने में देर नहीं लगेगी।

शायद मनुष्य प्रेम को समझ नहीं पा रहा

मनुष्य की किसी और जगह होने की कल्पना यह सिद्ध कर देती है कि वह आपके पास नहीं है। अगर एक मनुष्य

दूसरे मनुष्य से प्रेम नहीं कर सकता तो यह कैसे संभव है कि वह ईश्वर से प्रेम करे। वह ईश्वर से प्रेम करने का सिर्फ ढोंग कर रहा है और ढोंग भी इसलिए कर रहा है कि उधर से कोई उत्तर नहीं आ रहा। कोई यह नहीं कह रहा कि अब बस करो, इतना झूठ मत बोलो। ईश्वर हमेशा से चुप है और बोल हम रहे हैं। आज ईश्वर के नाम पर हम बड़ी शान से लोगों को मारते हैं, काटते हैं, परन्तु ईश्वर से प्रेम इन बातों को तो बिल्कुल दरकिनार कर देगा। हम दूसरों पर अधिकार तो जमाना चाहते हैं, उसे अपना हिस्सा भी बना लेना चाहते हैं, उसे हम अपनी मिलकियत भी समझते हैं और यह भी सोचने लग जाते हैं कि वह वही सोचे जो हम सोच रहे हैं। यह कोई प्रेम नहीं है, यह तो पॉज़ेशन (मालिकपना) है। जब हम वास्तव में प्रेम करते हैं, सिर्फ तभी हम जान पाते हैं कि जीवन है क्या। जब आपसे कोई पूछे कि जीवन का सर्वोत्तम क्षण कौन सा है, तो शायद आप कहेंगे कि जब आप स्वयं को भूल जाते हैं। जब आप दुनिया के हिसाब से कहें तो किसी की आँखों में, किसी की बाहों में, जब आप इसके लिए प्रस्तुत न हों और यह घट गई हो। अगर हम इसको यह कहें कि हमारे भीतर कोई ऐसा रासायनिक परिवर्तन हो जाये, जिसमें प्रेमी न रहे, वो खो जाये। चाहे प्रेमी हो या ईश्वर, अपने विलय को दूसरे में खो देना अर्थात् स्वयं को खो देना ही प्रेम का दूसरा नाम होगा।

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

7 कदम राजयोग की ओर...

मन की बातें

-ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न: पवित्रता केवल ब्रह्मचर्य ही नहीं...हमें ब्रह्माचारी भी बनना है। हम पवित्रता के क्षेत्र में किन-किन बातों में ब्रह्माचारी बनें?

उत्तर: शिव की संतान बनकर ब्रह्मचर्य का व्रत अपनाना तो प्रथम कदम है। परन्तु सम्पूर्ण पवित्रता तो गगन में चमकते सूर्य के समान है, पवित्र आत्माएं तो इस विश्व के लिए वरदान हैं, वे जहान के नूर व सृष्टि के आधारमूर्त हैं।

ब्रह्मचर्य अपनाने के बाद काम की सभी इच्छाओं व भावनाओं का त्याग करके स्वप्न सात्विक बनाने चाहिए। सभी नर-नारी आत्माएं हैं। हम भी कभी नर थे तो कभी नारी। दूसरे भी कभी नर थे, कभी नारी - यह आत्मिक भाव बढ़ाना चाहिए।

हम पवित्र आत्माओं को विश्व का कल्याण करना है, हम विश्व कल्याणकारी हैं इसलिए चित्त को शुभभावना, क्षमा-भाव व निःस्वार्थ प्यार से भर देना चाहिए। बदले की भावना हमें लक्ष्य से दूर ले जाती है।

वाणी अति सुखदाई व निर्मल, क्रोध, रोब व अहं से मुक्त हो, तब टकराव-मुक्त पवित्र स्थिति का सुख प्राप्त होगा। जीवन से आलस्य, व्यर्थ व साधारण संकल्प, ईर्ष्या-द्वेष, घृणा, तेरा-मेरा छूटता चले तब पवित्रता की अलौकिकता चेहरे के तेज को बढ़ा देती है। ऐसी महान पवित्रात्मा सदा परमात्म-रस अथवा आनंद में तृप्त रहे, ये सब है ब्रह्मा बाबा का आचरण करना।

प्रश्न:- परमात्मा ने कहा कि सच्चा दिल, साफ दिल व बड़ा दिल हो तो वो सदा दाल-रोटी खिलाता ही रहेगा। क्या है ये तीन प्रकार की दिल?

उत्तर: जहां मन में चालाकी हो, धोखा देने का संस्कार हो, कदम-कदम पर मनुष्य झूठ का सहारा ले। करे कुछ व कहे कुछ-ये सच्चा दिल नहीं। जो जितना पवित्र है, उसका दिल उतना ही सच्चा है। अपने सत्य स्वरूप में रहने से दिल सच्चा होता जायेगा। सच्चे दिल से सेवा करना भी सच्चा दिल है। सच्चे दिल से दिल लगाकर पुरुषार्थ करना भी सच्चा दिल है। सच्चाई हमारा नैचुरल संस्कार बन जाए।

साफ दिल का अर्थ है -मन में किसी के लिए भी बुरा भाव, वैर-भाव, दैहिक भाव या निगेटिव भाव न रखना। हर मनुष्य ने अपने दिल में दूसरों के लिए अनेक गंदगी जमा कर ली है। इससे उसी का मन अशांत व बेचैन रहता है। ये गंदगी विघ्नों को जन्म देती है। जैसे जादूगर हाथ की सफाई से कमाल का खेल दिखाते हैं, वैसे ही जो महानात्माएं बुद्धि की सफाई कर लेंगी व भगवान के कार्य में, प्रत्यक्षता के काल में कमाल करेंगी।

बड़ा दिल अर्थात उदारता, खुलापन व कंजूस न होना। खानपान के क्षेत्र में, दूसरों की पालना हमें जहां भी करनी है। जैसे कि आपको परिवार की पालना करनी है, किसी को सेवाकेन्द्र की पालना करनी है, वहां खुला दिल हो-सबको संतुष्ट करने की भावना हो, छोटी-छोटी बातों में दूसरों को तंग न करें। न जाने किसके भाग्य से सब कुछ आता है। सेवा के क्षेत्र में भी बड़ा दिल रहे तो भगवानुवाच है - बड़ा दिल होगा तो तुम्हारे भण्डारे व भण्डारी भरपूर रहेंगे।

प्रश्न:- मेरा एक प्रश्न है कि विनाश काल में सबसे कड़ा पेपर कौनसा होगा तथा उस परीक्षा में पास होने का साधन क्या है?

उत्तर: अंतिम व अति कड़ा पेपर होगा नष्टोमोहा होने का। क्योंकि मोह मनुष्य के रग-रग में समा चुका है इसलिए उससे मुक्त होना सहज काम नहीं है। वह मोह चाहे मनुष्यों से हो या स्थूल चीज़ों से। मैं विनाश की एक मोटी सी छवि प्रस्तुत कर रहा हूं। भगवानुवाच है कि विनाश में मनुष्य सरसों के दाने की तरह पिस जाएंगे। विनाश काल में एक बार ये सम्पूर्ण विश्व जैसे कि मेंटल हॉस्पिटल बन जाएगा।

विनाश की इस छवि को आप अपने से जोड़कर देखें -जो कुछ भी इन आंखों से दिखाई देता है, वो कुछ भी नहीं रहेगा, आपके मकान, आपकी दुकान, आपकी चल-अचल सम्पत्ति नष्ट हो जाएगी। तब आपको यह नहीं सोचना है कि बाबा ने हमें मदद क्यों नहीं की। परीक्षा के समय टीचर मदद नहीं कर सकता।

जो भी आपके प्रिय जन हैं, वे सब नहीं रहेंगे। उनकी मृत्यु भी विभिन्न खौफनाक तरीकों से हो सकती है। ऐसे में मोहग्रस्त व्यक्ति के मस्तिष्क पर अति कुप्रभाव पड़ेगा। स्वयं के शरीर में भी कई असाध्य रोग हो सकते हैं। स्वयं का मन उदास व चिड़चिड़ा भी हो सकता है, खुशी व शान्ति भी नष्ट हो सकती है। ऐसे में जिन्होंने अच्छा योग किया होगा, तन से यज्ञ सेवा पूर्णतया की होगी, उन्हें उनके पुण्य कर्म मदद करेंगे।

भटकती हुई आत्माओं के प्रकोप, उनकी प्रवेशता व उनकी अंतरिक्ष में उपस्थिति मनुष्यों के लिए धर्मराज की सज़ा होगी। पवित्र व शक्तिशाली आत्माएं इनसे मुक्त रह सकेंगी।

अनिद्रा, गृहयुद्ध, प्राकृतिक प्रकोप व विश्व युद्ध मनुष्यों को काल के ग्रास बनायेंगे। कहीं अकाल तो कहीं अतिवृष्टि, कहीं प्रेम का टूटना, तो कहीं नदियों में बाढ़, विनाश का ताण्डव करेंगे। परन्तु जिनके सिर पर परमात्म-छत्रछाया होगी वे स्वयं को सुरक्षित पायेंगे।

नष्टोमोहा होने के लिए स्मृति स्वरूप होना परमावश्यक है। पहले से ही अनासक्त वृत्ति बहुत मदद करेगी। अब सबको घर जाना है-यह स्मृति साक्षीभाव बढ़ायेगी तथा जिन्होंने स्वयं को विनाश के लिए तैयार कर लिया होगा वे आनंदित रहेंगे क्योंकि उन्हें स्मृति रहेगी कि देवताओं के लिए ही ये दुनिया खाली हो रही है परन्तु डरे हुए लोग तो मौत से पहले ही मर जाएंगे।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

Peace of Mind
For Cable & DTH
+91 8104777111
TATA Sky 192 airtel digital TV 686 videocon d2h 497 RELIANCE Digital TV 171
"C" Band, MPEG4 DVB-S2 Receiver-FRQ: 4054, POL: H, SYM: 13230, INSAT: 4A, DEG:83*E

पावनता की पावन गंगा बहायें...

''हम सारे विश्व में पावनता की गंगा बहायेंगे'' – ये गौरव पूर्ण शब्द थे उस एक सुशिक्षित पवित्र कन्या के, जिसने संसार में माया के सूर्य को अस्त करने का मनोबल धारण किया था। ये शब्द सुनकर मन गद्गद् हो उठा कि किसने इन, कलियुग के तमोप्रधान वातावरण में पली कन्याओं को इतना आत्म-विश्वास प्रदान किया! किसने इनके मन में पावनता के बीज अंकुरित किये! और किसने इन्हें माया को चुनौती देने का साहस दिया... हमें अच्छी तरह ज्ञात है कि पवित्रता के सागर की दृष्टि जिन पर पड़ चुकी, जिन्होंने अपने मन का मीत सर्वशक्तिवान को बना लिया, जिन्होंने द्वार पर आये भाग्य को पहचान कर उसे स्वीकार किया, उन्हें ही ये बल प्राप्त हुआ।

फिर उस योगिनी ने कहा –``जबकि संसार में चारो ओर विकारों की बाढ़ सी आ गई है, जिसमें सभी नर,नारी, साधु-सन्यासी बह चले हैं। जबकि अनेक दु:शासन अबलाओं के चीर हरण कर रहे हैं.... जबकि कंस प्रवृत्ति चहूँ ओर अपना आधिपत्य जमा रही है... दानवता अपना नग्न नृत्य कर रही है, हम पवित्र कन्याएँ विश्व में पवित्रता की सरिता बहाकर इस बाढ़ को शान्त करेंगी।''

उसने अपनी मन धारा को प्रवाहित करते हुए बोला – ``जबकि विश्व में चारो ओर हिंसा ने अहिंसा को ललकारा है, अहिंसा परमोधर्म का नारा लगाने वाले धर्मो ने हिंसा परमधर्म का हथियार सम्भाला है, जबकि अनेक निर्दोष लोगों के रक्त से धरती का आँचल सना हुआ है और प्रत्येक मानव अपने को असुरक्षित अनुभव कर रहा है- ऐसे दुष्काल में हम स्नेह की सरिता बहाकर सबको मानवता सिखलायेंगी। कितने प्रेरणादायक और महान इरादे हैं उनके, और ऐसे ही वत्सों के साथ भगवान का बल होता है। और यह भी सम्पूर्ण सत्य है कि वे सतत् पवित्रता की चेतन प्रति मूर्ति बन कर समस्त आसुरी सम्पदा को अपने चरणों में झुकने को बाध्य कर देंगी।

कलियुग के इस डरावने अंधकार में जहाँ मनुष्य को कहीं भी प्रकाश की किरण दिखाई नहीं देती, चारो ओर अनेक दीपक जले हैं, जिनका प्रकाश शीघ्र ही इस भयावह अंधकार को दूर करेगा। ये दीपक हैं, वे ब्रह्मावत्स, जिन्होंने मन में पवित्रता की ज्योति जगाई है और वे वत्स इस दीपक में ज्ञान-योग का घृत डालकर शीघ्र ही इसकी लौ को इतना ऊंचा कर देंगे कि समस्त विश्व उसे देख सके और उससे प्रकाशित हो सके।

कैसे इन छोटी-छोटी कन्याओं ने, गृहस्थ जाल में फंसी माताओं ने और अनेक युवा पुरुषों ने इस कठिन तप को अपना लिया। लोगों को विश्वास नहीं होता। इसी तप के लिए जंगलों में खाक छानते जटाधारी साधु इसे कल्पना कहकर स्वयं को भटकन में ही पड़े रहने देना चाहते हैं। कोई तो इसे असम्भव कहकर आगे बढ़ने का साहस ही नहीं करते । कोई पवित्रता को प्रकृति के प्रतिकूल मानकर इसे अस्वाभाविक प्रवृत्ति या प्रकृति से युद्ध या प्रकृति के नियमों के विरुद्ध कहकर इसकी महानता को ही स्वीकार नहीं करते। उन्हें पता ही नहीं कि अपवित्रता और पवित्रता का सम्बन्ध प्रकृति से नहीं आत्मा से है। काम की कामना या पवित्रता की भावना आत्मा को होती है न कि प्रकृति को और पवित्रता ही आत्मा का मूल एवं सत्य स्वभाव है। फिर कौन है इन

ब्रह्मा वत्सों के पीछे और क्यों इन्होंने संसार की विषय वैतरणी नदी में बहना स्वीकार नहीं किया ... इससे श्रेष्ठ क्या मिला इन्हें जो इन्होंने इस तामस और अन्ते दु:खदाई सुख का परित्याग कर दिया। इन्हें मिला सर्वश्रेष्ठ ईश्वरीय सुख और अतीन्द्रिय सुख... इन्हें मिला प्रभु-मिलन का अनुपम रस... इन्हें मिला स्व पर राज्य करने का सम्पूर्ण अधिकार... और भविष्य में इन्हें मिलता है अटल देव पद...

पवित्रता समय का वरदान है

अंधकार सदा ही तो नहीं रहता और भला ज्ञान सूर्य की सृष्टि पर अंधकार का साम्राज्य हो भी कैसे सकता है... उसका अंत होगा, और शीघ्र ही होगा। ये वही तो समय है जबकि अंधकार की सघनता समाप्ति की ओर है। इस प्रभात के पावन संगम काल में जो आत्माएँ पावनता की गंगा में स्नान करना चाहती हैं, उनके लिए मार्ग खुला है। क्योंकि स्वयं भगवान ने इस समय को वरदान दिया है। जो भी आत्मा पावन होना चाहे, प्रभु की शरण आये और वरदान प्राप्त करे परन्तु कैसी विडम्बना है कि जो लोग हज़ारों वर्षों से पुकारते रहे कि हे पतित-पावन आओ, हमें पावन बनाओ, उनकी पुकार सुनकर जब पतित-पावन प्रभु उन्हें पावन बनाने के लिए पुकार रहे हैं, तो वे प्रभु की पुकार भी नहीं सुनते।

ये वही शास्त्र-चर्चित देवियाँ हैं

हम भारतवासी पावन थे, सम्पूर्ण भारत ही पावन था। जिन देवी-देवताओं के मंदिरों से ही पवित्रता को अपनाना पड़ता है.... जिनके पुजारी-सन्यासी भी पवित्रता को अपनाना चाहते हैं, भला सोचो कि वे स्वयं कितने पावन होंगे। तो वही देवियाँ पुनर्जन्म लेते-लेते पुन: यहाँ पहुँची हैं और वे पुन: वही देव पद पाने के लिए योग-तपस्या कर रही हैं। इसीलिए सहज भाव से ही उन्होंने पवित्रता को अपना लिया। क्योंकि वे तो थीं ही पवित्रता की देवियाँ। उन्हें यह एहसास हो गया कि हम ही वे थे... और इस अनुभव के बाद पवित्रता को अपनाना कठिन नहीं रह जाता।

हमारे मन कैसे हों?

अब हम ब्रह्मा-वत्सों को पुन: इस धरा पर पवित्रता का सूर्य चमकाना है। पवित्रता के बल के बिना सभी निर्बल हो चुके हैं, संसार मानो शक्तिहीन हो चुका है और प्रकृति के अधीन होता जा रहा है। ऐसी विकट परिस्थिति में, जबकि चारो ओर काम के ज्वालामुखी फट रहे हैं, प्रत्येक मन में तनाव व अशान्ति की अग्नि जल रही है, काम-पीड़ा से दु:खी मनुष्य शीतल छाया की खोज में भटक रहा है, हम ज़िम्मेदार आत्माओं के मन कितने निर्मल, कितने शीतल व कितने शक्तिशाली हों। हमारा प्रत्येक संकल्प सृष्टि के लिए पावनता का वरदान हो, हमारा प्रत्येक संकल्प निर्बलों का सहारा हो... हमारा प्रत्येक संकल्प काम-अग्नि पर शीतल जल के छींटे छिड़कने समान हो... हमारा प्रत्येक संकल्प अनेक आत्माओं पर उपकार करने वाला हो। हमारा मन संसार में पवित्रता के प्रकम्पन भी तभी फैलायेगा, जबकि मन पवित्रता के सागर से जुड़ा होगा। इस प्रकार ईर्ष्या, द्वेष, तृष्णा, व अहं से रहित मन वाले ही धरा पर पावनता की गंगा बहायेंगे।

युवा काल में सम्पूर्ण ब्रह्मचर्य – एक महान आश्चर्य

सत्य है, परन्तु आश्चर्य भी कि हम में से कई ब्रह्मा-वत्सों ने अपने युवा काल में ही सम्पूर्ण ब्रह्मचर्य की स्थिति प्राप्त कर ली है। यह कैसे हुई? ईश्वरीय वरदान से या स्वयं के योग-अभ्यास से? दोनों से ही। यह स्थिति संसार के विचारकों, सन्तों और मनोवैज्ञानिकों के लिए सुंदर चुनौती है। हो भी क्यों न... हमने ही तो यह चुनौती भरा पथ स्वीकार किया था। इस स्थिति तक पहूँचने के लिए पुरुषार्थी को श्रेष्ठ संकल्पों की पालना से व्यर्थ के वेग को समाप्त करना होता है, दृढ़ संकल्प करें।

राँची-झारखण्ड। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान दीप प्रज्वलित करते हुए प्रसिद्ध लेखिका व प्रो. यशोधरा राठोड़, ब्र.कु. निर्मला व हाईकोर्ट के वाइस प्रेसिडेंट मुकेश सिन्हा।

अबोहर-पंजाब। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के अंतर्गत पंचायत समिति में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए अतिरिक्त उपायुक्त चरणदेव सिंह मान, विधायक गुरतेज सिंह घुडियाना, ब्र.कु. पुष्पलता, ब्र.कु. दर्शना, ब्र.कु. सुनीता व अन्य।

बोंगईगाँव-असम। राजमेला में आयोजित आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी में लोगों को प्रदर्शनी समझाते हुए ब्र.कु. भाई बहनें। मंचासीन हैं ब्र.कु. लोनी व अन्य।

सिवान-बिहार। सेवाकेन्द्र के 20वें वार्षिकोत्सव पर दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. पी.के. गिरी, मुखिया जी, ब्र.कु. सुधा व अन्य।

पटना-बिहार। इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन लिमिटेड में 'राजयोग एंड ह्यूमन वैल्यूज़' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. मृदुल। सभा में उपस्थित हैं आर.एस. दहिया,जेनरल मैनेजर,आई.ओ.सी., एम.पी. तिवारी,डी.जी.एम.,सी.ओ.,नई दिल्ली, एन.नाथ, डी.जी.एम.,ई.आर.ओ.,कोलकाता, वीणा कुमार,मैनेजर,एच.आर.बी.एस.ओ. व अन्य।

सारनाथ-वाराणसी। फ्री आई चेकप व नेचरोपैथी कैम्प का उद्घाटन करते हुए डॉ. वेणीमाधव। साथ हैं प्रिन्सीपल,महाबोधी इंटर कॉलेज, सभासद् अजय जैन, डॉ.अखिलेश पाण्डे, ब्र.कु.विपिन, ब्र.कु.मोहन, ब्र.कु.प्रभा, ब्र.कु. तपोशी व अन्य।

हेतउदा-नेपाल। मकवानपुर होटल एसोसिएशन के नवनिर्वाचित सदस्यों को सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. सुशीला व ब्र.कु. रेवती।

पुर्णिया-बिहार। केन्द्रीय कारागृह में 'तनावमुक्त जीवन के लिए राजयोग प्रशिक्षण' कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. मुकुटमणि। साथ हैं ब्र.कु. सुनीता, कारागार अधीक्षक जवाहर प्रभाकर व अन्य।

हाइड्रो सौर्य ऊर्जा का संयत्र आबू में...

अपने आप में एक अनोखा अजूबा ऊर्जा संयत्र

- वैज्ञानिकों का दावा है कि 2050 के दशक तक सौर्य ऊर्जा द्वारा 25 प्रतिशत तक ऊर्जा की खपत को कर सकते हैं कम।
- भारत का एकमात्र हाइड्रो सोलर प्रोजेक्ट आबू रोड में बना, जिसका खर्चा लगभग 80 करोड़ है।
- विश्व का इकलौता डिश-कम-कास्ट लौह संरक्षण प्रणाली।

- माउण्ट आबू में 20,000 व्यक्तियों तक इस ऊर्जा को पहुँचाने का लक्ष्य रखा गया है।

- 60 मीटर स्क्वायर की 770 पैराबॉलिक होगी डिश।
- इसमें लगाई जाएंगी 800 टुकड़ों वाली सोलर ग्रेड मिरर।
- सूर्य की रोशनी केन्द्रित करके दर्पण का प्रयोग कर भाप निर्माण कर करेंगे उष्मा उत्पादित।

1980 के दशक में सौर्य ऊर्जा का उत्पादन एक वास्तविकता बन गया है, जिसमें स्पेन एवं यू.एस. अग्रणी भूमिका निभा रहे हैं। ग्रीन पीस इंटरनेशनल, यूरोपियन थर्मल एलेक्ट्रीसिटी एसोसिएशन तथा इंटरनेशनल एनर्जी एजेंसीज़ सोलर पेसेज़ ग्रुप द्वारा किये गये अध्ययन से पता चला है कि 2050 के दशक तक सौर्य ऊर्जा द्वारा हम विश्व में हो रही ऊर्जा की खपत को "तीव्र गति से" 25 प्रतिशत तक कम कर सकते हैं। अब इसका स्वरूप भारत में भी दिखाई दे रहा है। ब्रह्माकुमारीज़ के वर्ल्ड रिन्युअल ट्रस्ट द्वारा सोलर थर्मल पावर प्लांट का निर्माण किया जा रहा है जो कि आबूरोड राजस्थान में स्थित है जिसको दि यूनियन मिनिस्ट्री ऑफ न्यू एण्ड रिन्युएबल एनर्जी और जर्मनी की सहायता से बनाया जा रहा है। यह भारत का एकमात्र सोलर प्रोजेक्ट है। इस पूरे प्रोजेक्ट का खर्चा लगभग दस मिलियन यूरोज़ या 80 करोड़ रुपये से ज़्यादा है। यह अपने आप में इकलौता विश्व का डिश-कम-कास्ट लौह संरक्षण प्रणाली है। इस प्रोजेक्ट के सी.ई.ओ. जयसिम्हा राठौड़ के अनुसार स्वदेशी वस्तुओं और श्रम शक्ति से इसे भारत में बनाना बहुत आसान है। इस इंडिया वन प्रोजेक्ट में 60 मीटर स्क्वायर की 770 पैराबॉलिक डिश होगी तथा प्रत्येक डिश में 800 टुकड़ों वाली सोलर ग्रेड मिरर लगायी जायेगी। उसके आग पकड़ने की तीव्रता इतनी अधिक होगी कि यदि संयोग वश घास, तार या ट्यूब उसपर केन्द्रित हुआ तो वो क्षण भर में जल जायेगा। सौर्य ऊर्जा संरक्षण तकनीक में सूर्य की रोशनी केन्द्रित करने के लिए दर्पण का प्रयोग किया जाता है तथा फिर इसे भाप का निर्माण करने के लिए ऊष्मा में परिवर्तित किया जाता है तथा टरबाइन की सहायता से ऊर्जा का उत्पादन होता है। इस तकनीक द्वारा 2050 तक विश्व में उपयोग की जाने वाली बिजली का 25 प्रतिशत प्राप्त करने की अपेक्षा की जा रही है। इस तकनीक द्वारा ऊर्जा का निर्माण एवं संरक्षण एक सस्ता और बेहतर विकल्प है।

मॉस्को में सुनाई दी वंदे मातरम की गूंज

मॉस्को-रशिया। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की प्रथम सरकारी मॉस्को यात्रा के दौरान आयोजित स्वागत समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ को विशेष रूप से आमंत्रित किया गया। संस्था से जुड़े कलाकारों ने फ्रैन्ड्स ऑफ इंडिया शीर्षक के अंतर्गत आयोजित समारोह में `वंदे मातरम गीत पर नृत्य की शानदार प्रस्तुति से ऐसा वातावरण प्रस्तुत किया कि अनुशंसा करने के लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी स्वयं मंच पर आ पहुंचे।

मोदी की उपस्थिति में ब्रह्माकुमारीज़ ने प्रस्तुत किया सामूहिक नृत्य

मॉस्को के ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. सुधा ने जानकारी देते हुए बताया कि दो घंटे के समारोह में आधा घंटा समय ब्रह्माकुमारीज़ को सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के लिये प्रदान किया गया था। भारतीय दूतावास के प्रयास से आयोजित इस कार्यक्रम में तीन हज़ार भारतीय नागरिक आमंत्रित थे। मोदी जी ने इस अवसर पर रूसी गायक सति काजनोआ द्वारा वैदिक मंत्रोच्चारण पर भी असीम प्रसन्नता जताई। उन्होंने उपस्थित जन-समूह से भावपूर्ण सम्बोधन में कहा कि शीत लहर और वर्षा के बावजूद इस यात्रा के दौरान आयोजित कार्यक्रम से वह गदगद अनुभव कर रहे हैं।

ब्रह्माकुमारीज़ ने इस दौरान दो नृत्य प्रस्तुत किये, जिनमें कलाकारों ने भारत और रूस के राष्ट्रीय ध्वज उठा रखे थे। इसे भारत रूस दोस्ती का प्रतीक बताते हुए भारत माता की जय का उद्घोष किया गया। माननीय मोदी जी के साथ गये वरिष्ठ अधिकारियों ने कहा कि यह कार्यक्रम न केवल प्रधानमंत्री बल्कि उनके लिए भी अविस्मरणीय छाप छोड़ गया है। मोदी जी ने इस कार्यक्रम के माध्यम से ईद-ए-मिलाद व क्रिसमस पर्व की सभी को शुभकामनाएं देते हुए विश्वास जताया कि दोनों देशों के बीच लंबे अरसे से चले आ रहे प्रगाढ़ संबंध और अधिक सुदृढ़ होंगे।

स्वागत समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ के डिवाइन ग्रुप द्वारा वन्दे मातरम गीत पर प्रस्तुति देने के पश्चात् भारत के प्रधानमंत्री माननीय नरेन्द्र मोदी सभा का अभिवादन करते हुए।

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, 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 190 रुपये, तीन वर्ष 570 रुपये, आजीवन 4500 रुपये । विदेश - 2500 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/9623/15-17, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2015-17, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 5th Jan 2016
संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।