

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष-18

अंक- 11

सितम्बर -1

(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

Rs. 8.00



नई दिल्ली। भारत के महामहिम राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन उनका अभिवादन करते हुए। श्रीमति कोविंद को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी। साथ हैं ब्र.कु. शुभकरण, ब्र.कु. सपना व ब्र.कु. रमा।

दिल्ली। माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी। साथ हैं ब्र.कु. विजय बहन, ब्र.कु. सविता, ब्र.कु. रघु तथा ब्र.कु. कमला।

जनभावनाओं का सम्मान करे प्रशासक

ज्ञानसरोवर। प्रशासकों को जन भावनाओं को किसी भी हालत में नज़रअंदाज़ नहीं करना चाहिए। जनता की समस्याओं को गहराई से समझकर उनका नियमानुसार समय पर निराकरण करने वाले कुशल प्रशासक ही सच्चे जनहितैषी हैं। उक्त विचार ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित त्रिदिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन में स्वायत्त शासन एवं शहरी विकास मंत्री श्रीचंद कृपलाने ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि यहां कुछ भी कहना सूर्य को रोशनी दिखाने के समान है। यहाँ संस्थान की व्यवस्था प्रणाली सीखने जैसी है। हमारे कर्तव्य से सबको सुख मिले। कहा जाता है जैसा हम करेंगे-वैसा ही हम पाएंगे। प्रभाग की अध्यक्ष राजयोगिनी आशा दीदी ने कहा कि प्रशासक जीवित लोगों से सम्बद्ध हैं। उनका हर फैसला मानवता से जुड़ा होता है। मूल्यों के साथ ही उनको अपने फैसले लेने होते हैं। तभी उनके फैसले कारगर होते हैं। तो निष्पक्ष रूप से समस्याओं का निराकरण करने के लिए राजयोग मेडिटेशन बहुत उपयोगी है, जिसे हमें अपने जीवन में स्थान देना चाहिए। भारत सरकार के मानव संसाधन विकास मंत्रालय के सचिव अनिल स्वरूप ने कहा कि जीवन में किसी भी सूरत में निराश

नहीं होना चाहिए। राजयोग के अभ्यास से आशावादी प्रवृत्ति विकसित होती है। खुद को जानने का यहां प्रयत्न करें। खुद को जानेंगे तो आप सकारात्मक ऊर्जा का प्रसार करेंगे। संस्था के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय ने कहा कि प्रशासन को बेहतर तरीके से चलाने के लिए प्रशासन में आध्यात्मिक, नैतिक व वैश्विक मूल्यों का समावेश आवश्यक है। प्रभाग की राष्ट्रीय समन्वयक राजयोगिनी अवधेश बहन ने कहा कि आज गीता का भगवान् आपको स्वर्णिम प्रशासन की कला बता रहे हैं। वह कला है राजयोग का अभ्यास। इस कला को जानकर आप अपना प्रशासन उत्तम रीति से कर पाएंगे। प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. हरीश ने सभी प्रतिनिधियों का आभार किया तथा संगठन द्वारा की जा रही सेवाओं की विस्तारपूर्वक जानकारी देते हुए स्व-प्रशासन को प्राथमिकता देने पर बल दिया। जयपुर क्षेत्रीय संयोजिका ब्रह्माकुमारी पूनम ने राजयोग का अभ्यास कराया। दिल्ली क्षेत्रीय संयोजिका ब्र.कु. उर्मिल ने भी कुशल प्रशासक के मंत्र बताए तथा कार्यक्रम का कुशल संचालन किया।

धर्म और कर्म को बनायें जीवन का अभिन्न अंग

ज्ञानसरोवर। धर्म-कर्म जीवन के अभिन्न अंग हैं। ब्रह्माकुमारी संगठन स्वयं के जीवन की ज्योति प्रकाशित करने के साथ विश्व स्तर पर जनहित कार्यों को मूर्तरूप देने में समर्थ है। उक्त विचार धार्मिक सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित 'परमात्म ज्ञान द्वारा सुख व शांति' विषयक राष्ट्रीय सम्मेलन में वृन्दावन गीता आश्रम के स्वामी डॉ. अमरीश चेतन

औरंगाबाद प्रज्ञा प्रसार धम्म संस्कार केंद्र अध्यक्ष भिक्खू विशुदानंद बोधी महाथेरा ने कहा कि आधुनिकता के प्रभाव से डगमगाती अध्यात्मिकता को संबल देने का अद्भुत उदाहरण ब्रह्माकुमारी संगठन की ओर से विश्व में शान्ति स्थापन करने का कार्य सबके समक्ष है। दैहिक धर्मों से उपर उठकर अपने निजी स्वधर्म को पहचानकर एकजुट हो जाएं।

आचार्य देवमुरारी बापू ने कहा कि इस ज्ञान सरोवर में यही सिखाया जाता है कि सत्य ही बोलो। यहाँ मैंने त्याग, तपस्या, प्रेम को देखा, यहाँ जो भी आयेगा वह इस स्थान व यहाँ की प्राप्तियों को कभी भूल नहीं पायेगा, यहाँ पर आकर प्रत्यक्ष यह महसूस होता है कि परमात्मा शिव की असीम कृपा यहाँ बरस रही है। महामण्डलेश्वर डॉ. रामकृष्ण दास

त्रिदिवसीय राष्ट्रीय धार्मिक सम्मेलन में शरीक हुए सभी प्रान्तों के धर्म प्रतिनिधि



विभिन्न धर्म प्रतिनिधियों के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. डॉ. निर्मला, ब्र.कु. बृजमोहन, ब्र.कु. रामनाथ, ब्र.कु. मनोरमा तथा अन्य।

ब्रह्मचारी ने व्यक्त किये। पटियाला से आए श्रीश्री 108आचार्य अरविंद मुनि ने कहा कि धर्मग्रंथ मानव को सत्य व अहिंसा की शिक्षा देते हैं, लेकिन उन शिक्षाओं को मन की भूमि पर अंकुरित करने के लिए शिव परमात्मा से संबंध जोड़ना ज़रूरी है। ज्ञानसरोवर निदेशिका राजयोगिनी डॉ. निर्मला ने कहा कि अविनाशी सुख, शान्ति के लिए अविनाशी सत्ता अर्थात् आत्मा व परमात्मा की सत्यता को जानना बहुत ज़रूरी है। भरतपुर सिद्धपीठ के पीठाधीश्वर डॉ. कौशल किशोर महाराज ने कहा कि मानवीय चरित्र निर्माण करना सबसे पुण्य का कार्य है। उसके लिए राजयोग का नियमित अभ्यास बेहतर उपाय है।

राष्ट्रीय सिक्ख संघ सचिव रघुवीर सिंह ने कहा कि विश्व में फैले अनेक धर्मों को एक मंच पर एकत्रित कर परिवार की तरह जोड़ने का ब्रह्माकुमारी संगठन ने जो कार्य किया है वह अद्वितीय है। ब्रह्माकुमारी संगठन के अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि स्थाई सुख शांति के लिए स्वयं के अस्तित्व का प्रकाश होना चाहिए। गुजरात बिलीमोरा से आई ब्रह्मवाहिनी सुश्री हेतल दीदी ने कहा कि शिव परमात्मा से योग लगाने से ही आत्मा पावन बनती है। स्वामी शांतात्मानंद जी ने कहा कि अभ्यास व वैराग्य से हम आत्मा के मूल गुणों के साथ वास्तविक जीवन जी सकते हैं।

महाराज लहवितकर जी ने कहा कि यह विश्वविद्यालय सम्पूर्ण विश्व में एकमात्र ऐसा विश्वविद्यालय है जहाँ संस्कारों की शिक्षा दी जाती है तथा मानव जीवन को उत्कृष्ट बनाने की सेवा की जाती है। प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. मनोरमा ने कहा कि ज्ञान एक प्रकाश है जो मन के सभी प्रकार के अंधकार को समाप्त कर जीवन में नई ऊर्जा का संचार करता है। ब्र.कु. सोमप्रभा ने बताया कि यथार्थ सत्य को जानने से ही शांति मिल सकती है। धार्मिक सेवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. रामनाथ, फरीदाबाद से आए शीतल महाराज, राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु.कुन्ती आदि ने भी अपने विचार व्यक्त किए।



ब्र.कु. आशा दीदी के साथ दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मंत्री श्रीचंद कृपलाने, ब्र.कु. मृत्युंजय, अनिल स्वरूप, ब्र.कु. अवधेश बहन, ब्र.कु. हरीश, ब्र.कु. भरत, ब्र.कु. उर्मिल, ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. रीना तथा अन्य।

आपका जीवन रंगीन... संगीन....!!!

दो मित्र एक बगीचे में बैठे हैं। उस बगीचे में एक पानी के फव्वारे में रंगीन बल्ब लगे हुए हैं, इसलिए उसका पानी रंगीन दिखता है। दूसरे फव्वारे में रंगीन बल्ब नहीं लगे, इसलिए उसका पानी सफेद ही दिखता है। रंगीन बल्ब वाला फव्वारा थोड़ा कमजोर था, इसलिए उसका पानी ऊपर तक नहीं उठता था, जबकि सफेद पानी वाले फव्वारे का पानी बहुत ऊँचाई तक उठता था।

एक मित्र के मन में इन दृश्यों को देख विचार आया, और उसने अपने मित्र को कहा : 'यार! इन दोनों फव्वारों को देखकर मेरे मन में एक विचार उत्पन्न हुआ कि मनुष्य का जीवन कैसा होना चाहिए, 'रंगीन या संगीन'? उसके मन में जब ये प्रश्न उत्पन्न हुआ, तो ऐसा हरेक व्यक्ति के जीवन में कभी तो उत्पन्न हुआ ही होगा।'

'जिन्दगी को कैसा रूप देना? मन में एक बहुत सुंदर स्वप्न है। आकर्षण के लुभावने केन्द्र हैं, दूसरी तरफ अनेक कर्तव्यों की लम्बी कतार बनी रहती है। यदि मैं कर्तव्यों को ही महत्व दूंगा, तो जीवन की रंगीनता दरकिनार हो जाएगी।' वर्षों पहले की एक फिल्म का एक गीत याद आता है, फिल्म का नाम था 'हरियाली और रास्ता' इस फिल्म में एक प्रेरणादायी गीत था, जिसका शब्द अभी भी कानों में गूँज रहा है। 'जीवन के दो पहलू हैं - हरियाली और रास्ता'। जीवन का हम एक ही दृष्टिकोण से मूल्यांकन करते हैं। कई लोग जीवन को केवल मौज-शौक-मनोरंजन-भोग-विलास की वस्तु ही मानते हैं। परिणामस्वरूप विकास के अनेक अवसर निकट होने के बावजूद भी हम उसके लाभ से वंचित रह जाते हैं। उनका मन केवल 'हरियाली' यानि कि पसंदीदा वस्तु के पीछे दौड़-भाग में ही रहता है, और यँ ही उसका सारा समय बीत जाता है।

'रास्ता' सामने की ओर है, लेकिन वो सुगम नहीं है, उबड़-खाबड़, टेढ़ा-मेढ़ा, कांटों से भरा हुआ है। ऐसे रास्ते पर चलकर सिद्धि या सफलता प्राप्त करने का प्रयास करना, यानि कि जिन्दगी में मिले हुए रंगीन क्षणों को यँ ही खो देना।

जो जीवन को संगीन बनाने की वकालत करते हैं, उनके मुताबिक जीवन में जो कर्तव्य के कर्म की उपेक्षा कर केवल रंगीन क्षणों के ही उपासक बनेंगे तो जीवन में बहुत कुछ गंवा देने की बारी आएगी। इसलिए जीवन को संगीन बनाने के लिए जो कुछ भी छोड़ना पड़े, त्याग करना पड़े, वे छोड़कर भी जीवन को संगीन, मज़बूत बनाना चाहिए।

जीवन को उन्नत बनाने के लिए 'रंगीन और संगीन' दोनों की अतिशयोक्ति से मुक्त बनना चाहिए। जैसे कि 'रूप और बसंत', 'रमणीकता और गम्भीरता' का संतुलन हो। केवल रंगीनता से भरे जीवन का अंत फीका और कमजोर बना देगा। उसी तरह जीवन में आनंद की उपेक्षा कर कार्यों में डूबे रहकर जीवन के साथ अन्याय करना, ये निरसता को आमंत्रण देना है। इसलिए हकीकत में जीवन में 'रंगीनता और संगीनता' दोनों का समन्वय करना, यही जिन्दगी की सच्ची रीत है। मधुरता की भी एक आकर्षक मर्यादा होती है, और कठोरता की भी एक सीमा होती है। अति मधुरता भयानक है, मनुष्य को अपने मन का मिजाज बदलने की ज़रूरत है।

यहाँ एक प्रसंग का उल्लेख करना उचित होगा कि... एक दिन धनवान पिता अपने पुत्र को गांव दिखाने ले गया, गरीबी किसको कहते हैं, ये अपने पुत्र को दिखाने के इरादे से।

गांव के एक अत्यंत गरीब परिवार के खेत में उसने एक दिन गुज़ारा। प्रवास से वापिस आने के बाद पिता ने पुत्र से पूछा: 'बेटा! प्रवास कैसा रहा?'

'बहुत अच्छा पापा' - बेटे ने जवाब दिया।

'आपने देखा ना कि लोग कितने गरीब हैं!' - पिता ने कहा।

'हाँ, पापा!' - पुत्र ने जवाब दिया। 'तो ये सब देखकर तुमने क्या सीखा?' - पिता ने पूछा।

बेटे ने कहा: 'मैंने देखा कि अपने घर में तो एक ही कुत्ता है, और उनके पास चार। अपना स्वीमिंग पूल सौ मिटर लम्बा है, जबकि उनके झरनों का कोई अंत ही नहीं! अपने बगीचे में पचास इम्पोर्टेड बल्ब हैं, जबकि उनके पास तो अनगिनत चमकते सितारे हैं। अपनी छत आगे के आंगन तक ही पहुँचती है, जबकि उनके पास तो समस्त क्षितिज है!'



- डॉ. कु. गंगाधर

लाइट का क्राउन पहनना है तो मंसा में भी साधारण संकल्प न हों

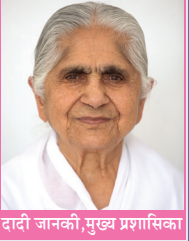
वण्डरफुल बाबा, वण्डरफुल इमाम, बाबा कहते हैं वण्डरफुल मेरे बच्चे, क्योंकि अभी यह नहीं कहते पुरुषार्थ करेंगे, यह होगा, देखा जायेगा... यह भाषा नहीं है। जो करना है अब कर ले। क्या करना है? पूछने की बात नहीं है। कैसे करना है, यह भाषा नहीं है। बाबा प्रैक्टिकली कहता है, ऐसे मिसाल बने जो तुमको देख औरों को पुरुषार्थ करना सहज लगे। जैसे बाबा करा रहा है, हम कर रहे हैं। मैं एक सेकेण्ड एक मिनट रुकती हूँ, हरेक अपने आपको देखे, समझे प्रैक्टिकली नैचुरल ऐसा करे जो यह नहीं कि मैं करता हूँ। बाबा करा रहा है, हम कर रहे हैं। समय करा रहा है, यह समय ऐसा है। भावना करा रही है।

जैसा सोचते हैं सूक्ष्म ऐसा भोगते हैं, इसलिए सोचूँ क्या? करे कराये आपेही आप, मनुष्य के नाही कुछ हाथ। अगर मैं अपने आपको मनुष्य समझूँ तो कुछ नहीं कर सकूँगी, पर ब्रह्मा मुख वंशावली बच्चा हूँ तो कर लेंगे। अभी भी मैं बच्चा हूँ ना, स्टूडेंट हूँ, जैसा बाबा बना रहा है ऐसा सैम्पल बनी हूँ। हमारे स्वप्नों में संकल्पों में कमाई है। पढ़ाई में कमाई बहुत है। पढ़ाई के बाद कमाई नहीं है, जितना पढ़ाई उतनी कमाई। ऐसे नहीं मैं कमाई को अलग टाइम

दूँगी, नहीं। पढ़ाई में ही कमाई हो रही है, औरों को भी आप समान बनाने के लिए मेहनत नहीं है। सिर्फ भावना है, वह भावना पहुँचती है। फौरन फीलिंग आती है। अभी मुझे अभोक्ता, अकर्ता होकर रहना है। करना है तो अब करना है। क्या करना है? मुखड़ा देख ले प्राणी अपने दर्पण में। दर्पण को साफ करना। बहुत साल पहले किसी ने मेरे से पूछा कि मेडिटेशन में तुम क्या करती हो? मैंने कहा दर्पण को साफ करती हूँ, खुशी होती है। योग में बैठे इधर देखना, उधर देखना वेस्ट ऑफ टाइम। यह आँखें किसलिए हैं? ऐसे ऐसे यहाँ वहाँ देखने के लिए? अपने को, बाबा को फिर औरों को देखने के लिए यह आँखें हैं। पहले अपने को देखना माना तीसरा नेत्र खुलना। त्रिनेत्री के बाद त्रिकालदर्शी फिर तीनों लोकों की मालिक हूँ ना।

आज बाबा ने कहा खुशी से मरना सिखा रहा हूँ, क्योंकि सतयुग में तो शरीर ऐसे छोड़ेंगे, पुराना हुआ है अभी नया लेना है बस, वो अभ्यास अभी करना है। वह तभी होगा जब अभोक्ता, असोचता फिर अकर्ता बनेंगे। मैंने कुछ नहीं किया, फरिश्तों के दोनों हाथ ऐसे हैं। पूर्वजों का एक हाथ ऐसे है दाता। सतयुग में भले रत्न जड़ित ताज होगा, वो भी

दिन-रात सोते खाते पीते ताज पड़ा हुआ है यानि लाइट लाइट लाइट...। तो क्या पुरुषार्थ करें जो यह फीलिंग रहे, लाइट का क्राउन



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

हमेशा पड़ा रहे! फीलिंग यहाँ है, क्राउन यहाँ है। सच्ची दिल यहाँ है, कोई भी मन्सा संकल्प थोड़ा भी साधारण है तो क्राउन नहीं होगा, इसलिए शान्त, शुद्ध, श्रेष्ठ, दृढ़ संकल्प से अनेक कार्य अपने आप हो रहे हैं। सिर्फ संकल्प आयेगा यह होना चाहिए। अच्छा हो जायेगा, कोई बड़ी बात नहीं है, बाबा बैठा है। सारे कल्प में ऐसा बाबा फिर नहीं मिलेगा। सारे विश्व में ऐसा बाबा नहीं है, शिवबाबा तो नहीं मिलेगा पर ब्रह्माबाबा भी नहीं मिलेगा। ब्रह्माबाबा के द्वारा हर मुरली में बाबा समझाता है, पर बुद्धि शुद्ध हो तो समझ आती है। अभी दुनिया देख रही है, हमारे दुःख हर्ता, शान्ति दाता कब हाज़िर होते हैं, कहाँ हाज़िर होते हैं? तो मेरी मनोवृत्ति ऐसी हो जो मुझे देख बाबा को देखें। बाबा ने दिव्य बुद्धि, दिव्य दृष्टि दी है। बाबा कहते हैं प्रकृति भी तुम्हारे गले में सम्पूर्ण बनने का हार पहनाने के लिए बैठी हुई है।

स्वयं, बाप और परिवार से संतुष्टता का सर्टीफिकेट लो



दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

बाबा ने हमें सम्मान दिया है - तुम संतुष्ट मणियाँ हो। जो संतुष्ट होगा वो मणि के मुआफिक चमकेगा ज़रूर, लाइट माइट रूप होगा, क्योंकि लाइट चमकती है ना। तो बाबा ने कहा है, मैं हरेक बच्चे को देखता हूँ, एक-एक मेरा बच्चा क्या नज़र आता है? संतुष्टमणि, और संतुष्ट मणि की विशेषता क्या है? संतुष्टमणि की विशेषता यह होगी जो वो अपने को भी प्रिय होगी, बाप को भी प्रिय होगी और परिवार को भी प्रिय होगी। तीनों को प्रिय है माना संतुष्टमणि है। कई समझते हैं बाबा मेरे से संतुष्ट है तो सबकुछ हो गया, या मैं बाबा से संतुष्ट हूँ तो सबकुछ हो गया, लेकिन नहीं। बाबा कहते हैं परिवार भी ज़रूरी है, क्यों? क्योंकि हम सिर्फ धर्म स्थापन नहीं कर रहे हैं, धर्म के साथ राज्य भी स्थापन कर रहे हैं। जो भी दूसरे डिवाइड फादर्स आये हैं, वो केवल धर्म स्थापन करते हैं, पीछे राज्य चलता है। लेकिन बाबा हमारा धर्म और राज्य दोनों साथ-साथ स्थापन करते हैं। तो परिवार बहुत आवश्यक है, हम कहे बस मैं हूँ ना, तो राजा बन जायेंगे? किस पर राज्य करेंगे? अपने ऊपर ही राज्य करेंगे क्या? प्रजा तो चाहिए ना, इसलिए बाबा कहते हैं कि यह ब्राह्मण परिवार सारे कल्प में बहुत प्यारा है। परमात्मा बाप ने हम एक-एक को कहाँ से दूँद के निकाला है। कितने देशों के एक-एक करके आये हैं, इंडिया में देखो कौन-कौन से

गांव-गांव से कहाँ कहाँ से आये हैं, निकाला किसने? भगवान को सभी दूँद रहे हैं, कितना बिचारे प्रयत्न करते हैं कि हे भगवान, हे भगवान। और हमको भगवान ने खुद आके दूँद लिया, तो है ना भाग्य! तो बाबा कहते हैं ऐसे एक एक ब्राह्मण परिवार की आत्मा बहुत भाग्यवान है और हमारा कितना बड़ा परिवार है। तो परिवार में भी प्यार ज़रूरी है।

तो जो संतुष्टमणि होंगे उनका परिवार से भी प्यार होगा। हमें बाबा से तो प्यार है, तब तो यहाँ पहुँचे हैं या रहते हैं। अपने से भी प्यार होना चाहिए, मैं कौन हूँ? बाबा ने हमको कितने स्वमान दिये हैं, इसलिए अपने आपसे भी प्यार होना चाहिए। मैं भगवान का बच्चा हूँ, कम थोड़ेही हूँ। कभी कुछ साधारण हो जाता है तो अंदर से आना चाहिए कि मैं कौन और मेरा बाबा कौन? हमारे परिवार का मर्तबा क्या है?

सारे कल्प में इतना बड़ा परिवार होता ही नहीं है, हो ही नहीं सकता, क्योंकि यह तो मुख का परिवार है। परिवार में आप एक एक की विशेषता देखो। बाबा ने हरेक को कोई-न-कोई विशेषता दी ज़रूर है, लेकिन उस विशेषता को हम कार्य में लगायें या नहीं लगायें, वो हमारे ऊपर है।

तो संतुष्टमणि वही बन सकता है, संतुष्ट वही रह सकता है जिसको सर्व प्राप्ति हों। अगर कोई भी अप्राप्ति होगी तो संतुष्ट नहीं। कितनी भी कोशिश करेगा, लेकिन अगर कोई भी संतुष्टता में कमी है तो सदा खुश नहीं रहेगा। भगवान किसका है वो हमारा बाप है, सबकुछ है। तो हमारे चेहरे पर कितनी खुशी होनी चाहिए! क्योंकि हमारे जैसा

खुशनसीब कोई नहीं। जब भगवान बाप भी हो, शिक्षक भी हो, सतगुरु भी हो। अभी दुःख बढ़ रहा है, यह तो सभी जानते हैं। बाबा कहता था अचानक दुःख के पहाड़ गिरेंगे। हम लोग सोचते हैं आयेगे तो देख लेंगे। एक कहानी है भट्टी में चारो ओर आग लगी थी फिर भी बिल्ली के जो पूंगरे थे, वो सेफ रहे। तो बाबा कहते हैं आप बच्चे सदा सेफ हो, सेफ रहेंगे, लेकिन आप रहमदिल दाता बन करके इन दुःखियों को शान्ति की, शक्ति की, खुशी की किरणें दो। ऐसी सेवा करो और सदा स्वयं से, बाप से और परिवार से संतुष्टता का सर्टीफिकेट भी लो। तो हरेक अपने से पूछें कि यह तीनों ही बातें अपने साथ हैं? बाबा कहते हैं संस्कार मिलन की रास करो। जो पुराने संस्कार बहुत जन्मों के ईर्ष्या, द्वेष, क्रोध, लोभ के हैं वो सुखी बनने नहीं देते। जैसे हाथ में हाथ मिलाके डांस करते हैं, ऐसे संस्कार मिलन की रास माना एक दो में संस्कार मिल जायें। संस्कार नहीं मिलते हैं तो चारो सबजेक्ट में से कुछ ज्ञान की प्राप्ति में फर्क है, धारणा में फर्क है। हमें चारो सबजेक्ट में परफेक्ट होना है। ऐसे नहीं ज्ञान तो मेरे को है, घण्टा भी सुना सकती हूँ, कैसी भी टॉपिक पर बोल सकती हूँ वो तो ठीक है, है तो अच्छा है, लेकिन चार ही सबजेक्ट मेरे में हैं? अगर चारो ही सबजेक्ट हैं तो मेरा संस्कार मिलन ज़रूर होगा।

तो संस्कार मिलन की डेट बाबा को बताना। अगर सभी विघ्न विनाश हो गये तो हम अपने घर चलेंगे फिर अपने राज्य में आयेगे।

अमृतवेला

ब्रह्म मुहूर्त रात्रि के अंतिम पहर का तीसरा भाग है। निद्रा त्याग के लिए यही श्रेष्ठ समय है। 'ब्रह्म' का मतलब परम तत्व या परमधाम है और 'मुहूर्त' यानी अनुकूल समय। दूसरे शब्दों में इसे ही अमृतवेला भी कहा जाता है। ब्रह्म मुहूर्त या अमृत वेला का विशेष महत्व है- 'अमृत वेला' शब्द का अर्थ है - अमृत+वेला...। 'अमृत' मतलब वह रस जो स्थायी अमरता दे, और 'वेला' मतलब समय। अमृत वेला अर्थात ऐसा समय जो जीव को चिरस्थायी अमरता देता है, जिस प्रकार अमृत की एक बूंद भी पी लेने से जीव की मृत्यु कभी नहीं होती, वह अमर हो जाता है, आन्तरिक रूप से आनंद को पाता है, उसी प्रकार इस समय में कुछ देर भी किया गया योग-अभ्यास आत्मा को उस आत्मिक आनंद की अनुभूति करा देता है जिस आनंद की अनुभूति अमृत पीने वाले को होती है। अमृतवेला यानी वो वेला जब स्वयं भगवान अपने बच्चों को अमृत पिलाने आता है और उस अमृत को जो नहीं

रहते हैं। परम आत्मा शिवबाबा उस समय अपने वरदानों की झोली खोल कर रखते हैं। जिस आत्मा की जितनी क्षमता वो उतने वरदान जमा कर सकती है।

सामूहिक योगाभ्यास के दौरान - अमृत वेले में खास - किसी को भी पूरी तरह से चैतन्य होकर बैठना होता है।

अमृत वेले के ध्यानाभ्यास के समय नींद एक बड़ी चुनौती के रूप में हमारे सामने खड़ी रहती है।

परमात्मा जानी जाननहार होने के कारण इन बातों को अच्छी रीति से जानते हैं। ये ही कारण है कि परमात्मा ने साफ़ साफ़ कहा है कि ध्यानाभ्यास के समय तुम्हारी आँखें खुली रहनी चाहिए। बंद आँखों में तो नींद समायी रहती है - परमात्मा नहीं। अब कुछ बंद आँखों से ध्यानाभ्यास करने वाले तर्क करेंगे कि नहीं

करना चाहते हो, उस आत्मा को स्मृति द्वारा सामने लाओ और उस पर सुख शांति की वर्षा करो। उसे स्वास्थ्य प्रदान करो, और भी अच्छे वायब्रेशन्स दे सकते हो।

किसी को समझाना हो, ज्ञान में लाना हो, उस समय अपने संकल्प उन्हें भेजो तो वो आत्मा इन वायब्रेशन्स को कैच करेगी क्योंकि सोते हुए आत्मा अशरीरी होती है। फिर ग्लोब को सामने रख पूरी सृष्टि को शीतलता की और अपने सहारे की किरणें फैलाओ तो अवश्य उन्हें पहुंचेंगे। इससे हमारा पुण्य जमा होगा। ये भविष्य की कमाई का समय है।

हिसाब किताब

अगर आपका किसी आत्मा के साथ कड़ा हिसाब किताब है तो परमात्मा बिचौलिया बनकर आपका हिसाब किताब उस आत्मा के साथ पूरा करा देंगे। परमात्मा आपके सामने हैं। आप अपने सामने उस आत्मा को रखो। परमात्मा से सकारात्मक और पवित्र किरणें लो और उस आत्मा पर डालो। उसे अवश्य

अमृतवेले की महिमा अपरम्पार है। ये वो वक़्त है जब प्रकृति पूरी तरह शांत और पावन होती है। उस समय ये संसार भी ऐसा लगता है मानो वतन बना हुआ हो। हमारा अपना वतन। आत्माओं का वतन।

अमृत वेले में परम आत्मा शिवबाबा अपने सभी बच्चों से मिलन मनाने के लिए तैयार बैठे रहते हैं। परम आत्मा शिवबाबा उस समय अपने वरदानों की झोली खोल कर रखते हैं। जिस आत्मा की जितनी क्षमता वो उतने वरदान जमा कर सकती है।



पी पाता यानी अमृतवेला से 'अ' हटा दें तो क्या होगा? 'अ' हटा दें तो कौन सी वेला रह जाएगी? तो जो सोये हुए लोग रहते हैं उनके लिए मृतवेला, और जो आप और हम में से जो राजयोगी जागे रहते हैं उन सब के लिए यह है अमृतवेला। इस अमृतवेला के अन्दर जो सबसे पहला नियम है... कितने बजे शुरू होता है अमृतवेला? 2 बजे से शुरू होता है। जो 2 बजे उठ पाते हैं तो बहुत अच्छी बात है, पर हम लोग जो यहाँ बात कर रहे हैं, जो परमात्मा ने हमें नियम दिया है। 3.30 बजे हम लोग उठें और 3.30 बजे उठने के बाद कितने बजे से कितने बजे तक योग चलेगा? सुबह 4 से 4.45 तक। किसी भी राजयोगी के जीवन की पहली मर्यादा है कि हम 4 से 4.45 का अमृतवेला कभी भी मिस ना करें। परमात्मा शिव की याद के लिए अमृतवेले का समय सर्वश्रेष्ठ है।

अमृतवेले की महिमा अपरम्पार है। ये वो वक़्त है जब प्रकृति पूरी तरह शांत और पावन होती है। उस समय ये संसार भी ऐसा लगता है मानो वतन बना हुआ हो। हमारा अपना वतन। आत्माओं का वतन।

अमृत वेले में परम आत्मा शिवबाबा अपने सभी बच्चों से मिलन मनाने के लिए तैयार बैठे

- हम पूरी तरह से जागरूक होते हैं और नींद का प्रभाव नहीं रहता है।

ध्यानाभ्यास करने वाले सभी साधकों से अनुरोध है कि वे पूरी ताकत से आँखें खुली रखने का अभ्यास बना लें। तभी उनका समय भी सफल होगा और परमात्मा से अमृतवेले की सारी प्राप्ति भी हो सकेगी।

अमृतवेला विधि

अमृतवेले उठ कर फ्रेश होकर अलग स्थान पर बैठ कर पहले अपने को देखो, फिर अपने को भूकुटी में देखो। मन बुद्धि को केन्द्रित करो। अब देखो परमात्मा सितारा आपके कमरे की छत पर चमक रहे हैं। वहाँ अपना ध्यान लगाओ। बुद्धि रूपी पात्र खोल दो। मन के तार परमात्मा से जोड़ दो।

अब उनसे करंट लो। उनकी शक्तियों को अपने अंदर एबज़ॉर्ब करो व उनके गुणों को रिसीव करो। फिर आप उनसे जो मांगना चाहते हैं वो कहो। अपनी समस्या, अपना कोई विशेष कार्य जिसमें आप सफलता चाहते हो वो कहो, जितना हो सकेगा परमातमा अवश्य करेंगे।

सेवा

इस समय परमात्मा आपके साथ हैं, वो आपको दे रहे हैं। आप जिसका भी कल्याण

शांति भी मिलेगी, शीतलता भी मिलेगी और वो आत्मा बात को समझेगी भी। आप उसे सामने रख मन ही मन उससे बात करो।

विघ्न

निद्रा अमृतवेले सबसे बड़ा विघ्न है। निद्रा हमें जगने नहीं देती, अविनाशी कमाई करने नहीं देती। जिससे न हम अपनी इच्छा पूर्ति कर पाते हैं, न सफलता मिलती है, न हिसाब किताब पूरे हो पाते हैं, न हमारे में कोई बदलाव आता है, और न हम शक्तिशाली बन पाते हैं। अमृतवेला हर ब्राह्मण आत्मा के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। इसमें हमारा ही फायदा है।

परमात्मा शिव का लाड़ प्यार पाने की ये उत्तम बेला है। इसलिए निद्रा जीत बनना है, क्योंकि बाप का स्नेह अब थोड़े समय के लिए ही रहा हुआ है। इसके बाद ये कल्प के बाद ही मिलेगा। अगर अभी नहीं लिया तो कल्प कल्प के लिए इसे हम खो देंगे।

अभी हम परमात्मा के कितने भाग्यशाली बच्चे हैं जो परमात्मा स्वयं हम तक पहुँचकर हमें मिलने आते हैं और अपने हाथों से जो चाहो वो देते हैं। तो हे आत्माओं! जागो, समझो, निद्रा त्यागो और परमात्मा की प्राप्तियों से अपने आप को मालामाल कर लो। अभी नहीं तो कभी नहीं।



काठमाण्डू-नेपाल। नेपाल की राष्ट्रपति बिद्या देवी भण्डारी को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी ब्र.कु.राज दीदी।



चण्डीगढ़। हरियाणा के गवर्नर कप्तान सिंह सोलंकी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उत्तरा। साथ हैं ब्र.कु. अमीरचन्द।



गुवाहाटी-असम। राज भवन में राज्यपाल बनवारीलाल पुरोहित को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. शीला।



वाराणसी-उ.प्र.। शंकराचार्य स्वामी नरेन्द्र नन्द सरस्वती जी महाराज,काशी सुमेरूपीठ को राखी बांधते हुए ब्र.कु.सुरेन्द्र बहन। साथ हैं ब्र.कु.दीपेन्द्र व अन्य।



पटना-बिहार। माननीय मुख्यमंत्री नितीश कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. संगीता दीदी।



दिल्ली-नोएडा। दीपक चौरसिया,एडीटर इन चीफ, इण्डिया न्यूज़ टीवी चैनल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.अदिती।



दिल्ली-चांदनी चौक। जी.पी.ओ. के चीफ पोस्टमास्टर कैलाश चन्द को राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु.सुनीता, ब्र.कु.संगीता तथा अन्य।



दिवियापुर-उ.प्र.। सी.आई.एस.एफ. टाउनशिप में जवानों को राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. कृष्णा, ब्र.कु. रिया तथा ब्र.कु. छाया।



काठमाण्डू-नेपाल। नेपाल के माननीय प्रधानमंत्री शेर बहादुर देउवा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. राज दीदी। साथ हैं ब्र.कु. रामसिंह, ब्र.कु. तिलक व अन्य।



गुवाहाटी-असम। माननीय मुख्यमंत्री सर्वनंद सोनवाल को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. शीला।



नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट जस्टिस ए.के. सीकरी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् प्रसाद व ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. विजय बहन तथा ब्र.कु. शोभा बहन।



कोसीकलां-हरियाणा। कैबिनेट मिनिस्टर लक्ष्मी नारायण चौधरी, अल्पसंख्यक कल्याण मंत्री को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. बबिता। साथ हैं ब्र.कु. गोविंद।



तोशाम-हरियाणा। उप-विभागीय न्यायिक मजिस्ट्रेट सौरव गुप्ता को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता।



गया-ए.पी. कॉलोनी। भिक्षु प्रज्ञादीप के जनरल सेक्रेटरी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता।

समय प्रबंधन नहीं.... लेकिन स्व-प्रबंधन अपने हाथ में

गतांक से आगे...

प्रश्न: गुस्सा ना होने का ये मतलब नहीं है कि हमने उसे स्वीकार कर लिया है!

उत्तर: हमें यह सोचना चाहिए कि स्वीकृति कभी भी नेगेटिव नहीं होती है। इसलिए आपको जिन-जिन बातों से चिढ़ होती है, उसमें कुछ निश्चित चीजें होती हैं जिससे हमें पता चलता है कि ये चीज हमें गुस्सा दिलाती है।

प्रश्न: आश्चर्य की बात है कि हम अपने-आपको सही ठहराते हैं, कि वो गलत क्यों कर रहा था उसको पता नहीं था कि ऐसे करना चाहिए। सही है, हम यह महसूस नहीं करते हैं कि हम जो भी काम कर रहे हैं वो गलत है। इसके लिए हमें एक मूल मंत्र याद रखना चाहिए कि 'ध्यान हमें अपना रखना है दूसरे का नहीं'।

उत्तर: क्योंकि छोटी-छोटी बातें हैं ना, दिन भर में कितने लोग आपसे मिलने वाले हैं, कितने आपके व्यक्तित्व के अलोचक हैं, कितनी आदतें हैं और हर आदत का, हर छोटी-छोटी बात का, कम्प्यूटर का, इन चीजों का हम पर इतना गहरा प्रभाव पड़ेगा तो मोबाइल का एक बार बजना ही हमें परेशान कर सकता है। यह उस यंत्र की शक्ति है कि उसने आपको परेशान

कर दिया। एक कम्प्यूटर ऑन नहीं हो रहा, उसने मुझे परेशान कर दिया तो मेरा अपना 'स्व-नियंत्रण' कहाँ तक आकर पहुंचा है। और जब इतनी छोटी-छोटी बातें मुझको टेक ओवर कर लेंगी तो मानो कि हमारे पास कोई शक्ति ही नहीं है।

ध्यानपूर्वक ये हो सकता है, इसमें बहुत ज्यादा मेहनत नहीं करनी है, कुछ भी नहीं करना है। अगले समय पर आप जब भी कम्प्यूटर पर बैठो तो अपने आपसे कहो कि 'इट्स ओके' कोई बात नहीं, इसका जो समय है, यह अपने ही समय पर चालू होगा, तो मैं अपनी एनर्जी को क्यों नष्ट करूं। यह अपनी एनर्जी को बचाने का बहुत अच्छा तरीका है।

प्रश्न: जब समय की बात करते हैं तभी तो चिढ़ हो रही होती है। इसमें तो अपना समय जाता ही है।

उत्तर: 'समय प्रबंधन' को भी तो आज बहुत बड़ा मुद्दा बना दिया गया है। पहले

हमें यह समझना चाहिए कि समय है क्या? समय कोई स्थूल चीज, शारीरिक चीज तो है नहीं जो आप उसको मैनेज कर सकते हैं। समय तो घटनाओं की एक श्रृंखला है। एक घटना के बाद दूसरी घटना, ये घटना की श्रृंखला है, ये समय है, ये 'घटना प्रबंधन' हो गया। समय प्रबंधन माना परिस्थिति प्रबंधन। परिस्थिति मतलब लोग तो परिस्थिति और व्यक्ति प्रबंधन समझते हैं। परिस्थिति और लोग तो हमारे कंट्रोल में हैं ही नहीं, फिर किसको मैनेज करना, हमें 'स्व-प्रबंधन' करना है। स्व प्रबंधन अर्थात् अपनी सोच को व्यवस्थित करना। आपने बहुत सारा अच्छा शेड्यूल बना दिया 8 से 9 ये, 9 से 10 ये, 10 से 11 ये, यदि इस बीच आप थोड़ा सा भी परेशान हुए तो आपका सारा शेड्यूल ही बिगड़ जायेगा। समय कोई सामग्री तो है नहीं इसलिए आप स्वयं का ध्यान रखकर स्थिरता से चलें। लेकिन हमने समय को सामग्री बना दिया जिसको हम व्यवस्थित करना चाहते हैं। समय प्रबंधन क्या है? हर परिस्थिति में सही और आसानी से चलते जायें। जब हमारे मन में शांति होगी, स्थिरता होगी तभी हम अच्छी तरह से कार्य कर पायेंगे अन्यथा यह काम नहीं करेगा। - क्रमशः



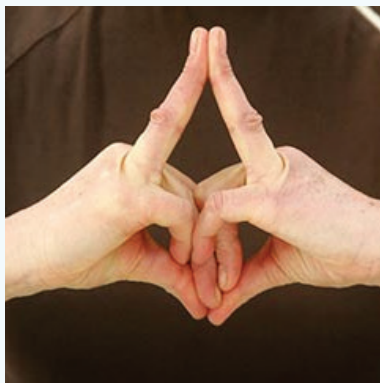
- ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

स्वास्थ्य

स्वास्थ्य से जुड़ी कुछ महत्वपूर्ण बातें...

श्वास रोग में फायदेमंद है पंचशक्ति मुद्रा

योगासनों के अलावा योग मुद्रायें भी फायदा पहुंचाती हैं। ये कई तरह की होती हैं। शरीर पंच तत्व अग्नि, वायु, जल, पृथ्वी व आकाश से मिलकर बना है। ये पाँचों तत्व हमारे हाथों की सारी अंगुलियों



में जैसे अंगूठे में अग्नि, तर्जनी में वायु, मध्यमा में आकाश, अनामिका में पृथ्वी और कनिष्ठिका में जल तत्व समाहित होता है। इसीलिए हाथों की अंगुलियों से ही कई प्रकार की योग मुद्रायें की जाती हैं, जिनसे कई लाभ होते हैं। जानते हैं इससे होने वाले लाभ के बारे में...

ऐसे करें...

पंचशक्ति मुद्रा करने के लिए दोनों हाथों को

नमस्कार मुद्रा में रखें। फिर चित्रानुसार मुद्रा बनाएं। इसे 1-2 मिनट तक ऐसे ही रखें।

फायदे...

पंचशक्ति मुद्रा के कई फायदे हैं। इसे नियमित रूप से किया जाए तो फेफड़े संबंधी रोग, श्वास रोग, नज़ला जुकाम, बलगम, जोड़ों के दर्द आदि समस्याएं दूर होती हैं।

पोषक तत्वों का भण्डार है मूंग की दाल

प्रोटीन की पूर्ति के लिए दाल खाने की सलाह दी जाती है। लेकिन जब बात प्रोटीन के अलावा विटामिन की हो तो मूंग की दाल एक बेहतर विकल्प है। इसमें ए, बी, सी, ई, पोटाशियम, आयरन, कैल्शियम भरपूर मात्रा में पाया जाता है। अगर अंकुरित मूंग की दाल खाएं तो शरीर में कुल 30 कैलोरी और एक ग्राम फैट ही पहुँचता है। इससे तैयार स्नाउट खाने से मैग्नीशियम, विटामिन-सी, फायबर समेत विटामिन-बी-6 और प्रोटीन मिलता है। जानिए इसकी खासियतों के बारे में...

हरी मूंग की दाल के स्नाउट में खास तत्व पाए जाते हैं जो गंभीर रोगों से लड़ने की क्षमता को बढ़ाते हैं। कैंसर के रोगी को भी इसे अपनी डाइट में शामिल करना चाहिए।

इसमें मौजूद एंटीमाइक्रोबियल और एंटीइंफ्लेमेट्री तत्व शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाते हैं। मूंग की दाल से तैयार स्नाउट शरीर से विषैले तत्व को बाहर निकालने का काम करते हैं। जिससे खासकर मौसमी रोग नहीं होते हैं। इसके स्नाउट में ग्लूकोज़ का स्तर काफी कम होता है, इस कारण इसे मधुमेह के



रोगी भी खा सकते हैं। उनके लिए भी फायदेमंद है।

इसके बेहतर फायदे के लिए रोज़ाना सुबह इसे एक कटोरी ले सकते हैं। इसके लिए सुबह एक कटोरी मूंग की दाल को भिगो दें और अगली सुबह इसे धोकर खाएं। इसमें नींबू का रस और काला नमक भी मिला सकते हैं। इससे पेट से जुड़े रोगों में राहत मिलेगी।

पहचाने मन की अद्भुत शक्ति को

पिछले अंक में हमने कहा कि हमारा सबकुछ हमारे आभामण्डल में या हमारे प्रकाशमय देह में इकट्ठा होता है, और जब हम अगले जन्म में बच्चे के शरीर में या गर्भ में प्रवेश करते हैं, उस समय ये सारी चीज़ें हमारे सामने उभर कर आती हैं। कोई बीमारी लाइलाज नहीं है, बल्कि उसका इलाज हमारे आभामण्डल में ही समाहित है।

इसलिए हमें अपने विचार तरंगों को सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़ाना होगा। हमें बार-बार कहना है कि मैं इस समय सम्पूर्ण रूप से स्वस्थ हो चुका हूँ, सम्पूर्ण रूप से खुश हूँ, तो पिछला वाला जो रिकॉर्ड है, उसपर एक नई लेयर चढ़ेगी और वो लेयर आपको पुरानी आदतों से मुक्ति दिलायेगी।

मन की जो दूसरी दीवार है, उसको हम भावनात्मक देह कहते हैं। इस देह को बहुत बारीकी से हमें समझना है। यह देह बहुत ही संवेदनशील (सेंसिटिव) है, यह पानी की तरह होता है। जैसे पानी कोई भी रुकावट आने से सहज रास्ता बदल लेता है, वैसे ही जब हमारे इमोशनस में, भावनाओं में रुकावट आती है, तो हम सभी बदल जाते

हैं। उदाहरण स्वरूप जैसे हमारा किसी से लगाव है, और उसके लिए हमें कोई रोकता है तो हम रोकने वाले को बिना बताये उससे मुँह मोड़ लेते हैं, उससे बात नहीं करते हैं। फिर हम बिल्कुल भी ये नहीं सोचना चाहते कि ये बात मेरे लिए सही है या गलत है।

कोई भी नकारात्मक ऊर्जा जिसमें किसी भी तरह का भय है, डर है, तो भावनायें इधर-उधर जाने का मन बनाती हैं। उसे उल्टे-पुल्टे बहुत सारे विचार आते हैं, इसको दिल भी कहते हैं। इस दिल में



लॉजिक, तर्क या विश्लेषण की जगह नहीं होती, ये उस चीज़ के लिए किसी भी तरह का तर्क सुनने को तैयार नहीं, जिससे इसको नकारात्मक ऊर्जा आ रही हो। उदाहरण के लिए किसी व्यक्ति को यदि प्यार चाहिए तो चाहिए, उसमें लॉजिक नहीं लगता।

कुल मिलाकर प्यार व स्नेह भावनात्मक देह की नींव है। आपके अंदर जो प्यार दिल की गहराई में है किसी के लिए, वो

आपको सुरक्षा देता है। इसके अभाव में यदि व्यक्ति को प्यार ना मिले तो वो बाह्य व्यक्ति या वस्तु या परिस्थिति से आपूर्ति करने का प्रयास करता है। इसे हम इनर चाइल्ड (आंतरिक शिशु) भी कहते हैं। यह तय करता है कि आप किससे कैसे मिलें। अर्थात् किसी से डर है, किसी से भय है, किसी से घृणा है, किसी से निराशा है, यह तय करता है हमारा इनर चाइल्ड। इसका अभाव भयंकर बीमारी पैदा करता है।

आंतरिक शिशु का विकास शुरू के 12 महीने के अनुभव के आधार से होता है। जिसके आधार से बच्चे का बिलीफ सिस्टम या बुद्धि फिक्स हो जाती है। और एक साल से लेकर अगले दो तीन साल में उसके अंदर दो तीन तरह के भय पैदा हो जाते हैं, जिसमें पहला डर है 'सुरक्षा का अभाव', वो उन बच्चों को होता है जिनको शारीरिक सुरक्षा नहीं मिलती है। जिसके कारण उसके अंदर मौत का डर होता है। जो हमेशा क्रोधी स्वभाव के कारण होता है। इन्हें दुनिया के दो रंग पसंद हैं, काला या सफेद, इसका अर्थ है कि इन्हें कुछ भी सम्पूर्ण चाहिए, चाहे काला या सफेद।

दूसरा है 'माता पिता के प्यार का अभाव', ये हमेशा सोचते हैं कि मुझे प्यार मिल पायेगा या नहीं, या कोई मुझे छोड़ के तो नहीं चला जायेगा, अर्थात् परित्याग का भय। माता पिता ने इसमें केवल शारीरिक आवश्यकताओं को देखा, उसे पर्याप्त प्यार नहीं दिया, ऐसे बच्चों को लगता है कि हम - शेष पेज 7 पर...



जयपुर-राज. माननीय मुख्यमंत्री वसुंधरा राजे सिंधिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुपमा। साथ हैं ब्र.कु. चंद्रकला।



मोतिहारी-बिहार. केन्द्रीय कृषि एवं किसान कल्याण मंत्री राधा मोहन सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. विभा।



वानुर-पंजाब. एस.एच.ओ. बिन्दर सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सविता। साथ हैं ब्र.कु. पूजा।



वरनाला-पंजाब. डिप्युटी कमिश्नर घनश्याम थोरी, आई.ए.एस. को रक्षासूत्र बांधने से पूर्व आत्मस्मृति का तिलक देते हुए ब्र.कु. ब्रिज बहन। साथ हैं ब्र.कु. सुदर्शन बहन तथा अन्य।



कादमा-हरियाणा. हरियाणा भारतीय जनता पार्टी महिला मोर्चा की प्रदेशाध्यक्षा निर्मल बैरागी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. वसुधा।



वृन्दी-राज. रक्षाबंधन के पावन पर्व का मूल महत्व समझाने के पश्चात् जिला कारागृह के कैदी भाइयों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. भारती तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहली-23-2017

1			2			3		4
						5		
		6		7		8		
	9			10				11
12						13		14
			15			16		
		17	18					19
20				21				22
23	24		25			26		
27								28

ऊपर से नीचे

- सुनना, कान (3)
- ब्रह्मा के बच्चे ब्रह्मा....कुमारी हो, कुँवारा (3)
- दूटे हुए मिट्टी के बर्तन का बड़ा टुकड़ा, भिक्षा पात्र, तुच्छ वस्तु (3)
- शिथिल होना, श्रांत होना, छकना (3)
- दहाड़, गरज (3)
- लाचार, कमज़ोर (4)
- आज्ञा, आदेश (4)
- समय, कालों का....महाकाल(2)

- देवता, देव (2)
- गठजोड़, गठबंधन, साथ जोड़ना (4)
- आज नहीं तो.... बिखरेंगे ये बादल (2)
- गहरा, डरावना, कठोर (2)
- परिवार, खानदान, वंश (2)
- लत, खुमारी (2)
- इनाम, मेहनताना, हक (3)
- हिस्सा, अंश, भाग्य (2)
- कठिन, दुर्घट (3)
- नशा, नखरा, लाड़-प्यार (2)
- बेकार, कबाड़, भंगार (2)

बायें से दायें

- अंधे माँ-बाप को कंधे पर बिठाकर तीर्थ कराने वाला पुत्र (3-3)
- काँवर, कांवड (3)
- गर्म, तपत (3)
- कार्य, काम (2)
- कर्तव्य, ज़िम्मेवारी (2)
- संसार, जगत, दुनिया (3)
-तेरी गली में जीना तेरी गली में (3)
- समझौता, मेल मिलाप (3)

- महापात्र ब्राह्मण, मृत्युभोज में क्रिया कर्म कराने वाले (5)
- पांडवों का एक भाई (3)
- नवीन, नव (2)
- तकदीर, नसीब, किस्मत (2)
- दुपट्टा, पश्मीना शॉल का जोड़ा (3)
- पुराना, प्राचीन (2)
- नस, नब्ज (2)
- शानदार, लाजवाब (2)
- राज सिंहासन, राज तख्त (4)
- धन, रुपया-पैसा (3)

- ब्र.कु. राजेश,शांतिवन।

बचें विजेता : पहली 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 पहलियों 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 पहली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

पहली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहली 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 भेजें ताकि हमें पहली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

जागरण की एक नई रीति

भारतीय परम्परा में सभी अपनी तरफ से पूरा प्रयास करते हैं कि उसे निभाया जाए। लोग उसे निभाते भी हैं, फिर भी निभाना कब तक चलेगा? कभी न कभी इस परम्परा में छुपे रहस्य के साथ हम जुड़ेंगे ही। क्योंकि सभी त्योहारों के साथ करते सबकुछ हैं, लेकिन बस करने के ध्येय से, कि करना ज़रूरी है, इसलिए कर लिया जाए। लेकिन उसके मूल में जो रहस्य छिपा है, सभी उससे अनभिज्ञ हैं। तो आज नवरात्रि के साथ-साथ स्व-जागृति के आधार से विकारों पर विजय कैसे प्राप्त करें, उस रहस्य को समझते हैं...

दुनिया में कुछ भी नया करने के लिए एक नए मुहूर्त का इंतज़ार सभी को होता है, इसलिए किसी न किसी मास में शुभ कार्य करने के लिए मनुष्य इन दिनों को चुनता है। उसमें से खासकर शुभ कार्य हेतु नवरात्रि का समय अति विशेष माना जाता है। भारतीय परम्परा में ये मान्यता है, कि इस समय जो कार्य सच्चे मन से किये जाएं, वे फलीभूत अवश्य होते हैं। इसलिए ज़्यादातर लोग पूरे साल इस घड़ी का इंतज़ार करते हैं, कि यह कार्य सिर्फ और सिर्फ इसी मास के अंदर हमें करना है।

अब हम आपको ये नहीं बता रहे, कि ये चैत्र की नवरात्रि है या कोई और नवरात्रि, हम तो सिर्फ आपको उन मापदंडों पर लेकर चलते हैं, जिनके बारे में सोचना अति आवश्यक है। आप नवरात्रि का समय याद करिये। उस समय कितना विधि विधान से मनुष्य अपने आपको सजाता है। कहने का भाव है कि उस समय मनुष्य पवित्रता का व्रत धारण करता है, घर में शुद्धि का ध्यान रखता है, मांसाहारी भोजन और व्यसनों का त्याग कर

ब्रह्मचर्य व्रत का पूर्ण रूप से पालन करने का प्रयत्न करता है। कारण इसके पीछे क्या हो सकता है? क्या सिर्फ नौ दिन इन परहेजों को करने से हमारी ज़िन्दगी सुधर सकती है, या इच्छित फल हमेशा हमको मिल सकता है? हम यह नहीं कह रहे कि आपको मिलता नहीं होगा, ज़रूर मिलता होगा, लेकिन कब तक चलेगा वो, फिर चाहिए तो! लेकिन इस बात पर विचार करने का या तो हमारे पास समय नहीं है, या हम करना नहीं चाहते।



कहते हैं, नवरात्रि में रात के समय जागरण करके नौ दिन तक उस देवी के भाव में रहते हैं, ताकि देवी की कृपा हमारे ऊपर हो जाये। लेकिन नौ रात तक जगराता करने के बाद क्या सच में देवी मिल जाती है, या उसकी कृपा हम पर बरसती है? अब इसका आध्यात्मिक रहस्य तो यही कहता है कि दिन में हमें समय कम मिलता है, दैनिक कार्य, कार्यालय, घर आदि को देखने में समय चला जाता है। रात का समय हमारा अपना होता है। उस समय हम एकाग्र होकर ध्यान में अगर बैठ सकते हैं, तो उस समय हमारा मन अच्छी तरह से लग सकता है, इसलिए नौ दिन को एक आदर्श अंक मानकर लोग निरंतर अखंड

रूप से ध्यान करने की कोशिश करते हैं। इससे अल्पकाल की प्राप्ति भी होती है। इसका मिसाल शास्त्रों में भी है। जिसमें कहा जाता है कि राम ने जब रावण पर विजय प्राप्त की, उससे पहले नौ दिन देवी की उपासना की। उपासना पूरी होने के बाद देवी ने प्रसन्न होकर उनको एक तीर प्रदान किया जिससे उन्होंने रावण का वद किया। अब यहाँ पर तीर अगर राम चलाते हैं, तो राम तो हिंसक हो गये। तो यहाँ पर बात ये है कि यदि हम अपने आपको उस परमात्मा के ज्ञान बाण से रावण रूपी मनुष्यों का अहंकार नष्ट कर दें जड़ से, तो जीत जायेंगे। तो इसीलिए दशहरा का अर्थ है कि काम, क्रोध, लोभ, मोह आदि दस विकारों को हराने वाला। लेकिन इतने वर्षों से रावण का वद लगातार हो रहा है, लेकिन उसके सिर वैसे के वैसे हर बार जुड़ जाते हैं। तो यदि हम सच में नवरात्रि तथा दशहरा मनाना चाहते हैं तो हमें नव चेतना को जगाना होगा। नव चेतना अर्थात् बुद्धि की जागरूकता से जगराता करना है। इसका मतलब हर समय अपने आप को ज़िन्दा रखना, अवेयर रखना कि कोई भी माया, कोई भी इधर उधर की बातें हमारी चेतना को ढक ना लें। अगर हम खुद को आत्मिक स्थिति में रखकर ऐसे नौ दिन भी लगातार करें, तो सच में कुछ हद तक हम खुद को आत्मिक रूप में एकाग्र कर पायेंगे और रावण को भी हराकर दशहरा का सम्पूर्ण अर्थ प्राप्त कर लेंगे। आज हर आत्माराम के साथ रावण का संघर्ष है, इसलिए हर आत्माराम को उन दसों इंद्रियों को जीतकर विजयादशमी मनानी चाहिए। अब ये विजय पताका तब फहरेगी जब सभी एक साथ जाग करके एकतरफा प्रयास करें और इसमें विजय प्राप्त करके अवश्य दिखायें।

आपका जीवन... - पेज 2 का शेष

बेटे की बात पूरी हुई, तो पिता आश्चर्यचकित हो गया! बेटे ने बात समेटते हुए कहा: 'पापा, आपका बहुत आभार। हम इतने गरीब हैं, ये दिखाने के लिए।'

देखो, इस लड़के को जीवन को रंगीन बनाना या संगीन बनाना, ये बात क्या उसे सिखानी पड़ेगी? इसीलिए जीवन में विवेक दृष्टि हो तो क्या त्यागना और क्या ग्रहण करना, उसकी सूझबूझ अपने आप ही आ जाती है। जो मनुष्य जीवन में संगीनता और रंगीनता का समन्वय बना सके, उस मनुष्य को ज़िन्दगी व्यर्थ जाने का मन में कोई दुःख नहीं रहेगा।

भर्तृहरि ने भोगों की मर्यादा के बारे में उचित लिखा है कि हम भोग को भोगते नहीं हैं, बल्कि भोग हमें भोगता है। तो हम ऐसी शुभ भावना रखें, 'परमात्मा, हमें ऐसी दृष्टि दे कि हम सरल और कठिन के बीच का भेद परख सकें, हमें ऐसी शक्ति दे कि हम कठिन से कठिन रास्ते पर चल सकें।'

जीवन को संगीन और रंगीन बनाने के लिए ध्यान देने योग्य बिन्दु:-

1. जीवन में सिर्फ खुशी को खोजने के बजाय प्रसन्नता प्राप्ति का लक्ष्य बनाइए। चिंता-मुक्त जीवन दृष्टि विकसित करें।
2. उतावलापन और निरर्थक विचार, रंगीनता के चस्के मनुष्य को बर्बाद कर

सकते हैं। इसलिए 'अति' रंगीनता के परवान न चढ़ें। रंगीनता और संगीनता दोनों के चाहक बनें।

3. जीवन को संगीन बनाने के लिए उलझनों और कठिनाइयों को विषय न बनायें। कार्य हल्केपन से करें और आनंद के क्षणों की भी उपेक्षा न करें।

4. रंगीनता और संगीनता का समन्वय साधने के लिए जीवन प्रति दृष्टिकोण को उदात्त बनाइयें।

5. आसक्ति मनुष्य को विवेकहीन बनाती है, इसलिए जीवन में रंगीनता को मर्यादापूर्वक उचित और आवश्यक समय दें।



राँची-झारखण्ड। माननीय मुख्यमंत्री रघुवर दास को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निर्मला।



मोतिहारी-बिहार। पर्यटन राज्य मंत्री प्रमोद कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. विभा। साथ हैं ब्र.कु. डेगी।



दिल्ली-आर.के. पुरम। बी.आई.एस. भवन आई.टी.ओ. में चीफ विजिलेंस ऑफिसर आनंद मोहन तथा उनकी धर्मपत्नी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनीता।



मिरजापुर-उ.प्र.। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के रक्षाबंधन कार्यक्रम में उपस्थित हैं संघ के राष्ट्रीय बौद्धिक प्रमुख स्वान्त रंजन, राजयोगिनी ब्र.कु. बिन्दु तथा अन्य।



शांतिवन-आबू रोड। सिरोंही जालोर जिले में बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों के लोगों को चिकित्सा सुविधा तथा अन्य आवश्यक सामग्री उपलब्ध कराने हेतु ब्रह्माकुमारी. ज के ग्लोबल हॉस्पिटल की ओर से तीन एम्बुलेंस तथा चिकित्सकों की टीम को रवाना करते हुए ब्रह्माकुमारीज के सूचना निदेशक ब्र.कु. करुणा, मेडिकल प्रभाग के सचिव डॉ. बनारसी, शांतिवन के अभियंता ब्र.कु. भरत, ब्र.कु. भानू तथा अन्य।



फतेहपुर-शेखावटी(राज.)। सेवाकेन्द्र पर ब्र.कु. भाई बहनों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता तथा ब्र.कु. मंजू।



ब्रह्मपुर-ओडिशा। टी.आउ,आई.ए.एस.,आर.डी.सी. को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू।



मैनपुरी-उ.प्र.। जिला कारागार प्रभारी जेलर कुलदीप सिंह भदौरिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अबन्ती।



दिल्ली-महौली। थाना में ए.सी.पी. जिमी चिरम,आई.पी.एस. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अनीता।

चहचहाते पलों को दूढ़ता मानव मन....

- प्रियंवदा अवस्थी

निजत्व की भावनाओं से रंगी चित्रकारियां, जिनको हम इक्कीसवीं सदी वालों ने सेल्फी नाम दिया, इन दिनों आत्मप्रचार का ज़रिया बन गई है और इस शौक में खुद को भूले हुए लोग यह नहीं सोचना चाहते कि जीवन के लिए कैमरे से ज्यादा रिश्तों की गुनगुनाहट ज़रूरी है।

फुर्सत के आईने में कभी खुद को निहारना भूल ही गए हैं। तो दूसरी ओर आत्म प्रेम की बौराती हुई सावनी पींगों को सेल्फी के रूप में सहेज रहे हैं। ये सेल्फियां चौतरफा प्रतिस्पर्धा से भरी ज़िंदगी का वह बेशकीमति समय होती हैं, जब हम अपनी ढेरों अनकही अनदेखी भावनाएं बाँटते हैं। ये सेल्फियां स्वयं में ही गुम हो गए व्यक्ति को स्वयं से दोबारा मिलाने का कलात्मक प्रयास भी होती हैं। पर सच कहें, तो इनमें व्यक्ति का बढ़ता मानसिक एकाकीपन ही झलकता है। अहम तत्वों की

जानता ज़रूर है, किंतु पहचानता नहीं, अथवा पहचानकर भी नहीं पहचानना चाहता। वह सिर्फ पलायन करता रहता है। जीवन स्तर को सुदृढ़ करने और व्यावसायिक मजबूरी में हम आज बड़ी दूर निकल आए हैं। हमारी इसी तन्हाई ने गढ़ी है ये सेल्फियां।

वो गुनगुने रिश्ते

एक वो भी समय था जब गुज़रते हुए समय की परवाह ही न थी। हर दिन हर पल आने वाली घड़ी को पूरे जज़्बे से जी लिया करते थे हम। किंतु आज कब सुबह हुई कब शाम ढल गई पता ही नहीं चलता।

भले ही कितनी भी व्यस्तता रही हो जीवन में, किंतु दिन के प्रहरों पर कुछ निठल्ली हुई सी इच्छाओं और तरंगित भावनाओं के सौम्य पहरे हुआ करते थे मन में। जो कभी बंधन नहीं लगते थे, बल्कि हमें मानसिक उन्मुक्तता दे जाया करते थे चुपके से।

अब कहां रह गए वो बड़े-बड़े घोंसलेनुमा परिवार और उनके बीच एक दूसरे को भावनात्मक गर्माहट देते सहलाते हुए से, चहचहाते हुए ढेरों रिश्ते। जहां हमें अपने अच्छे-बुरे कैसे भी समय की स्मृतियों को कभी यूँ अकेले में सहेजने की इतनी ज़रूरत कभी महसूस नहीं हुई। जहां जीवन का हर पहलू सहज, सरल और सुगम था। जहां हम एक-दूसरे में रचते-बसते, हंसते-रोते, रूठते-मनाते घुलते हुए आगे बढ़ते जाते थे। पर कभी इतने एकाकी नहीं हुए कि अपनी ही मुस्कान को कुरेदने टटोलने को किसी कृत्रिम कैमरे की आवश्यकता भी महसूस हुई। आखिर हम हर क्षण को कैमरे में कैद क्यों करना चाहते हैं?



स्वत्व बेहद ज़रूरी है, पर....

स्वत्व की पहचान के बिना क्या स्वाधीनता और क्या स्वाभिमान! किंतु खुशी के रंग बिखराती हुई ये सेल्फियां स्वत्व का कैसा रूप है? काश कि ये चित्र अपनी कृत्रिमता को छोड़कर अपने असल और बेहद प्राकृतिक रूप में प्रकट हों।

रिश्तों का मनोविज्ञान

भागम-भाग से भरा हुआ आज का सामाजिक मानवीय परिवेश। अस्त-व्यस्त सी जीवन शैली। एक ही ढर्रे पर चलती हुई उबासियां लेती हुई दिनचर्या। जैसे हम इंसान

बिखरी हुई चिंदियां, जिनको जोड़ इन्सान अपने एकाकीपन पर रेशमी पैबंद लगा लेता है। कभी झाँककर देखिये इन चमकीली, चटकीली तस्वीर में, यहां आपको वे समझौते भी नज़र आएंगे, जिसे वो सेल्फी लेने वाला

पहचानें मन की... - पेज 5 का शेष

किसी चीज़ के लायक नहीं हैं, विशेष रूप से प्यार के। ऐसे बच्चे प्यार की पूर्ति के लिए जबरन दूसरे को प्यार करते हैं, एकतरफा प्यार, जिसे अंग्रेजी में क्रेज़ी भी कहते हैं।

तीसरा है, 'जिसे कभी अकेला ना छोड़ा जाता हो' यह उन बच्चों को होता है जिन्हें माँ-बाप ने फिज़िकल, सोशल और इमोशनल सपोर्ट तो दिया हो, लेकिन उसे फ्रीडम नहीं दी। इसलिए ऐसे बच्चे अपना अस्तित्व बनाने के लिए अपने माँ-बाप को

छोड़कर अकेले रहने चले जाते हैं। इन तीनों डर को समाप्त करने का एक ही आधार है, और वो है परमात्मा। यदि हम उससे अपने आपको जोड़ लेते हैं, तो हमारे तीनों डर हमेशा के लिए खत्म हो जायेंगे। क्रमशः



शिकोहाबाद-उ.प्र.। फिरोज़ाबाद जिला सत्र न्यायाधीश पी.के. सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पूनम।



सीतापुर-उ.प्र.। जिलाधिकारी बहन सारिका मोहन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. योगेश्वरी। साथ हैं ब्र.कु. जानु।



हाजीपुर-बिहार। एस.पी. राकेश कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अंजली।



डाल्टनगंज-झारखण्ड। विपुल शुक्ला, डी.आई.जी., उप महानिरीक्षक, पलामु रेंज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. किरण।



नूह-हरियाणा। डी.सी. मणिराम जी को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रेरणा। साथ हैं ब्र.कु. संजय हंस।



चण्डीगढ़। डॉ. राकेश गुप्ता, आई.ए.एस. को राखी बांधते हुए ब्र.कु. पूनम।



भुवनेश्वर-ओडिशा। माननीय मुख्यमंत्री नवीन पटनायक को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता। साथ हैं ब्र.कु. त्रिपुरा, ब्र.कु. कविता तथा अन्य।



बीकानेर-राज.। अर्जुनराम जी, यूनिवर्सिटी मिनिस्टर ऑफ स्टेट, फाइनेंस, कॉर्पोरेट अफेयर्स ऑफ इंडियन गवर्नमेंट को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कमल। साथ हैं ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. मीना तथा अन्य।



मोहदीपुर-उ.प्र.। एस.एस.बी. कैम्प फर्टिलाइज़र गोरखपुर में एस.एस.बी. जवानों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पुष्पा।



साहिबाबाद-उ.प्र.। डॉ. नलिन सिंघल, चेररमैन एंड मैनेजिंग डायरेक्टर, सेंट्रल इलेक्ट्रॉनिक्स लि. साहिबाबाद को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. विद्या।



किशनगढ़-रेनवाल(राज.)। ब्र.कु. आरती के समर्पण समारोह कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए विधायक निर्मल कुमावत, नगरपालिका अध्यक्ष सुमन कुमावत, ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. सुमित्रा, ब्र.कु. सीताराम तथा अन्य।



राउरकेला-ओडिशा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सोरदा गवर्नमेंट यू.पी. स्कूल में रक्षाबंधन तथा वृक्षारोपण कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में ब्र.कु. जयश्री।

परमात्मा ने बताई संस्कार की यथार्थ परिभषा

गतांक से आगे...

तेरहवें और चौदहवें अध्याय में प्रकृति से उत्पन्न गुणों के आधार पर, मनुष्य कैसे सतो, रजो, तमो में आ जाते हैं और अपने आपको भी हम कैसे समझें कि हम किस श्रेणी में हैं, ये बताया गया है।

तेरहवें अध्याय में हम देखेंगे कि किस प्रकार ये खेल प्रकृति, पुरुष और परम पुरुष के बीच में चलता है और उससे सम्बंधित कुछ गुह्य बातें अर्जुन भगवान से पूछते हैं। जो हम सभी के प्रश्न हो सकते हैं और उन प्रश्नों का समाधान भगवान कैसे करते हैं, विशेष कर क्षेत्रज्ञ भाग योग। तेरहवें अध्याय में स्पष्ट किया है कि शरीर क्षेत्र है जिसमें धर्मक्षेत्र और कुरुक्षेत्र है। पहले अध्याय का पहला श्लोक याद आता है कि जब धृतराष्ट्र ने संजय से पूछा कि धर्मक्षेत्र और कुरुक्षेत्र पर क्या हो रहा है? तुम मुझे बताओ। धर्मक्षेत्र और कुरुक्षेत्र का भाव इस अध्याय में भगवान ने स्पष्ट किया है कि जिसमें धर्मक्षेत्र और कुरुक्षेत्र दोनों ही हैं। शरीर को ही क्षेत्र कहा, जहाँ धर्मक्षेत्र और कुरुक्षेत्र दोनों ही हैं। कैसे? जब शरीर रूपी क्षेत्र में दैवी संस्कारों का प्रभाव विशेष होता है तब वह धर्मक्षेत्र बन जाता है। जब आसुरी संस्कारों का प्रभाव कर्मेन्द्रियों पर पड़ता है, तब यही संघर्ष का एक क्षेत्र, कुरुक्षेत्र बन जाता है।

पहले श्लोक से लेकर बारहवें श्लोक तक धर्मक्षेत्र, कुरुक्षेत्र और क्षेत्रज्ञ का यथार्थ ज्ञान देते हैं।

तेरहवें श्लोक से लेकर उन्नीसवें श्लोक तक ये परमपुरुष परमात्मा का यथार्थ ज्ञान प्रदान दिया और बीसवें श्लोक से लेकर पैंतीसवें श्लोक तक पुरुष और प्रकृति का संयोग बताया कि किस प्रकार इस खेल में दोनों की ही आवश्यकता है। अर्जुन का पहला सवाल यह है कि प्रकृति, पुरुष क्षेत्र और क्षेत्रज्ञ क्या है? मैं ये सब जानना चाहता हूँ। जब दिव्य दृष्टि के आधार से परमात्मा



- ब्र. कु. ऊषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

का स्वरूप स्पष्ट हो गया तो उसके जानने की जिज्ञासा और तीव्र हो गयी, जो गुह्य से गुह्य रहस्य वाली बातें हैं, वह वो जानना चाहता है।

तब परमात्मा ने बताया कि शरीर ही क्षेत्र है, उसे जानने वाला क्षेत्रज्ञ है। परमात्मा ही सभी क्षेत्रों का ज्ञाता है, यही वास्तव में यथार्थ ज्ञान है और वे यथार्थ ज्ञान को और विस्तार से बताते हैं। पंच महाभूत, अहंकार युक्त मन और बुद्धि, दसों इन्द्रियां, पाँच इंद्रियां विशेष - शब्द, स्पर्श, रूप, रस और गंध और इच्छा, द्वेष, सुख, दुःख, संघात तथा जीवन के लक्षण

इन सबको कर्म का क्षेत्र कहा जाता है। अर्थात् ये कुरुक्षेत्र है। जिसमें बोया हुआ भला व बुरा बीज संस्कार रूप में नित्य उगता रहता है। मनुष्य जैसे कर्म करता है, उस कर्म के अनुसार ही उसका संस्कार बनता है। जैसे कहा गया कि कर्म आत्मा के ऊपर अपना प्रभाव छोड़ देता है। जिस प्रभाव को ही दूसरे शब्द में कहा जाता है - संस्कार। अब संस्कार कितने प्रकार के होते हैं मनुष्य के अंदर। तो यह देखा जाता है कि हर इंसान के अंदर पांच प्रकार के संस्कार होते हैं।

सबसे प्रथम प्रकार के संस्कार हैं - ओरिजनल संस्कार। ओरिजनल संस्कार अर्थात् सतोगुण के संस्कार। जब आत्मा अव्यक्त से व्यक्त रूप में इस संसार के क्षेत्र पर आती है, तो उस समय उसके सतोगुणी संस्कार होते हैं, जो आत्मा के सात गुण हैं। ये सातों गुणों से भरपूर अर्थात् दूसरे शब्द में कहें कि उनकी बैट्री पूर्ण रूप से चार्ज होती है। ये उसके ओरिजनल संस्कार हैं। लेकिन इस संसार में आने के बाद धीरे-धीरे वो अपनी वास्तविकता से दूर हटने लगती है और इस संसार के अंदर से कई प्रकार विषयों के वशीभूत होने लगती है। जो सात गुणों से भरपूर संस्कार थे, वे धीरे-धीरे लुप्त होकर के इस दुनिया के बुराइयों के आधार पर संस्कार बनते हैं। विशेषकर अज्ञानता और अहंकार से युक्त उसके कर्म होने लगते हैं। उस कारण से उसके अंदर वो संस्कार विशेष रूप से विकसित होने लगते हैं। - क्रमशः



शान्तिवन। डिवाइन आर्ट फाउण्डेशन सोनीपत के फाउंडर जगतगुरु संतोषी महाराज जी को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी।



लखनऊ-उ.प्र.। डेप्युटी चीफ मिनिस्टर केशव प्रसाद मौर्य को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र. कु. राधा।



कुडली-सोनीपत (हरियाणा)। टी.डी.आई. क्लब के जनरल मैनेजर दिगम्बर सिंह को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् चित्र में उनके साथ ब्र. कु. गीता, ब्र. कु. पूजा तथा अन्य।



नागौर-राज.। जिला कारागृह में कैदी भाई बहनों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र. कु. अनिता। साथ हैं डॉ. मंजू, ब्र. कु. सम्पत्, ब्र. कु. सावित्री, ब्र. कु. मधी, कारागृह उप अधीक्षक श्रवणराय चौधरी, इंचार्ज भवानीसिंह तथा अन्य।



सारनाथ-उ.प्र.। सेवाकेन्द्र पर आयोजित रक्षाबंधन कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र. कु. सुरेन्द्र दीदी, राजयोगी ब्र. कु. दीपेन्द्र, ब्र. कु. विपिन, कसाबा ग्रुप सामाजिक संस्था के सदस्य तथा ब्र. कु. बहनें।



मोहाली-पंजाब। रक्षाबंधन का महत्व समझाने के पश्चात् कमाण्डो कॉम्प्लेक्स में कमाण्डोज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र. कु. सुमन तथा अन्य।

ख्यालों के आईने में...

वक्त से लड़कर जो नसीब बदल दे,
इंसान वही जो अपनी तफदीर बदल दे।
कल क्या होगा कभी मत सोचो,
क्या पता कल वक्त खुद अपनी तरचीर बदल दे।।

घर के बाहर दिमाग लेकर जायें,
क्योंकि दुनिया एक बाज़ार है।
लेकिन घर के अंदर सिर्फ दिल लेकर जायें, क्योंकि वहाँ एक परिवार है।।

धन को एकत्रित करना सहज है, लेकिन संस्कारों को एकत्रित करना कठिन है।
धन को तो लूटा जा सकता है, लेकिन संस्कारों के लिए समर्पित होना पड़ता है।।

देह मन की खुशी और सच्ची शांति के लिए देखें
आपका अपना 'पीस ऑफ माइंड चैनल'



ABS FREE DTH
Free to Air
LNB Freq. - 09750/10600
Tans Freq. - 12227
Polarization - Horizontal
Symbol - 44000
22k - On
Satellite - ABS-2; 75° E

Contact
Brahma Kumaris, 2nd Flr
Anand Bhawan, Shantivan,
Sirohi, Abu Rd, Raj-307510
+91 9414151111
+91 8104777111
info@pmtv.in
www.pmtv.in

सूचना : अगस्त 2017 से ओमशान्ति मीडिया पत्रिका की सदस्यता शुल्क में मामूली सी बढ़ोतरी की गई है जो कि वार्षिक शुल्क 200 और तीन वर्ष का 600 किया गया है।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें...

कार्यालय- ओमशान्ति मीडिया, संपादक- ब्र. कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स नं.- 5, आवू रोड (राज.)- 307510. सदस्यता के लिए सम्पर्क - M - 9414006096, 9414182088, Email- omshantimedia@bkivv.org, mediabkm@gmail.com, Website- www.omshantimedia.info
सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये, आजीवन 4500 रुपये।
विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम से मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आवू रोड) द्वारा भेजें।

कथा सरिता

परिवारिक सम्बन्ध अपने...

एक पार्क में दो बुजुर्ग बैठे बातें कर रहे थे.... पहला:- मेरी एक पोती है, शादी के लायक है, बी.ई. किया है, नौकरी करती है, कद - 5"2 इंच है..सुंदर है। कोई लड़का नज़र में हो तो बताइएगा..।

दूसरा:- आपकी पोती को किस तरह का परिवार चाहिए...??

पहला :- कुछ खास नहीं.. बस लड़का एम.ई/एम.टेक. किया हो, अपना घर हो, कार हो, घर में ए.सी. हो, अपना बाग बगीचा हो, अच्छी जॉब, अच्छी सैलरी, कोई लाख रू. तक हो...।

दूसरा :- और कुछ...?

पहला :- हाँ सबसे ज़रूरी बात.. वो अकेला होना चाहिए, माँ-बाप, भाई-बहन नहीं होने चाहिए..वो क्या है..लड़ाई झगड़े होते हैं...ना। दूसरे बुजुर्ग की आँखें भर आईं, फिर आँसू पोछते हुए बोला - मेरे एक दोस्त का पोता है, उसके भाई-बहन नहीं हैं, माँ बाप एक दुर्घटना में चल बसे, अच्छी नौकरी है, डेढ़ लाख सैलरी है, गाड़ी है, बंगला है, नौकर-चाकर हैं..।

पहला :- तो करवाओ ना रिश्ता पक्का..।

दूसरा :- मगर उस लड़के की भी यही शर्त है कि लड़की के भी माँ-बाप, भाई-बहन या कोई रिश्तेदार ना हों...., कहते कहते उनका गला भर आया..। फिर बोले :- अगर आपका परिवार आत्महत्या कर ले तो बात बन सकती है..। आपकी पोती की शादी उससे हो जाएगी और वो बहुत सुखी रहेगी....।

पहला :- ये क्या बकवास है, हमारा परिवार क्यों करे आत्महत्या..? कल को उसकी खुशियों में, दुःख में कौन उसके साथ व उसके पास होगा...? दूसरा :- वाह मेरे दोस्त, खुद का परिवार, परिवार है और दूसरे का कुछ नहीं...। मेरे दोस्त! अपने बच्चों को परिवार का महत्व समझाओ, घर के बड़े, घर के छोटे सभी अपनों के लिए ज़रूरी होते हैं... वरना इंसान खुशियों का, और गम का महत्व ही भूल जाएगा, ज़िंदगी नीरस बन जाएगी...।

पहले वाले बुजुर्ग बेहद शर्मादगी के कारण कुछ नहीं बोल पाए... दोस्तों, परिवार है तो जीवन में हर खुशी, खुशी लगती है, अगर परिवार नहीं तो किससे अपनी खुशियाँ और गम बाँटोगे...!

ज़िन्दगी के बाद भी...

एक बार एक महात्मा जी बीच बाज़ार में से कहीं जा रहे थे। वहीं पास के एक कोठे की छत पर एक वैश्या पान खा रही थी। अचानक बेख्याली से उसने पान की पीक नीचे थूकी, और वो पीक नीचे जा रहे महात्मा जी के ऊपर गिरी।

महात्मा जी ने ऊपर देखा वैश्या की ओर तथा मुस्करा कर आगे की ओर बढ़ गए। यह देखकर वैश्या को अपना अपमान समझ गुस्सा आया, तो उसने वहीं पर बैठे अपने दोस्त को कहा कि तुम्हारे होते कोई मुझे देखकर मुस्कुरा रहा है और तुम यहाँ बैठे हो! इतना सुनकर उसके दोस्त ने वहीं पड़ा डंडा उठाया और नीचे उतरकर आगे जा रहे महात्मा जी के सर पर जोर से दे मारा, और वैश्या की तरफ देखकर मुस्कुराया कि देख मैंने बदला ले लिया है।

तभी महात्मा जी ने अपना सर देखा जिसमें से खून निकल रहा था। तब भी महात्मा जी कुछ नहीं बोले और मुस्कुरा दिए और वहीं पास के एक पेड़ के नीचे बैठ गए। उस वैश्या का दोस्त मुस्कुराता हुआ वापस लौटने लगा। जब वो कोठे की सीढ़ियां चढ़ रहा था तो सबसे ऊपर की सीढ़ी

से उसका पैर फिसला और वो सबसे नीचे आ गिरा और उसको बहुत ज़्यादा चोट लगी। ये सब वो वैश्या देख रही थी। वो समझ गई कि वो महात्मा जी एक सच्चे साधक हैं।

वो नीचे आई और महात्मा जी के पास जाकर पैरो में गिरकर बोली कि, महात्मा जी मुझे माफ़ कर दो, मैंने ही आपके पीछे अपने दोस्त को भेजा था। उसने ही आपके सर पर वार किया था। मुझे माफ़ कर दो। तो उन महात्मा जी ने मुस्कुरा कर कहा, बेटी इस सारे झगड़े में तू और मैं कहाँ से आ गए!

इसमें तुम्हारा और मेरा कोई दोष नहीं है। ये दोस्त-दोस्त की लड़ाई है। तुम्हारे दोस्त से तुम्हारी बेइज़्जती नहीं देखी गई, और जो मेरा दोस्त है, उससे मेरी तकलीफ़ नहीं देखी गई। इसलिए इसमें तुम्हारा कोई दोष नहीं है। तुम्हारा दोस्त तो तुम्हारे पास कभी कभी ही आता है, कभी दिन में कभी रात में। लेकिन मेरा दोस्त हर वक़्त मेरे साथ ही रहता है। इसलिए तुम भी उसी की शरण लो जो हर वक़्त तुम्हारे साथ ही रहे...

ज़िन्दगी में भी और ज़िन्दगी के बाद भी।



फिलीपिन्स। वाइस प्रेसीडेंट लियोनोरा जी.रोब्रेडो को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. वेदांती दीदी



नोएडा-से.33। केन्द्रीय पर्यटन एवं संस्कृति राज्य मंत्री डॉ. महेश शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मंजू।



दिल्ली-स्वास्थ्य विहार। उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात प्रदान करते हुए ब्र.कु. उर्मिला।



जयपुर-राजा पार्क। होम मिनिस्टर गुलाबचन्द कटारिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सन्नूसिया। साथ हैं ब्र.कु. दीपिका।



मुगलसराय-बिहार। अपर मण्डल रेल प्रबंधक मुकेश मलहोत्रा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सरोज। साथ हैं ब्र.कु. अनिता।



पिहानी चुंगी-हरदोई(उ.प्र.)। पुलिस कप्तान को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.मालती।



टूडंला-उ.प्र.। मंत्री प्रो. एस.पी. सिंह बघेल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.विजय बहन। साथ हैं ब्र.कु. तनु व ब्र.कु.खुशी।



सोनीपत-हरियाणा। सांसद रमेश चंद्र कौशिक को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.सुनिता।



बीरगंज-नेपाल। सांसद बलबीर चौधरी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रबीना।



दिल्ली-राजौरी गार्डन। वेद प्रकाश शर्मा, बैंक मैनेजर, स्टेट बैंक ऑफ़ इंडिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.शक्ति।



वाढ़-बिहार। जी.जी.एम., एन.टी.पी.सी. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्योति।



ब्रह्मपुर-ओडिशा। घनश्याम उपाध्याय, आई.पी.एस., आई.जी. को रक्षासूत्र बांधते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू।



न्यूज़ीलैण्ड। रूथ डायसन लेबर एम.पी. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.भावना।



दिल्ली-लोधी रोड। आलोक कुमार वर्मा, आई.पी.एस., डायरेक्टर, सी.बी.आई. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गिरिजा।



चरखी दादरी-हरियाणा। डेप्युटी कमिश्नर विजय कुमार सिदप्या को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रेमलता।

हम कोई भी गर्भ या वातावरण चुनते हैं, उसका आधार मनुष्य के पिछले जन्म के कर्म होते हैं, या उसका खुद का अनुभव उस वातावरण में ले जाता है। उसे वही माता मिलती है जिसकी फ्रिक्वेशी उसके साथ सहज जुड़ जाती है। तो आपने कभी-कभी देखा होगा कि बच्चा अपने आप ही कभी हँसता है और कभी रोने लग जाता है, तो माना जाता है कि एक से लेकर सात साल तक हम जिस

जीवन के बाद जीवन

चौदह वर्ष तक चलती रहती है। यदि आसान शब्दों में कहें, तो कह सकते हैं कि एक से सात साल तक बच्चे का भावनात्मक मन शक्तिशाली रहता है, और सात से चौदह साल में उसका तार्किक

मन पर हावी हो जाता है। इसलिए हरेक बच्चा इस उम्र में गलतियाँ कर बैठता है। इक्कीस वर्ष के बाद बुद्धि की क्रियाशीलता जब पूरी होती है, तो इक्कीस से अठाइस साल के मध्य शरीर, दिमाग

रहती है, और अगर एक शब्द में कहा जाये तो यहीं से सारे दुःख शुरू हो जाते हैं। वो अपने को ना समझने के कारण उलझन के साथ बांध के रखता है। व्यक्ति, सम्बन्धों तथा



- ब्र.कु. अनुज, दिल्ली

वस्तुओं में उसका लगाव, या मोह के कारण उन चीजों की ऊर्जा उसे प्रभावित करने लग जाती है, जिससे वो परभौतिक शक्तियों से हमेशा के लिए अंजान होता चला जाता है, और उसको चारों तरफ से बीमारियाँ घेर लेती हैं। यहाँ जो एक से सात साल का गैप बताया जा रहा है, तो हर छः साल में व्यक्ति का सम्पूर्ण शरीर बदल जाता है। उसका डी.एन.ए. बदल जाता है। इसलिए छः साल का गैप दिखाया गया है। उपरोक्त सारी बातें सभी के साथ हो रही हैं और होती ही रहेंगी। इसीलिए इस ज्ञान को हम अगर बच्चे को शुरू में ही दे दें, उसको इन सब बातों से अवगत करा दें, कि ये सारी चीजें तुम्हारे लिए अभी ठीक नहीं हैं, तुम अगर अभी अपनी बुद्धि को पवित्र रख सारी चीजों को समझ लो तो तुम्हें कभी भी जीवन को जीने में मुश्किल नहीं होगी, और यह प्रक्रिया अनवरत चलती रहेगी। यह हर बार की रिकॉर्डिंग अगले जन्म में ट्रांसफर हो जाती है और व्यक्ति फिर से वही गलती दोहराता है। तो समझदारी यह है कि इसे अभी समझकर हर जन्म को सुधार लिया जाये।

सभी इस बात से पूरी तरह से अवगत नहीं हैं कि उनका जो जीवन है, वो पूर्व जन्मों के कर्मों के आधार से ही बना है, और बनता जा रहा है। हमारी बहुत सारी ऐसी बातें हैं, जिन बातों का तार हम अनुभव तो करते हैं, लेकिन उसे स्वीकार करने में समय लगता है।



स्थान से आये होते हैं, जिस वातावरण में हम रहे होते हैं, उस वातावरण का हमें बोध होता है। उस वातावरण के अपने पुराने अहसासों के कारण हम हँसते और रोते हैं। सात वर्ष के पश्चात् दिमाग अपना आकार लेना शुरू करता है, तो माना जाता है कि बच्चा अब समझदार हो गया। और यह प्रक्रिया

मन विकसित होता है, अर्थात् बच्चा पूरी तरह से समझदार बनने की ओर अग्रसर रहता है। वो समझना शुरू कर देता है। चौदह से इक्कीस वर्ष के बीच बुद्धि या समझ या अवेयरनेस भावनात्मक तथा तार्किक मन के मध्य उलझ जाती है, अर्थात् इमोशनल माइंड या भावनात्मक मन उसके तार्किक

व बुद्धि के मिश्रण को व्यक्ति अनुभव करता है। अर्थात् व्यक्त उलझ जाता है कि मैं कौन हूँ, क्या हूँ, क्या करूँ, क्या ना करूँ। अठाइस वर्ष के बाद उसका जीवन उसकी स्वयं की बुद्धि पर निर्भर करता है। अगर मनुष्य स्वयं से आगाह नहीं होता, तो उसकी चेतना शरीर और बुद्धि के बीच अटकी

उपलब्ध पुस्तकें जो आपके जीवन को बदल दे



प्रश्न: मैं मथुरा से हूँ। मेरा एक बेटा है। उसकी शादी भी हो चुकी है। 3 साल पहले वो दिल्ली जॉब के लिए गया था। कुछ समय तक वो फोन भी करता था, परंतु कुछ समय के बाद उसके फोन आने बंद हो गए। 3 साल हो गए, उसका कोई पता नहीं चल रहा है। हम बहुत चिंतित रहते हैं। उसकी पत्नी भी उदास रहती है। हम क्या करें?

उत्तर: आप पहले तो 108 बार लिखें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। फिर एक घण्टा योगाभ्यास करें और योगाभ्यास के बाद अपने बच्चे को आत्मा रूप में देखकर उसका आह्वान करें कि बेटा, हम तुम्हें बहुत याद करते हैं, तुम जहाँ भी हो वापस आ जाओ। यह कार्य आपको 21 दिन लगातार करना है। एक दिन भी मिस ना हो। रोज उसी समय पर योगाभ्यास करना है। 21 दिन के बाद हमें पूर्ण विश्वास है कि आपका बेटा आपको ज़रूर मिल जाएगा। पूर्व में ऐसे 5 केस बिल्कुल ठीक हो गए हैं। माताओं के खोए हुए बेटे उन्हें सालों के बाद मिल

गए हैं।

प्रश्न: मैं 30 वर्षीय महिला हूँ। मेरे पति गलत राह पर हैं, परंतु मैं अच्छी योगी बनना चाहती हूँ। मैं इसके लिए क्या करूँ? क्या मैं अपने पति को छोड़ दूँ? मैं ब्यूटीशियन भी हूँ। मेरा यह कार्य बहुत अच्छा चले, इसके लिए कोई उपाय सुझायें?



मन की बात

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

उत्तर: पति को छोड़ने की बात तो आप बाद में सोचना, अभी तो उसके कल्याण का सोचें। इसके लिए आधा घण्टा रोज उनको योगदान करें और पवित्र भोजन कराएँ। भोजन बनाते हुए बार-बार याद करें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ और जब उन्हें भोजन कराएँ तो ये संकल्प करें कि ये पवित्र भोजन खाने से इनका चित्त पवित्र हो जाए।

प्रश्न: परमात्मा ने तनावमुक्त रहने का इशारा दिया है, तो तनावमुक्त जीवन जीने के लिए क्या करें?

उत्तर: तन में आने से तनाव बढ़ता है, कुछ समय इसकी स्मृति से परे रहा करें तो तनाव कम होगा। मन की शक्तियों को योग-अभ्यास द्वारा स्वमान से बढ़ाएं तो हर बात खेल लगेगी। जीवन में कुछ बातों को स्वीकार करके हल्के रहने का अभ्यास करें।

विश्व ड्रामा के ज्ञान को यूज करके स्वयं को निश्चित रखने की कला सीखें। सम्बन्धों में निष्काम हो जायें व सहज भाव से रहें। अमृतवेले परमात्म-प्यार व मुरली का सुख लेकर स्वयं को तनाव-मुक्त करें। विचारों को उदार व महान बनाएं तो हर बड़ी बात भी छोटी लगेगी।

प्रश्न: मुझे छोटी-छोटी बातों में फीलिंग बहुत आती है, फिर सारा दिन मैं उदास रहती हूँ। यह मेरी बड़ी कमजोरी है, मैं इससे मुक्त होकर शक्तिशाली बनना चाहती हूँ।

उत्तर: फीलिंग सचमुच आधी मृत्यु के समान है। इससे खुशी भी मर जाती

है व उमंग-उत्साह भी। आप प्रशंसा की पात्र हैं जो आप इससे मुक्त होना चाहती हैं। यह भी एक तरह की अपवित्रता ही है। लक्ष्य बना लो, मुझे 6 मास अच्छी साधना करके स्वयं को फीलिंग के फ्लू से मुक्त करना है। ये संकल्प कभी न करना कि कोई मुझे कुछ कहे नहीं। हम गलती करेंगे तो बड़े तो कुछ कहेंगे ही। इसलिए हल्के रहकर दूसरों की बात या डाँट सुनना है। प्रतिदिन एक अव्यक्त मुरली पढ़कर उसकी 5 बातें लिखनी हैं। प्रतिदिन सबेरे उठते ही ये संकल्प 7 बार करना है 'मैं फीलिंग से मुक्त हूँ और मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ।'

6 मास तक 3 स्वमान प्रतिदिन 25 बार याद करने हैं। 1. मैं एक महान आत्मा हूँ, 2. मैं विजयी रत्न हूँ, 3. मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। साथ-साथ प्रतिदिन विशेष इसके लिए एक घण्टा योग भी करें। ये सब करने से जीवन से फीलिंग समाप्त हो जायेगी और आप सदा खुश रहने लगेगी। यह भी ध्यान रहे कि फीलिंग आने पर सेवा व भोजन नहीं छोड़ना है।



पटना सिटी-बिहार। एस.डी.ओ., आई.ए.एस. योगेन्द्र सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रानी।



मेहम-हरियाणा। न्यायाधीश आर्या शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. चेतना।



चुरू-राज। जिला कलेक्टर ललित गुप्ता को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुमन।



सिरसा-हरियाणा। विधायक मन्खन सिंगला को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. बिन्दु।

हमारे जीवन में चित्र का मैकेनिज़म...

जीवन में चित्र का बहुत बड़ा महत्व है। बच्चा जब पढ़ाई के लिए पहली बार कक्षा में जाता है, तो उसको सिखाने के लिए एक चित्र दिया जाता है। चित्र के साथ संलग्न करके उसको वो चीज़ बताई जाती है। ठीक वैसे ही हमारे जीवन में भी हर जगह, हर पल चित्र को ही देखकर हमारी ज़िन्दगी संवरती है और बिगड़ती भी है। मनोवैज्ञानिक सिद्धान्तों के अनुसार जैसे स्मृति से हमारी वृत्ति और दृष्टि का गहरा सम्बन्ध है, वैसे ही हमारे चरित्र का सम्बन्ध हमारे चित्र से है। मनोपरिवर्तन और जीवन परिवर्तन में चित्र का बहुत महत्व है। अब हमारे जीवन को चित्र का मैकेनिज़म कैसे प्रभावित करता है, ये जानने की कोशिश करते हैं...

आप देखेंगे, मनुष्य बहुत क्रोध करता है, वासना में आता है या लोभ में आता है, मोह में आता है, तब भी उसके सामने चित्र आता है। जब वो उनसे उपराम रहता है, या वो उनसे छूटा हुआ रहता है, तब भी उसके सामने चित्र आता है। किसी मनोवैज्ञानिक ने कहा है कि, 'मनुष्य के विचार पहले मन में चित्र के रूप में हुआ करते हैं।' शब्द की उत्पत्ति बाद में होती है, लेकिन पहले पहले मनुष्य के सामने चित्र आता है। मिसाल के तौर पर एक व्यक्ति कुर्सी पर बैठकर खाना खाता है, उसे संकल्प आता है कि वह एक ऊँची जगह पर भोजन की थाली रखकर खाना खाये। तो उसके मन में चित्र आता है कि कुछ ऐसा पत्थर जैसा हो, उसकी चार टांगों हों, उसको ऐसा बना दिया जाए, उसकी लम्बाई इतनी हो, चौड़ाई इतनी हो तो कैसा होगा! 'मेज' नाम उसका बाद में पड़ता है। ऐसा

कहा जाता है कि, 'आवश्यकता आविष्कार की जननी है।' पहले आवश्यकता महसूस हुई, फिर उसका आविष्कार किया गया। जब वो चीज़ बन गई तो ज़रूरी है उसे नाम देना, जब वो प्रयोग में गयी तो उसे किसी नाम से तो बुलाना पड़ेगा ना।

बच्चा भी बोलना बाद में सीखता है, भाषा बाद में सिखाई जाती है, लेकिन व्यक्तियों व वस्तुओं के चित्र पहले दिखाना शुरू किया जाता है। चित्र हमारे मन में अंकित हो जाते हैं। मन 'चित्र' की ही भाषा समझता है। उसका प्रभाव छोड़ जाता है। हमें ये देखना चाहिए कि क्या हम इस सिद्धान्त का प्रयोग अपने जीवन में मनोपरिवर्तन के लिए कर रहे हैं? इस मैकेनिज़म का राजयोग में भी हम उपयोग करते हैं। जैसे कि हम किसी को भी विडियो से प्रेजेन्टेशन कर दिखाते हैं तो सामने वाले को याद भी रहता है और समझ में भी आता है। हम अगर वाणी से बताने या समझाने की कोशिश करते हैं, तो वो उतना समझ ही नहीं पाते। विडियो या चित्र के माध्यम से हम उनको समझाते हैं तो वे सहज और स्पष्ट समझ जाते हैं। उसको 'मुँह बोलती तस्वीर' कहा जाता है। आज आप देखते हैं कि लोग ज़्यादा टीवी

देखते रहते हैं। हम उन्हें किसी कार्यक्रम में बुलाते हैं तो वे आते ही नहीं। लेकिन उन्हें विडियो दिखाते हैं तब वे उठने का ही नाम नहीं लेते। आजकल टी.वी. की बहुत लत पड़ी हुई है। समय आयेगा जब टी.वी. देखना एक एडिक्शन के रूप में अखबारों में छपेगा। आजकल हम सुनते हैं कि महिलाओं में मोटापा बढ़ता जा रहा है, उसके लिए टी.वी. एक बहुत बड़ा कारण है। हमारी बहुत सारी नेगेटिव थिंकिंग और बुरे कर्मों की बुनियाद, टी.वी. परमात्मा इसको टी.बी. कहते हैं। टी.बी. भी एक चित्र है, वह चित्र ही पतन का कारण बन रहा है, और चित्र ही उत्थान का कारण बनते हैं। यह बड़ा मनोवैज्ञानिक सिद्धान्त है, लेकिन लोगों ने उसके प्रति ध्यान नहीं दिया, जितना हमें परमात्मा ने ध्यान खिंचवाया। अब इसका हम प्रयोग कैसे कर सकते हैं, इसके बारे में अनुभव के आधार से जानते हैं।

जैसे परमात्मा ने हमें बताया कि बच्चे, जैसे सूर्य है। जैसे ही हमने सूर्य शब्द कहा, वैसे ही आपके मस्तिष्क में सूर्य का चित्र आ गया। जैसे सूर्य है, चन्द्रमा है, उनके आसपास लाइट है, जिसको प्रकाश का आभामण्डल कहते हैं, वह बहुत ही स्पष्ट दिखाई देता है, और



देखने में बहुत ही अच्छा लगता है। परमात्मा ने कहा कि बच्चे आप ऐसे समझो जैसे कि सूर्य या चन्द्रमा लाइट के ऑर्ब में हैं, वैसे मैं भी लाइट के ऑर्ब में हूँ। परमात्मा ऑर्ब को कार्ब भी कहते हैं। हमेशा अपने को ऐसे समझो या मन में यह चित्र लाओ अभ्यास के लिए, कि मैं एक ज्योतिर्बिन्दु आत्मा हूँ, मेरे पास एक प्रकाश का आभामण्डल है। योगाभ्यास में इससे बहुत बड़ी मदद मिल सकती है। चित्र का चरित्र पर प्रभाव पड़ता है। अतः हम चलते-फिरते यह याद रखें।

राजयोग में चित्र का प्रयोग कैसे किया जाए

अगर आप ऐसा अभ्यास करें कि मैं फरिश्ता हूँ, मैं लाइट स्वरूप हूँ, मैं हड्डी मांस का नहीं हूँ, मैं तो प्रकाश का बना हूँ, मैं तो लाइट और माइट हूँ। तो यह शिकायत कि हमारी आत्माभिमानि स्थिति नहीं रहती, खत्म हो जाएगी। कभी इस तरह, कभी दूसरी तरह अभ्यास करते रहें। हम जब योगी को दर्शाते हैं, तो एक योगी का चित्र प्रकाश के आवरण में होता है, चारो तरफ लाइट से घिरा है, प्रकाश के सागर में है, और उसपर लाइट उतर रही है। इसका बहुत लोग अनुभव करते हैं, और आपने भी कभी

इस तरह का अनुभव किया होगा। इस तरह के योग के चित्र हमें योग करने में, योगी जीवन बिताने में बहुत सहयोग देते हैं, और योग में उस तरह के अनुभव करने की प्रेरणा देते हैं। अगर आप इस तरह के चित्र को बार-बार अपनी दिनचर्या में उसी स्मृति में लाते हो, तो वैसे ही आपकी मनोस्थिति बन जाती है।

जैसे हमारे आध्यात्मिक गीत बजते हैं, वैसे ही अपने चित्रों का प्रयोग भी हम करते हैं, उन्हें अपने ऊपर लागू करेंगे तो हमारे पुरुषार्थ में तीव्रता आयेगी। जैसा आपके मन में चित्र आता है, वैसे आपकी स्थिति बनती जाती है। आप विशेष स्थान पर योग करने बैठे हो, लेकिन वहाँ आप नहीं रहते, आप तो ब्रह्माण्ड में, या परमात्मा के सानिध्य में रहते हैं। ये जो स्थिति बनी, किस आधार पर बनी? चित्र के आधार से ना। परमात्मा भी कई बार हमें कहते हैं, समझा? समझने का अर्थ क्या है, मनोविज्ञान में कहते हैं कि समझने से पहले देखा जाता है, अर्थात् पहले देखना होता है, फिर समझना होता है। इसका बहुत बड़ा महत्व होता है। पहले मन की आँख से देखा जाता है और बुद्धि से समझा जाता है। इसको कहते हैं साक्षात्कार। जब तक मनुष्य मन की आँख से देखता नहीं है, तब तक उस बात को नहीं समझता। इसलिए कहा जाता है कि समझना और देखना, आँख का इतना महत्व है। इसलिए परमात्मा भी कहते हैं कि आपकी आँखें विकारी हो चुकी हैं, आँखें धोखा देती हैं। अगर हमारी आँखें, दृष्टि, वृत्ति पवित्र हो जाए तो सृष्टि भी पवित्र हो जाएगी। नई सृष्टि का निर्माण हमारी दृष्टि के परिवर्तन से होता है। हमारे अंतर्मन के परिवर्तन से नई सृष्टि का निर्माण होगा। अभी हमारा अंतर्मन क्या देखता है? परमात्मा को देखता है, परमधाम को देखता है, शरीर में आत्मा को देखता है, स्वर्ग को देखता है। इसलिए देखने का बहुत महत्व है। देखना और समझना, ये सिक्के के दो पहलू हैं। इसलिए अगर योग में ऐसे चित्रों का प्रयोग करेंगे, तो परमात्मा को याद करना सहज होगा।

कई भाई बहन कहते हैं कि आज मेरा मन ऐसा हो गया कि योग लगा ही नहीं। क्यों नहीं लगा? वह परमधाम का, अपने स्वरूप का चित्र देख रहा था, या उसका मन और कहीं भटक रहा था? चित्त का स्थिर होना या भटकना, यह चित्र से सम्बन्धित है। यह बात अगर समझ लें और प्रयोग में लाते रहें तो यह हमारे योग में सहायक हो सकता है। इस संदर्भ में परमात्मा हमें रोज़ मुरली में भिन्न भिन्न तरीके की युक्तियाँ बताते हैं कि आपकी मनो-अवस्था कैसी होनी चाहिए, हमारी दृष्टि कैसी होनी चाहिए, हमारा फरिश्ता स्वरूप कैसा होना चाहिए, ये सब चित्रण किया हुआ है। तो अगर हम अपने जीवन में श्रेष्ठतम चित्र को अच्छी तरह से देखें और समझें और उनको अपने जीवन में लायें तो हम अपना लक्ष्य सहज ही प्राप्त कर सकते हैं। तो चित्र का हमारे जीवन में सीधा सम्बन्ध हमारे चरित्र से है। जैसा चित्र आप देखेंगे वैसे चरित्र आपका बनेगा।



जम्मू कश्मीर। राज्यमंत्री अजय नंदा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुदर्शन बहन। साथ हैं ब्र.कु. रविन्दर तथा अन्य।



फर्रुखाबाद-बीबीगंज। रक्षाबंधन के कार्यक्रम में सदाकत हुसैन मौलाना, शहर ईमाम को राखी बांधते हुए ब्र.कु.मंजू। साथ हैं दयानंद मिश्रा, एस.एस.पी., श्री श्री 1008 स्वामी महेश योगी महाराज, अरुण प्रकाश तिवारी, ददुआ, अध्यक्ष ब्राह्मण समाज तथा ब्र.कु.रंजना।



दिल्ली-राजौरी गार्डन। वेद प्रकाश शर्मा, बैंक मैनेजर, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.शक्ति।



रादौर-हरियाणा। रक्षाबंधन पर आयोजित कार्यक्रम में विधायक श्याम सिंह राणा तथा ब्लॉक समिति के चेयरमैन शशि दुरेजा को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरोज, ब्र.कु. राज तथा ब्र.कु. राजू।



चन्दौली-मुगलसराय। पुलिस अधीक्षक संतोष कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.सरोज। साथ हैं ब्र.कु.अनिता।



दिल्ली-हरिनगर। के. गणेशन, डी.जी. एंड रजिस्ट्रार, न्यूजपेपर्स ऑफ इण्डिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शालू बहन। साथ हैं ब्र.कु. सुशांत।

सुखी रहना है तो दूसरों को सुख देकर उनकी दुआएँ लो - शिवानी

स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स स्थित इंडोर स्टेडियम में आयोजित आध्यात्मिक समागम में शरीक हुए शहर के गणमान्य लोग

रायपुर-छ.ग.। आस्था और संस्कार चैनल पर प्रतिदिन प्रसारित होने वाले कार्यक्रम अवेकनिंग विद् ब्रह्माकुमारीज की मुख्य वक्ता जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्रह्माकुमारी शिवानी ने कहा कि जीवन को सुखी बनाने का सबसे अच्छा तरीका यह है कि अपने कर्मों को श्रेष्ठ बनाओ। सारे दिन में हम जिनके भी सम्पर्क में आते हैं, उनके साथ हमारा कार्मिक एकाउण्ट बनता है। अगर सारा दिन हम दूसरों को दुःख देंगे तो हम स्वयं कैसे सुखी रह सकते हैं? जो कर्म हम करते हैं, उनका फल किसी न किसी रूप में हमें ही भोगना पड़ता है।

बातों को मन में न रखें
मनुष्य स्वभाव से ही सफाई पसन्द होता है। घर में कहीं पर गन्दगी हो तो उसे तुरन्त साफ करते हैं। कचरे को ज्यादा दिन रखेंगे तो कीड़े पनपेंगे, बदबू आएगी। इसी प्रकार हमारे मन में किसी के प्रति कोई दुर्भावना, ईर्ष्या या द्वेष आदि



कार्यक्रम में विशाल जनसमूह को 'जीवन में सुखी कैसे रहे' विषय पर सम्बोधित करते हुए जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्रह्माकुमारी शिवानी।

न हों। यह सब गन्दगी है जो कि हमें बीमार कर देंगे। इन्हें बाहर फेंक दें यानि भुला दें, मन में न रखें।

जीवन में खुश रहना सीखें
हम सब की यह आदत सी बन बन गई है कि हम सदा दूसरों को बदलने की कामना करते हैं, दूसरे बदलें ऐसी इच्छा रखते हैं। समझदारी इसी में है कि हम अपने कर्मों को दूसरों के लिए सुखकारी बनाएँ, जो हमारे नियंत्रण में भी होता है।

हमें इस आदत को बदलने के लिए दृढ़ता पूर्वक प्रयास करना चाहिए।

विचारों से बनता है वातावरण
हमारे विचारों से वायुमण्डल बनता है। हमारी हर सोच दूसरों तक पहुँचती है। घर का वातावरण घर में रहने वाले लोगों के सोच से बनता है। हम सब जानते हैं कि जैसा कर्म वैसा फल मिलता है। इसलिए आप अपने लिए जो चाहते हैं, वही दूसरों को दें।

जैसा अन्न वैसा मन
घर में अच्छे और पवित्र सोच के साथ खाना बनाना और खाना चाहिए। परमात्मा की याद में खाना बनाएंगे और खाएंगे तो खाना प्रसाद बन जाएगा। हमारे विचारों का अन्न पर प्रभाव पड़ता है। खाते समय भी ईश्वर को याद करके खाएँ। कभी भी टेलीविज़न देखते हुए न खाएँ। परमात्मा की याद से अन्न को शुद्ध करके खाएँ तो खून भी शुद्ध बनेगा।

हम धन जो कमाते हैं वह सात्विक हो, अर्थात् उसमें लोगों की दुआएँ शामिल हों। इसी प्रकार अन्न जो हम खाते हैं वह भी सात्विक हो और मन को भी सात्विक बनाएँ। कभी भी धन किसी को सताकर या दुःख देकर नहीं अर्जित करें। अन्यथा सुखी नहीं रह सकेंगे।

इससे पहले समारोह में विधानसभा अध्यक्ष गौरीशंकर अग्रवाल ने शॉ ल और श्रीफल भेंटकर ब्रह्माकुमारी शिवानी का अभिनन्दन किया। लोक निर्माण मंत्री राजेश मूणत ने अभिनन्दन पत्र भेंट किया तथा महापौर प्रमोद दूबे ने प्रतीक चिन्ह प्रदान कर ब्र.कु. शिवानी का स्वागत किया। समारोह में क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. कमला दीदी, मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक ब.कु. हेमलता और ब्र.कु. उषा दीदी उपस्थित थीं। इस अवसर पर दुर्ग के युगरत्न भाई ने स्वागत गीत प्रस्तुत कर सभी को भाव विभोर कर दिया।

समाज में शान्ति स्थापना हेतु कार्य करे मीडिया



दीप प्रज्वलित करते हुए प्रो. कमल दीक्षित, गोविंद लाल बोरा, डॉ. मानसिंह परमार, सुमित अवस्थी, रमेश नैयर, ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. माधुरी व अन्य।

भिलाई नगर-छ.ग.। आज देश का हर नागरिक एक पत्रकार है, क्योंकि आज सबके पास सोशल मीडिया है, जिसके माध्यम से वह अपने मनोभावों को व्यक्त करता है। लेकिन इसका उपयोग अपने विवेक को जगाकर करना चाहिए। सोशल मीडिया में जो भी करते हैं, उसकी सत्यता जानकर परखकर ही यूज करें। उक्त विचार ब्रह्माकुमारीज के मीडिया प्रभाग द्वारा 'मीडिया कर्मियों का आंतरिक सशक्तिकरण-समय की आवश्यकता' विषय पर आयोजित मीडिया महासम्मेलन में दिल्ली से आये मुख्य वक्ता सुमित अवस्थी, न्यूज 24 इंडिया ने व्यक्त किये। सुरेन्द्र सिंह कैम्बो, अध्यक्ष, अल्पसंख्यक आयोग ने कहा कि यहाँ के अनुभव को आत्मसात करें तथा अपने जीवन को सरल व सुरक्षित बनाने के लिए इनका प्रयोग करें।

डॉ. मानसिंह परमार, कुलपति, कुशाभाऊ ठाकरे विश्वविद्यालय, रायपुर ने कहा कि आज दुनिया की नकारात्मकता को तबज्जो न देकर उसे रचनात्मकता में बदलना होगा। मीडिया पर कोई उंगली न उठाये, ऐसी विश्वसनीयता कायम करनी है।

प्रो. कमल दीक्षित ने कहा कि पत्रकारिता में दो चीज़ों का बहुत महत्व है, पहला रचनात्मकता, दूसरा

मानसिक ऊर्जा। ये दोनों तभी आ पायेंगे जब मन बलवान होगा और मन को बलवान बनाने के लिए आध्यात्मिकता एवं राजयोग की भूमिका महत्वपूर्ण है। गोविंद लाल बोरा, प्रधान संपादक, अमृत संदेश ने कहा कि जनता से जुड़ने से ही एक पत्रकार सही तरीके से सशक्त हो सकता है। पत्रकार संयमित होकर लिखें, लिखने की स्वतंत्रता पर किसी के चरित्र की हत्या न हो। रमेश नैयर, पूर्व निदेशक, छ.ग. हिन्दी ग्रंथ अकादमी ने अपने अनुभव साझा करते हुए कहा कि एक पत्रकार को अंदर से सशक्त होने की बहुत आवश्यकता है, तभी वो कठिन परिस्थितियों में अन्याय के विरुद्ध आवाज़ उठा सकता है। ब्र.कु. प्राची ने मीडिया को मानव उत्थान के कार्य करने के लिए प्रेरित किया। ब्र.कु. तारिका ने सभी को राजयोग मेडिटेशन की गहन अनुभूति कराई। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. आशा ने भी मीडियाकर्मियों को सम्बोधित किया। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. माधुरी ने किया। इस अवसर पर मीडिया कर्मियों हेतु पाँच दिवसीय राजयोग अनुभूति शिविर का भी आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में छ.ग. के विभिन्न क्षेत्रों के प्रिन्ट एवं इलेक्ट्रॉनिक मीडिया के सदस्यों ने बड़ी संख्या में भाग लिया।

संस्थान कर रहा है विश्व में सार्थक बदलाव - प्रसाद

ओ.आर.सी. में दो दिवसीय आइ.टी. सम्मलेन का सफल आयोजन

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम।

देखने को मिलेगी। संस्था की सुप्रसिद्ध जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि आइ.टी. से जुड़े लोगों के लिए योग बहुत ज़रूरी है। उसके लिए हर स्थान पर योग के लिए एक छोटा-सा

भारत पर अनेक विदेशी शासकों ने राज्य किया परन्तु भारत सदा ही अपनी आध्यात्मिकता के बल पर खड़ा रहा है और हमेशा रहेगा। उपरोक्त विचार माननीय रवि शंकर प्रसाद, केन्द्रीय मंत्री, आइ.टी. व कानून एवं न्याय मंत्रालय, भारत सरकार ने आइ.टी. क्षेत्र से जुड़े लोगों के लिए दो दिवसीय सम्मलेन के दौरान 'शान्ति और खुशी के लिए आन्तरिक तकनीकी' विषय पर व्यक्त किए। उन्होंने ब्रह्माकुमारीज द्वारा डिजिटल लेन-देन जागरूकता अभियान के तहत एक एप्प का भी शुभारम्भ किया। साथ ही उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था समूचे विश्व में सार्थक बदलाव के लिए एक बहुत बड़ा कार्य कर रही है। योग ही मानव को सम्पूर्ण मानव बनाता है। वर्तमान समय विज्ञान, दर्शन एवं आध्यात्म का सन्तुलन बहुत ज़रूरी है।

इस अवसर पर टी.सी.एस. के उपाध्यक्ष तन्मय चक्रवर्ती ने कहा कि अगर हम आइ.टी. के साथ आध्यात्मिक एवं नैतिक मूल्यों को भी जोड़ दें, तो जल्दी ही स्वर्णिम दुनिया की झलक

को कंट्रोल करने के लिए हमें अपनी आन्तरिक तकनीकी को पहचानना होगा। इस अवसर पर विशेष रूप से माउण्ट आबू से आए ब्र.कु. यशवन्त ने ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा आइ.टी. के क्षेत्र



सम्बोधित करते हुए केन्द्रीय मंत्री रवि शंकर प्रसाद। मंचासीन हैं जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी, तन्मय चक्रवर्ती, ब्र.कु. यशवन्त, ब्र.कु. रमा व अन्य।

कमरा हो, जहाँ पर शान्ति की अनुभूति कर सकें। अगर हम थोड़ा समय भी स्वयं को आध्यात्मिक शांति से जोड़ेंगे तो कार्य करने में भी एक नवीनता का अनुभव होगा।

ओ.आर.सी. की निदेशिका ब्र.कु.आशा ने कहा कि हम अपनी कमज़ोरियों का चिंतन करने के बजाए अपनी विशेषताओं को बढ़ाएँ। उन्होंने कहा कि हम दूसरों को कंट्रोल नहीं कर सकते, स्वयं को ही कंट्रोल कर सकते हैं। स्वयं

में की जा रही सेवाओं की जानकारी दी। दो दिन तक चले कार्यक्रम में आध्यात्मिक विषय पर अनेक अनुभवी वक्ताओं ने अपने विचार रखे। साथ-साथ अनेक कार्यशालाओं का भी आयोजन किया गया। राजयोग के विशेष अभ्यास के द्वारा भी सभी ने गहन शान्ति एवं खुशी का अनुभव किया। कार्यक्रम में 1200 से भी अधिक लोगों ने शिरकत की। कार्यक्रम का संचालन दिल्ली से आई ब्र.कु. कमला ने किया।