

ओमशान्ति मीडिया



मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 21 अंक - 11 सितम्बर-I-2019 (पाक्षिक) माउण्ट आबू Rs. 8.50

‘गीता का नया अभिप्राय’ विषय पर राष्ट्रीय सम्मेलन

गीता को आध्यात्मिक भाव से समझना ज़रूरी

गीता एक सम्पूर्ण जीवन पद्धति

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम।

ब्रह्माकुमारीज द्वारा ओ.आर.सी. में आयोजित दो दिवसीय अखिल भारतीय भगवद्गीता सम्मेलन में स्वामी धर्मदेव महाराज, हरि मंदिर आश्रम, पटौदी ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था गीता को अपने व्यवहारिक जीवन से सारे विश्व में प्रत्यक्ष कर रही है। गीता का अध्ययन तो हम कई बार कर चुके हैं, लेकिन क्या कभी हमने उस पर अमल किया कि गीता हमसे क्या चाहती है? उन्होंने ये भी कहा कि गीता मात्र एक धार्मिक शास्त्र नहीं बल्कि एक सम्पूर्ण जीवन पद्धति है।

हैदराबाद, उच्च न्यायालय के पूर्व मुख्य न्यायाधीश वी. ईश्वरैया ने कहा कि गीता का ज्ञान हमें अहिंसा की प्रेरणा देता है, इसमें हिंसा व युद्ध का कोई स्थान नहीं हो सकता। वास्तव में व्यक्ति के मन में चलने वाले वैचारिक द्रव्य को युद्ध की संज्ञा दी गई है। साईबाबा विद्यापीठ, हैदराबाद के पीठाधिपति स्वामी गोपाल कृष्णानन्द जी ने कहा कि अगर कोई गीता को आत्मसात कर रहा है तो वो केवल ब्रह्माकुमारी संस्था है। मैंने अनेकों बार गीता अध्ययन किया लेकिन फिर भी उसका रहस्य समझ नहीं पाया लेकिन ब्रह्माकुमारीज के सम्पर्क में आकर मुझे गीता का सही अर्थ समझ में आया।

श्री महन्त तपकेश्वर मंदिर, देहरादून के योगाचार्य विपिन कुमार जोशी ने कहा कि आज हर कोई केवल अधिकारों की बात करता है, लेकिन अपने कर्तव्यों को भूल गया है। उन्होंने कहा कि गीता हमें कर्तव्यों के प्रति सजग करती है।



ब्रह्माकुमारीज द्वारा ओ.आर.सी. में आयोजित ‘अखिल भारतीय भगवद्गीता सम्मेलन’ का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए स्वामी धर्मदेव जी महाराज, उच्च न्यायालय के पूर्व मुख्य न्यायाधीश वी. ईश्वरैया, स्वामी गोपालकृष्णानन्द जी, योगाचार्य विपिन कुमार जोशी, ब्र.कु. बृजमोहन, डॉ. एस.एम. मिश्रा, ब्र.कु. मनोरमा, ब्र.कु. बसवराज, ब्र.कु. वीणा, ब्र.कु. उषा, डॉ. पुष्पा पाण्डे तथा अन्य।

गीता का यही संदेश है कि किसी भी परिस्थिति में अपने कर्तव्यों का सही रूप से निर्वाह करना। नेपाल के अमृतानुभव संघ राष्ट्र

हो सकती है! उन्होंने कहा कि लक्ष्य तक पहुंचने का जो रास्ता है वह महाभारत है और उसमें आने वाली बाधाओं का समाधान गीता

महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि कार्यक्रम का उद्देश्य वर्तमान परिप्रेक्ष्य में गीता की भूमिका को स्पष्ट करना है। उन्होंने

विशेषज्ञ, माउंट आबू ने कहा कि गीता के 18वें अध्याय में उपदेश दिया गया है मनमनाभव का। इंद्रियों को जीतने से ही मन को जीता जा सकता है। मन एक चंचल घोड़े की तरह है, उसकी दिशा उस ओर है जहां कई तरह के विकार हैं। आध्यात्मिक ज्ञान से ही मन को नई दिशा दे सकते हैं। मन को मारना नहीं, मोड़ना है। ईश्वर की तरफ मन का मुख कर देंगे, तो वह नियंत्रित हो जाएगा। ओ.आर.सी. निदेशिका ब्र.कु. आशा ने कहा कि मन को साफ और बुद्धि को स्वच्छ करना ही गीता का मूल उद्देश्य है। कनार्टक के हुबली स्थित ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र के निदेशक एवं गीता विशेषज्ञ ब्र.कु. बसवराज ने कहा कि गीता में वर्णित युद्ध मानस युद्ध है। गीता की व्याख्या चार बिंदुओं से की जाती है, वो हैं पौराणिक, ऐतिहासिक, तार्किक

एवं आध्यात्मिक। कार्यक्रम का संचालन ब्रह्माकुमारीज के इलाहाबाद सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. मनोरमा ने किया। कार्यक्रम में विद्वान, कुलपति, संस्कृत के प्राचार्य एवं

सम्मेलन में महानुभावों ने कहा...

- गीता धार्मिक शास्त्र ही नहीं बल्कि सम्पूर्ण जीवन पद्धति है - स्वामी धर्मदेव
- गीता अहिंसा का संदेश देती है - पूर्व न्यायाधीश वी. ईश्वरैया
- गीता का यथार्थ रहस्य समझाती है ब्रह्माकुमारी संस्था - स्वामी गोपालकृष्णानन्द
- गीता का संदेश- अपने कर्तव्यों का सही रूप से निर्वाह करना - महन्त तपकेश्वर
- मैं कौन, जगत क्या और जगत का नियंत्रण कौन... ये रहस्य गीता में- ब्रह्मर्षि गौरीशंकराचार्य
- आत्मिक चेतना के विकास की प्रेरणास्रोत गीता - राजयोगी ब्र.कु. बृजमोहन
- गीता का आध्यात्मिक रहस्य... अपनी इंद्रियों पर शासन करना - राजयोगिनी ब्र.कु. उषा
- मन को साफ और बुद्धि को स्वच्छ करना ही गीता का मूल उद्देश्य - राजयोगिनी ब्र.कु. आशा
- गीता में वर्णित युद्ध... मानस युद्ध - राजयोगी ब्र.कु. बसवराज

के ब्रह्मर्षि गौरीशंकराचार्य महाराज ने कहा कि गीता को लेकर कई तरह के विरोधाभास हैं। सम्पूर्ण शास्त्रों का सार परोपकार है तो हिंसक युद्ध की बात कैसे

ज्ञान से होता है। गीता में मूल रूप से तीन बातें समायी हैं... मैं कौन, ये जगत क्या है और जगत का नियंत्रण कौन है। ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त

कहा कि वर्तमान समय विश्व की वही दशा है जो गीता में वर्णित है। गीता का ज्ञान हमें आत्मिक चेतना के विकास की प्रेरणा देता है। राजयोगिनी ब्र.कु. उषा, गीता

ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित दो दिवसीय राष्ट्रीय भगवद्गीता सम्मेलन का ओ.आर.सी. गुरुग्राम में शुभारंभ हुआ तथा दिल्ली के सीरी फोर्ट सभागार में यह सम्मेलन सफलता पूर्वक सम्पन्न हुआ।

संत महात्माओं सहित अनेक संख्या में गीता प्रेमियों ने शिरकत की। कार्यक्रम का सफलता पूर्वक समापन दिल्ली के सीरी फोर्ट ऑडिटोरियम में किया गया।

ब्रह्माकुमारीज समाज को सकारात्मक दिशा देने में सक्षम

ज्ञानसरोवर। रेखा शर्मा, अध्यक्ष, राष्ट्रीय महिला आयोग, दिल्ली ने ब्रह्माकुमारीज के महिला प्रभाग द्वारा “खुशनुमा महिला-खुशनुमा परिवार” विषय पर आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए कहा कि त्याग, तपस्या व सेवा की प्रतिमूर्ति महिलाओं को मेडिटेशन के जरिए अपने सामर्थ्य को जागृत करना होगा।

राजस्थान सरकार की महिला एवं बाल विकास राज्यमंत्री ममता भूपेश ने कहा कि मेडिटेशन तामसिक विचारों को नष्ट करता है। सशक्त होने का अर्थ सिर्फ यह नहीं कि महिलायें पढ़ लिख जायें बल्कि स्वयं में आंतरिक शक्तियों से ऊर्जा का संचार भी हो। आध्यात्मिक शक्तियों की ऊर्जा से परिपूर्ण ब्रह्माकुमारी बहनों का सानिध्य समाज को सकारात्मक दिशा देने में सक्षम है।



मंचासीन ब्र.कु. डॉ. सविता, रेखा शर्मा, ब्र.कु. चक्रधारी, ममता भूपेश, ब्र.कु. डॉ. निर्मला, ब्र.कु. शीलू, संगीता गर्ग तथा ब्र.कु. रानी।

राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी की सचिव व प्रवक्ता संगीता गर्ग ने कहा कि किसी भी परिस्थिति में महिलाओं को आशावादी मानसिकता नहीं छोड़नी चाहिए। मेडिटेशन के जरिए ईश्वर

से मन के तार जोड़ने पर अलौकिक शक्ति प्राप्त होती है। ज्ञानसरोवर निदेशिका ब्र.कु. डॉ. निर्मला ने कहा कि महिला परिवार को एकता के सूत्र में बांध कर रखने की महत्वपूर्ण भूमिका अदा करती

“खुशनुमा महिला, खुशनुमा परिवार” विषय पर त्रिदिवसीय राष्ट्रीय महिला सम्मेलन

है। ब्रह्माकुमारीज महिला प्रभाग की अध्यक्षा ब्र.कु. चक्रधारी ने कहा कि नारी शक्ति परिवार की वो धुरी है जो परिवार में शांति का माहौल कायम रख सकती है। दहेज जैसी कुप्रथा को समाप्त करने में महिलाओं को आगे आने की ज़रूरत है। शिक्षा प्रभाग उपाध्यक्ष, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. शीलू ने कहा कि संसार में आधे झगड़ों का कारण मनुष्य के बोल होते हैं। हमें अपनी सोच, अपने बोल, अपने शब्दों पर ध्यान देने की ज़रूरत है। मुख्यालय संयोजिका ब्र.कु. डॉ. सविता ने कहा कि नम्रता व्यक्ति को सम्मान देती है, श्रद्धा व्यक्ति को मान देती है और योग्यता व्यक्ति को महान बना देती है। राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. रानी ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराते हुए गहन शांति की अनुभूति कराई।

संसार बदलना है या संस्कार...

आज हर कोई की आवाज़ है कि संसार बदलना चाहिए। ये संसार बड़ा कष्टदायक है। संसार तो सुख के लिए होता है, यहाँ तो दुःख ही दुःख है। किसी को शारीरिक दुःख, किसी को पारिवारिक दुःख तो किसी को मानसिक दुःख। इन सब चीज़ों से घिरा हुआ मानव और क्या बोल सकता है? संसार को बदलना है, यही तो बोलेगा ना!

पर ये संसार बदलेगा कैसे? क्या उसका तौर-तरीका होगा? ये बात स्पष्ट नहीं है। लेकिन ये दुःख भरा संसार नहीं होना चाहिए, यही आवाज़ आती रहती है। आज हम आपको बहुत ही सटीक विधि बताते हैं इस संसार को बदलने की। आइए, आज हम इसके बारे में विचार करते हैं...

अगर संसार में दुःख है तो उसका मूल कारण ही मनुष्य के अपने संस्कार हैं। संस्कार मनुष्य को कैसे प्रभावित करता है, ये जानना ज़रूरी है।

संस्कार प्रभावित करता है दृष्टि और वृत्ति के रूप में। संस्कार गुप्त चीज़ है, हमें पता ही नहीं पड़ता कि वो कैसे प्रभावित करता है। हम किसी व्यक्ति को वैसी दृष्टि से देखेंगे जैसा हमारा संस्कार होगा। किसी का काम वाला संस्कार होगा तो उनके नेत्रों को ये संस्कार कामाधीन कर देगा। वह देखेगा तो देह को देखेगा, देह की तरफ आकर्षित होगा। उसकी वृत्ति, वासना-वृत्ति हो



- ब्र. कु. गंगाधर

जायेगी, काम-वृत्ति हो जायेगी। क्रोध की वृत्ति हो जायेगी और लोभ की लोभ-वृत्ति हो जायेगी। इस प्रकार संस्कार दो रूप से प्रभावित करता है। एक दृष्टि और दूसरी वृत्ति। पहले तो हम ये जानें कि संस्कार है क्या चीज़? संस्कार को हम एक गुप्त स्मृति के रूप में कह सकते हैं। संस्कार वो स्मृति है जो पहले किये गये कर्मों से जुड़ी है। एक बार किया, दुबारा किया, तिबारा किया और उसकी स्मृति को हम समाते गये। उसको रिफ्लेक्स एक्शन (प्रतिक्षेप क्रिया) कहते हैं। उदाहरण के रूप में हम लें तो जैसे हम साइकिल चलाना सीखते हैं, उसका संतुलन रखने पर ध्यान देते हैं। पहले एक बार चलाते हैं, फिर चलाते हैं, रोज चलाना शुरू करते हैं। आखिर हमारी स्मृति में बैठ जाता है कि साइकिल कैसे चलाना है। फिर उसको याद करने की हमें ज़रूरत नहीं पड़ती। क्यों, क्योंकि वो स्मृति हमारी गहरी बन जाती है, तो हमें याद नहीं करना पड़ता। जैसे ही साइकिल पर बैठने से ही पांव चलना शुरू कर देते हैं, हाथ हैंडल को घुमाना शुरू कर देते हैं। संस्कार ऐसा बन गया कि जो काम हम बार-बार करते रहे, उसकी स्मृति हमारी चेतना या अर्धचेतना में नहीं है, फिर भी वो स्मृति में है गुप्त रूप में। वह हमारे ध्यान से ओझल है। फिर भी वह हमारी दृष्टि और वृत्ति को प्रभावित करता है। जैसे कि ऑटोमोड में कोई चीज़ है जो हमें याद नहीं करना पड़ता, लेकिन कार्य होता रहता है। जब तक आप उसको ठीक नहीं करेंगे, तब तक आप ठीक नहीं होंगे। उसके लिए परमात्मा ने हमें बहुत सुंदर तरीका बताया है। परमात्मा ने हमें समझ दी है कि कौन सा संकल्प व संस्कार अच्छा है, कौन का खराब और संस्कारों को बदलना क्यों ज़रूरी है। इस चीज़ का हमें पता चल गया।

अब हम इस गुप्त स्मृति (संस्कार), जो ऑटोमोड में काम करते रहते हैं, उसके बारे में जानते हैं। स्मृति के बगैर कोई भी काम इस संसार में नहीं हो सकता। कोई भी ऐसा व्यक्ति नहीं जिसको कोई स्मृति ना हो, जब तक कि वह मर ना जाये। डॉक्टर भी कहते हैं कि ये मूछित है लेकिन कुछ न कुछ चलता रहता है। उस स्मृति की अभिव्यक्ति बाहर नहीं होती। नींद में भी मनुष्य को स्मृति होती है, और उस स्मृति के आधार पर ही वह सपने देखता है। सपने में भी उसको अनेक प्रकार की स्मृतियाँ आती हैं, इस जन्म की और पूर्व जन्म की। दोनों स्मृतियों के मिश्रण से मदारी के खेल जैसा स्वप्न उसको आता रहता है। हमेशा ही मनुष्य को स्मृति रहती है। एक स्मृति है जो चेतना में होती है और दूसरी स्मृति है जो संस्कार के रूप में होती है, जो अर्धचेतना या अचेतन मन में होती है। इन स्मृतियों को काटने के लिए परमात्मा ने हमें नई स्मृति दी, श्रेष्ठ स्मृति दी, पॉज़िटिव स्मृति दी। उस स्मृति को काटने के लिए दूसरी जो स्मृति दी, उसी का नाम 'योग' है। लोग योग के नाम पर एकाग्रता करने लगे, प्राणायाम, हठयोग करने लगे, उससे कोई जीवन परिवर्तन नहीं हुआ। शरीर ठीक हुआ, चला अच्छी बात है लेकिन विश्व परिवर्तन की जो बात है, वो हुई ही नहीं। उससे न अच्छे विचार मिले, न अच्छी स्मृति मिली। परमात्मा ने हमें यह समझ दी कि स्मृति में स्थित रहना ही योग है। योग की कितनी ही कितानें उठाकर आप देख लीजिए, किसी ने भी नहीं कहा कि स्मृति में रहना ही योग है। सिर्फ परमात्मा ने योग की ये व्याख्या दी है। यह दुनिया में अनुपम है, बेमिसाल है। स्मृति में इतनी बड़ी शक्ति है कि संसार में क्रान्ति ला सकते हैं। लोगों ने दुनिया में क्रान्ति लाने की कोशिश की, गोल्डन रिवोल्यूशन, ग्रीन रिवोल्यूशन, व्हाइट रिवोल्यूशन इत्यादि। क्रान्ति होनी चाहिए मनुष्य का व्यवहार बदलने की, मनुष्य की स्मृति बदलने की। तब जाकर संसार बदलेगा। विश्व में सुख, शांति आयेगी। स्मृति से ही विश्व में परिवर्तन आ सकता है। बिना स्मृति कोई कुछ कर नहीं सकता। स्मृति हमारी कितनी बड़ी शक्ति है! ये समझ जानें पर ही विश्व परिवर्तन की क्रान्ति आयेगी। स्मृति बदलने से संस्कार परिवर्तन होगा। और संस्कार परिवर्तन से व्यवहार परिवर्तन होगा और व्यवहार परिवर्तन से विश्व परिवर्तन होगा। हम यहां यही बताना चाहते हैं कि शास्त्रों में ज्ञान तो है कि ये होना चाहिए, ये नहीं होना चाहिए, पर कैसा होना चाहिए और कैसा नहीं होना चाहिए, इसका ज्ञान और विधि न होने के कारण संसार परिवर्तन की जो बातें हैं वो सिर्फ बातें ही रह जाती, परिवर्तन नहीं होता। ये कार्य अगर कोई कर सकता है तो वो सिर्फ और सिर्फ परमात्मा ही कर सकते हैं।

विकारों पर जीत पाने का आधार है मन-बुद्धि को चारों सब्जेक्ट में बिजी रखना

प्रश्न : क्रोध का सामना कैसे करें? यदि मुझे क्रोध आता है तो उसे कैसे खत्म करें?

उत्तर : कहने में आता है काम महाशत्रु है, परन्तु पुरुषार्थ करते काम महाशत्रु को जान, जब उस पर पूरी तरह से विजय पहन ली, तो क्रोध भी आपेही चला जायेगा। काम की थोड़ी अंश है तो क्रोध नहीं जायेगा। क्रोध जा भी सकता है, पर मोह वश या लोभ वश क्रोध ज़्यादा होता है। कोई भी विकार को खत्म करना है तो वास्तव में कहने में काम, क्रोध, लोभ, मोह के पिछाड़ी अहंकार आता है, लेकिन पहला विकार देह-अभिमान है इसलिए देही-अभिमानि स्थिति पर ध्यान रखना है। देह से न्यारा तो प्रभु का प्यारा।

प्रभु का प्यार मीठा बना देता है। जितना प्रभु का प्यार उतना वो मीठा होगा। भारत में परमात्मा को प्रभु भी कहते हैं, ईश्वर भी कहते हैं। ईश्वर तेरी गत-मत न्यारी, सद्गति करने की मत न्यारी। प्यार कहेंगे प्रभु का।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

देह से न्यारा तो प्रभु का प्यारा। प्रभु का प्यार मीठा बना देता है। जितना प्रभु का प्यार उतना वो मीठा होगा।

अभी क्रोध शब्द जो कहते हैं ना, अच्छा नहीं लगता है। कभी गलती से गुस्सा आता है, नाराज होते हैं तो यह भी अपने आपको गुप्त और सच्चा पुरुषार्थी बन

अन्दर चेक करके चेंज करना है। कभी भी, किसी से भी खुश रहना, राजी रहना यह भाग्यवान का काम है। ज्ञान, योग, धारणा, सेवा चारों सब्जेक्ट में सेवा को चौथा नम्बर क्यों दिया जाता है? कईयों का ज्ञान में,

पहले मन्सा, फिर वाचा, फिर कर्मणा। एक बारी ब्रह्मा बाबा सारे घर में चक्र लगाते पूछ रहे थे कि कौन क्या सेवा करता है? कोई-कोई को सोने की बहुत आदत थी, तो बाबा ने कहा युक्ति रचो यह सेवा करो। तो ऐसों को कहा चलके अनाज साफ करो, तो कहा अनाज की जो मिट्टी है ना, वो तबियत खराब कर देती है इसलिए अनाज साफ नहीं कर सकते हैं। अच्छा चलो भण्डारे में रोटी पर घी लगाओ। तो कहा वहाँ मुझे ठीक नहीं लगता है। फिर कहा अच्छा रोटी बेलो, तो कहा बाँहों में दर्द पड़ता है। फिर कहा रोटी का पेड़ा बनाओ, मतलब खुद को किसी न किसी सेवा में बिजी रखो।

पुण्य का खाता जमा करना है तो दुआयें दो और दुआयें लो

बाबा ने हम सबकी कितनी लम्बी तकदीर की लकीर खींच दी है। वैसे कोई भी महात्मा, धर्मात्मा अगर आशीर्वाद देते हैं तो एक जन्म के लिए देते हैं। पुत्रवान भव, धनवान भव, आयुष्मान भव...। वो भी सही हो कि नहीं, कोई भरोसा नहीं। लेकिन शिवबाबा ने हमारी तकदीर 21 जन्मों की गैरंटी से खींच दी, यह कम बात नहीं है। और इसमें कोई संकल्प नहीं उठ सकता है कि होगा या नहीं होगा, क्योंकि परमात्मा को कहा ही जाता है सत्य ही शिव है, शिव ही सत्य है। ऐसे बाप को 63 जन्म से भूले हुए हैं इसलिए दुःखी हैं। अगर कोई कुछ भूलता है तो उसको बार-बार याद दिलाया जाता है इसलिए बाबा भी रोज-रोज कहते मुझे याद करो, मुझे याद करो तो मैं तुम्हें सब प्राप्ति कराऊंगा।

दुआयें देना और दुआयें लेना इससे पुण्य का खाता जमा हो जाता है। तो अपनी चेंकिंग अपने को ही करनी है। अपनी शक्ल अपने को ही देखनी होती है। अपना पुरुषार्थ अपने को ही करना होता है। इसके लिए अपना जज आपेही बनके अपने ऊपर पूरा अटेन्शन रखना है। जितना हम बाबा को प्यार करते हैं, उतना ही बाबा हमको प्यार करता है। चतुरसुजान बाबा देता बहुत कुछ है लेकिन पहले कंडीशन डालता है। जैसे बाबा कहता

है कि एक कदम आपकी हिम्मत का, फिर हजार कदम मदद बाप की। हम सबको बाबा कहते कि तुम निमित्त हो। यह निमित्त भाव ही योगी बनाता है। अगर हमारे में निमित्त भाव नहीं है तो हमारा योग भी पाँवरफुल नहीं हो सकता है, क्योंकि निमित्त भाव में ही निर्मानता है। मनन शक्ति हमारी ज़्यादा होनी चाहिए। जितना मनन होगा, उतनी हमारी

मन-बुद्धि बिजी रहेगी और व्यर्थ संकल्प कम आयेंगे। अन्तर्मुखता में रहो तो जो आवश्यक है वही ख्यालात चलेंगे। त्रिकालदर्शी क्यों, क्या के संकल्पों में अपने समय और शक्ति को यूज करके अपना जमा का खाता कम नहीं करेगा। तो हम लोग अपनी स्थिति पर अटेन्शन दें, दूसरी बातों में ज़्यादा नहीं जाओ। सेवा करना कोई बड़ी बात नहीं है। मुख पर मुस्कुराहट हो, इसके लिए हर रोज एक स्वमान बुद्धि में रखो। स्वमान के स्मृति-स्वरूप बनने का अभ्यास करो। यह अभ्यास

अभी नहीं करेंगे तो अन्त में कैसे करेंगे। जिस चीज़ का अभ्यास नहीं होता है तो वो समय पर याद भी नहीं आता है। समय पर वो धोखा दे देगा। तो स्मृति कितना समय रही? कितनी परसेन्ट रही? इसका चार्ट अपनी डायरी में रखना चाहिए। यह संगम का समय बहुत मूल्यवान है। अगर हम अलबेले और आलस्य में रहे तो समय पर धोखा खायेंगे। और उस समय कुछ कर भी नहीं सकेंगे। टू-लेट का बोर्ड लगने के बाद कुछ नहीं कर सकेंगे। अभी फिर भी कुछ चांस है, कुछ करने का। और करने वाले को बाबा की मदद भी एक्स्ट्रा मिलती है। तो वास्तव में बाबा से इतना इज़ी कनेक्शन हो, जो कुछ भी हो जाये, हमारे सामने पहले बाबा आये। तो चेक करो पहले बाबा सामने आता है या और बातें आती हैं या कोई आत्मायें आती हैं? कोई भरोसा नहीं समय का, ऐसे में अगर हम बाबा को छोड़ करके बातों को याद करते रहे तो क्या होगा? इसलिए हर एक को अपने ऊपर पूरा अटेन्शन देना है।



दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

जितना मनन होगा, उतनी हमारी मन-बुद्धि बिजी रहेगी और व्यर्थ संकल्प कम आयेंगे। अन्तर्मुखता में रहो तो जो आवश्यक है वही ख्यालात चलेंगे।

अन्तर्मुखी बन साइलेन्स की शक्ति से अशरीरी बनने का अभ्यास करो

बाबा रोज़ मुरली में कहता - हे बच्चे अशरीरी बनो, अन्तर्मुखी बनो, तो क्या सचमुच हम सभी अशरीरी बनने का ऐसा अभ्यास करते कि यह देह का भान भी भूल जाए, देही-अभिमानि बन जाए? यदि हम सबका लक्ष्य है कि हमें कर्मातीत होना है तो यह स्थिति ज़रूर बनानी होगी। हमें तो बाबा का सामने वह चित्र आता जब पिछाड़ी के दिनों में दिन-रात बाबा से यही अनुभव होता था कि बाबा कितना इन सारी प्रवृत्तियों से परे, फरिश्ते रूप में घूम रहा है। हम आते-जाते थे, तो पहले बाबा हम सब बच्चों से बहलता, आधा-एक घंटा बातें करता लेकिन पिछाड़ी में तो बाबा को



दादी प्रकाशमणि, पूर्व मुख्य प्रशासिका

सर्विस समाचार भी चार शब्दों में सुनाओ तो वह भी बाबा आधे शब्द में ही सुनकर समा लेता। कमरे में जाओ तो ऐसे लगता है कि बाबा इस देह से परे हो बैठा है। हाँ, बच्ची आई हो। अच्छा, ठीक है। साइलेन्स। कमरे में जाते थे तो सोचते थे कि बाबा को यह-यह सुनायेंगे लेकिन बाबा एक शब्द में सुनकर जान लेता और अनुभव करा देता कि बाबा बिल्कुल डीप साइलेन्स में, जैसे इस देह की

दुनिया से परे देही हो बैठा है। बाबा को एक आवाज़ भी पसन्द नहीं आता था। ऐसे अनुभव होता था कि बाबा कहीं सूक्ष्मवतन, अव्यक्त वतन से भी परे मूलवतन में बैठे हैं। दृष्टि भी देता था तो लगता था कि बाबा हमें भी मूलवतन में ले जा रहे हैं। और बच्चों को

जहाँ तक हो सके सभी भाई-बहनें विशेष योग का अभ्यास, साइलेन्स का अभ्यास, आवाज़ से परे जाने का अभ्यास, अशरीरी बनने का अभ्यास करो। अब बाहरमुखता के वातावरण को बन्द करके अन्तर्मुखी बनने का, डेड साइलेन्स में रहने का विशेष अटेन्शन रखो। इससे, जो भी स्वयं की स्व स्थिति में, संगठन में अथवा यज्ञ में छोटे-मोटे विघ्न आते, वातावरण होता, वह समाप्त हो जायेगा। इसके लिए अब एक दूसरे को योग के वायब्रेशन्स दो, स्नेह के वायब्रेशन्स दो। प्यार बाबा के प्यार में खो जाने का वातावरण बनाओ। भल और कोई चिंता न हो, पर अपनी उन्नति की चिंता

सबको ज़रूर करनी है। यदि ब्राह्मण परिवार में कोई एक भी उल्टे कर्म करता है या किसी की वृत्तियों में भी गलत वायब्रेशन्स हैं तो सारे वातावरण को खराब कर देता है। इतनी हर एक की जवाबदारी है। चाहे हम चलते हैं, चिंतन करते हैं, परचिंतन करते हैं, इन सबका एक्शन, रिएक्शन ज़रूर होता है। अच्छा करते तो भी 100 गुणा रिटर्न है, अगर कोई गलत करते तो भी 100 गुणा दण्ड है।

सबको करनी है। तो जहाँ तक हो सके सभी भाई-बहनें विशेष योग का अभ्यास, साइलेन्स का अभ्यास, आवाज़ से परे जाने का अभ्यास, अशरीरी बनने का अभ्यास करो। अब बाहरमुखता के वातावरण को बन्द करके अन्तर्मुखी बनने का, डेड साइलेन्स में रहने का विशेष अटेन्शन रखो। इससे, जो भी स्वयं की स्व स्थिति में, संगठन में अथवा यज्ञ में छोटे-मोटे विघ्न आते, वातावरण होता, वह समाप्त हो जायेगा। इसके लिए अब एक दूसरे को योग के वायब्रेशन्स दो, स्नेह के वायब्रेशन्स दो। प्यार बाबा के प्यार में खो जाने का वातावरण बनाओ। भल और कोई चिंता न हो, पर अपनी उन्नति की चिंता

ओमशान्ति मीडिया

आज किसी भी स्टूडेंट से पूछते हैं कि पढ़ाई क्यों कर रहे हो? तो तुरंत ही उत्तर देगा एक अच्छी नौकरी मिले, अच्छा पैकेज मिले, बस और क्या चाहिए! फिर जब उनसे पूछा जाये कि इससे क्या करोगे, तो वो कहेगा, मैं एक अच्छा सा मकान बनाऊंगा, गाड़ी खरीदूंगा और ऐशो आराम

जीवन में उपयोग कर पायेंगे। हमें परमात्मा के ज्ञान की आवश्यकता क्यों है, हमारे जीवन से इसका क्या ताल्लुक है, इस प्रश्न पर आज हम थोड़ा विचार करते हैं...

बच्चा पढ़ाई पढ़ता है, तो कुछ जानने के लिए पढ़ता है। लेकिन हमारी पढ़ाई का मात्र एक उद्देश्य है जीवन में शांति और सुख। इसलिए उपरोक्त जो कुछ भी कहा गया, चाहे वो धन कमाना है या फिर मकान लेना है या फिर पैकेज लेना है, लेकिन अगर उसमें शांति और सुख नहीं है तो वो जीवन कैसा! तो हम जीवन यापन नहीं कर रहे हैं, हम

बिलडिंग बनती है, छत के नीचे बल्लियाँ और फट्टे बिछाये जाते हैं ताकि छत गिर न जाये। आम भाषा में उसको अड़ावत कहते हैं। छत को थमाने के लिए एक ढाँचा बनाया जाता है। जब छत पूरी तैयार हो जाती है तब उसको हटाया जाता है। दादी प्रकाशमणि जी भी कहती थीं कि ज्ञान एक अड़ावत जैसे है, जब हमारी स्थिति बन जाती है, पवित्र बन जाते हैं, देवता बन जाते हैं, तब ज्ञान की जरूरत नहीं होती। ज्ञान की जरूरत तब तक ही है जब तक आपकी स्थिति देवताओं के समान, अव्यक्त फरिश्तों के समान बन जाये।

ज्ञान का लक्ष्य और उद्देश्य यही है कि परमात्मा के महावाक्य (मुरली) जो भी आप सुनते हैं, ज्ञान के वो प्वाइंट्स आप सुनते हैं, ये देखना है कि इसका हमारे जीवन से क्या कनेक्शन है? ज्ञान केवल ज्ञान के लिए नहीं है। कई लोग कहते हैं, कला केवल कला के लिए है, कई लोगों में नॉलेज इकट्ठा करने का शौक होता है, जैसे एम.ए. अंग्रेजी में भी, इतिहास में भी, अर्थशास्त्र में भी, इसमें भी और उसमें भी डिग्री प्राप्त कर लें। छह-छह, आठ-आठ डिग्रियां एम.ए. की ली होंगी, लेकिन उनको किसी विषय में गहरा ज्ञान नहीं होता है। क्या फायदा उसका? ज्ञान का अध्ययन किया जाता है चरित्र बनाने के लिए। ज्ञान का अध्ययन ज्ञानोदय के लिए होता है (नॉलेज इज़ फॉर एनलाइटमेंट, नॉलेज इज़ फॉर वर्च्यू)। ज्ञान का अध्ययन चरित्रवान बनने के लिए किया जाता है। परमात्मा की जितनी भी बातें हम सुनते हैं, वो हमारे चरित्र के लिए, जीवन में धारण करने के लिए और हमारी स्थिति का निर्माण करने के लिए परमावश्यक हैं।

आप परमात्मा के महावाक्यों में से एक भी ऐसी बात मुझे दिखा दो कि इसका तो हमारे देवता बनने से, चरित्र से, पवित्रता से कोई कनेक्शन नहीं। मुरली का हरेक अक्षर, हरेक शब्द, अनुच्छेद (पैराग्राफ), हरेक पद बन्ध माना (फ्रेज), हरेक वाक्य और वाक्यांश हमारी स्थिति को अच्छा बनाने के लिए हैं, इसलिए जब कभी आप मुरली पढ़ते हैं, स्वाध्याय करते हैं तो यह सोचिए कि इससे मेरी स्थिति और आगे कैसे बढ़े! उसमें बल कैसे लायें! पुरुषार्थ को तीव्र कैसे करें! मंजिल तक ले जाने में सहायक कैसे बनें! इस पर विचार करना अतिआवश्यक है।

जीवन काट रहे हैं और काटने का मतलब कष्टदायक स्थिति। इसीलिए आज मनुष्य सिर्फ कमा रहा है, ना कि सुख ले रहा है। सिर्फ खा रहा है, ना कि खाने का सुख ले रहा है। क्योंकि खाना है इसलिए खा लेता हूँ, पीना है तो पी ले लेता हूँ, ना कि उसका सुख ले रहे हैं। क्योंकि हमारे अंदर इसको यूज करने की समझ नहीं है, ज्ञान नहीं है, जिसके कारण ही आज हमारे पास सबकुछ होते हुए भी हम दुःखी हैं। ज्ञान (समझ) का सम्बंध हमारे चरित्र से भी है। परमात्मा का ज्ञान हमने क्यों लिया? क्योंकि हमारा जीवन चरित्रवान बने। जब

ज्ञान सिर्फ ज्ञान के लिए नहीं...तो फिर...

से जीऊंगा, ऐसा ही उत्तर आज हमें सुनने को मिलता है। कोई यह नहीं कहता कि मैं समाज के लिए एक आदर्श बनूंगा, दूसरे के अच्छे जीवन के लिए



मार्गदर्शक बनूंगा। तो उनका मकसद जो भी है, वही उनको मिल जाता है। उसके लिए वो डिग्रियां, इनफॉर्मेशन्स कलेक्ट कर लेता है, परंतु जीवन में वो विनम्रता, विवेकशीलता नहीं आती। ना ही आदर्श चरित्र बन पाता। कहते हैं ना, **विद्या ददाति विनयं, विनयाद् याति पात्रताम्। पात्रत्वात् धनमान्योति, धनात् धर्मं ततः सुखम्।।** अर्थात् विद्या विनय देती है, विनय से पात्रता आती है, पात्रता से धन आता है, धन से धर्म होता है और धर्म से सुख प्राप्त होता है। तो इसी तरह हमने इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय में क्यों एडमिशन लिया, हमारा मकसद क्या है, इस समझ के साथ हम पढ़ाई करेंगे, तभी इस ज्ञान का अपने



टोंक-राज. जोधपुर के मेडिकल कॉलेज सभागार में नेहरू युवा केन्द्र संगठन, युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय, भारत सरकार की ओर से 'स्वच्छ भारत समर इन्टर्नशिप' कार्यक्रम के अन्तर्गत वर्षभर स्वच्छता के क्षेत्र में बेहतरीन कार्य करने वाले स्वच्छता दूत के रूप में चयनित टोंक जिले के चारनेट गांव में रहने वाले छात्र ब्र.कु. शैलेश कुमार को सम्मानित करते हुए गजेन्द्र सिंह शेखावत, केन्द्रीय मंत्री, जल शक्ति मंत्रालय, भारत सरकार, नेहरू युवा केन्द्र संगठन के राज्य निर्देशक डॉ. भुवनेश जैन, नेहरू युवा केन्द्र संगठन जोधपुर के संयोजक श्याम सुंदर जोशी व अन्य।



चण्डीगढ़-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारी द्वारा आयोजित 'राजयोग फॉर युनिवर्सल पीस एंड होलिस्टिक वेल बीइंग' कार्यक्रम में अपने विचार रखते हुए पंजाब एवं हरियाणा हाई कोर्ट जज अनिल क्षेत्रपाल। साथ है ब्र.कु. अमीर चंद, ब्र.कु. कविता तथा अन्य।



फरीदाबाद-से.21 डी. 'आनंदमय जीवन के सूत्र' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए एडिशनल सेशन जज विरेन्द्र प्रसाद, सिविल जज किम्मी सिंगला, ब्र.कु. उर्मिला, माउंट आबू, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रीति तथा अन्य।



सावा-जम्मू कश्मीर। बी.एस.एफ. ट्रेनिंग सेंटर में आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. गीता, माउंट आबू। साथ है सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी, बी.एस.एफ. के सी.ओ. हेप्पी वर्मा तथा उनकी धर्मपत्नी।



अलीगढ़-उ.प्र. मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में माल्यार्पण करते हुए दैनिक स्वराज के सम्पादक रतन वाण्य, विधायक अनिल पाराशर की धर्मपत्नी हेमलता पाराशर, सेवानिवृत्त सहायक सूचना निदेशक यतीश चन्द्र गुप्ता, वरिष्ठ प्रेस फोटोग्राफर श्याम सुन्दर शर्मा, ब्र.कु. कमलेश, ब्र.कु. प्रज्ञा तथा ब्र.कु. सत्य प्रकाश।



भरतपुर-राज. अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर प्रशासन एवं आयुर्वेद विभाग द्वारा पुलिस परेड ग्राउंड में आयोजित कार्यक्रम में राजयोग के अभ्यास के लिए ब्रह्माकुमारी को आमंत्रित किये जाने पर दीप प्रज्वलित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. बबीता, जिला कलेक्टर आरुषि अजय मलिक, आयुर्वेद उपनिदेशक निरंजन सिंह, नगर निगम मेयर शिवसिंह भोट, ए.डी.एम. उममेद सिंह मीणा, एडिशनल एस.पी. डॉ. मूलचन्द राणा, देशराज सिंह, तथा अन्य गणमान्य व्यक्ति।



शांतिवन-आबू रोड। विश्व पर्यावरण दिवस पर तपोवन में पौधा रोपण करते हुए ब्रह्माकुमारी के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर तथा सोशल एक्टिविटी ग्रुप के अध्यक्ष ब्र.कु. भरत। साथ है ब्र.कु. अर्जुन, ब्र.कु. प्रवीण तथा अन्य।



फतेहगढ़-उ.प्र. मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति पर आयोजित कार्यक्रम के परचात् सी.डी.ओ. फरुखाबाद को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुमन।

संकल्पों की भाषा



सारी सृष्टि के प्राणियों में केवल मनुष्य ही ऐसा प्राणी है जो संकल्पों की भाषा को कैच कर सकता है। चाहे अमीर हो या गरीब, चाहे छोटा हो या चाहे बड़ा, सभी वर्ग के मनुष्यों के मन में विचारों का सागर बहता रहता है, जागृत अवस्था में और सोने के बाद वही स्वप्न का रूप धारण कर लेता है।

”

हमारे संकल्प भी एक प्रकार की वस्तु हैं, जिन्हें हम बिना वाचा के भी पढ़ सकते हैं। उदाहरण के तौर पर हम एक सत्य घटना का उल्लेख करके इसे सिद्ध करके बतलाते हैं। आजकल गाड़ी

पार्किंग एक बहुत ही बड़ी समस्या बन गई है। सभी घरों में गाड़ी है और बहुत से घरों में तो एक से अधिक गाड़ियां होने से घर के बाहर पार्किंग की समस्या अत्यधिक हो गई है। एक दिन जब हमारा भाई घर के बाहर गाड़ी पार्क करने लगा तो वहाँ हमारे पड़ोसियों की गाड़ी पहले से ही खड़ी थी। उस घर में तीन भाई रहते हैं। यह गाड़ी सबसे बड़े भाई की थी। हमारे भाई की उस घर से सबसे बड़े भाई के साथ अच्छी दोस्ती थी, लेकिन सबसे छोटे भाई से नहीं बनती थी। हमारे भाई ने कुछ दिन पहले ही हमसे छोटे भाई के बारे में काफी बुरा भला बताया था। अब जब हमारा भाई पार्किंग लगाने के लिए उनको बुलाने गया तो सभी भाई बाहर आ गए। उस समय सबसे छोटे भाई ने हमारे भाई से बहुत बुरी तरह बात

करना शुरू कर दिया। नतीजा यह हुआ कि बात लड़ाई में बदल गई और काफी सारे पड़ोसी भी लड़ाई के शोर को सुनकर वहाँ आ गए। सभी ने मिलकर मामला शांत किया। बाद में बड़े भाई ने आकर हमारे भाई से अपने छोटे भाई की तरफ से माफी मांगी।

इस घटना ने हमें यह सीख दी कि हमारे संकल्प सूक्ष्म में वातावरण में ही घूमते हैं और जिसके लिए हम जो संकल्प करते हैं, उन संकल्पों की तरंगें उस व्यक्ति तक पहुंच ही जाती हैं।

इसका मतलब है कि हमारे संकल्पों की एक अपनी ही अदृश्य भाषा है जो दिखाई और स्थूल रूप में पढ़ी नहीं जा सकती अपितु समझी और महसूस की जा सकती है।

हर घंटे... बस एक मिनट चार्ज

मन सुबह फुल चार्ज होता है। लेकिन सारा दिन यूज़, यूज़, यूज़। शाम को जब तक घर पहुंचते हैं डिस्चार्ज। घर जाकर सबको क्या देते हैं? एक डिस्चार्ज बैटरी क्या देगी औरों को? मान लो कोई प्रॉब्लम थी ऑफिस में, किसी ने कुछ कह दिया, कोई टेन्शन हो गई, वो ही सब विचारों से डिस्चार्ज होते-होते घर पहुंचते हैं। छोटा सा बच्चा सारा दिन इंतज़ार कर रहा था कि पापा घर आयेंगे तो मुझे अपनी कोई प्रॉब्लम डिस्कस करनी है। जैसे ही आपने घंटी बजाई, वो भागते हुए आपके पास आता और कहता, पापा, मुझे आपसे ये बात करनी थी। आपका रियेक्शन उस टाइम? उस समय हमने क्या किया, जो तनाव लेकर हम आ रहे थे ऑफिस से वो आकर हमने उनको सौगात दे दिया। उस छोटे से बच्चे को उसके पापा से भी यही मिलता है, मम्मी से भी यही मिलता है, टीचर से भी स्कूल में यही मिलता है, उसकी स्थिति कैसी होगी? हम सब इतनी मेहनत करते हैं, किसलिए? किसके लिए इतनी मेहनत करते हैं? बच्चों के लिए, और बच्चों को क्या देना चाहते हैं? खुशी। और दे क्या रहे हैं? टेन्शन। ये हमें चेक करना है कि मेरे जीवन का लक्ष्य क्या है? मुझे अपने परिवार के लिए क्या चाहिए? मैं अपने घर लेकर क्या आना चाहता हूँ शाम को, और मैं लेकर क्या आता हूँ! इसको

रुककर चेक करना पड़ता है। अब अगर हम मन को चार्ज करके सुबह लेकर चलें, सारा दिन यूज़ भी करते रहें लेकिन साथ-साथ चार्ज भी करते रहें, तो कैसा मन शाम को घर पहुंचेगा? फुल चार्ज। और मन को सारा दिन चार्ज करने की विधि है हर एक घंटे के बाद एक मिनट साइलेंस। और साइलेंस मतलब ये नहीं कि बस बैठ गये साइलेंस में। मन फिर भी एक्टिव है। साइलेंस मतलब स्टॉप। वास्तव में चेक करना है कि क्या चल रहा है। कौन से व्यर्थ विचार हैं, उनको बाहर करो। कौन से विचार आवश्यक हैं, उन्हें अन्दर लो। इसको हम कहते हैं ट्रैफिक कंट्रोल ऑफ थॉट्स। शहरों में अगर एक दिन के लिए, एक दिन भी नहीं, अगर एक घंटे के लिए सारे ट्रैफिक सिग्नल बंद हो जायें, कैसी स्थिति लगेगी उसको ऊपर से देखेंगे तो? क्योंकि बीच-बीच में स्टॉप नहीं किया। मन को बीच-बीच में स्टॉप नहीं करते हैं तो क्या हो जाता है? सारी थॉट्स चारों ओर से, ऑफिस के बारे में, घर के बारे में, तो क्या हो जाता है? जाम, भारी, बोझ, सरदर्द। तो क्या करना होगा? हर थोड़ी देर के बाद सिग्नल। स्टॉप रेड, स्टॉप येल्लो, चेक करो कैसी क्वालिटी थी। ठीक नहीं, चेंज ग्रीन। इंजी? कर सकते हैं? करेंगे? हरेक घंटे के बाद एक मिनट कैसे करेंगे? अगर किसी को इस एक चीज़ का महत्व समझ में आ जाये तो इसको करने के लिए क्या करना होगा? एकटक करना होगा। अलार्म लगाना होगा। और कोई तरीका नहीं है। याद नहीं रहता है। एक हफ्ता याद नहीं रहता है, उसके बाद याद हो जाता है। कोई भी चीज़ बार-बार करने से याद हो जाती है। बल्कि ऐसी याद हो जायेगी आपको कि आपका मन घड़ी की तरह चलने लगेगा। आपको पता चलेगा 12 बज गये। देखेंगे ना घड़ी में तो एकदम सही 12 बजे होंगे, क्योंकि माइंड को वो ट्रेनिंग मिल गई है। लेकिन एक हफ्ते के लिए थोड़ा सा एफर्ट। कुछ भी प्राप्त करने के लिए थोड़ा सा एफर्ट तो करना ही पड़ता है। चाहे कुछ भी हो जाये, हर एक घंटे के बाद एक मिनट चार्जिंग।



डॉ. कु. शिवानी,
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा



झज्जर-हरियाणा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् विधायक दल की नेता एवं पूर्व कैबिनेट मंत्री किरण चौधरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए डॉ. कु. भावना तथा डॉ. कु. संतोष।



तपा-पंजाब। ज्ञानचर्चा के पश्चात् एस.पी. मुक्तियार सिंह को प्रसाद भेंट करते हुए डॉ. कु. ऊषा। साथ हैं डॉ. कु. डॉ. शर्मा, माउण्ट आबू व अन्य।



रक्सौल-विहार। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में रेलवे ऑफिसर सतीश कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारी बहन।

किसी बात पर या किसी काम के लिए यदि कोई आपको 'ना' कर दे तो संभावना यही होती है कि आपको अच्छा नहीं लगेगा। 'ना' कोई सुनना नहीं चाहता। संभव है किसी मोड़ पर वह फिर आपके सामने आ जाए, उसी को आपसे कुछ काम पड़ जाए, तब उसकी 'ना' पर मत टिक

‘ना’ सुनने की कला साध ली तो इस राह से भी मिलेगी खुशी



जाना। सबकुछ भूलकर उसकी मदद जरूर करना। सहयोग के लिए अपना हाथ प्यार से आगे बढ़ा देना। इसके दो फायदे हैं - जैसे ही कोई 'ना' कहता है, आपके अहंकार को ठेस लगती है। अहंकार गिरा कि खुशी आई। दूसरा, खुश रहने से आपको रोकता है मन। मन अहंकार का केन्द्र है। अहंकार गिरा, मन गया कि खुशी आई। जब 'ना' कहने वाले को ही आपसे कोई काम पड़ जाए और जब आगे बढ़कर हम उसका काम करते हैं तो इसका भी अपना ही आनंद है। बिना किसी समीकरण और स्वार्थ के जब दूसरों के लिए कुछ करते हैं तो पूरे वातावरण में जहाँ-जहाँ भी पॉजिटिव एनर्जी बिखरी हुई है, वह खुशी लेकर आपके भीतर उतरती है।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - डॉ. कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510
सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,
Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये,

आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक)

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

पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

स्थान भी हमारे संकल्पों का परिणाम है

जब हम कहीं शिफ्टिंग करते हैं तो उस समय हमारे मन में बहुत सारे विज्ञान होते हैं। अब ये विज्ञान भी संकल्प ही तो हैं। जैसे वहाँ जायेंगे तो ऐसा घर होगा, ऐसा स्थान होगा, इतने कमरे होंगे, ऐसा वांशरूम होगा, ऐसा लॉन होगा आदि-आदि। और आप देखते जाइये, होता वैसा ही है। अब इसमें देखना ये है कि अगर घर में पाँच सदस्य हैं तो पाँचों सदस्यों के अलग-अलग विज्ञान होंगे घर के लिए। अब कोलेक्स(मिक्स) हो जायेगा कि अरे! मैंने तो कुछ और सोचा था, और बन कुछ और गया। वो इसलिए बना क्योंकि पाँचों के जो विज्ञान हैं वो एक जगह, एक स्थान पर फिट नहीं बैठेंगे लेकिन अगर उस घर में कोई एक चीज जो आपको चाहिए और आपने उसे बहुत शक्तिशाली मन के साथ किया होगा तो वो निश्चित रूप से आपके घर में, आपके ही हिसाब से होगा। इसीलिए कहा जाता है कि अगर आप किराये का घर छोड़कर जा रहे हैं तो आपको किराये का घर मिलेगा। लेकिन आपने ज्यादातर देखा होगा कि लोग किराये के घर में रहते हुए अपना घर बनाते हैं, फिर शिफ्टिंग करते हैं। फेंगशुई के अनुसार कहा जाता है कि अगर आपके

घर से कोई दूसरे घर में जा रहा है तो यदि वो अपने घर में जा रहा है, अपने बनाये हुए घर में जा रहा है तो आप के घर में बरकत



होगी। मतलब आपके पास भी कुछ न कुछ अच्छा आयेगा, शक्तिशाली आयेगा। आपका घर खाली नहीं रहेगा। लेकिन अगर वो किराये के मकान में जा रहा है, तो वो

अभी भी दे रहा है, ना कि उसके पास कुछ आ रहा है। इसका सिर्फ एक कारण है कि हमारे संकल्प में कभी नहीं होता है कि जहाँ हम रह रहे हैं, यहाँ से हमें जाना ही है। हम सोचते कि चलो जब तक हम यहाँ हैं, तो हैं, फिर कहीं और चले जायेंगे। हमारे उन संकल्पों के कारण ही हम कष्ट सहन कर रहे हैं। निश्चित रूप से यह एक आसान तरीका हो सकता है अपने आप को सुदृढ़ बनाने, अपने संकल्पों के आधार से अपना जीवन बनाने का। हम जो संकल्प ऐसे ही करते रहते हैं, उससे हमको सबकुछ ऐसे ही मिलता रहता है। आप पड़ोसी अच्छा चाहते हैं तो अच्छे संकल्प करो। उसी तरह आपको वहाँ सुविधायेँ दूसरी तरह की चाहिए तो वैसे संकल्प करो, प्रकृति अपने आप ही वैसा लाकर रख देगी जो आपको चाहिए। तो सारा खेल हमारे विज्ञान का ही है या संकल्पों का है। रचना हमको सिर्फ रचनी है। जितना अच्छा रचेंगे, उतना अच्छा बसायेंगे जीवन को।

स्थान भी हमारे संकल्पों का परिणाम है। कैसा स्थान चाहिए, कैसे लोग चाहिए, कैसा वातावरण चाहिए, कैसा पड़ोसी चाहिए, किस तरह की स्थिति चाहिए, वो सब आप ही क्रियेट करते हैं। ये कोई प्री-डिसाइडेड नहीं है, अर्थात् पहले से कुछ नहीं हो रहा है, जो हो रहा है, अभी हो रहा है। तो समझना है, सोचना है और समाना है। आओ हम इस पर भी थोड़ी चर्चा करते हैं।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-21(2018-2019)

ऊपर से नीचे

बाएं से दाएं

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|---|----|----|----|----|----|----|
| 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 | |

1. शिवजयंती शिव बाबा के... का त्योहार है (5)
2. नाम.... शान को बीमारी से बचना है (2)
3. अमानत में कभी... नहीं डालनी है (3)
4. आदत, संस्कार (2)
5. बाबा से... प्रेम करना है, निरन्तर (3)
8. नया, नवीन (2)
9. स्वभाव, आदत (3)
10. तमाचा, चाटा (3)
11. कुआं, गहरा गड्ढा (2)
15. नांव, किरती (2)
16. धर्म का अर्थ है....। (3)
17. परिवर्तन, मुकरना, बात से हटना (4)
18. आज नहीं तो... बिखरेंगे ये बादल (2)
20. मिथ्या बात, गप (3)
21. मुरली में वर्णित परियों में से एक (4)
23. कक्षा, दर्जा, समुदाय (3)
25. माया बड़ी... है, चालाक (3)
26. थोड़ा, अल्प (2)

1. धरोहर, जमा पूंजी (4)
3. विचार, ध्यान (2)
5. घर चलना है (2)
6. जंगल, कानन (2)
7. झुका हुआ, नमः (2)
8. सोख, सावधानी, शिक्षा (4)
10. एक धक से बलिहार जाना, बलि (3)
12. साजन, दूल्हा (2)
13. माप, तौल (2)
14. बच्चे बाप के दिल... नशीन बने (2)
15. ... भक्ति से ही साक्षात्कार होता है (2)
17. बगुला, बोलना, कहना (2)
19. अनुराग, प्रेम, द्वेष (2)
21. बुलाना, आवाज देना (4)
22. समूह, संगठन, एक ही प्रकार के व्यक्तियों का समूह (2)
23. पंच तत्वों में एक, नीर, पानी (2)
24. गंदगी, अपशिष्ट (3)
26. युग, अवधि, दुनिया (3)
27. सतयुग में हीरे... के महल होते हैं (5)
28. मुलायम, नर्म (3)

-ब.कु. राजेश, शान्तिवन

वर्ग पहेली उत्तर

पहेली - 8

फरवरी - 1 ओम - 21
2018-2019

ऊपर से नीचे

1. समाधान, 2. नमक, 3. पर, 5. साधन, 6. तन, 8. नाराज, 10. तैलुक, 13. जनक, 14. सार्थक, 15. कल, 18. मधुर, 19. बहुकाल, 22. जीवात्मा, 24. रहवासी, 27. लायक, 28. आदम।

बायें से दायें

1. सयानप, 4. रसातल, 7. मरना, 9. धन, 11. धार्मिक, 12. राजन, 14. साजन, 15. कलंक, 16. समर्थ, 17. कमल, 20. कर्ज, 21. राजी, 23. हुनर, 25. गरम, 26. हमला, 28. आत्मा, 29. लकवा, 30. कर्ण, 31. कमर।

पहेली - 9

फरवरी - 2 ओम - 22
2018-2019

ऊपर से नीचे

1. टिकलू-टिकलू, 2. फरिश्ता, 4. वाममार्ग, 7. पालना, 8. टपकना, 10. नाज, 11. मामेकम, 14. नम, 17. महात्मा, 19. जा-।की, 22. कमजोर, 23. मूर्च्छित, 25. झांकना, 26. जरा।

बायें से दायें

1. टिकटिक, 3. दवा, 5. शारीरिक, 6. लूटपाट, 9. लपकना, 11. मार्ग, 12. नाक, 13. जन, 15. लून, 16. नाम, 18. मज़ाक, 20. हार, 21. नमक, 23. मूर्ख, 24. आत्मा, 25. झांकी, 27. तकरार, 28. खाना, 29. सार।

पहेली - 10

मार्च - 1 ओम - 23
2018-2019

ऊपर से नीचे

1. असर, 2. किसने, 3. कब, 5. यादगार, 7. बलिहार, 9. नज़र, 11. जिस्म, 13. महातीर्थ, 14. नख, 16. समीप, 20. कुटुम्ब, 22. कमाल, 23. ताला, 25. रम, 26. मर।

बायें से दायें

1. अलौकिक, 4. कयामत, 6. सबब, 8. गायन, 10. हाज़िर, 12. जन्म, 13. महान, 15. रस्म, 16. सर, 17. खत, 18. जमी, 19. तीर्थ, 20. कुल, 21. पलक, 24. अम्बर, 26. महल, 27. कला, 28. मदार।

पहेली - 11

मार्च - 2 ओम - 24
2018-2019

ऊपर से नीचे

1. समाधान, 2. नमक, 3. पर, 5. साधन, 6. तन, 8. नाराज, 10. तालुक, 13. जनक, 14. सार्थक, 15. कल, 18. बहुकाल, 20. जीवात्मा, 22. रहवासी, 23. मानवता, 25. पतित, 26. मानव, 28. कदा।

बायें से दायें

1. सयानप, 4. रसातल, 7. मरना, 9. धन, 11. धार्मिक, 12. राजन, 14. साजन, 15. कलंक, 16. समर्थ, 17. कमल, 19. राजी, 21. हुनर, 23. मात, 24. हवन, 25. परमात्मा, 27. लकवा, 29. दासी, 30. ताकत, 31. वन।



सिधौली-सीतापुर(उ.प्र.)। सांसद कौशल किशोर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. योगेश्वरी, ब.कु. बोबिन्दर, माउण्ट आबू तथा ब.कु. रश्मि।



नेपाल-राजविराज। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर कार्यक्रम का शुभारम्भ करते हुए विधायक नेत्र विक्रम शाह, ब.कु. भगवती, समाजसेवी हरे कृष्ण प्रसाद सिंह, रेणुका बहन तथा अन्य।



अवोहर-पंजाब। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में श्रद्धांजलि अर्पित करने के पश्चात् चित्र में सेवाकेन्द्र संचालिका ब.कु. पुष्पलता, उपसंचालिका ब.कु. दर्शना, ब.कु. शालू, ब.कु. सुनीता, लेखक परिषद प्रधान राज सदोष, एडवोकेट रमेश शर्मा, जिला कांग्रेस के पूर्व प्रधान विमल ठठई, सेवा निवृत्त आयकर अधिकारी बलराम सिंगला, सेवानिवृत्त उपमण्डल इंजीनियर सीता राम बजाज तथा अन्य गणमान्य लोग।



जम्मू-सुंदरबनी। अखिल भारतीय प्रदर्शनी बस अभियान के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में ए.डी.सी. विनोद कुमार को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित करते हुए ब.कु. राजकुमारी।



पटियाला-पंजाब। मेरा भारत स्वर्णिम भारत बस प्रदर्शनी अभियान के अंतर्गत पटेल मेमोरियल कॉलेज में कार्यक्रम के दौरान यात्रा मैनेजर ब.कु. अवनीश, माउण्ट आबू, ब.कु. खुशी तथा अन्य सदस्यों का स्वागत-सत्कार करते हुए कॉलेज के प्राचार्य व शिक्षक।



दिल्ली-मालवीय नगर। 'आर्ट ऑफ पैरेंटिंग' विषयक कार्यक्रम में सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब.कु. पीयूष, ब.कु. सुंदरी दीदी, ब.कु. नीरू तथा अन्य।



स्वास्थ्य

खाद्य पदार्थों का सही समय पर सेवन किया जाये तो वे अधिक स्वास्थ्यवर्धक सिद्ध होते हैं। कुछ ऐसे ही खाद्य पदार्थ और उनके सेवन का सही समय बता रही हैं पोषण व आहार विशेषज्ञ अंशिका सिंह।

दूध - सही समय - रात

सोने से पूर्व गर्म दूध का सेवन शरीर को हाइड्रेट

रखता है और नींद को बेहतर बनाता है। वही सुबह के वक्त दूध का सेवन करने से दिन में भोजन का समय बिगाड़ सकता है तथा एसिडिटी का कारण भी बन सकता है।

टमाटर - सही समय - सुबह

इनमें विटामिन-सी प्रचुर मात्रा में होता है। नाश्ते में इनका सेवन पूरे दिन के लिए विटामिन-सी की आवश्यकता को 40 प्रतिशत पूरा कर देता है। रात के समय इनका सेवन करने पर इनमें मौजूद ऑक्जैलिक एसिड मेटाबॉलिज्म पर नकारात्मक असर डालता है।

सेब - सही समय - सुबह

इनमें फाइबर और एंटी-ऑक्सीडेंट्स प्रचुर मात्रा में होते हैं, जो शारीरिक संतुलन बनाए रखने में मददगार होते हैं। सुबह इनका सेवन करने से इनमें मौजूद पैक्टिन रक्त में शर्करा के स्तर को कम रखता है और कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करता है। रात में इनका सेवन न करें क्योंकि रात में पैक्टिन आसानी से पचता नहीं है।

आलू - सही समय - सुबह

स्टार्च, विटामिन-सी, बी-6, फाइबर और मैग्नीशियम का अच्छा स्रोत होते हैं। सुबह के वक्त इनके सेवन से कोलेस्ट्रॉल नियंत्रण में रहता है। रात के समय इनका सेवन वजन वृद्धि कर सकता है।

केला - सही समय - दिन

केले रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में मददगार होते हैं और चेहरे की चमक बढ़ाते हैं। इनमें पोटेशियम, मैग्नीशियम और फाइबर अच्छी मात्रा में होता है। दिन के समय इनका सेवन उचित है। सोने से पूर्व इसका सेवन पाचन समस्या उत्पन्न कर सकता है।

चावल - सही समय - दिन

इसमें मौजूद कार्बोहाइड्रेट दिन भर के लिए ऊर्जा प्रदान करते हैं। साथ ही दिन में मेटाबॉलिज्म भी ठीक रहता है जिससे कार्बोहाइड्रेट का पर्याप्त उपयोग हो जाता है। वहीं रात में इनका सेवन वजन वृद्धि का कारण बन सकता है।

मनुष्य का नेचर है रोज अलग-अलग रंग के कपड़े पहनने का। प्रतिदिन अगर एक ही रंग का कपड़ा पहनेगा तो बोरियत महसूस करेगा। वैसे ही हमारे मन में भी अलग-अलग भाव की लहरें, फीलिंग उठती रहती हैं। कमी नाराजगी की, कमी प्रसन्नता की, कमी खुशी की, कमी आवेश की, कमी भाव-विभोर की। दिन भर में अलग-अलग मूड बदलते रहते हैं। मन का भी ऐसा ही स्वभाव है। इसी के कारण हमारा मूड कभी अच्छा, कभी बुरा, कभी अच्छी फीलिंग, कभी भारी फीलिंग बनी रहती है। पर हमारी चाहत है कि हमारी सदा ही गुड फीलिंग रहे और कार्य भी करते रहें। ऐसा हो सकता है? हाँ, पर हमें इसके लिए थोड़ा मन के भावनात्मक इमोशन पर मेहनत करनी होगी, उसे थोड़ा समझना होगा।

मनुष्य के मन में अलग-अलग लहरें उठती रहती हैं कभी घृणा की, कभी द्वेष की, कभी किसी से नाराजगी की, कभी एकदम प्रसन्नता की। बहुत खुशी में आ गये किसी से, फिर एकदम आ गये आवेश में। कभी बहुत ज्यादा भाव विभोर हो जाते, बह जाते लहर में। दिन भर में अलग अलग मूड बदलते हैं। जैसे भावनाओं, इमोशन्स का फर्क पड़ता है, कभी देखो तो उदास है, कभी देखो तो बहुत खुश है, यह तो उतराव चढ़ाव है, इससे एकाग्रता कैसे होगी? भावनात्मक एकाग्रता अर्थात् भावनाओं की एकाग्रता। इसका मतलब है एकरस अवस्था। सदा आनंदमय। योगी जो होता है वो सदा आनंद में रहता है। आप देखिये, सन्यासियों के नाम प्रायः उनके गुरु उनके नाम बदलते हैं। नया नाम जो रखते हैं, उसमें आनंद



मन के भावों की एकाग्रता

शब्द रहता है। आर्य समाज के संस्थापक हुए स्वामी 'दयानंद'। इनका लौकिक नाम मूलशंकर था। उनके गुरु ने नाम बदलकर रख दिया 'दयानंद'। ऐसे ही रामकृष्ण परमहंस ने भी अपने शिष्य का नाम रखा 'विवेकानंद'। जिसका लौकिक नाम नरेन्द्र था। जिस प्रकार आनंद-आनंद शब्द होता है। भई, क्यों ये सन्यास किया? सन्यास का प्रयोजन क्या है? इससे क्या चाहते हो? सन्यास करने का भाव क्या है? जीवन में आनंद ही आनंद हो। परमात्मा का सबसे बड़ा गुण, जो ये स्पष्ट करता है कि वो औरों से अलग है, वो है आनंद। परमात्मा सदा आनंद है, सच्चिदानंद है, आनंद का सागर है। मनुष्य कभी

आनंद का सागर है, कभी क्रोध का सागर है। वह हमेशा आनंद का सागर नहीं है। हमारी भी स्थिति सदा आनंदमय, शांतमय, प्रेममय रहे, इसमें उतराव-चढ़ाव न आये, यह है भावनात्मक स्थिरता, इमोशनल स्टेबिलिटी, भावनात्मक एकाग्रता, इमोशनल कंसन्ट्रेशन। विचार कम आते-आते, धीरे-धीरे यह होगा। फिर चाहे कुछ भी हो, निंदा-स्तुति, मान-अपमान, हर्ष-शोक, जय-पराजय, इन सब में स्थिति एकरस रहेगी। परिस्थितियां आयेंगी, लेकिन जो योगी हैं, इन सबमें होते हुए भी आनंद में रहेगा। यह एकाग्रता चाहिए। उसमें एक ही इमोशन (भावना) बार-बार होगा। बार-बार

भावना बदले नहीं। एक ही मोशन में स्थिर रहेगा।

उसमें एक है प्रीत्यात्मक एकाग्रता। सबसे हमेशा प्रीत बनी रहे। कभी किसी से बिगाड़ न हो, किसी से हमारा झगड़ा न हो, अनबन न हो, मनमुटाव न हो। सबसे प्रीत हो। यह है प्रीत्यात्मक एकाग्रता। मन में एक ही भाव हो सदा। इसके विरुद्ध अवस्था वाले और न बनें, तब सबसे प्रीति स्थिर होने लगेगी। कहते हैं ना - तुलसी इस संसार में भांति-भांति के लोग, सबसे मिलजुल रहिये, बदि-बाँव संजोग। जैसे नाव और नदी थोड़ी देर के लिए मिलते हैं, फिर नाव अपने स्थान पर चली जाती है जहाँ ले जाना है मुसाफिरों को, और नदी बहती रहती है। थोड़े दिनों का मेल होता है। न लगाव होता है, न प्रेम होता है नदी का नाव से। अगर नदी का प्यार नाव से ज्यादा हो जाये तो नाव भंवर में फंस गई समझो, गई वो नाव। अगर नाव का प्यार नदी से हो गया तो नदी नाव के अंदर आ जायेगी, तो नाव गई। ऐसा मेल होना चाहिए कि है तो भी सही और नहीं है तो भी सही। ऊपर-

ऊपर का हो, सेवार्थ है, कार्यार्थ है, वो अपना काम करती है, वो अपना काम करती है। इसको बाबा कहते हैं न्यारे और प्यारे। सबके साथ प्यारे भी रहो और न्यारे भी रहो। इस प्रकार की प्रीति सन्यासियों की, योगियों की, महात्माओं की होती है। अर्थात् जिसकी प्रीति ऐसी होती है, वो ही सन्यासी, योगी और महात्मा है। किसी से भी घृणा नहीं होती और किसी में भी लगाव-झुकाव नहीं होता। प्रीत्यात्मक एकाग्रता का मतलब यही है कि प्रीत बनी रहे, लेकिन वो प्रीति हमें डुबोने वाली न हो, जिसकी हमने मिसाल दी। समाप्त करने वाली, नुकसान करने वाली न हो। विनाशकारी न हो, यह भाव हमेशा बना रहे।



फतेहगढ़-उ.प्र.।
अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं विधायक नागेन्द्र सिंह, ब्र.कु. सुमन तथा अन्य। योगा कराते हुए ब्र.कु. मेवारा।



मुरादाबाद-उ.प्र.।
महानगर के पंचायत भवन में आयोजित 'शैक्षिक उन्नयन गोष्ठी' में 'शिक्षा में मूल्य' विषय पर सम्बोधित करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. आशा। मंचासीन हैं ए.डी.एम. फाइनैस पेट्टी जयसवाल, बेसिक शिक्षा अधिकारी योगेश जी तथा अन्य अतिथिगण।

“ भारतीय त्योहारों में निरंतर नौ दिन रात्रि में मनाया जाने वाला नवदुर्गा त्योहार का महत्व भारत तथा विदेशों में भी बड़ा स्थान रखता है। नवरात्रि आने के पूर्व ही लोग भांति-भांति के परिधान और श्रृंगार की वस्तुओं की खरीददारी में जुट जाते हैं। यह बहुत ही उमंग और उत्साह के साथ मनाते हैं। वैसे माँ दुर्गा के नौ रूप के बारे में आप जानते ही होंगे, शैलपुत्री, ब्रह्मचारिणी, चन्द्रघंटा, कुष्माण्डा, स्कंदमाता, कात्यायनी, कालरात्रि, महागौरी और सिद्धिदात्री। आइये हम जानते हैं माँ दुर्गा के नौ रूपों के आध्यात्मिक रहस्य के बारे में ... ”

देवत्व प्रागट्य का नाम नवरात्रि

कूष्माण्डा : माँ दुर्गा का चौथा रूप जो परमात्मा शिव से शक्ति लेकर, अपनी मनोवृत्तियों को

कात्यायनी : ये माँ दुर्गा का छठा रूप है। इस दिन पर दृढ़ता पूर्वक तपस्या करने पर शक्तियाँ

पाने की चाह में भटक-भटक कर काली और पतित बन गई। पुनः परमात्म उवाचित ज्ञान गंगा में स्नान कर आत्मा पूर्ववत् सुंदर बन जाती है, जिसका ही प्रतीक महागौरी के रूप में दिखाया है।



सिद्धिदात्री: नवरात्रि का नौवां दिन, नौवीं शक्ति माँ सिद्धिदात्री की याद में मनाया जाता है। जीवन में हरेक मानव को अष्ट शक्तियों की आवश्यकता होती है। जिससे वो अपने जीवन को सहज और सरल ढंग से जीता है। इनमें से एक भी शक्ति की कमी होने पर जीवन असंतुलित हो जाता है और वो असंतोष महसूस करता है। जब आत्मा, परमात्मा के द्वारा अष्ट शक्तियों से सुसज्जित हो जाती है, तब वो स्वयं के जीवन से और कर्म से सिद्धियाँ प्राप्त करती है और कराती है।

तो हमने देखा कि नवरात्रि को माँ दुर्गा के नौ रूपों की पूजा-अर्चना कर मनाया जाता है। इसका आध्यात्मिक रहस्य यह है कि आज के मानव जीवन में अष्ट शक्तियाँ न होने के कारण, अपने जीवन में बेचैनी महसूस करता है। जब वे परमात्मा शिव से शक्तियाँ प्राप्त कर लेता है तो उनके जीवन में सुख, शांति और संतोष आ जाते हैं। तो आज हम अपने जीवन में भी ऐसा अनुभव करते हैं ना! कहीं न कहीं कमियाँ हैं जिनको भरने का समय अभी चल रहा है, जब परमात्मा शिव सारे विश्व में सत्यता के आधार पर सुख, शांति और शक्ति प्रदान कर रहे हैं तो हमें भी थोड़ा सा अपने जीवन के लिए अवकाश लेकर पुनः आत्मा में छिपी हुई शक्तियों को जगाकर, आसुरी शक्तियों पर विजय प्राप्त करनी है, जिसकी यादगार रूप में आज तक हम नवरात्रि मनाते आये। नवरात्रि पूरे होने के बाद दशहरा आता है ये इसी का प्रतीक है कि आसुरी शक्तियों पर दैवी शक्तियों की जीत। जिसके बाद विश्व में पुनः दैवी स्वराज्य की स्थापना हुई।

शैलपुत्री : माँ दुर्गा को सर्वप्रथम शैलपुत्री के नाम से जाना जाता है। हिमालय के यहाँ पुत्री के रूप में जन्म लेने के कारण उनका नाम हुआ शैलपुत्री, ऐसी मान्यता है। ये दृढ़ता की प्रतीक हैं। जैसे पहाड़ को कोई हिला नहीं सकता, ठीक इसी तरह अपने श्रेष्ठ संकल्प को पूर्ण करने में उन्हें भी कोई हिला नहीं सकता, कोई विचलित नहीं कर सकता।

ब्रह्मचारिणी : माँ दुर्गा की नवशक्ति का दूसरा रूप ब्रह्मचारिणी का है। ब्रह्मचारिणी का अर्थ है तप का आचरण धारण करने वाली। जिन्होंने जीवन में पवित्रता के बल पर परमात्मा शिव को अपना बना लिया। और उसी पवित्रता के बल पर सर्व आसुरी शक्तियों को नष्ट किया।

चंद्रघंटा : माँ दुर्गा की तीसरी शक्ति है चंद्रघंटा। इस देवी के मस्तक पर घंटे के आकार का चंद्र है, इसलिए इस देवी को चंद्रघंटा कहा गया। कलियुग रूपी अज्ञान अंधकार में अपनी दिव्य शक्तियों को धारण कर प्रकाश करने वाली, चन्द्रमा समान शीतलता प्रदान करने वाली माँ दुर्गा का ये चन्द्रघंटा रूप है।

परिवर्तित कर, परमात्मा शिव की शक्तियों को सारे संसार में फैलाकर रोग-शोक से मुक्त करती है। यही शक्ति आसुरी मनोवृत्तियों का खात्मा करती है, जिससे ही सुखमय संसार की स्थापना होती है। इस शक्ति को ही कूष्माण्डा के नाम से याद किया जाता है और उसकी आराधना की जाती है।

स्कंदमाता : पाँचवा रूप वो जो मानव जीवन में आये अंधकार और बुराइयों का समूल विनाश कर मनुष्य मात्र में एक नवचेतना, दैवी गुण को धारण करने की सिद्धि प्राप्त कराती है। जिससे सभी की मनोकामनायें पूर्ण होती हैं। इसी की यादगार में नवरात्रि के पाँचवें दिन पर स्कंदमाता की पूजा-अर्चना होती है।

प्राप्त होती हैं। जिससे हमारे मनोरथ सिद्ध होते हैं।

कालरात्रि : माँ दुर्गा का सातवां रूप जो अंधकारमय स्थितियों का विनाश करने वाली शक्ति है वो है कालरात्रि। नवरात्रि के सातवें दिन उनकी आराधना करने पर और परमात्म शक्तियों को आत्मसात करने पर व्यक्ति को रोग-शोक से मुक्ति मिलती है। जिससे मनुष्य, जीवन में आने वाले संकटों पर विजय प्राप्त कर लेता है।

महागौरी : माँ दुर्गा शक्ति का नौवां रूप महागौरी। इनका नाम महागौरी इनके गौर वर्ण के कारण पड़ा। अर्थात् आदिकाल में आत्मा बिल्कुल पवित्र और सुंदर अवस्था में थी। लेकिन परमात्मा को



लेह-लद्दाख। शांति स्तूप के परिसर में 'वर्ल्ड पीस' विषय पर आयोजित इंटरनेशनल कॉन्फ्रेंस में विश्व में शांति स्थापित करने की दिशा में समाज में स्पीरिचुअलिटी एवं मेडिटेशन को बढ़ावा देने हेतु पीस एम्बेसडर के रूप में राजयोगिनी ब्र.कु. डॉ. बिनी को वर्ल्ड बुक ऑफ रेकॉर्ड्स लंडन की ओर से अवॉर्ड देकर सम्मानित करते हुए डब्ल्यू.बी.आर. लंडन के अध्यक्ष एवं सुप्रीम कोर्ट के एडवोकेट संतोष शुक्ला तथा अन्य।



तरावड़ी-करनाल। 'राजयोग द्वारा सम्बन्धों में मधुरता' कार्यक्रम के पश्चात् एफ.सी.आई. मेम्बर एवं राष्ट्रीय जनमंच महासचिव गुरमेज सिंह गोन्दर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनिता, ब्र.कु. सुदेश तथा ब्र.कु. प्रेम बहन।



मोतिहारी-हेनरी वाज़ार(विहार)। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में आये शिव कथा वाचक स्वामी सुमन पाण्डेय को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. विभा। साथ है ब्र.कु. अशोक वर्मा, ब्र.कु. डॉ. अंजू, ब्र.कु. शोभा तथा विभा बहन।



पटना-खाजपुरा। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के स्मृति दिवस पर पुष्पांजलि अर्पित करने के पश्चात् चित्र में लघु सिंघाई और कानून राज्यमंत्री नरेन्द्र नारायण यादव, ब्र.कु. अंजू तथा ब्र.कु. रविन्द्र।



छर्रा-उ.प्र.। भारतीय स्टेट बैंक ऑफ इंडिया के मैनेजर भोले शंकर जी को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रेखा तथा ब्र.कु. दिशा।



पीपरपांती-विहार। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के स्मृति दिवस पर माल्यार्पण करते हुए गया थाना के एस.आई. अनिल स्वामी, पुरुषार्थ पब्लिक स्कूल के प्रिंसिपल मनोज कुमार, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुनीता तथा अन्य।

मन को समझ गये तो उसे चलाना आसान हो जायेगा

गतांक से आगे

हमें भी मन को समझने की आवश्यकता है। और जिस दिन इस मन को समझ जायेंगे कि अगर ये तूफान मचाता है, चंचलता करता है तो उसको क्या चाहिए? भटक रहा है तो क्यों भटक रहा है? किस खोज में भटक रहा है? और जब इसको वो चीज़ प्राप्त हो जाती है तो मन शांत हो जाता है। मन सुमन बन जाता है और श्रेष्ठ बन जाता है। बहुत अच्छा अनुभव कराता है। मन को तूफानी घोड़ा इसलिए कहते हैं क्योंकि मन के विचारों की गति जो है वो बहुत तीव्र है। ये मनोवैज्ञानिकों ने विश्लेषण किया है कि अगर मनुष्य कम से कम गति से सोचे तो भी उसके मन के अन्दर एक मिनट में 25 से 30 विचार आते हैं। सोचने की बात है अगर 25 से 30 विचार एक मिनट में आते हों तो 24 घंटे में कितने विचार आते होंगे? असंख्य। एक दिन के ही विचार को लिया जाये, उसको क्रमबद्ध कर दिया जाये तो हर मनुष्य के अन्दर चार प्रकार के विचार होते हैं।

सबसे पहले प्रकार के विचार आते हैं जिसको कहते हैं सकारात्मक विचार, अच्छे विचार। उसमें कोई भी स्वार्थ भावना नहीं। जो कोई न कोई मूल्य के आधार पर है। अच्छाईयों के आधार पर है, उसे कहते हैं सकारात्मक विचार। दूसरे प्रकार के विचार हैं नकारात्मक विचार। जो बुराईयां हैं, कमजोरियां हैं, कोई न कोई विकार है, कोई न कोई हीनता की भावना है, स्वार्थ है उसको लेकर जब

मन के अन्दर विचार चलते हैं तो उसको कहते हैं नकारात्मक विचार। तीसरे प्रकार के विचार हैं जिसको कहते हैं आवश्यक विचार। जो कर्म से सम्बन्धित है। आज यहाँ जाना है, इसको मिलना है, ये कार्य

ये मनोवैज्ञानिकों ने विश्लेषण किया है कि अगर मनुष्य कम से कम गति से सोचे तो भी उसके मन के अन्दर एक मिनट में 25 से 30 विचार आते हैं। सोचने की बात है अगर 25 से 30 विचार एक मिनट में आते हों तो 24 घंटे में कितने विचार आते होंगे? असंख्य।



-डॉ. कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

करना है, कराना है, कर्म से सम्बन्धित विचार। चौथे प्रकार के विचार हैं, जिसको कहते हैं व्यर्थ विचार। कहते हैं जब मन के पास कुछ सोचने के लिए नहीं है तो मन, बीती बातों को सोचता है, बीती हुई बातों को चबाता रहता है, उगारता रहता है और जिससे कोई प्राप्ति नहीं होती इसीलिए उसको व्यर्थ विचार कहते हैं। ना उसमें कोई प्राप्ति है, वेस्ट ऑफ टाइम, वेस्ट ऑफ एनर्जी। हाँ, बीती हुई बातों से हम सीख ले लें और आगे बढ़ें, बाकी वही सोचते रहने से तो कुछ भी प्राप्त नहीं होता। थोड़ा सा अगर समय

के हिसाब से देखा जाये और खुद का विश्लेषण करें, अधिकतर हमारे विचार कौन से चलते हैं इन चारों में से? पहले नम्बर पर है नेगेटिव, दूसरे नम्बर पर है वेस्ट, व्यर्थ। तीसरे नम्बर पर है आवश्यक, और चौथे नम्बर है सकारात्मक। सकारात्मक एकदम लास्ट हो गया। आज मनुष्य भी भगवान को याद करता है ना, तो वहाँ भी व्यापार हो जाता है। खासकर व्यापारी तो अवश्य व्यापार करते ही होंगे

भगवान के साथ भी। हे प्रभु! मेरा इतना काम हो जाये तो इतना चढ़ावा हम चढ़ा देंगे। कीमत हम फिक्स करते हैं कि इस काम का भाव इतना है। अगर तुमने कर दिया तो मिल जायेगा, और नहीं किया तो नहीं मिलेगा। तो व्यापार हो गया ना! एक सौदा हो गया ना, उनके साथ भी। तो भगवान के साथ भी सौदा होगा तो इन्सानों के साथ क्या होगा? और कहा जाता है कि जैसा आप सोचेंगे, वैसा आप बनेंगे। जैसा चिन्तन, वैसा जीवन। अगर मेरे चिन्तन की क्वालिटी ज्यादातर नेगेटिव और वेस्ट है तो जीवन की क्वालिटी क्या होगी? नेगेटिव विचारों के बाद कभी सुख, शांति और आनन्द का अनुभव होगा? नहीं होगा। श्रेष्ठ चिन्तन के बाद खुशी का अनुभव होगा? होगा। इसीलिए कहा अगर पॉजिटिव चीजों का अनुभव करना है अपने जीवन में, तो उसके लिए मुझे विचारों की धारा को बदलना होगा। एक गीत भी है अपने चिन्तन की धारा बदल दो...क्योंकि उसी के आधार पर जीवन की क्वालिटी है।

- क्रमशः

यह जीवन है...

हमें पता है कि रंगोली दूसरे ही दिन मिटने वाली है, फिर भी वो ज़्यादा से ज़्यादा आकर्षक हो, मनमोहक हो ये कोशिश रहती है।

जीवन भी कुछ रंगोली जैसा ही है। हमें पता है जिंदगी एक दिन खत्म हो जायेगी, फिर भी उसे खूबसूरत बनाने की कोशिश करते रहना चाहिए, पल-पल, हर पल।

ख्यालों के आईने में...

गलती उसी से होती है जो मेहनत करता है, मेहनत ना करने वालों की जिंदगी तो दूसरों की गलती खोजने में ही खत्म हो जाती है।

सब दुःख दूर होने के बाद मन प्रसन्न होगा, यह आपका भ्रम है। मन प्रसन्न रखो सब दुःख दूर हो जाएंगे, यह हकीकत है।

जीवन में परेशानियाँ चाहे जितनी भी हों, चिंता करने से और बड़ी हो जाती हैं, खामोश होने से काफी कम हो जाती हैं, सब करने से खत्म हो जाती हैं और परमात्मा का शुक्र करने से खुशियों में बदल जाती हैं।



शाहकोट-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर नवयुग संस्था की ओर से राजयोगीनी ब्र.कु. तुलसी को मोमेंटो भेंट कर सम्मानित करते हुए शहर के विधायक हरदेव सिंह, एस.डी.एम. चारु मेहता तथा अन्य।



शिमला-रोहटु। राज्य स्तरीय कार्यक्रम के समापन समारोह में ब्र.कु. रीता व ब्र.कु. रेनु को मोमेंटो भेंट कर सम्मानित करते हुए अतिरिक्त उपयुक्त प्रभा राजीव। साथ ही एस.डी.एम. वी.आर. शर्मा, डी.एस.पी. अनिल शर्मा तथा अन्य।



राँची-झारखंड। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर जन-जन को राजयोग के प्रति जागरूक करने हेतु रैली निकालते हुए ब्र.कु. बसंती तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



उधमपुर-जम्मू कश्मीर। मोगरी गांव में आयोजित त्रिदिवसीय आध्यात्मिक प्रदर्शनी के दौरान तहसीलदार पंकज भाव, नायब तहसीलदार शंकर दास, एस.एच.ओ. फारूक अहमद, जिला खेल अधिकारी, रिटायर्ड कर्नल ब्र.कु. श्यामलाल तथा अन्य अतिथियों को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु. ममता तथा ब्र.कु. ब्रजमोहन।



रानीखेत-उत्तराखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आर्मी पर्सनल युनिट, चौबटिया में आयोजित कार्यक्रम में जवानों को राजयोग के बारे में बताते हुए ब्र.कु. बलराम तलरजा।



शमसावाद-आगरा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर बी.के. पार्क में आयोजित कार्यक्रम में योग कराते हुए योगार्थी ब्र.कु. बाबूलाल, माउण्ट आबू। योग करते हुए भाई-बहनें।



कानपुर-वाराणसी। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर इलेक्ट्रिक लोको शेंड, फज़ल गंज द्वारा आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. शशी, ब्र.कु. सुनीता, प्रदीप शर्मा, डी./आर.एस./सी.एन.बी., शिवम श्रीवास्तव डी./आर.एस./सी.एन.बी. तथा अन्य।

कथा सरिता

मुस्कराहट

पुरानी कहावत है - "जहाँ ना पहुंचे रवि, वहाँ पहुंचे कवि"।

ऐसे ही एक कवि एक बाग से गुजर रहे थे। बाग में हजारों फूल खिले थे। सारे फूल मुस्कराते नजर आ रहे थे। उस बाग का नज़ारा स्वर्ग के समान था। कवि महोदय एक फूल के पास गए और बोले, मित्र तुम कुछ दिनों में मुरझा जाओगे, तुम कुछ दिनों

में इस मिट्टी में मिल जाओगे, तुम फिर भी मुस्कराते रहते हो, इतनी ताजगी से खिले रहते हो, क्यों? फूल कुछ नहीं बोला। इतने में एक तितली कहीं से उड़ती हुई आई और फूल पर बैठ गयी। काफी देर तक तितली ने फूल की ताजगी का आनंद उठाया और फिर उड़ चली। अब कुछ देर बाद एक भंवरा आया और फूल के चारों ओर घूमते हुए मधुर संगीत सुनाया, फिर फूल पर बैठ कर खूशबू बटोरी और फिर से उड़ चला।

एक मधुमक्खी झूमती हुई आई और फूल पर आकर बैठ गयी, ताज़ा और सुगन्धित पराग पाकर मधुमक्खी बहुत खुश हुई और शहद का निर्माण करने उड़ चली।

फिर एक छोटा बच्चा बाग में अपनी माँ के साथ खेलने आया। खिलते फूल को

देखकर उसका मन बहुत प्रसन्न हुआ। उसने अपने कोमल हाथों से फूल को स्पर्श किया और खुश होता हुआ फिर से खेल में लग गया।

अब फूल ने कवि से कहा - देखा, पल भर के लिए ही सही लेकिन मेरे जीवन ने ऐसे ही ना जाने कितने लोगों को खुशियां दी हैं। इस छोटे से जीवन में ही मैंने बहुत सारे चेहरों पर मुस्कान बिखेरी है। मुझे पता है कि कल मुझे इस मिट्टी में मिल जाना है लेकिन इस मिट्टी ने ही मुझे ये ताजगी और सुगंध दी है तो फिर इस मिट्टी से मुझे कोई शिकायत नहीं है।

मैं मुस्कराता हूँ क्योंकि मैं मुस्कराना जानता हूँ। मैं खिला हूँ क्योंकि मैं खिलखिलाना जानता हूँ। मुझे अपने मुरझाने पर गम नहीं है। मेरे बाद कल फिर इस मिट्टी में नया फूल खिलेगा, फिर से ये बाग सुगन्धित हो जाएगा। ना ये ताजगी रुकेगी और ना ही ये मुस्कराहट। यही तो जीवन है।

एक संत अपने शिष्य के साथ जंगल में जा रहे थे। ढलान से गुजरते वक्त अचानक शिष्य का पैर फिसला और वह तेज़ी से नीचे की ओर लुढ़कने लगा। वह खाई में गिरने ही वाला था कि तभी उसके हाथ में बांस का एक पौधा आ गया। उसने बांस के पौधे को मजबूती से पकड़ लिया और वह खाई में गिरने से बच गया। बांस धनुष की तरह मुड़ गया लेकिन न तो वह जमीन से उखड़ा और न ही टूटा। वह बांस को मजबूती से पकड़कर लटका रहा। थोड़ी देर बाद उसके गुरु पहुंचे। उसको हाथ का सहारा देकर ऊपर खींच लिया। दोनों अपने रास्ते पर आगे बढ़ चले। राह में संत ने शिष्य से कहा, जान बचाने वाले बांस ने तुमसे कुछ कहा, तुमने सुना क्या?

शिष्य ने कहा, नहीं गुरु जी, शायद प्राण संकट में थे इसलिए मैंने ध्यान नहीं दिया और मुझे तो पेड़-पौधों की भाषा भी नहीं आती। आप ही बता दीजिए उसका संदेश। गुरु मुस्कराये और बोले, खाई में गिरते

समय तुमने जिस बांस को पकड़ लिया था, वह पूरी तरह मुड़ गया था। फिर भी उसने तुम्हें सहारा दिया और जान बचा ली। संत ने बात आगे बढ़ाते हुए कहा कि बांस ने तुम्हारे लिए जो संदेश दिया वह मैं तुम्हें दिखाता हूँ। गुरु ने रास्ते में खड़े बांस के एक पौधे को खींचा और फिर छोड़ दिया। बांस

लचककर अपनी जगह पर वापस लौट आया। हमें बांस के इसी लचीलेपन की खूबी को अपनाना चाहिए। तेज़ हवाएं बांसों के झुरमुट को झकझोर कर उखाड़ने की कोशिश करती हैं लेकिन वह आगे-पीछे डोलता हुआ मजबूती से धरती में जमा रहता है। बांस ने तुम्हारे लिए यही

संदेश भेजा है कि जीवन में जब भी मुश्किल दौर आए तो थोड़ा झुककर विनम्र बन जाना लेकिन टूटना नहीं, क्योंकि बुरा दौर निकलते ही पुनः अपनी स्थिति में दुबारा पहुंच सकते हो।

शिष्य बड़े गौर से सुनता रहा। गुरु ने आगे कहा, बांस न केवल हर तनाव को झेल जाता है बल्कि यह उस तनाव को अपनी शक्ति बना लेता है। और दुगुनी गति से ऊपर उठता है। बांस ने कहा कि तुम अपने जीवन में इसी तरह लचीले बने रहना। गुरु ने शिष्य को कहा, पुत्र पेड़-पौधों की भाषा मुझे भी नहीं आती। बेजुबान प्राणी हमें अपने आचरण से बहुत कुछ सिखाते हैं।

जरा सोचिए, कितनी बड़ी बात है। हमें सीखने के सबसे ज़्यादा अवसर उनसे मिलते हैं जो अपने प्रवचन से नहीं बल्कि कर्म से हमें लाख टके की बात सिखाते हैं। हम नहीं पहचान पाते तो यह कमी हमारी है।



विनम्रता को ना छोड़ें



मोम का शेर

सर्दियों के दिन थे। अकबर का दरबार लगा हुआ था। तभी फारस के राजा का भेजा एक दूत दरबार में उपस्थित हुआ। राजा को निचा दिखाने के लिए फारस के राजा ने मोम से बना शेर का एक पुतला बनवाया था और उसे पिंजरे में बंद करके दूत के हाथों अकबर को भिजवाया और उन्हें चुनौती दी कि इस शेर को पिंजरा खोले बाहर निकाल कर दिखाए।

बीरबल की अनुपस्थिति के कारण अकबर सोच में पड़ गए कि अब इस समस्या को कैसे सुलझाया जाए। अकबर ने सोचा कि अगर दी हुई चुनौती पार नहीं की गई तो जग हँसायी होगी। इतने

में ही परम चतुर, ज्ञान-गुणवान बीरबल आ गए। और उन्होंने मामला हाथ में ले लिया।

बीरबल ने एक गरम सरिया मंगवाया और पिंजरे में कैद मोम के शेर को पिंजरे में ही पिघला डाला। देखते-देखते मोम पिघलकर बाहर निकल गया। अकबर अपने सलाहकार बीरबल की इस चतुराई से काफी प्रसन्न हुए और फारस के राजा ने फिर कभी अकबर को चुनौती नहीं दी।

शिक्षा : बुद्धि के बल पर बड़ी से बड़ी समस्या का हल निकाला जा सकता है।



आस्का-ओडिशा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम का शुभारम्भ करते हुए विधायक मंजुला स्वेन, ब.कु. प्रवाती, एस.डी.पी.ओ. सूर्यमणि प्रधान, रिटायर्ड प्रिन्सिपल पीजेन्ट्स पण्डा, ओडिशा सेक्रेट्री जय चन्द्रकायक, पतंजलि योग समिति से योगा गुरु प्रसन्ना मिश्रा, चिन्मय मिशन से रघुनाथ पाढ़ी तथा अन्य।



धुवनेश्वर-मंचेश्वर। ज्ञानचर्चा के पश्चात् सेंट जेवियर स्कूल की प्रिंसिपल रंजीता पाणिग्रही के साथ ब.कु. मंजू तथा स्कूल टीचर्स।



बहादुरगढ़-हरियाणा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्माकुमारीज एवं आयुष विभाग के तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम के दौरान आयुष विभाग, झज्जर के डॉ. मोहम्मद कादिर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. अंजली। साथ हैं विधायक नरेश कौशिक, एस.डी.एम. तरुण पावरिया, पतंजलि योग समिति अध्यक्ष दीपक कुमार तथा अन्य।



एस.बी.एस. नगर-नवांशहर(पंजाब)। ज्ञानचर्चा के पश्चात् जिला बार एसोसिएशन के नवनिर्वाचित प्रधान एडवोकेट वरिन्दर सिंह पाहवा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका व प्रसाद भेंट करते हुए ब.कु. राम व ब.कु. पोखर।



गाया-ए.पी. कॉलोनी(बिहार)। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती की 54वीं पुण्य स्मृति दिवस पर श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए जेल सुपरिटेण्डेंट राजीव कुमार, डॉ. कृष्ण मुरारी, मगध प्रमण्डल आयुक्त के सटेनो आनंद मोहन, समाजसेवी गीता बहन, अधिवक्ता शिव बच्चन सिंह, व्यवसायी राजू अग्रवाल, ब.कु. सुनीता तथा अन्य।



रादौर-कुरुक्षेत्र। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर पुष्पांजलि अर्पित करते हुए ब.कु. राज बहन, ब.कु. राजू, ब.कु. साक्षी, ब.कु. ऋतु तथा ब.कु. अनिशा।



मुकेरिया-दसुआ(पंजाब)। नवनिर्मित ज्ञान सूर्य भवन के उद्घाटन के पश्चात् समूह चित्र में ब.कु. ज्ञानी बहन, ब.कु. सुमन, ब.कु. मधु, ब.कु. जसकिरत तथा अन्य।



अमृतसर-पंजाब। ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग द्वारा आयोजित मेरा भारत स्वर्णिम भारत बस प्रदर्शनी अभियान के अमृतसर पहुंचने पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान बस अभियान टीम को सम्मानित करते हुए राष्ट्रीय सिक्ख फेडरेशन के अध्यक्ष सरदार रघुवीर सिंह तथा उनके साथी।



जो आउटपुट है, अगर वो अच्छा है तो समझो आपका शरीर अच्छा है। आउटपुट के आधार से क्या खाना है वो डिस्टाइंड होता है, और आपने क्या खाया है वो पता चलता है। इसलिए हम सभी इस बात से अवेयर हो जाएं कि हमारा सबकुछ एक मनोवैज्ञानिक आराम से जान सकता है, सिर्फ आपके शरीर और शरीर के अंगों का ठीक होना या न होना देखकर। हम कुछ भी छिपा नहीं सकते, और ये दवाई सिर्फ और सिर्फ एक प्लेसबो इफेक्ट का ही काम करती है, जिससे आपको लगता है कि मैं ठीक हो रहा हूँ। लेकिन ये सिर्फ एक मनोवैज्ञानिकता है, ना कि कुछ और।

होम्योपैथी में मेरे विश्वास का मुख्य कारण इसका भौतिक ना होकर आध्यात्मिक चिकित्सा पद्धति होना है। यह पद्धति भौतिकवाद पर आश्रित न होकर आध्यात्मिकता पर आश्रित है। मनुष्य का जो स्थूल शरीर हमें दिखता है, उस पर सूक्ष्म तत्वों का अमिट प्रभाव पड़ता है। चाहे कोई कितना भी आज की दुनिया में मॉडर्न हो, वह भी इस बात से इंकार नहीं कर सकता। एक उदाहरण यह है कि जब किसी व्यक्ति को पता चला कि उसका घर जल गया है तो उसे लकवा मार गया। अर्थात् पक्षाघात हो गया। आप देखिए,

गुस्सा आते ही शरीर थर-थर काँपने लगता है। कई बार डर के कारण हार्ट अटैक भी आ जाता है। स्थूल देह पर इन सूक्ष्म मनोभावों का इतना भयंकर परिणाम क्यों होता है? हमारा मानना है कि ऐसा इसलिए होता है क्योंकि स्थूल का नियंत्रण सूक्ष्म से तथा अभौतिक द्वारा भौतिक का नियंत्रण हो रहा है। जो कोई भी शरीर में हलचल होती है उसका कारण सूक्ष्म है। मन कहता है कि ये देह कर रहा है, परंतु ऐसा बिल्कुल भी नहीं है। सभी चिकित्सा पद्धतियों में होम्योपैथी

मन की चिकित्सा मन द्वारा



एक ऐसी चिकित्सा पद्धति है जो इस आध्यात्मिक सच्चाई को पकड़ पाती है। भारत का अध्यात्म शास्त्र कहता है कि मन ही मानव के रोग में बंध जाने का कारण है। इसी सत्य को आधार मानकर होम्योपैथी कहता है कि स्थूल शरीर को ताकत देने वाला सूक्ष्म शरीर है जिसे अंग्रेजी भाषा में वाइटल फोर्स कहते हैं। जिसे भारतीय आध्यात्मिक

शास्त्र में कारण शरीर या कैजुअल बॉडी कहते हैं। इसी बॉडी के आधार से हमारा स्थूल शरीर चलता है। रोग का प्रारंभ हमारे कारण शरीर में या सूक्ष्म शरीर में जीवनी शक्ति जिसे हम वाइटल फोर्स कहते हैं, में होता है। जैसे ही सूक्ष्म शरीर हमारा स्वस्थ हो जाता है वैसे ही हम भी स्वस्थ हो जाते हैं। इसलिए यह चिकित्सा मोडालिटीज

या व्यक्ति की प्रकृति के आधार से काम करती है। हालांकि यह पद्धति बहुत धीरे-धीरे कार्य करती है इसलिए सभी इसको पसंद नहीं करते। आप एलोपैथी से जल्दी ठीक नहीं होते हैं, बस थोड़ी देर के लिए हीलिंग हो जाती है। होम्योपैथी में देरी जरूर लगती है लेकिन यह जड़ से बीमारी को नष्ट कर देती है। दुबारा उस बीमारी के ना होने के चांसेस बढ़ जाते हैं। निरंतर मन में उठने वाले दुःख, शोक, तकलीफ के कारण ही बीमारियों का आज जन्म हो रहा है। जीवन में होने वाली परेशानियों का आज किसी के पास समाधान हो नहीं सकता, सिवाय आध्यात्मिकता के। समय हमारे अनुकूल नहीं रहेगा, हमें उसे अपने अनुकूल करना पड़ेगा। यही सच है। होम्योपैथी का मात्र एक उदाहरण है, लेकिन मानसिक रूप से विश्वस इंसान के लिए मेडिकल साइंस के पास कोई भी दवाई नहीं है। आज मात्र परमात्मा का सहारा ही चाहिए, जो हमें इन बातों से निकाल सकता है।



डॉ. कु. अनुज, दिल्ली

उपलब्ध पुस्तकें जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न : मेरा 21 साल का बेटा अचानक ही एक्सीडेंट में चला गया। हम उसे भूल नहीं पा रहे हैं, कैसे भूलें?

उत्तर : बात तो बहुत बड़ी है। माँ-बाप अपने 21 साल के बच्चे को अचानक, जो अभी था और अभी नहीं है, बहुत बुरा इफेक्ट मानसपटल पर आता है। अब देखिये ये घटना हो गई है उसको वापिस नहीं लाया जा सकता, इसलिए उसे आत्मा देखकर शांति का दान दें। वो जहाँ भी होगा उसे शांति प्राप्त होगी और आपका चित्त भी शांत हो जायेगा। एक चीज मैं हमेशा कहता हूँ कि एक्सीडेंट से मरने वालों को बहुत जल्दी पुर्नजन्म नहीं मिलता लेकिन अगर आप उसे योग का दान देंगे तो उसका पुर्नजन्म जल्दी से जल्दी हो जायेगा। तो अब आपका उससे सच्चा प्यार है तो ये काम आपको करना है। बाकी धीरे-धीरे भूल जायेगा, ये तो नेचुरल है। नहीं तो इनके और दूसरे बच्चों के भविष्य पर असर आयेगा। इसलिए राजयोग में, पुण्य कर्मों में, सेवा में लग जायें तो धीरे-धीरे भूल जायेंगे।

प्रश्न : मेरे पति को शरीर छोड़े एक साल हो गया है और उनसे तीन महीने पहले ही मेरे 18 साल के बेटे ने भी शरीर छोड़ दिया। परमात्मा तो मुझे मिल गये हैं लेकिन अब इस बात को लेकर मन में प्रश्न उठता है कि ऐसा क्यों हुआ? मैं भूल नहीं पा रही हूँ। योग नहीं लगता, बाबा के कमरे में जाती हूँ तो रोना आता है। मैं क्या करूँ ?

उत्तर : ये बहुत ही दुःखद घटना है, निश्चित रूप से एक नारी के लिए पति का जाना और फिर जवान बच्चे का जाना। चलो आपको ज्ञान मिल गया, भगवान मिल गया। तो आपको ये करना है कि उन दोनों को गुड वायब्रेशन दें और उनसे माइंड टू माइंड बात किया करें जैसे वो साकार रूप में आपके सामने हैं। तो आप सन्तुष्ट भी होंगे और बाबा से ऐसा योग लगायें, जहाँ भी वो आत्मायें जन्म लेकर जायें वहाँ वो श्रेष्ठ स्थिति में रहे। उनकी श्रेष्ठ गति हो। जो हो गया अब उसको तो वापिस नहीं किया जा सकता, लेकिन आपको अपने को सम्भालना तो है। ताकि आप अपने भविष्य को, दूसरे बच्चों के भविष्य को सुन्दर बना सकें।

प्रश्न: आपने जैसे एक ऐपीसोड में बताया था कि बच्चे मैथ के प्रति बहुत भागते हैं। मेरी बेटी जो आठवीं क्लास में पढ़ती है उसका भी यही हाल है, तो क्या करना चाहिए?

उत्तर: मानो मैथेमेटिक्स में ही कोई बच्चा कमजोर है या बहुत बोर फील करता है मैथ में, उनको मैथ को देखते ही लगता है कि ये पता नहीं क्या है, मेरे बस का नहीं है। तो कारण क्या है जो मैथेमेटिक्स से रिलेटेड जो केन्द्र है ना ब्रेन में, वो डल है, वो ब्लॉक है, हमें उसको खोलना है। तो जब वो उठे तो पहला संकल्प उससे कराना है कि मैं बुद्धिवान हूँ, तीन बार कराओ। भले मुख से बुलवाओ, मैं बुद्धिवान



- राजयोगी ब.कु. सूर्य

हूँ। इससे उनकी बुद्धि में जो कुछ भी ब्लॉकज हैं, वो खुलने लगेंगे। 21 दिन तक ये काम कराने हैं। जैसे मैथेमेटिक्स की बात है या दूसरे किसी भी सब्जेक्ट की, आई लव मैथेमेटिक्स, मुझे मैथेमेटिक्स में बहुत इंटरैस्ट है। मैं मैथेमेटिक्स में बहुत जल्दी होशियार हो जाऊंगी।

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

Peace of Mind
CABLE Network

hathw@y, SITI, DEN, DIGI, GTPL, FASTWAY, UCN, JioTV

TATA Sky 1065, airtel digital TV 678, VIDEOCON 497, dishtv 1087

ऐसे संकल्प तीन-तीन बार करा दें उनसे। तो मैथेमेटिक्स से रिलेटेड जो केन्द्र है वो खुलने लगेगा और आप देखेंगे उसको मैथेमेटिक्स में रूचि हो जायेगी और सबकुछ ठीक हो जायेगा।

प्रश्न : मैं बीना सिंह हूँ। जैसे कि आपने बताया था कि एक नवजात शिशु जन्म से हार्ट पेशेन्ट था, तो वो उसके पूर्व जन्म का दोष था कि पिछले जन्म में भी वो हार्ट पेशेन्ट था। तो इस जन्म में भी वो हार्ट पेशेन्ट बनकर आया। लेकिन जितना अभी तक मैंने सुना और समझा है तो लोगों ने ये बताया है कि बीमारी आत्मा को नहीं बल्कि शरीर को होती है और जब शरीर से आत्मा निकलती है तो वो बीमारी शरीर में ही रह जाती है ना कि आत्मा के साथ जाती है, तो सच क्या है?

उत्तर: इस आत्मा के साथ और इस शरीर के अन्दर एक सूक्ष्म शरीर भी होता है जो दोनों को इंटरैक्ट कराता है। शरीर जो दिखता है और आत्मा जो यहाँ नहीं दिखती, उन दोनों के बीच में एक सूक्ष्म शरीर भी होता है। तो ये जो बीमारियाँ इस स्थूल शरीर में होती हैं, उसका सूक्ष्म अंश सूक्ष्म शरीर में भी जाता है। तो जब आत्मा शरीर छोड़कर दूसरे गर्भ में जाती है तो वो अकेली नहीं जाती, सूक्ष्म शरीर को लेकर जाती है। इसलिए वो बीमारियाँ उस शरीर में ट्रांसफर हो जाती हैं।

प्रश्न: मेरे बच्चे के दिल में छेद है तो उसको कैसे ठीक किया जा सकता है?

उत्तर: आपको ये विधि अपनानी होगी जो मैं बताता हूँ कि अपने दोनों हाथों को आपस में घर्षण करें और कहें मैं बहुत शक्तिशाली आत्मा हूँ। इसके लिए हम एक शब्द यूज करते हैं वो ये कि भगवान ऑलमाइटी है, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। तो वो शक्तियाँ हाथों से निकलने लगेंगी। जहाँ भी आप हाथों को रखेंगे, हार्ट पर रखेंगे तो हार्ट काम करेगा, किडनी पर रखेंगे तो किडनी, लीवर पर रखेंगे तो लीवर, ब्रेन पर रखेंगे तो ब्रेन, सबके लिए ये एक ही तरीका है।



**व्यक्ति से व्यक्तित्व बड़ा या
फिर बड़ा है कर्म।
बड़ी नित्य वह चेतना, जो बड़ी
इसका मर्म।।**

वर्तमान असार भौतिक संसार में 'मानव जीवन चक्र' का अवलोकन करने पर बोध होता है कि धर्म-कर्म, सम्बन्ध-सम्पर्क, कार्य-व्यवहार में हर व्यक्ति अपने लिए स्थान व अस्तित्व को तलाशता हुआ नजर आता है। परन्तु जीवन पर्यन्त अपने अस्तित्व व स्थान को तलाशता जीवन के अन्त को प्राप्त हो जाता है। परन्तु अस्तित्व व स्थान पाने के उसके प्रयास अन्तहीन ही रहते हैं। वह कभी भी सम्पूर्ण सन्तुष्ट नहीं होता जो कहे अब बस....।

वास्तव में वर्तमान समय संसार में यद्यपि व्यक्ति तन-मन-धन-जन से सम्पन्न है तथा साधन-संसाधन एवं तकनीक उसे सरल व समुचित रीति से सहज ही उपलब्ध हैं, लेकिन एक 'यक्ष' सदैव मनुष्य के सामने खड़ा रहता है कि उसे और चाहिए, असीमित चाहिए। परन्तु क्या चाहिए? कितना चाहिए? क्यों चाहिए? कैसे मिलेगा? कहाँ से मिलेगा? सदैव इसी उधेड़-बुन के ताने-बाने में उलझा सा रहता है। तन के लिए नाना प्रकार के खाद्य पदार्थ, औषधि, चिकित्सक एवं चिकित्सालय उपलब्ध हैं। फिर भी तन रोग ग्रस्त है, सब कुछ होते मन में संतोष नहीं, चाहिए-चाहिए के फेरे में मन अभाव ग्रस्त है। सर्व सम्बन्धों के जीवन में रहते भी सम्बन्धों का सुख नहीं अपितु मानव अभाव, तनाव, टकराव, दुराव की स्थिति में जीवन जी रहा है। सम्बन्धों से भिन्न हर कोई अपने लिए बाहर के साधनों व स्रोतों से प्रेम, सुख, शांति, सहयोग व आनंद को ढूँढता फिर रहा है। एक नेत्रहीन व्यक्ति की भाँति टटोलता फिर रहा है कि शायद कहीं से उसे कुछ मिल जाये।

वास्तव में इन सभी उलझनों का कारण है - उस शक्ति, चेतना या सत्ता से अपरिचित व अनभिज्ञ होना जो इन सभी साधनों और संसाधनों, पदार्थों तथा सम्बन्धों का उपयोग, प्रयोग और उपभोग करती है। हमें ज्ञात है कि किसी भी कार्य अथवा क्रिया को करने या होने के लिए समग्र व समुचित रूप से ऊर्जा की आवश्यकता होती है। बिना ऊर्जा के कोई कार्य अथवा क्रिया का होना सम्भव नहीं है। हर ऊर्जा का एक स्रोत तथा अनेक प्रकार के माध्यम होते हैं, जिनके द्वारा इस चराचर जगत के सभी कार्य संचालित होते हैं। इस जगत में तीन भिन्न प्रकार की सत्तायें समयानुसार कार्य करती हैं, जिन्हें हम भौतिक, अभौतिक और पराभौतिक के रूप में समझते या मानते हैं। भौतिक ऊर्जा या सत्ता को हम पाँच तत्वों के रूप अथवा नाम से जानते हैं यथा - जल,

वायु, अग्नि, पृथ्वी और आकाश।

इन पाँचों तत्वों में विद्यमान अर्धचेतन ऊर्जा को अभौतिक सत्ता (चेतना) प्रयोग, उपभोग एवं उपयोग करती है। जिसको हम आत्मा के नाम या सम्बोधन से संभवतः जानते हैं, परिचित हैं। तीसरी जो पराभौतिक सत्ता (शक्ति) जो पूरे ब्रह्माण्ड को संचालित, आन्दोलित तथा रूपान्तरित करने की शक्ति, विधि व आधार प्रदान करती है। उस पराभौतिक चेतना को हम सर्वशक्तिमान 'परमात्मा' ईश्वर मानते हैं जो सर्वोपरि, सर्वस्व, सत्-चित्त-आनंद रूप है।

ऊर्जा का परिचय व पहचान

ऊर्जा भौतिक-अभौतिक तथा पराभौतिक जिस भी स्वरूप में है, उसे इन चर्म चक्षुओं के द्वारा नहीं देखा जा सकता। जबकि भौतिक ऊर्जा को देह की कर्मेन्द्रियों के माध्यम से, अभौतिक को प्रकम्पनों द्वारा तथा पराभौतिक को आन्तरिक अनुभूतियों के माध्यम से हम महसूस करते हैं। सभी प्रकार की चेतनाओं में विशेष शक्ति व निजी गुण होते हैं। उसी विशेषता के आधार पर ब्रह्माण्ड में तीन प्रारूपों में ऊर्जा क्रियान्वित होती है।

ऊर्जा (चेतन सत्ता की शक्ति) की पहचान है कि जिस स्थान से जायेगी वहाँ भी परिवर्तन होगा और जहाँ जोग्यी वहाँ भी परिवर्तन अवश्य होगा ही होगा। उदाहरण स्वरूप जल तत्व में शीतलता के रूप में, अग्नि तत्व में ऊष्मा (तपन, गर्माहट) के रूप में, वायु तत्व में गंध रूप के रूप में, आकाश तत्व में ध्वनि तरंगों तथा प्रकम्पनों के रूप में तथा पृथ्वी तत्व में प्रतिक्रिया के प्रकम्पनों (भूकम्प) के रूप में शरीर के भिन्न अंगों व इन्द्रियों द्वारा हम अनुभव करते हैं, आँखों से देख नहीं सकते।

जो भी तरंगों हमारे शरीर के साथ-साथ या बिना शरीर को स्पर्श-संपर्क किये हमारी मनोदशा व दिशा को परिवर्तित कर दे वह अभौतिक सत्ता (चेतना, ऊर्जा) द्वारा ही होता है। जैसे मुख से निकले बोल दिखते नहीं लेकिन किसी को दुःखी या खुश कर देते हैं। आँखों द्वारा मानसिक भावों के प्रकम्पन व्यक्ति को भयभीत अथवा प्रसन्न कर देते हैं। वास्तव में इन सभी भौतिक सत्ताओं व शक्तियों को संचालित-आन्दोलित करने वाली अभौतिक चैतन्य सत्ता है। जिसे आध्यात्मिक भाषा में 'आत्मा' नाम से जाना अथवा सम्बोधित किया जाता है। दृश्य जगत के पाँचों तत्व निरन्तर रूपांतरित व स्थानांतरित होते रहते हैं, किन्तु अभौतिक चेतना (आत्मा) स्थानान्तरण तो होता है परन्तु रूपांतरण नहीं होता। संभवतः इसी कारण

धर्मज्ञानुसार आत्मा को अजर-अमर-अविनाशी की संज्ञा दी गई है।

अब हम दोनों ऊर्जाओं को मैं और मेरा मान लें। मेरा अर्थात् तत्वों सहित जो भी दिखता जो मेरे पास है या जो मैं पाना चाहता हूँ, बनाना चाहता हूँ या मेरी समस्त दृश्य, अदृश्य प्राप्तियाँ। मैं आत्मा देह के माध्यम से कोई इन्द्रिय द्वारा सुख-दुःख, लाभ-हानि, आदान-प्रदान, क्रिया-कलापों के रूप में इन सभी क्रियाओं का अनुभव करती हूँ। वस्तुतः पाँच तत्वों से बने इस देह में तत्वों की समस्त ऊर्जा को मैं आत्मा, चैतन्य सत्ता ही प्रयोग-उपयोग, उपभोग एवं कार्यान्वित करती हूँ।

व्यक्ति (आत्मा) का लक्ष्य

अपने सम्पूर्ण जीवन काल में व्यक्ति को देह के लिए रोटी-कपड़ा और मकान तथा जीवन पर्यन्त सुख-शांति, समृद्धि प्रेम तथा सम्मान चाहिए। अपने जीवन में यदि हम आत्मिक जीवन मूल्यों को चिरस्थायी बनाना चाहते हैं तो पहले स्वयं के 'सत्य' चैतन्य स्वरूप को पहचानना व समझना होगा। फिर स्वयं की वास्तविक ऊर्जा-क्षमता व गुण धर्म, कर्म को सही दिशा में प्रयोग, उपयोग व उपभोग करके अपने जीवन में सुख, समृद्धि, शांति, आनंद, प्रेम, सहयोग की श्रेष्ठ दशाओं का निर्माण कर स्वयं व स्वजनों के जीवन के लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं।

इस लक्ष्य को पाने के लिए सत्य ज्ञान की आवश्यकता है और सत्य ज्ञान हमें पराभौतिक सत्ता अर्थात् परमपिता परमात्मा के सानिध्य एवं मार्गदर्शन से ही प्राप्त हो सकता है, किसी मनुष्य से नहीं। परमपिता परमात्मा 'शिव'(कल्याणकारी) जोकि इस असार-संसार से परे, परमधाम (ब्रह्मलोक) ब्रह्ममहत्त्व के निवासी हैं, सत् चित्त आनंद (सच्चिदानन्द) स्वरूप हैं, वे ही मानव के, सृष्टि के आदि-मध्य-अन्त का ज्ञान (सूचना व समझ) देते हैं। परमात्मा से प्राप्त ज्ञान (सूचना) और स्वयं के कर्म द्वारा प्राप्त अनुभवों द्वारा हर मनुष्यात्मा अपने जीवन में श्रेष्ठतम व्यक्तित्व का निर्माण कर सकती है तथा श्रेष्ठ चरित्र द्वारा जीवन को सुख-शांति, सम्मान पूर्वक उत्तम दैवी जीवन को आनन्दपूर्वक जी सकती है।

अन्ततः सार रूप में देखें तो व्यक्ति (चेतन सत्ता आत्मा) अपने ही कर्मों के द्वारा स्वयं के व्यक्तित्व का निर्माण करता है और उसी व्यक्तित्व अनुसार उसके कर्म होते हैं। उन्हीं कर्मों को व्यक्ति, सुख-दुःख, लाभ-हानि, अभाव-प्रभाव, तनाव-टकराव के रूप में भोगता (अनुभव करता) है। व्यक्ति से व्यक्तित्व बड़ा कर्म। बड़ी 'नित्य' वह 'चेतना' मर्म।।

- ब्र.कु. रमेश, त्रिलोकपुरी, दिल्ली।



वहजोर्ह-डिवाह(उ.प्र.)। विश्व कल्याणी भवन के प्रथम वार्षिकोत्सव का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए संभल जिलाधिकारी अविनाश कृष्ण सिंह, वरिष्ठ समाजसेवी, व्यापार मंडल अध्यक्ष अरविंद वाणोंय, कपिल वाणोंय, ब्र.कु. कुसुम, ब्र.कु. अलका तथा ब्र.कु. रचना।



मुकेरिया-पंजाब। सेवाकेन्द्र पर आयोजित नि.शुल्क मेडिकल कैम्प के दौरान आँधों सेशालिस्ट डॉ. स्वनिल शर्मा व कार्डियो सेशालिस्ट डॉ. आशुतोष शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता, नवसारी गुजरात तथा ज्ञानी माता।



हेली मंडी-हरियाणा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् डी.एस.पी. भारती डबास को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. संतोष।



राँची-झारखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. निर्मला, आर्किटेक्ट अनिल जी तथा सी.ए. एंजेला गोयंका।



जुहँरा-भरतपुर(राज.)। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर पुष्पांजलि अर्पित करने के बाद चित्र में डॉ. महेशचंद्र शर्मा, ब्र.कु. प्रीति तथा अन्य।



जम्मू-बी.सी. रोड। ब्रह्माकुमारीज द्वारा बी.पी.सी.एल., बाहू प्लाजा में आयोजित 'मैनेजिंग स्ट्रेस इन कॉर्पोरेट' विषयक वर्कशॉप में उपस्थित हैं ब्र.कु. रविन्द्र, राजेश शर्मा, रिटेल हेड, बी.पी.सी.एल., ब्र.कु. रमा, ब्र.कु. कान्ता तथा बी.पी.सी.एल. स्टाफ।

व्यक्तिगत प्रभावशीलता पर सम्मेलन

ब्रह्माकुमारीज के वैज्ञानिक एवं अभियंता प्रभाग द्वारा 'व्यक्तिगत प्रभावशीलता' विषय पर आयोजित त्रिदिवसीय अखिल भारतीय सम्मेलन में देश के सैकड़ों प्रतिनिधियों ने भाग लिया।



सम्मेलन में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. गोदावरी दीदी, डालमिया सीमेंट, दिल्ली के एम.डी. महेन्द्र सिंह, ब्र.कु. मोहन सिंघल, ब्र.कु. चंद्रिका, ब्र.कु. जवाहर मेहता, ब्र.कु. भारत भूषण, ब्र.कु. भरत, ब्र.कु. पीयूष तथा अन्य।

ज्ञानसरोवर-मा.आबू। ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी जी ने वीडियो संदेश के माध्यम से कहा कि साइंस अपना काम अच्छा कर रहा है। मगर साइंसेस भी कम नहीं। ना कुछ बोलना है और ना ही कुछ सोचना है। परमात्मा की याद में रह कर पूरी दुनिया को परमात्म प्रकाश पहुंचाना है। सकारात्मक सोच को चारों ओर पहुंचाना है। डालमिया सीमेंट, दिल्ली के एम.डी. तथा सी.ई.ओ. महेन्द्र सिंह ने मुख्य अतिथि के रूप में कहा कि यह आध्यात्मिकता का सबसे उत्तम स्थान है। यहाँ आने पर सकारात्मक सोच को और प्रभावशाली बनाने की प्रेरणा मिलती है और हम सर्व हिताय को चरितार्थ करते हुए लक्ष्य को प्राप्त करते हैं। उन्होंने कहा कि हम सभी के सामने आज पर्यावरण को शुद्ध बनाने की विभिन्न चुनौतियाँ हैं। हम सभी को मिलकर उसे पूर्ण करना होगा। वैज्ञानिक और अभियंता प्रभाग के अध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. मोहन सिंघल ने कहा कि हमारी संस्कृति का आधार ही अध्यात्म है। आध्यात्मिकता के जरिए ही हम

प्रकृति को शुद्ध और संतुलित बना सकते हैं। उन्होंने कहा कि मन को जीतना भी बड़ी बात है, मगर राजयोग के अभ्यास से यह काफी आसान है। वैज्ञानिक और अभियंता प्रभाग, दिल्ली के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. जवाहर मेहता ने शुभकामनाएं देते हुए कहा कि हम सभी को पहले अपनी प्रभावशीलता का विकास करना होगा। ऐसा विकास तभी होगा जब हम अध्यात्म का सहारा लेंगे, खुद को जानेंगे और शुरुआत वहीं से करेंगे। वैज्ञानिक और अभियंता प्रभाग, मुंबई की संयोजिका राजयोगिनी ब्र.कु. गोदावरी दीदी ने कहा कि प्रभावशीलता के लिए मुख से कुछ कहने की जरूरत नहीं पड़ती, बस अपना निर्माण करना होता है। प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु. भारत भूषण ने सम्मेलन को अपनी शुभकामनाएं दी। वैज्ञानिक और अभियंता प्रभाग, दिल्ली के संयोजक ब्र.कु. पीयूष ने भी सम्बोधित किया। प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. भरत ने अतिथियों का स्वागत किया।

सकारात्मक परिवर्तन में मीडिया अहम भूमिका निभाये - जयदीप



सेमिनार के दौरान मंचासीन हैं मण्डलायुक्त अजयदीप सिंह, अलीगढ़ मण्डल के सहायक सूचना निदेशक अकील अहमद, ओमशान्ति मीडिया के सम्पादक ब्र.कु. गंगाधर, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. शरद तथा अन्य।

अलीगढ़-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज रघुवीरपुरी सेवाकेन्द्र द्वारा 'सशक्त भारत के निर्माण में मीडिया की अहम भूमिका' विषय पर आयोजित मीडिया सेमिनार में मण्डलायुक्त अजय दीप सिंह ने कहा कि यहाँ आने पर मन को परम शांति की अनुभूति होती है। मन की शांति प्राप्त होने पर ही परम से मुलाकात होती है। उन्होंने कहा कि शांति ही सुखी जीवन का आधार है। यह कार्य प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा किया जा रहा है। यहां पर महिलाओं को अग्रणी रखा गया है। समाज को सही दिशा मातृ शक्ति ही दे सकती है, इसी के मद्देनजर ओमशान्ति मीडिया द्वारा इस गोष्ठी का आयोजन किया गया जिसमें विभिन्न समाचारपत्रों एवं इलेक्ट्रॉनिक मीडिया से जुड़े प्रेस प्रतिनिधियों ने अपने विचार रखे जो सराहनीय हैं। श्री सिंह ने कहा कि पत्रकारिता समाज को सच्ची और

सही दिशा दे सकती है जब उसके केन्द्र बिन्दु में देश के निर्माण एवं विकास की भावना शामिल हो। अलीगढ़ मण्डल के सहायक सूचना निदेशक अकील अहमद ने कहा कि मीडिया लोकतंत्र का चौथा एवं

ओमशान्ति मीडिया की 21वीं वर्षगांठ पर मीडिया महासम्मेलन

महत्वपूर्ण स्तंभ है एवं यह लोगों तथा समाज में महत्वपूर्ण परिवर्तन ला सकता है। इसके लिए मीडिया का निष्पक्ष एवं स्पष्ट होना आवश्यक है। इस अवसर पर मुख्य वक्तव्य देते हुए माउंट आबू से आये ओमशान्ति मीडिया के मुख्य सम्पादक ब्र.कु. गंगाधर ने कहा कि मीडिया में समाज का श्रेष्ठ परिवर्तन करने की क्षमता है। इसके लिए उन्होंने मीडियाकर्मियों

में सकारात्मक ऊर्जा का संचार करना जरूरी बताया। दिल्ली से आये स्वतंत्र पत्रकार ब्र.कु. अनुज ने मीडिया के कार्यक्षेत्र में सकारात्मकता एवं मूल्यों के समावेश द्वारा लाये परिवर्तन के अपने अनुभव व्यक्त किये और कहा कि मूल्यनिष्ठ मीडिया समय की आवश्यकता है। स्थानीय सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. सुनीता ने सभी से राजयोग सीखने का आह्वान किया। इस अवसर पर बरेली से आये ब्र.कु. शरद ने अपने विचार व्यक्त किये। कार्यक्रम का आयोजन ओमशान्ति मीडिया के 21 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में किया गया था। अंत में मण्डलायुक्त अजयदीप सिंह, सहायक सूचना निदेशक अकील अहमद एवं ओमशान्ति मीडिया के मुख्य सम्पादक ब्र.कु. गंगाधर को शॉल ओढ़ाकर एवं स्मृति चिन्ह भेंट कर ब्र.कु. सुनीता ने सम्मानित किया।

मातेश्वरी जी का जीवन अतुलनीय

भरतपुर-राज.। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर अमृसन डिपो सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में कर्नल आसुमन श्रीवास्तव, कमाण्डेन्ट ऑफिसर ने कहा कि हम सेना में कई तरीके से स्ट्रेस में रहते हैं। यहाँ आकर थोड़े ही समय में मैं अपने अंदर एक अलग ही ऊर्जा का संचार महसूस कर रहा हूँ। ये संस्था भारत में ही नहीं विश्व भर में हमारी सभ्यता और संस्कृति का प्रचार-प्रसार कर मानव जाती के कल्याण का कार्य ऐसे समय में कर रही



मातेश्वरी को पुष्पांजलि अर्पित करते हुए कर्नल आसुमन श्रीवास्तव, नगर निगम महापौर शिव सिंह भोंट, काका रघुराज सिंह, एडवोकेट अमर सिंह, ब्र.कु. कविता तथा अन्य।

है जब प्रत्येक मानव को इसकी महती आवश्यकता है। अधिवक्ता अमरसिंह ने कहा कि मातेश्वरी की तुलना किसी मनुष्य मात्र से नहीं की जा सकती क्योंकि वो मोती चुगने वाली थीं, इसलिए वो हंस वाहिनी कहलाई। वह विद्या की देवी थीं, इसलिए सरस्वती कहलाई। काका रघुराज सिंह, डायरेक्टर, लक्ष्मी विलास पैलेस ने कहा कि यह आत्मा और परमात्मा के मिलन का सर्वश्रेष्ठ समय है क्योंकि परमात्मा इसी समय संगम पर आकर मनुष्य आत्मा का कल्याण कर रहे हैं। रिटायर्ड कर्नल तेजराम ने सभी का धन्यवाद किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए ब्र.कु. कविता ने अपने वक्तव्य में कहा कि मातेश्वरी ने मानव मूल्यों को आध्यात्मिकता का उत्कर्ष देकर देवत्व प्रदान किया। साथ ही उन्होंने सभी को आत्मवत होकर जीवन जीने का संकल्प कराया।

दिव्य अलौकिक अभिनंदन समारोह



जयपुर-वैशाली नगर। इस वर्ष ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय माउण्ट आबू में आयोजित समर्पण समारोह में ईश्वरीय सेवार्थ समर्पित हुई जयपुर की ब्र.कु. कमलेश बहन तथा ब्र.कु. भावना बहन का अभिनंदन समारोह सेवाकेन्द्र पर मनाया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में राजस्थान सरकार के परिवहन मंत्री प्रताप सिंह खाचरियावास ने कहा कि अपने जीवन को परमात्मा की सेवा में वही समर्पित कर सकता है जिसने प्रभु प्रेम का रस लिया है। यह बहुत बड़ी महानता है। उन्होंने सेवाकेन्द्र के रूहानी एवं

शक्तिशाली वायुमण्डल की भी सराहना की। संस्थान के मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. करुणा ने कहा कि विश्व परिवर्तन के विशेष समय पर आध्यात्मिकता के श्रेष्ठ मार्ग पर चलना ही सौभाग्यशाली बनना है। इस

अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रम का भी आयोजन हुआ। गायक ब्र.कु. हलधर, माउण्ट आबू ने विशेष समर्पण के गीत गाकर समा बांधा। साथ ही नृत्य एवं नाटक ने सबको मंत्रमुग्ध कर दिया। कार्यक्रम में जे.के. लक्ष्मीपत यूनिवर्सिटी के कुलपति आर.एल. रैना, राहुल सैनी, एस.डी.एम., बरवाडा, ब्र.कु. सुषमा, ब्र.कु. चन्द्रकला सहित अनेक वरिष्ठ एवं अनुभवी वक्ताओं ने अपनी शुभकामनायें व्यक्त की। कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारी बहनों के माता-पिता एवं सम्बंधियों सहित एक हजार लोग उपस्थित थे।

स्कूल में होता भारत का निर्माण - डॉ. सचिन

नागपुर-महा.। ब्रह्माकुमारीज के विश्व शांति सरोवर, जामटा में मुख्याध्यापक एवं शिक्षकों के लिए नृत्य गीत के साथ 'नई पीढ़ी के नैतिक मूल्यों का विकास- एक आह्वान' कार्यक्रम का आगाज हुआ। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में एस.एन. पटवे, शिक्षणाधिकारी, माध्यमिक जिला परिषद उपस्थित थे। विश्व शांति सरोवर की निदेशिका ब्र.कु. रजनी ने कहा कि भारत के निर्माण में एक शिक्षक की अहम भूमिका है। उन्हें न सिर्फ बच्चों को सर्टिफिकेट देना है बल्कि उन्हें आध्यात्मिक रूप से भी तैयार करना



दीप प्रज्वलित करते हुए एस.एन. पटवे, डॉ. सचिन परब, ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. उमा व अन्य।

होगा। डॉ. सचिन परब ने कहा कि भारत जो तैयार होता है वह स्कूल में तैयार होता है और तैयार करने वाले शिक्षक होते हैं। समाज के नकारात्मक

वातावरण का प्रभाव बच्चों के कोमल मन पर तुरंत पड़ता है। जिसके कारण बच्चे छोटी उम्र में ही व्यसनों के ग्राहक बन जाते हैं। अतः बुरी आदतों

के कुप्रभाव से बच्चों को बचाने के लिए राष्ट्रीय योजना 'मेरा स्कूल तंबाकू मुक्त स्कूल - मेरा शहर तंबाकू मुक्त शहर' के अंतर्गत ब्रह्माकुमारीज द्वारा स्कूलों में जाकर जागृति के कार्यक्रम आयोजित किये जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि बच्चों को ऐसी परिस्थिति से बचाने के लिए वैल्यू एजुकेशन दिये जाने की जरूरत है। ब्र.कु. उमा ने सभी को ब्रह्माकुमारीज की गतिविधियों से अवगत कराया। मंच संचालन ब्र.कु. रक्षा ने किया। कार्यक्रम में करीब 1200 मुख्याध्यापक उपस्थित थे। सभी को राजयोग की गहन अनुभूति कराई गई।