

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -22

अंक - 6

जून-II-2020



(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

Rs. 8.50



विश्व कल्याणमयी मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती

योगियों में वे सर्व महान् थीं। धर्म-दर्शन-मजहब और ईमान थीं। वह दिव्यगुणों की खान थीं। वह मदर-ए-जहान थीं। वह न होतीं तो कुछ भी न होता। वही तो प्रजापिता ब्रह्मा के मुख द्वारा परमात्मा शिव का ईश्वरीय ज्ञान सुनकर सभी यज्ञ-वत्सों को समझाती थीं। जो कोई भी उनके सानिध्य में आया उनके मुख से माँ ओ माँ, जगत अम्बा माँ बोल स्वतः ही निकल जाते। ऐसी विश्व कल्याणमयी महावरदायिनी को उनके स्मृति दिवस पर शत्-शत् नमन...

प्रजापिता ब्रह्मा बाबा के पश्चात् जगदम्बा सरस्वती का स्थान तो अपनी रीति से सर्व महान् है। यज्ञ की स्थापना में उनकी शिरोमणि पवित्रता, घोर तपस्या, अटूट निश्चय इत्यादि की तो जितनी महिमा की जाये उतनी ही कम है। जिन्होंने उनके मुख-मंडल को देखा है, उनसे पूछिये कि वे कुदरत की क्या कमाल थीं! उनको देख कर तो महा अज्ञानी भी कह उठता था।

“माँ, ओ माँ! तेरी ठण्डी छाँ! तेरी शीतल बाँ!
तेरी हँ में हँ, ओ माँ!
तू ले जा चाहे जहाँ, हमें दिखता आसमाँ, भूल
गया जहाँ! माँ ओ माँ! ...”

कैसी थी वो भीनी-भीनी मुस्कराहट जो शिव और ब्रह्मा ने ज्ञान-रंग से चित्रांकित की हो! उस मुस्कराहट को देख कर तो रोना सदा के लिए बन्द हो जाता। वे निर्मल नैन जिनसे योग-तपस्या की प्रकाश-रश्मियाँ जिस पर पड़ती, उसे भी योग के पंख पर बिठा कर फर्श से अर्श पर ले जातीं। उनका वह दिव्य व्यक्तित्व ही ऐसा था कि वे एक अहिंसक सेना की सेनापति दिखायी देती थीं। उनकी चाल-ढाल ही ऐसी थी कि जिसमें 'योग' और 'राज' मिलकर उसे इतना भव्य, दिव्य, सुसम्भ्य बनाते थे कि बात मत पूछिये। जिस किसी को भी उनका स्पर्श मिला, उसने अनुभव किया कि उसकी इन्द्रिय चंचलता शान्त हो चली। जिस समय किसी ने उनके कमरे में प्रवेश किया तो देखा कि वे समाधिस्थ हैं, तपस्यारत हैं अथवा हंस-माता के रूप में ज्ञान-रत्नों को धारण किये हैं। क्या जादू था उनकी तस्वीर में! क्या सुगन्धि थी उनके व्यवहार में! कैसी महक थी उनके कर्माँ में! जिसने उन्हें परिचययुक्त दृष्टि से देखा, उसका तो जीवन ही सफल हो गया। अतः हम सभी का कैसा सौभाग्य है कि हम ब्रह्माकुमार या ब्रह्मा-वत्स भी हैं और सरस्वती-पुत्र अथवा सरस्वती-पुत्री भी हैं। लोग जिस देवी को विद्यादायिनी के रूप में विद्या का वरदान पाने के लिए पुकारते हैं, स्वयं उन्हीं के पुनीत हाथों से हमने अमृत पीया, स्वयं उनकी मुख-वीणा से ज्ञान की स्वर्ग-सुखदायिनी झंकार सुनी। उनके वरद हाथों ने हमारे सिर पर प्यार बरसाया। उनकी ज्ञानमयी गोद के हम सुत हैं। हमारे इन नेत्रों ने सरस्वती को इस धरा पर खड़े, बैठे, चलते देखा। हमने यदि और कुछ भी न पाया, क्या यह कम बात है? संसार में इससे अधिक सुन्दर दृश्य और कोई हो सकता है क्या?

जमीन-आसमान सूक्ष्म दिव्य नाद करते थे जब वे चलती थीं। चंदा भी देर से जाता था जब वह रात-रात भर शिव पिता को याद करती थीं। अरे,

उन्हें साक्षात् नहीं देखा, उसने क्या देखा? जिसे संसार आदि देवी, अम्बे मैय्या, ईव, हव्वा इत्यादि नाम से याद करता है, उन्हें देखने का यही तो



वें ही पार्वती थीं जिसने पर्वत पर तपस्या की शिव के लिए। गौरी वे ही तो थीं। हिमराज की वह पुत्री ज्ञान-गुण की दृष्टि से अपार सुन्दर थीं। जिसने

मौका था। हम उनके संग-संग रहे, उनके हाथों से पले, उनकी छत्रछाया में खेले। वो दिन कितने निराले थे! योगियों में वें सर्व महान् थीं। धर्म-

दर्शन-मजहब और ईमान थीं। वह दिव्यगुणों की खान थीं। वह मदर-ए-जहान थीं। वह न होतीं तो कुछ भी न होता। वही तो प्रजापिता ब्रह्मा के मुख द्वारा परमात्मा शिव का ईश्वरीय ज्ञान सुनकर सभी यज्ञ-वत्सों को समझाती थीं। वह तो उनके सामने ज्ञान एवं योग का नमूना थीं। सभी यज्ञ-वत्सों को सम्भालने के लिए वही तो निमित्त थीं। उन्हें प्रजापिता ब्रह्मा के समकक्ष स्थान पर बैठकर प्रतिदिन ज्ञान-वीणा वादन का अधिकार था। उन्हीं मातेश्वरी ने दुर्गा का रूप धारण करके यज्ञ-दुर्ग की रक्षा की, विघ्नों का सामना किया। जनता और सरकार द्वारा आयी विपत्तियों को झेला। भिन्न-भिन्न संस्कारों वाले यज्ञ-वत्सों को संस्कारों की भट्टी में से उन्हीं ने ही उज्ज्वल किया और एक-एक को ज्ञान-लोरी सुनाकर, ज्ञान-पालना दी। वही तो प्रथम शीतला माँ, सन्तोषी माँ और अन्नपूर्णा थीं। स्वयं प्रजापिता ब्रह्मा उन्हें माला के युग्म मणके में स्थान देते, उन्हें 'यज्ञ-माता' की उपाधि देते तथा आदरणीया मानते थे। उन्हीं को आगे रख कर वे उदाहरण देते थे कि सभी "पुरुषों" को चाहिए कि बहनों-माताओं को आगे रखें। बाबा स्वयं कई बार उन्हें रेलवे स्टेशन तक छोड़ने जाते।

मैं लगभग 50 देशों में गया हूँ, रूप-लावण्य में अनेकानेक सुन्दर नारियाँ भी देखी होंगी क्योंकि आँख बन्द करके यात्रा तो नहीं करता था। विद्वता, समाज सेवा, प्रशासन और वक्तृत्व में अग्रणी महिलाओं को भी देखा परन्तु माँ की दिव्यता, उनकी शालीनता, उनका सौन्दर्य स्वर्गिक था! उनका विवेक अद्वितीय था। वे मानवता से ऊपर उठकर पवित्र-पुनीत हंस वर्ण की थीं। उन्हें देख कर कोई पातक हो, घातक हो, चातक हो, सभी कहेंगे- "माँ"। वें पृथ्वी पर होते हुए भी पृथ्वी पर नहीं थीं। उनकी आध्यात्मिक चेतना, उनका योग प्रकाश ऐसा था कि देखने वाला भी शरीर को भूल कर आत्मनिष्ठ हो जाता था। आत्मनिष्ठ न भी हो तो भी उसमें आध्यात्मिक चेतना जाग उठती थी। कम-से-कम थोड़े समय के लिए तो उनके तमोगुणी और रजोगुणी संस्कार बन्द हो जाते थे और उनकी जगह सतोगुण का उदय होता था। ऐसी थी हमारी जगदम्बा सरस्वती माँ!

माँ, तुझे शत्-शत् प्रणाम!

माँ, ओ माँ तेरी शीतल छाँ!
तेरी वरदायिनी बाँ,
तेरी हँ में हँ हमें दिखता है आसमाँ!
ओ माँ!!!



राजयोग बढ़ाता रोग प्रतिरोधक क्षमता

राजयोग से जीवन में होने वाले बदलाव के बारे में जानेंगे....

नकारात्मक विचार से मुक्ति :- जब कोई विचार, भावना या कार्य सैकड़ों बार दोहराया जाता है तो मन पर उसकी छाप पड़ जाती है। जिससे आने वाले समय में विचार, भावनाएं व कर्म भी प्रभावित होते हैं। हमारे सभी भाव इन्हीं स्थितियों पर आधारित होते हैं। राजयोग से नकारात्मक विचारों से मुक्ति मिलती है और सकारात्मक विचार सामने आते हैं।

जीवन शैली व व्यक्तित्व का रूपांतरण :- राजयोग अभ्यास कोई ऐसी पद्धति नहीं है जिसे दिन में दो-तीन बार 10-15 मिनट करना काफी है। दरअसल यह तो एक जीवन शैली है जिसके अंतर्गत व्यक्ति अच्छी आदतें, बेहतर शिक्षा व दूसरों की सेवा करने की आदतों को अपनाता है, जिसका उसके भौतिक, मानसिक व सामाजिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। राजयोग अभ्यास से व्यक्ति में लोच आती है जिससे विभिन्न हालातों में भी समझौता कर पाता है।



डॉ. कु. गंगाधर

सही चेतना का विकास :- सही चेतना के विकास का अर्थ है राजयोग को व्यवहारिक रूप से जीवन में उतारना। किसी भी वस्तु को पकड़ने के दो तरीकों पर ध्यान दें :- 1. अंगूठे व तर्जनी से पकड़ना 2. हथेली पर लेना। पहली स्थिति में लम्बे समय तक पकड़ना कठिन होता है जबकि दूसरी स्थिति में यह सम्भव है। राजयोग का अर्थ है जीवन में मूल्यों का व्यवहारिक प्रयोग। इस तरह यह एक जीवन शैली है।

ईश्वर से ही सारे सम्बन्ध जोड़ना :- राजयोग में एक ही ईश्वर से शुद्ध व शक्तिशाली सम्बन्ध जोड़ते हैं। वही सारे सम्बन्धों का केन्द्र बिन्दु बनकर सच्चाई, शान्ति, प्रेम, आनन्द व प्रसन्नता का स्रोत बन जाता है। यह न केवल ईश्वर से नाता जोड़ता है बल्कि समाज में अन्य रिश्तों के साथ भी निभाना सिखाता है।

मानसिक बाधाओं से उठकर सकारात्मक आभामंडल बनाना :- राजयोग के सकारात्मक अभ्यास से घृणा, ग्लानि, भय व क्रोध आदि भावनाओं को साफ किया जा सकता है। सभी मूल्य हमारे स्वभाव का एक अंग बन जाते हैं और सकारात्मकता ही हमारी प्रकृति बन जाती है। सकारात्मकता बढ़ने के साथ-साथ यह आभामंडल बढ़ता जाता है।

राजयोग अभ्यास के दौरान शारीरिक बदलाव :- यदि सही तरीके से राजयोग का अभ्यास किया जाए तो कई तरह का बदलाव आता है। इन्हीं बदलावों से पता चलता है कि साधक ने किस लगेन से अभ्यास किया है।

हाइपोथैलमस की न्यूरो कैमिस्ट्री से तालमेल :- हाइपोथैलमस मस्तिष्क का छोटा-सा हिस्सा है, जो मध्य में स्थित होता है। यहाँ आत्मा का निवास होता है। जो मानसिक व भावनात्मक कर्मों से जुड़ी होती है। यहाँ से एंडोक्राइन व नर्वस तंत्र का नियंत्रण भी होता है। यदि राजयोग अभ्यास से मस्तिष्क की न्यूरो ट्रांसमीटर व न्यूरो कैमिस्ट्री स्वस्थ हो जाएं तो शरीर के सभी अंग (दिल, फेफड़े, पेट व गुर्दे आदि) पूरे तालमेल के साथ काम करने लगते हैं। चेतन व अर्धचेतन नकारात्मक भावों की वजह से हेमोस्टेसिस गड़बड़ जाता है। साधारण आराम की प्रक्रिया से भावों का रूपांतरण नहीं हो पाता।

शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि :- राजयोग में डिटेंशन से शरीर में हार्मोन की रोग-प्रतिरोधक क्षमता बढ़ जाती है। तनाव व अवसाद के दौरान स्टेरॉयड, एपिनफ्रिन, नोयराइनफिन, यूरिक अम्ल, फ्री फैटी अम्ल व कोलेस्ट्रॉल के बढ़ते स्तर की वजह से शरीर में रोगों से लड़ने की क्षमता घटने लगती है। राजयोग का अभ्यास स्टेरॉयड हार्मोन एडिस के स्तर को घटाकर रखता है। यह रक्तचाप को सही व सामान्य स्तर पर स्थिर रखता है। फेफड़ों में कार्बन डाइऑक्साइड के स्तर को घटाता है और पूरे तंत्र का तालमेल बिठाकर रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है।

अध्ययनों से पता चला है कि सकारात्मक विचारों की वजह से अग्नाशय से इंसुलिन हार्मोन का उत्पादन बढ़ जाता है जो मधुमेह के लिए फायदेमंद है। शरीर में सकारात्मक विचारों की वजह से एंडोफिन एवं एंसीफेलिन जैसे हार्मोन पैदा होते हैं जो शरीर के हानिकारक किटाणुओं को नष्ट कर देता है। हम यहाँ मीराबाई का उदाहरण ले सकते हैं। जहरीला दूध पीने से भी उनकी मृत्यु नहीं हुई क्योंकि उनके शरीर में एंडोफिन व एंसीफेलिन की पर्याप्त मात्रा थी।

ई.ई.जी. के ढाँचे में बदलाव :- जब राजयोगिनियों की जांच की गई तो ई.ई.जी. मशीन पर डेल्टा तरंगों (सबसे धीमी तरंग) की उपस्थिति का पता चला। जब वे कठिन मानसिक व्यायाम कर रहे हों तब भी वे डेल्टा तरंगें बनी रहती हैं। इसी से पता चलता है कि राजयोग अभ्यास मन को शान्ति, स्थिर व अनासक्त रखता है। सन् 1978 में टेक्सस यूनिवर्सिटी के मेडिकल व साइंस रिसर्च इंस्टीट्यूट के वैज्ञानिकों ने राजयोगिनी दादी जानकी (जोकि ब्रह्माकुमारी संस्था की पूर्व मुख्य प्रशासिका रहीं) की मस्तिष्क की तरंगों का अध्ययन किया। उन्हें 'संसार की सबसे स्थिर मन' की उपाधि दी गई क्योंकि कठिन मानसिक अभ्यास करते समय भी उनकी मानसिक अवस्था ज्यों की त्यों बनी रहती थी। 1979 में ऑस्ट्रेलिया में दुबारा उनकी जांच हुई, वहाँ भी वही तरंगें सामने आईं। इसी के आधार पर माइकल हॉस्ट ने उन्हें 'वुमेन विद परफेक्ट रिदम' कहकर पुकारा (फरवरी 1979) यहाँ तक कि 90 वर्ष की आयु तक भी उनके मस्तिष्क की वही तरंगें थीं।

डी.एच.ई.ए. हार्मोन की वजह से त्वचा की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है :- राजयोग अभ्यास के दौरान डी.एच.ई.ए. हार्मोन की खपत व कार्बन डाइऑक्साइड का उत्पादन घटता है। यह वास्तव में एक लाभदायक ध्यान प्रक्रिया है।

स्वैच्छिक व अनैच्छिक तंत्र सन्तुलित व नियंत्रित हो जाता है :- शरीर में 15 से 20 प्रतिशत हिस्सा स्वैच्छिक होता है जबकि 80 प्रतिशत मस्तिष्क से संचालित होता है। हमारा अर्धचेतन मन स्वचालित तरीके से ही शरीर के कई हिस्सों पर काबू रखता है व उन्हें चलाता है। राजयोग अभ्यास के दौरान दिल पर भार काफी घट जाता है। जिससे दिल के सारे कार्य व अंग ठीक तरह से कार्य करने लगते हैं। ध्यान के दौरान सेरोटोनिन जो मस्तिष्क का न्यूरो ट्रांसमीटर है, का स्राव बढ़ जाता है। इससे शरीर शांत हो जाता है। राजयोग अभ्यास के दौरान एंडोफिन व एंसीफेलिन के स्राव में वृद्धि होती है। यह दोनों प्राकृतिक पीड़ा निवारण का कार्य करते हैं। सिरोटिन और एंडोफिन का बदलाव हमारे दिल को मानसिक दबाव, तनाव व जीवन के कष्ट के कुप्रभावों से बचाते हैं।

मस्तिष्क के दोनों हिस्से एक साथ काम करने लगते हैं :- ज्यादातर हमारे मस्तिष्क का बाया हिस्सा काम करता है। जो तर्क शक्ति का काम करता है व कलात्मक पहलू उपेक्षित रह जाता है। राजयोग के माध्यम से मस्तिष्क के दोनों हिस्से पूरी क्षमता से काम करने लगते हैं और मेमोरी बैंक में छिपी प्रतिज्ञा भी सामने आ जाती है।

चयापचय (मेटाबॉलिज्म) की गति घट जाती है :- कोशिकाओं की तेजी से बढ़ती संख्या की वजह से ही कई तरह के कैंसर फैलते हैं। तनाव, हार्मोन व चयापचय गतिविधियों की वजह से यह गति और भी बढ़ जाती है। राजयोग के माध्यम से चयापचय गति घटती है तथा कैंसर पैदा करने वाली कोशिकाओं की संख्या पर रोक लगती है। अनेक राजयोगी इसी विधि से कैंसर का उपचार कर चुके हैं।

किसी भी परिस्थिति में त्रिकालदर्शी की सीट पर स्थित रहेंगे तो भयभीत नहीं होंगे

बाबा ने हमें त्रिकालदर्शी बनाया है इसलिए किसी भी दृश्य को देखते हमें भय नहीं हो सकता। वर्तमान में कोई रो रहा है, कोई चिल्ला रहा है, कोई मर रहा है, कोई भूख से तड़प रहा है या अर्थक्रेक हो रहा है या कुछ भी हो रहा है, लेकिन हम सिर्फ उस वर्तमान नज़ारे को नहीं देखते हैं। हम इस वर्तमान में भविष्य क्या छिपा हुआ है उसे जानते हैं। हमें तीनों ही कालों की नॉलेज है। नॉलेज को कहते ही हैं- नॉलेज इज लाइट, नॉलेज इज माइट, तो नॉलेज की लाइट होने के कारण हम तीनों कालों को देखते हैं, सोचते हैं और फिर माइट होने के कारण हमको कोई दुःख की फीलिंग नहीं आती। नहीं तो कभी भी ऐसा कोई दृश्य देखते हैं तो घबरा जाते हैं या भय से कुछ अपना होश नहीं रहता,

अनकांसेस हो जाते हैं, योग-ज्ञान सब भूल जाते हैं, लेकिन हमें ज्ञान-योग भूल नहीं सकता क्योंकि हमने ही तो कहा है कि हमारा राज्य आने वाला है और हम बापदादा के साथ पुरानी सृष्टि के विनाश और नई



दादी हृदयमोहिनी
मुख्य प्रशासिका

कलियुग जा रहा है, सतयुग आ रहा है। रात जायेगी तब तो दिन आयेगा ना! तो हम लोगों को यह पता है कि यह विनाश तो होना ही है।

सृष्टि की स्थापना के निमित्त हैं। जब नया मकान हमको बनाना है तो पुराने का ज़रूर विनाश करना होगा। पुराने के बीच में नया तो नहीं बनायेंगे ना! तो हम लोगों ने संगम पर चैलेन्ज की है कि पुरानी सृष्टि जाने वाली है, नई सृष्टि आने वाली है। कलियुग जा रहा है,

सतयुग आ रहा है। रात जायेगी तब तो दिन आयेगा ना! तो हम लोगों को यह पता है कि यह विनाश तो होना ही है, 'नथिंग न्यु'। यह कल्याणकारी विनाश है। तो विनाश देखने के लिए त्रिकालदर्शी स्थिति के तख्त पर

चीज़ होती है। लेकिन यह विनाश क्यों कल्याणकारी है? क्योंकि मैज़ारिटी आत्मायें चाहती हैं कि हम इस चक्कर से छूटें, हमको तो मोक्ष चाहिए। तो विनाश के बाद हमें जीवनमुक्ति मिलेगी लेकिन दूसरी आत्मायें परमधाम में जाकर रेस्ट करेंगी, दूसरी आत्माओं की जो शुभ इच्छा है, इस चक्र से निकलना चाहते हैं, वह तो इस विनाश के बाद ही पूरी होगी। हम लोगों के लिए कल्याणकारी इसलिए है क्योंकि हमको जीवनमुक्ति का वर्सा मिल जायेगा। स्वर्ग के फाटक यही विनाश खोलेगा। तो विनाश में दो कल्याण हैं- हमारे लिए स्वर्ग के गेट खुलेंगे, दूसरों को मुक्ति मिलेगी इसीलिए यह नॉलेज होने के कारण ही हम घबराते व भयभीत नहीं होते हैं।

बापदादा की प्रेरणाओं को कैच करने का साधन है-प्योरिटी

बाबा हम बच्चों को याद की यात्रा में रहने की अनेक प्रेरणायें देते रहते हैं। अन्तःवाहक शरीर से सेवा करने के लिये स्वयं की भी ऐसी स्थिति तैयार करनी है। बाबा का रोज़ हम बच्चों के प्रति यही इशारा है, यही सूक्ष्म अभ्यास हरेक को बढ़ाना है। तो हरेक कौन-सा सूक्ष्म पुरुषार्थ करते हो? प्योरिटी पर ही सारा मदद है। प्योरिटी है तो लाइन क्लीयर है। बाबा की जो भी प्रेरणायें हैं वह हम तभी कैच कर सकते हैं जब सूक्ष्म में भी प्योरिटी की धारणा है। अगर प्योरिटी नहीं तो हम अपनी प्रेरणा न तो वहाँ तक पहुँचा सकते हैं और न प्राप्त ही कर सकते हैं।

हरेक अपने से पूछें कि हम बाबा के पास किसलिए आये हैं? हम सब यहाँ आये हैं योग कमाने। योग ही हमारी पढ़ाई

का सार है। जिसको बाबा कहते मनमनाभव। तो हमें प्रतिदिन यह चेक करना है कि मेरा घाटा और फायदा कहाँ तक है? कितना हमने योग बल जमा किया? वह शक्ति बढ़ती जा रही है या घटती जा रही है? योगी के लिये फर्स्ट है प्योरिटी। तो प्योरिटी की सब्जेक्ट में

अगर प्योरिटी की वृत्ति सूक्ष्म कम्पलीट होगी तो लीक हो नहीं सकती। इसके लिए सदैव भाई-भाई की, स्नेह की वृत्ति चाहिए।

कितने मार्क्स हमने जमा किए हैं? चेक करना है कि योग के बीच कोई विघ्न तो नहीं आता है? जैसे बाबा ने कहा तुम बच्चे यहाँ आये हो अपनी झोली भरने लेकिन देखना झोली में छेद तो नहीं है? लीक तो नहीं होती? अगर प्योरिटी की वृत्ति सूक्ष्म कम्पलीट होगी तो लीक हो नहीं सकती। इसके लिए मुख्य है समेटने की

दृष्ट जायेगी। स्नेह की लाइन आपस में भी टूटी तो अन्दर वह ठक-ठक करती रहेगी। फिर योग की व स्नेह स्वरूप की अनुभूति हो नहीं सकती। बाबा ने जो दिया है - ज्ञान, प्यार, शक्तियाँ उन सबका रिटर्न दो और रिटर्न अर्थात् वापस चलने की तैयारी करो। इसके लिए मुख्य है समेटने की



दादी प्रकाशमणि,
पूर्व मुख्य प्रशासिका

शक्ति। अब इस शक्ति की परसेप्टेज को बढ़ाओ। बाबा ने जो ऋण दिया है वह रिटर्न कर रहे हैं तथा रिटर्न जाने की तैयारी कर रहे हैं? यही चार्ट चेक करो। योग का चार्ट बढ़ाते-बढ़ाते हमें कर्मातीत बनना है तो अपने से पूछो - कर्मातीत बनने के लिये हमारे सारे हिसाब चुकत्तू हो गये हैं? कोई भी पंछी किसी भी घड़ी उड़ सकता है, इस श्वास का कोई भरोसा नहीं। इसलिए हमेशा अपना खाता कम्पलीट कर रखना है। अगर हमारे योग का चार्ट ठीक है तो हम अपने पुरुषार्थ से सदा सन्तुष्ट रहेंगे।

मुरली के पीछे मस्ताने बनो, एक दिन मी मुरली मिस न हो तो रक्षा होती रहेगी



दादी जानकी,
पूर्व मुख्य प्रशासिका

सवरे-सवरे बाबा कितनी अच्छी खुराक खिला देता है। खुराक सवरे खाई जाती है। दिन में खयेंगे तो हज़म नहीं कर सकेंगे। खुराक माना जिसमें दवा भी हो तो दुआ भी हो और जो ज़रूरत हो वह सब शक्ति मिलती रहे। बाबा सबके मन की आशा पूर्ण करता है। हमारे मन में बाबा से मिलन के सिवाए और कोई आश न रहे तो सदा मिलन मनाते रहेंगे। बाबा मुरली भी चलाते हैं तो सब कहते हैं बाबा ने मेरे लिए मुरली चलाई। इसलिए मुरली से

मुरली सुनते-सुनते शरीर छूटे तो महान् भाग्यशाली हैं। जहाँ जीना है वहाँ अमृत पीना है। जिसने पहले कभी भी मुरली मिस की हो वे यह दृढ़ संकल्प कर लें कि मरने तक मुरली मिस नहीं करेंगे।

बहुत प्यार है। जिसने पहले कभी भी मुरली मिस की हो वे यह दृढ़ संकल्प कर लें कि मरने तक मुरली मिस नहीं करेंगे। मुरली सुनते-सुनते शरीर छूटे तो महान् भाग्यशाली हैं। जहाँ जीना है वहाँ अमृत पीना है। संगमयुग में केवल बाबा, मुरली और मधुबन चाहिए। बाबा है तो मुरली है, मुरली है तो मधुबन है।

बाबा हम सबको एक जैसा बेहद प्यार करता है क्योंकि बेहद का बाबा है। बाबा से इतना प्यार हो जो किसी इन्सान से तो क्या देव आत्मा से भी प्यार न हो। हमको पता है हम स्वर्ग में जाने वाले हैं, लक्ष्मी-नारायण के राज्य में

जाने वाले हैं। हम त्रेतायुगी नहीं हैं जो ईर्ष्या, द्वेष, लड़ाई, झगड़ा, द्वेष भाव रखें। हमने कभी यह सोचा भी नहीं कि यह ब्रह्मा की मत है या शिवबाबा की मत है। सदा ही हमारे मन से निकला भगवान् भाग्यविधाता है। इसमें शिवबाबा न होता तो हम कैसे खिंचे चले आते, ब्रह्मा बाबा न होता तो हम किसके पास आते। गुरु है शिवबाबा और गोविन्द है यह ब्रह्मा बाबा, जिसने गऊओं को सम्भाला। अभी तक कन्याओं, माताओं की कैसे सम्भाल कर रहा है। उन्हें लायक बनाया है, शेरनी शक्ति बनाया है। मुरली के आधार से हमारी रक्षा हुई है। तो सदा मुरली के पीछे

मस्ताना बनना है। मस्ती तभी चढ़ती है जब मुरली सुनते हैं। बाबा कहते हैं किसकी दबी रहेगी धूल में, किसकी राजा खायें हमको खुशी है तन, मन, धन और समय सफल हो गया। जैसे बाबा ने कहा जैसे हमने फालो किया। श्रीमत मिलती है सब सफल करो। तो हमको तन मन धन और समय सफल करना है। सबसे ज़्यादा कीमती, समय है। उसके पीछे कीचक पड़ते हैं जो समय बरबाद करते हैं। माया हमारे पास आये ही क्यों, हम खबरदार होशियार रहें, शिवशक्ति होकर रहें। माया कमजोर के पीछे आती है। बहादुर के पीछे माया आ नहीं सकती। बाबा हमारा साथी है।



परमात्म ज्ञान बनाता प्रैक्टिकल जीवन

अविनाशी ज्ञान को ही परमात्म ज्ञान कहते हैं। इस ज्ञान का मतलब है जीते जी मर जाना इसलिए कोटों में कोई विरला यह ज्ञान लेने की हिम्मत रखता है। यह तो हम जानते हैं कि यह ज्ञान प्रैक्टिकल जीवन बनाता है, हम जो सुनते हैं वो प्रैक्टिकल में बनते हैं, ऐसा ज्ञान कोई साधू-संत महात्मा दे नहीं सकते। वो लोग ऐसे नहीं कहेंगे मनमनाभव, अब यह फरमान सिर्फ परमात्मा ही कर सकता है। मनमनाभव का अर्थ है मेरे साथ योग लगाओ। अगर मेरे साथ योग लगायेंगे तो मैं तुम्हें पापों से मुक्त कर वैकुण्ठ की बादशाही दूँगा। वहाँ तुम चलकर राज्य करेंगे इसलिए इस ज्ञान को राजाओं का राजा कहते हैं। अब यह ज्ञान लेना बहुत महंगा सौदा है, ज्ञान लेना अर्थात् एक ही धक से जीते जी मर जाना। शास्त्रों आदि का ज्ञान लेना तो बिल्कुल सस्ता सौदा है। उसमें तो घड़ी-घड़ी मरना होगा क्योंकि वो परमात्मा का ज्ञान नहीं देते इसलिए बाबा कहते हैं अभी जो करना है वो अब करो फिर यह व्यापार नहीं रहेगा।

परमात्मा सत् चित्त आनन्द स्वरूप हैं

परमपिता परमात्मा को सत् चित्त आनन्द स्वरूप भी कहते हैं, अब परमात्मा को सत् क्यों कहते हैं? क्योंकि वह अविनाशी इमार्टल है, वो

कब असत् नहीं होता, अजर-अमर है और परमात्मा को चैतन्य स्वरूप भी कहते हैं। चैतन्य का अर्थ है परमात्मा

वो अजन्मा भी है, वो हम आत्माओं मुआफिक जन्म नहीं लेता, परमात्मा को भी यह नॉलेज और शान्ति देने के

कहते हैं, सुख स्वरूप भी कहते हैं यह सब गुण परमात्मा में भरे हुए हैं इसलिए परमात्मा को सुख-दुःख से न्यारा कहते हैं। हम ऐसे नहीं कहेंगे कि परमात्मा कोई दुःख दाता है, नहीं। वो सदा सुख, आनन्द का भण्डार है। जब उसके गुण ही सुख आनन्द देने वाले हैं तो फिर हम आत्माओं को वह दुःख कैसे दे सकता है!

परमात्मा करनकरावनहार है



बहुत मनुष्य ऐसे समझ बैठे हैं कि यह जो अनादि बना बनाया सृष्टि ड्रामा चल रहा है वो सारा परमात्मा चला रहा है, इसलिए वो कहते हैं कि मनुष्य के कुछ नहीं हाथ करनकरावनहार स्वामी, सब कुछ परमात्मा ही करता है। सुख-दुःख दोनों भाग परमात्मा ने ही बनाया है। अब ऐसी बुद्धि वालों को कौन-सी बुद्धि कहा जायेगा? पहले-पहले उन्हीं को यह समझना जरूर है कि यह आदि बनी बनाई सृष्टि का खेल वो परमात्मा जो अब बनाता है, वही चलता है। जिसको हम कहते हैं यह बनी बनाई का खेल ऑटोमेटिक चलता ही रहता है तो फिर परमात्मा के लिए भी कहा जाता है कि यह सब कुछ परमात्मा ही करता है, अब वो फिर किस हैसियत को रख परमात्मा उत्पत्ति करते हैं! यह जो परमात्मा को करनकरावनहार कहते हैं,

यह नाम फिर कौन-सी हस्ती के ऊपर पड़ा है? अब इन बातों को समझना है। पहले तो यह समझना है कि यह जो सृष्टि का अनादि नियम है वो तो बना बनाया है, जैसे परमात्मा भी अनादि है, माया भी अनादि है और यह चक्र भी आदि से लेकर अन्त तक अनादि, अविनाशी बना बनाया है। जैसे बीज में अंडरस्टूड वृक्ष का ज्ञान है और वृक्ष में अंडरस्टूड बीज है, दोनों कम्बाइन्ड हैं, दोनों अविनाशी हैं, बाकी बीज का क्या काम है, बीज बोना झाड़ निकलना। अगर बीज न बोया जाए तो वृक्ष उत्पन्न नहीं होता। तो परमात्मा भी स्वयं इस सारी सृष्टि का बीजरूप है और परमात्मा का पार्ट है बीज बोना। परमात्मा ही कहता है मैं परमात्मा हूँ ही तब जब बीज बोता हूँ, नहीं तो बीज और वृक्ष अनादि है, अगर बीज नहीं बोया जाए तो वृक्ष कैसे निकलेगा! मेरा नाम परमात्मा ही तब है जब मेरा परम कार्य है, मेरी सृष्टि वही है जो मैं खुद पार्टधारी बन बीज बोता हूँ। सृष्टि की आदि भी करता हूँ और अन्त भी करता हूँ। मैं करनधारी बन बीज बोता हूँ, आदि करता हूँ बीज बोने समय फिर अन्त का भी बीज आता है, फिर सारा झाड़ बीज की ताकत पकड़ लेता है। बीज का मतलब है रचना करना फिर उनका अन्त करना। पुरानी सृष्टि का अन्त करना और नई सृष्टि की आदि करना इसको ही कहते हैं परमात्मा सब कुछ करता है।



भी मन बुद्धि सहित है, उसको नॉलेजफुल शान्तिफुल कहते हैं। वो ज्ञान और योग सिखला रहे हैं इसलिए परमात्मा को चैतन्य भी कहते हैं। भल

लिये ब्रह्मा तन का लोन लेना पड़ता है। तो वो जब चैतन्य है तभी तो मुख द्वारा हमें ज्ञान योग सिखला रहे हैं और फिर परमात्मा को आनन्द स्वरूप भी



कपूरथला-पंजाब। विश्व पर्यावरण दिवस पर 'क्लोन द माइंड ग्रीन द अर्थ' कार्यक्रम के तहत रैड क्रॉस सोसाइटी के साथ साइकिल रैली द्वारा जन-जन को पर्यावरण के प्रति जागरूक करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी।



वंतवा-गुजरात। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मधु। साथ में मंचासीन हैं हेल्थ ऑफिसर शिल्पा जाविवा, माणावदर, डॉ. पुष्पा, राबरा, डॉ. धारा बहन, कमानी, डॉ. श्रद्धा, रुक्षणी सुरेजा, श्रद्धा वाच्छानी, गीता मकवाना तथा अन्य।



कायमगंज-उ.प्र.। महाशिवरात्रि कार्यक्रम के पश्चात् एस.डी.एम. अमित आसेरी, विधायक अमर सिंह, महात्यागी महाराज महेश योगी जी, एल.आई.सी. प्रबन्धक दिनेश गंगवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मिथलेश, ब्र.कु. ज्योति तथा अन्य।



जपला-झारखंड। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् सरस्वती विद्या मंदिर स्कूल के प्रधानाचार्य रंजुमन सिंह, हुसैनाबाद जपला को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम। चित्र में साथ हैं अन्य अतिथिगण।



बहल-हरियाणा। लॉकडाउन के तहत सी.एन.एफ.सी. न्यूज के यूट्यूब चैनल पर ईश्वरीय ज्ञान का साप्ताहिक कोर्स कराते हुए ब्र.कु. शकुन्तला बहन।



अब्रामा-वलसाड(गुज.)। नवनिर्मित शिव उपवन भवन उद्घाटन कार्यक्रम में मंचासीन हैं ब्र.कु. राजू भाई, माउण्ट आबू, ब्र.कु. चन्द्रिका दीदी, अहमदाबाद, कलेक्टर सी.आर. खरसाण, वलसाड, ब्र.कु. रंजन तथा ब्र.कु. संगीता।



जैपोर-ओडिशा। आध्यात्मिक कार्यक्रम में नवनिर्वाचित बीजेपी वेस्ट बंगाल महिला मोर्चा अध्यक्ष व फिल्म अभिनेत्री रूपा गांगुली, हाउडा, म.प्र. को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जयन्ती।



ब्रह्मपुर-बडावाजार(ओडिशा)। सेवाकेन्द्र पर आमंत्रित आकाशवाणी केन्द्र के निर्देशक ऋषिकेश पाणिग्रही को ज्ञान चर्चा के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भगवान भाई, माउण्ट आबू। साथ हैं सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बसन्ती।



दिल्ली-लोधीरोड। इंजीनियर्स इंडिया लिमिटेड, भारत सरकार की नवरतन कंपनी के कर्मियों को 'नारी तू जग कल्याणी' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. गिरिजा बहन।



मम्मा को अलौकिक माँ के सम्बन्ध में देखा

ब्र.कु. बृजमोहन, ब्रह्माकुमारीज अतिरिक्त महासचिव, दिल्ली

मैं उन सौभाग्यशाली बच्चों में से हूँ जिन्होंने मातेश्वरी जी से साकार में अलौकिक स्नेह और पालना ली है। मातेश्वरी जी से मेरी पहली मुलाकात 1955 में हुई थी, तब मैं चार्टर्ड अकाउंटेंट की पढ़ाई पढ़ रहा था और इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय के दिल्ली (कमला नगर) सेवाकेन्द्र पर ईश्वरीय ज्ञान-योग की शिक्षा प्राप्त करते हुए मुझे कुछ महीने ही हुए थे। तभी अपने लौकिक माता-पिता और भाई के साथ मैं पिताश्री और मातेश्वरी जी (जिन्हें हम स्नेह से बाबा और मम्मा कहकर पुकारते हैं) से मिलने आबू पर्वत स्थित मधुवन स्वर्गाश्रम में गया था। प्रथम मिलन के समय हिस्ट्री हॉल में सामने एक सन्दली पर पिताश्री जी और दूसरी पर मातेश्वरी जी विराजमान थीं। मैंने दोनों की ओर बारी-बारी से देखा। मम्मा एक अलौकिक छवि से मुस्करा रही थीं। उनके मुखमण्डल से रूहानियत टपक रही थी। उनके नयनों से असीम स्नेह बरस रहा था। मम्मा का व्यक्तित्व अति प्रभावशाली और सहज ही आकर्षण करने वाला था। मुझे अच्छी तरह याद है कि उन्होंने न तो कुछ कहा था और न ही कुछ बाह्य संकेत किया था। वह तो बस बैठी हुई मुस्कराये जा रही थीं। परन्तु उनकी उस मुस्कान में ही कुछ ऐसा जादू था कि मुझे उनकी ओर से बुलाने की स्पष्ट महसूसता हुई। मैं

स्वतः ही उठा और जाकर अलौकिक माँ के पास बैठ गया। अहा! कितना तपत बुझाने वाला था उनका सान्निध्य! उसी क्षण मैंने जान लिया कि भक्तजन माँ को 'शीतला' कहकर क्यों पुकारते रहे हैं! माँ ने अपने पंख समान कोमल और कमल समान पवित्र हस्तों से मुझे प्यार की थपकी देते हुए मेरा मुख मीठा कराया था। जितने दिन मैं आबू में रहा, मैंने एक अजीब-सी उलझन महसूस

चित-चैट करने के लिए दूसरे कमरे में आकर बैठा करते थे जिसको 'चैम्बर' कहते थे। 'टोली' भी मिला करती थी) या जहाँ-कहीं भी बाबा और मम्मा दोनों विराजमान होते, तो मैं इस दुविधा में पड़ जाता कि दोनों में से किससे दृष्टि लूँ और किसकी दृष्टि से वंचित रहूँ? एक ओर ज्ञानसूर्य का तेजस और प्रकाश होता तो दूसरी ओर ज्ञानचंद्रमा की चाँदनी और

कन्या ही थीं परन्तु यज्ञमाता का कार्य सम्भालते ही उनके अन्दर ऐसा परिवर्तन आया जो कोई भी उनके सामने आता चाहे कोई वृद्ध से भी वृद्ध व्यक्ति आता उनको उनसे स्वाभाविक तौर पर माता की ही भासना आती थी। वैसे तो मैंने उसी दिन अपने लौकिक पिता तथा अन्य बड़ी आयु वाले बच्चों को भी उनसे 'मम्मा-मम्मा' कहकर मिलते और बरतते हुए देखा था परन्तु इसका एक और अनोखा अनुभव होना अभी बाकी था। गुरुवार के दिन मधुवन आश्रम से ध्यानावस्था में जाकर शिव बाबा के पास भोग ले जाने वाली 'सन्देशी' शारीरिक नाते से मम्मा की लौकिक माता थीं। उस लौकिक माता को अपनी ही लौकिक बच्ची को अपनी 'अलौकिक माँ' के सम्बन्ध से और मम्मा को उसके साथ 'अलौकिक बच्ची' के सम्बन्ध से व्यवहार करते देखा, तो देखता ही रह गया! पहली बार जब मैंने इस दृश्य को देखा तो मेरे रोमांच खड़े हो गये थे। मम्मा के सामने उनकी लौकिक माता वृद्धा होने के बावजूद भी सचमुच उनकी बच्ची के समान ही लग रही थीं। किस प्रकार संस्कार, स्वभाव और कर्तव्य के बदल जाने से मनुष्यात्मा का सारा वातावरण तथा उसके सारे सम्बन्ध ही बदल जाते हैं, इस सत्यता की छाप मुझ पर उसी घड़ी लग गयी थी। मैं सौभाग्यशाली था कि मेरा भी सारा ही लौकिक परिवार ज्ञानमार्ग में चल पड़ा

था। उस क्षण के अनुभव से 'लौकिक' नातों को 'अलौकिक' में परिवर्तित करने में मुझे बड़ी मदद मिली थी।

एक सम्पूर्ण मातृदेवी

मम्मा दिव्यगुणों की सम्पूर्ण साक्षात् देवी थीं। उनके संकल्प चट्टान की तरह अडिग, बोल मीठे तथा सारयुक्त और कर्म श्रेष्ठ तथा युक्तियुक्त थे। मम्मा इतनी योगयुक्त, गम्भीर और शान्त रहती थीं कि उनके आस-पास के वातावरण में सन्नाटा छाया रहता था जो सभी को प्रत्यक्ष महसूस होता था। ऐसा लगता था कि मानो वह कोई चलता-फिरता लाइट हाउस और माइट हाउस हो। मम्मा की चाल फ़रिश्तों जैसी थी। यज्ञ के भाई-बहनों को पता भी नहीं चलता था कि कब मम्मा उनके पास से गुजर गयीं अथवा कब से वह उनके पीछे खड़ी हुई उनकी एक्टिविटी का निरीक्षण कर रही थीं। मम्मा के बोल बहुत ही मधुर, स्नेहयुक्त और सम्मान-पूर्ण होते थे। मम्मा ने मुझे सदा 'बृजमोहन जी' कहकर बुलाया। पत्र में वह मुझे सदा 'लाडले बृजमोहन जी' लिखती थीं। पत्र द्वारा या व्यक्तिगत मिलने पर वह सबसे पहले शारीरिक तबीयत का हाल-चाल अवश्य पूछती थीं। उस अलौकिक माता का बच्चों से जितना असीम प्यार था उतना किसी लौकिक माता का क्या होगा? मुझे तो ऐसे लगने लगा था कि जैसे कि मेरी लौकिक माँ भी मम्मा ही हैं।



की जिसका जिक्र मैंने आज तक किसी से भी नहीं किया है। आप सोचते होंगे कि ऐसी भी कौन-सी अनोखी उलझन हो सकती है जिसको मैंने अब तक अपने पास ही रख छोड़ा है? वह बात दरअसल यह थी कि क्लास में, 'चैम्बर' में (उन दिनों बाबा और मम्मा क्लास के बाद ज्ञान की

शीतलता होती। मैं दोनों को ही इकट्ठा प्राप्त करते रहना चाहता था। खैर, बाद में तो मैंने उसका हल निकाल लिया और दोनों से बारी-बारी से दृष्टि लेता रहता।

लौकिक माँ की भी अलौकिक माँ यूँ तो मम्मा एक युवा अवस्था की



मोतिहारी-विहार। लोकडाउन के दौरान जरूरतमंदों को आवश्यक सामग्री वितरित करते हुए बालगंगा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. निशा तथा अन्य।



कपूरथला-पंजाब। कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. लक्ष्मी को मोमेंटो भेंट कर सम्मानित करते हुए डी.सी. राहुल चावला व 'नेता जी सुभाष चन्द्र बोस ब्लड डॉनर्स एंड ह्यूमन वेल्फेयर सोसाइटी' के मेम्बर्स।



पाचौर-राजगढ़(म.प्र.)। शिवजयंती पर आयोजित कार्यक्रम में शिवध्वज लहराते हुए लायंस क्लब अध्यक्ष दीपक जुलानिया, कांग्रेस जिला अध्यक्ष नौलू दुबे, बजरंग दल संयोजक प्रमोद सोनी, ब्र.कु. वैशाली तथा अन्य।



रतलाम-पत्रकार कॉलोनी(म.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित 'नारियों का सम्मान तथा सामाजिक सशक्तिकरण में महिलाओं की भूमिका' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए पदमश्री पुरस्कार से सम्मानित डॉ. लीला जोशी, पूर्व कांग्रेस नेता यासमीन शेरानी, गर्ल्स कॉलेज की अध्यक्ष प्रेमलता डेव, रेलवे गार्ड दीपिका वैरागी, ब्र.कु. सविता तथा अन्य।



फतेहगढ़-पंजाब। महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान ब्र.कु. सुमन बहन को मोमेंटो भेंट कर सम्मानित करते हुए कैप्टन देवेन्द्र सिंह राठौर, संरक्षक, पूर्व सैनिक परिषद, जिला उपाध्यक्ष ठाकुर वीरेन्द्र सिंह राठौर, बीजेपी।



गुमला-जपला(झा.ख.)। त्रिमूर्ति शिवजयंती पर आयोजित कार्यक्रम में शिवध्वजारोहण के पश्चात् डी.एस.पी. विजय कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम।



सिहोरा-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा जेल में आयोजित नशामुक्ति कार्यक्रम में मंचासीन हैं जेल अधीक्षक प्रकाश नायक, ब्र.कु. कृष्णा तथा सावित्री माता।



वेतिवा-विहार। विश्व पर्यावरण दिवस पर पश्चिम पंचारण की ओर से विश्वेश्वर नाथ हिन्दू अनाथालय के प्रांगण में पौधारोपण करते हुए अनाथालय प्रबंधक विक्को झुनझुन वाला, ब्रह्माकुमारी बहनें तथा अन्य।



राजपुर-म.प्र.। विश्व पर्यावरण दिवस पर पौधारोपण करते हुए नगर पंचायत अध्यक्ष मुकेश कुशवाह, डी.एम.ओ. जयपाल जमेर तथा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रमिला।

मम्मा ने ज्ञान की गहराई को सहज और सरलता से समझाया

ब्र.कु. निर्वैर, ब्रह्माकुमारीज महासचिव, माउण्ट आबू

मम्मा जिस विषय को उठाती थी उसकी अत्यन्त गहराई में चली जाती थी। विशेष, उन दिनों में मम्मा कर्म के ऊपर बहुत विस्तार से और गहन रूप में समझाती थी। परमात्मा के परिचय के बारे में तथा पवित्रता की धारणा के ऊपर भी बहुत गहराई से समझाती थी। गहराई के साथ समझाने की विधि बहुत सरल, सहज और रमणीक होती थी। सुनने वालों को धारणा करना कठिन नहीं लगता था। सचमुच, सुनने वाले को लगता था कि वे विद्या की देवी सरस्वती हैं और उनकी विद्या से उनका जीवन धारणा रूपी धन से सम्पन्न हो रहा है।

मम्मा की धारणा बहुत उच्च कोटि की थी। मम्मा बोलती बहुत कम थीं। केवल क्लास में या किसी से व्यक्तिगत रूप में मिलते समय ही हम उनकी

जब मैं भारतीय नौसेना में था तो छुट्टियों में बाबा ने दो महीने के लिए सेवार्थ जयपुर भेजा था। ईश्वरीय सेवा में मुझे बहुत आनन्द आया। मैंने आकर मम्मा को सारा सेवा समाचार सुनाया। फिर मम्मा से कहा, मम्मा, मेरा दिल कर रहा है कि मैं इस ईश्वरीय सेवा में लग जाऊं। मम्मा ने मुझे अति उत्साहवर्धक सलाह दी, "यह तो बहुत खुशी की बात है। मनुष्य को चाहिए क्या, खाने के लिए दो रोटी और पहनने के लिए दो जोड़ी कपड़े, वो यज्ञ से मिल जायेंगे। भले ही, आप अपना और दूसरों का कल्याण करो।" मम्मा के ये प्रेरणादायक बोल, अपने सर्व लौकिक बन्धनों को प्यार से चुक्का कर मुक्त होने में मेरे बहुत मददगार साबित हुए। मम्मा

एक बार रमेश भाई की कार में हम जा रहे थे। पीछे की सीट पर मम्मा, जमुना दादी और सामने वाली सीट पर मैं और रमेश भाई बैठे थे। हम वाटरलू मेन्सन से रमेश भाई के घर की तरफ जा रहे थे। चौपाटी होकर जाना पड़ता है। चौपाटी पर एक विज्ञापन का बोर्ड लगा हुआ था रोजर ड्रिक्स (रोजर कंपनी का पेय) का। एक बोतल थी उसमें से पेय नीचे गिलास में गिरता था तो वो बोतल खाली होती थी, फिर वो बोतल भर जाती थी और वह पेय नीचे गिलास में गिरता था और बोतल खाली होती थी। इस प्रकार का इलेक्ट्रॉनिक विज्ञापन बना हुआ था। रमेश भाई और हमारे बीच में बातचीत हो रही थी कि हम भी ऐसा एक ज्ञानयुक्त चित्र बनायें प्रदर्शनी के लिए। इसके बारे में हमने मम्मा से पूछा, "मम्मा, वह चित्र आपको कैसा लगा?" मम्मा ने तब हमें ऐसा उत्तर दिया कि वह हमारे संकल्प और सपने में भी नहीं था! मम्मा ने कहा, "जिस समय मम्मा क्लास में आती है उस समय ही सामने दृष्टि डालती है, नहीं तो मम्मा के लिए इस दुनिया का कोई अस्तित्व नहीं है।" इतना वैराग्य था मम्मा का इस पुरानी दुनिया और दुनियावी वस्तुओं से!

अनुपम कुशल संगठक और प्रशासक
मम्मा में संगठन करने की शक्ति बहुत श्रेष्ठ और जबर्दस्त थी, सबको साथ लेकर चलने की कुशल कला थी। उनमें व्यक्तिगत धारणाएँ थीं, उदाहरणार्थ बाबा ने कहा और मम्मा ने धारणा किया - इसमें नम्बर वन थीं। सहज रूप से माँ के जो संस्कार होते हैं वे उनके अन्दर पूर्णरूपेण थे। समर्पित होने का उनका वह तरीका, जिसको झटकू कहते हैं, कई भाई-बहनों के लिए एक आदर्श बना, बहुतों के जीवन उद्धार का प्रेरणा-स्रोत बना। सबसे बड़ी बात है कि उनको सबने यज्ञमाता के रूप में स्वीकार कर लिया था। उनको देखते ही हरेक को स्वाभाविक रूप से माँ की भासना आती थी उन्होंने हरेक की जरूरतों को बिना मांगे पूरा किया। किसी को कोई वस्तु माँगने का अवसर ही नहीं दिया। कभी किसी ने यह नहीं सोचा कि इनकी उम्र क्या है, मेरी उम्र क्या है। किसी धर्म, जाति, पंथ वाला हो हरेक ने यही बेहद का अनुभव किया कि यह मेरी माँ है, मेरी हितचिन्तक है। उस महान आत्मा में इतनी शक्ति थी! इसलिए, झामा कहिये या बाबा कहिये उनको ही यज्ञमाता, मातेश्वरी, मम्मा बनाया गया।



आवाज़ सुनते थे। परमात्मा की याद में लवलीन रहने की उनकी एक स्वाभाविक स्थिति होती थी। उनके आस-पास के प्रक्रमणों से जो अपनेपन का अनुभव होता था वह बहुत सुखद प्रतीत होता था। उनके हर शब्द में ज्ञान समाया रहता था। यूँ कहें, उनके रोम-रोम में ज्ञान समाया हुआ था। उनको देखते ही परमात्मा की याद में हमारा मन मगन हो जाता था। याद करने की मेहनत नहीं करनी पड़ती थी। परमात्मा पिता की याद सहज आती थी।

कर्म के बन्धनों और लौकिक सम्बन्धों से मुक्त करने वाले वरदानी बोल

के साथ की वो बैठक, वो रूहरिहान मेरे जीवन के लिए एक अमूल्य निधि है। मुझे बहुत गर्व है कि ईश्वरीय सेवा में पूर्णरूपेण समर्पित होने के लिए मेरी प्रेरक और सहायक शक्ति मम्मा ही थीं।

उनके लिए इस पुरानी दुनिया का कोई अस्तित्व नहीं था

मुम्बई में मम्मा 2-3 बार आयीं। प्रथम प्रदर्शनी के चित्र सन् 1964 में तैयार हो रहे थे। उनके बारे में मम्मा कुछ सुझाव देने की सेवा के हिसाब से आयीं थी। उस समय की एक घटना मुझे याद आ रही है।



वीरगंज-नेपाल। पर्यावरण दिवस पर पौधारोपण करते हुए उपक्षेत्रीय निर्देशिका ब्र.कु. रवीना तथा साथ हैं अन्य भाई-बहनें।



हमीरपुर-हि.प्र.। शिवजयंती के उपलक्ष्य में संतोषी माता के मन्दिर में शिवध्वजारोहण के परचात् चित्र में मंदिर के ट्रस्ट कमेट्री प्रधान, ब्र.कु. ज्योति, ब्र.कु. सारिका तथा अन्य भाई-बहनें।



भीनमाल-राज.। विश्व पर्यावरण दिवस पर पौधा रोपण करने के परचात् समूह चित्र में एस.डी.एम. अवधेश मीना, तहसीलदार कालुराम प्रजापत, पार्षद नगरपालिका अध्यक्ष सावलराम देवासी, उद्योगपति अशोक खेतावत, ब्र.कु. गीता तथा अन्य भाई-बहनें।



दुमका-झारखण्ड। ज्ञान घर्चा के परचात् माननीय मुख्यमंत्री हेमन्त सोरेन को फूलों का गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. जयमाला।



आयोध्या-कैलाशबाद(उ.प्र.)। लॉकडाउन के दौरान कोविड-19 के लिए मुख्यमंत्री राहत कोष में डी.एम. को चेक द्वारा आर्थिक अंशदान प्रदान करते हुए ब्र.कु. शशि। साथ हैं ब्र.कु. शीलू तथा ब्र.कु. संध्या।



मलकापुर-बुरहानपुर(महा.)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर कार्यक्रम में व्यसनमुक्ति की प्रसिद्ध सामाजिक कार्यकर्ता प्रेमलता सोनोने का फूल देकर स्वागत करते हुए ब्र.कु. सुभा।



नामा-पंजाब। साई बाबा के जन्मदिवस पर ओम साई संस्था द्वारा आयोजित कार्यक्रम में आमंत्रित ब्र.कु. हर्षीत और ब्र.कु. परवीन को सौगात भेंट करते हुए ओम साई संस्था के प्रधान परमजीत वर्मा। साथ हैं संस्था के सचिव सतीश कुमार।



दिल्ली-वसंत विहार। लॉकडाउन के दौरान कोरोना योद्धाओं का थाने में थानाधिकारी पुलिस रविशंकर को व सभी पुलिसकर्मियों को सम्मानित करने के परचात् चित्र में साथ हैं ब्र.कु. क्षीरा।



हाथरस-आनंदपुरी(उ.प्र.)। लॉकडाउन के दौरान कोरोना योद्धा एस.एच.ओ. मनोज कुमार शर्मा को ईश्वरीय साहित्य व प्रसाद भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. शान्ता।



न पद का मद, न ही मर्यादा का उल्लंघन, मातृवत् से किया कुशल प्रशासन

अपनी कुशाग्र बुद्धि, व्यक्तियों की परख, प्रेम, मर्यादा पालन, नियमित विद्यार्थी जीवन तथा अथक सेवा के कारण वे एक कुशल प्रशासिका भी थीं। इसलिए सन् 1951-52 से लेकर (जब से ईश्वरीय सेवा प्रारम्भ हुई) सन् 1961 तक वे कन्ट्रोलर अथवा प्रशासन-अभियन्ता एवं नियंत्रक नियुक्त थीं और जनवरी सन् 1969 में प्रजापिता ब्रह्मा के अव्यक्त होने के बाद पूर्व मुख्य प्रशासिका दादी प्रकाशमणि जी के साथ दीदी मनमोहिनी अतिरिक्त प्रशासिका के तौर पर सेवारत थीं। यह एक बहुत महत्वपूर्ण बात है कि 14 वर्षों तक दादी और दीदी दोनों ने मिलकर इस प्रकार प्रशासन कार्य किया कि कभी उनमें मन-मुटाव नहीं हुआ, न कभी उन्होंने एक-दूसरे की आलोचना की। वे कहा भी करतीं कि हम दोनों के शरीर अलग-अलग हैं परन्तु आत्मा एक है। उनके इस मंतव्य और घनिष्ठ स्नेह को देखकर लोग दंग रह जाते, इन दोनों के कुशल प्रशासन में, परमपिता परमात्मा शिव के प्रशिक्षण एवं संरक्षण में ईश्वरीय विश्व विद्यालय ने दिन दुगुनी और रात चौगुनी उन्नति की जिसके फलस्वरूप, सन् 1983 से पहले ही इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय के विश्वभर में लगभग 1150 सेवाकेन्द्र थे।

प्रशासनिक कुशलता

दीदी जी के जीवन में अनेक दिव्यगुण अपनी चरम उत्कर्ष पर थे। वे 72 वर्ष की आयु में भी आश्चर्यचकित कर देने वाली स्फूर्ति और चेतना के साथ काम करती थीं। मधुवन में देश के कोने-कोने से तथा विदेशों से, हजारों भाई-बहनें आते थे तो उनका कार्य-उत्तरदायित्व इतना बढ़ जाता था कि एक अच्छे युवक या युवती के लिए भी सम्भालना कठिन था परन्तु उन्होंने एक तो सारी व्यवस्था को दादी जी के साथ मिलकर ऐसा बना रखा था कि कार्य सुचारू रूप से, झंझट और झड़प के बिना चलता रहता था और दूसरे वे स्वयं कार्य-प्रवाह से परिचित एवं सूचित रहती थीं तथा ध्यान देती थीं। प्रातः ही वे सारे मधुवन का एक बार भ्रमण कर लेती थीं और भण्डारे आदि में, जहाँ-कहीं भी

उनके परामर्श की आवश्यकता होती, वे राय दे आती थीं। उनकी कार्य लेने की विधि भी ऐसी थी कि सभी उनसे सन्तुष्ट रहते थे। वे उनकी कठिनाईयों को भाँप कर उन्हें वान्छित हल देती थीं और उनमें कठिनाईयों को पार करने के लिए

थे कि प्रशासन सीखना हो तो इनसे सीखना चाहिए। फ़रवरी, 1983 में मधुवन में बड़ा सम्मेलन हुआ, तब दादी प्रकाशमणि जी और दीदी मनमोहिनी जी के संरक्षण में तीन हजार व्यक्तियों के उठरने, भोजन करने तथा सब प्रकार

ने तन-मन-धन से सहयोग देकर इतने बड़े कार्य को सहज ही सफलता से पूरा कर लिया और वह भी योगयुक्त अवस्था एवं शान्ति से।

त्यागमय जीवन

दीदी जी यद्यपि एक बहुत ही धनवान घराने में पैदा हुई थीं तथापि यज्ञ में उनकी वेष-भूषा, खान-पान तथा रहन-सहन अन्य सभी की तरह अत्यन्त सादा और साधारण था। उन्होंने कभी भी अपने लौकिक कुल के धन-धान्य के बारे में गर्व नहीं किया। उन्होंने अपने लौकिक जीवन के सुखों को कभी भी याद नहीं किया। इस प्रकार, वे सादगी और त्याग की मूर्ति थीं। उनके पास जो चीजें होतीं, वे दूसरों को ही सौगात देकर प्रभु-प्रेम में बाँधतीं। उन वस्तुओं को अपने लिए प्रयोग नहीं करती थीं।

नम्रचित

दीदी मनमोहिनी जी, दादी प्रकाशमणि जी के साथ मिलकर एक बहुत बड़ी अन्तर्राष्ट्रीय संस्था का कार्य-संचालन करती थीं। अतः उत्तरदायित्व के साथ उन्हें काफ़ी अधिकार भी प्राप्त थे। परन्तु उन्होंने कभी भी किसी से अधिकार या सत्ता के मद (अहंकार) में नहीं बोला। बल्कि यदि कभी किसी ने मार्यादानुसार व्यवहार नहीं किया, तब भी उन्होंने उसे मातृवत् प्रेम ही दिया ताकि वह ईश्वरीय ज्ञान के मार्ग से पीछे न हट जाए। यदि कभी कोई किसी कारण से रुष्ट भी हो गया तो भी उन्होंने स्वयं झुककर उसे स्नेह और सौहार्द से सींचा ताकि शिव बाबा के साथ उस आत्मा का बुद्धियोग बना रहे और वह देहधारी आत्माओं से रूठकर कहीं योगमार्ग से विचलित न हो जाये। उन्होंने कभी यह हठ नहीं किया कि "गलती अमुक व्यक्ति की ही है, अथवा दोष उसी का ही है और इसलिए मैं उससे क्यों बात करूँ?" बल्कि स्वयं दीदी जी ने ही उसके मन को शीतल करने के लिए कहा कि "भाई, मन में कोई बात हो तो निकाल दो, हम सभी एक मार्ग के राही हैं। दैवी परिवार में आत्मिक सम्बन्धी हैं और हमारे मन में आपके लिए शुभ भाव ही है।" इस प्रसंग में यह कहना उचित होगा कि दीदी जी को बच्चों का यह गीत – "हम हैं आत्मा, तुम हो आत्मा, आपस में भाई-भाई, बाबा कहते पढ़ो पढ़ाई, नहीं किसी से लड़ो लड़ाई", अच्छा लगता था।

क्या आप कल्पना कर सकते हैं कि दो महिला एक साथ, एक ही कार्य के लिए निमित्त हों और उनमें मन मुटाव या कलह कलेश ना हो, क्या ये हो सकता है! हाँ, हम ऐसी महान दो महिलाओं के बारे में जो एक ही प्रशासनिक कार्य पर नियुक्त होने पर भी प्रैक्टिकली वें एक आदर्श के रूप में दुनिया के सामने उदाहरण रूप बनीं। जो थीं तो दोनों अलग-अलग परन्तु जिन्होंने उन्हें नज़दीक से देखा वे कहते हैं कि शरीर भले दोनों के अलग-अलग थे परन्तु आत्मा एक थी। उनकी कार्यप्रणाली ही प्रमाण है जो उनके नेतृत्व में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय ने दिन दुगुनी रात चौगुनी तरक्की की वो भी बिना किसी ईर्ष्या या मन-मुटाव के।



प्रेरणा भरती थीं। यही कारण है कि मधुवन में जो भी वरिष्ठ सरकारी अधिकारी आते या बड़े उद्योगों के व्यवस्थापक आते, वे दीदी जी तथा दादी जी दोनों से मिलते समय यह अवश्य कहते कि यहाँ की व्यवस्था देखकर उन्हें बहुत अच्छा लगा है। न कोई कोलाहल, न आहट, न तनाव, न कार्य का ठहराव। शान्ति, परस्पर प्रेम तथा सेवाभाव से सुचारू कार्य देखकर सभी कहते

की सहूलियतें मिलने का और साथ-साथ सम्मेलन तथा योगादि का कार्य ऐसा शान्तिपूर्ण चला कि अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति के लोगों ने भी इसकी प्रशंसा की। इसी प्रकार, इतने बड़े ओम् शान्ति भवन के इतने अल्पकाल में निर्माण होने की बात भी सभी के लिए एक मधुर आश्चर्य बन गया। वास्तव में, यह दोनों के मधुर व्यक्तित्व एवं प्रशासन-कुशलता का प्रभाव ही था कि सभी



गोवा-पणजी। राजयोग प्रचार व प्रसार के उत्कृष्ट कार्य के लिए डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके को 'इंडियाज सिनेचर ब्रांड्स अवार्ड ऑफ एक्सीलेंस' से सम्मानित करते हुए फिल्म अभिनेता सुनील शेट्टी। साथ हैं ब्र.कु. शांभा।



तोशाम-हरियाणा। लोकडाउन के दौरान कोविड - 19 के लिए मुख्यमंत्री राहत कोष में एस.डी.एम. संदीप कुमार को आर्थिक सहायता हेतु चेक प्रदान करते हुए ब्र.कु. मंजू। साथ हैं ब्र.कु. रोशनी।



कोरापुट-ओडिशा। शिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम में जेलर गगन साहू को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. स्वर्ण बहन।



चंदननगर-पुणे(महा.)। राष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा संस्थान में 'तनावमुक्त जीवन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. अंजली, ब्र.कु. अनौता तथा अन्य विद्यार्थीगण।



पुणे-महा। विश्व पर्यावरण दिवस पर योगिक गृहवाटिका तैयार करने से पूर्व चित्र में ब्र.कु. प्रणिता तथा अन्य बहनें।

संकल्प की शक्ति से खत्म हो सकती है नेगेटिविटी

इस समय मन में ऐसे बहुत सारे ब्लैक सर्कल हैं, जिन्हें व्हाइट बनाना है। उसके लिए हमें यही संकल्प करना है कि मेरा परिवार सुरक्षित है, मेरा देश सुरक्षित है, ये सृष्टि सुरक्षित है।

जब हम जीवन में दृढ़ संकल्प का इस्तेमाल करते हैं तो उसमें ध्यान रखना है कि कोई भी नेगेटिव शब्द न हो। इस समय हमारा दृढ़ संकल्प होगा - मैं पूर्णतः स्वस्थ हूँ। अगर किसी को छोटी-मोटी बीमारी है या वायरस से संक्रमित हैं तो उनको यही विचार बनाना है कि मेरा शरीर परफेक्ट और हेल्दी है। क्योंकि इस समय हम स्वस्थ रहना चाहते हैं। डर खत्म करना है तो हमें यह सोचना है कि मैं निडर हूँ, मुझमें आत्मविश्वास है। मन की स्थिति के लिए संकल्प करना है कि मैं खुश हूँ। मुझे अभी यही संकल्प करना है क्योंकि वातावरण में चिंता है। यह ब्लैक सर्कल है, जिसे खत्म करने का एक ही रास्ता है, उस पर व्हाइट सर्कल बनाना। एक ब्लैक सर्कल खत्म करने के लिए 5-10 व्हाइट सर्कल बनाने होंगे। अगर जीवन में तनाव है तो यह संकल्प करेंगे कि मैं शांत आत्मा हूँ। कमजोर महसूस कर रहे हैं तो संकल्प करेंगे कि मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ। यदि खुद को किसी भी संक्रमण से बचाना है तो संकल्प करना है कि मैं पवित्र आत्मा हूँ। मेरे अन्दर नेगेटिविटी आ ही नहीं सकती है। शरीर के लिए संकल्प करेंगे कि मेरा शरीर निरोगी है, और ऐसा ही रहेगा। इस महामारी की वजह से बहुत से लोगों के काम पर असर पड़ा है। हर जगह यही बता रहे हैं कि जॉब, बिजनेस, कंपनी सब खतरे में हैं। ऐसे में यही प्रभावी विचार बनने लगता है। तो मुझे उससे बचने के

लिए एक दृढ़ संकल्प बनाना होगा। मेरी नौकरी, कारोबार सुरक्षित है और सुरक्षित रहेगा। अब हम ऐसा संकल्प इसलिए कर रहे हैं, नहीं तो सारा दिन हम जो सोचते हैं वही बोलते हैं कि पता नहीं मेरा कल क्या



डॉ. कु. शिवानी,
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ

होगा? इस समय मन में ऐसे बहुत सारे ब्लैक सर्कल हैं, जिन्हें व्हाइट बनाना है। उसके लिए हमें यही संकल्प करना है कि मेरा परिवार सुरक्षित है, मेरा देश सुरक्षित है, ये सृष्टि सुरक्षित है। इस समय जो वायरस आया हुआ है, उसका नाम नहीं लेना है। उसके लिए हमें यही संकल्प करना है कि वो जो चीज़ आई है, इस समय वो समाप्त हो चुकी है। नहीं तो हम सारा दिन यही सोच रहे हैं कि देश में कितने संक्रमित होंगे, कितने लोग मरेंगे। आंकड़े इकट्ठा करना हमारा काम नहीं है।

आप अपने मन को कोई तारीख नहीं दें कि वो जून अंत में जायेगी या साल के अंत में। हमें यह संकल्प करना है कि वो जा चुकी है। क्योंकि संकल्प से सिद्धि मिलती है। सबसे यही संकल्प करवाना भी है।

जब हम कहते हैं कि मिलकर प्रार्थना करो तो हम उच्च ऊर्जा वाले विचार बनाते हैं। इस परिस्थिति में भी उच्च ऊर्जा वाले विचार बनाना है। मेरी प्रार्थना को प्रैक्टिकल में लाना है तो मुझे इसे प्रेरण और मेडिटेशन का हिस्सा बनाना पड़ेगा। मुझे हील करना है खुद को, पूरी सृष्टि को। क्योंकि संकल्प से सृष्टि बनती है। एक ही संकल्प कि वो खत्म हो चुका है। दो-चार महीने बाद भी कोई बात करे तो आप यही कहो 'वो तो खत्म हो चुका है'। हो सकता है लोग मजाक उड़ाएँ, पर आपके ऐसा करने से लोग समझ जायेंगे कि हमें क्या करना है। हमें वातावरण की ऊर्जा को बदलना है। मन की एनर्जी वायरस पर सौ प्रतिशत असर करेगी। हम देखते हैं कि हमारे आस-पास जो पशु-पक्षी होते हैं उन पर हमारी सोच का कितना असर पड़ता है। तो क्या हमारी सोच का असर इस वायरस पर नहीं पड़ेगा? एक दो की सोच का नहीं। अगर सारे लोग मिलकर आह्वान करेंगे, अगर हम बार-बार ऐसा सोचेंगे तो सच में ऐसा हो जायेगा। हमें ऐसे संकल्प करने ही होंगे और इन्हें बार-बार दोहराना होगा। तभी ये सिद्धि होंगी।

काला प्यार, गोरा प्यार

कहते हैं कि प्यार जिन्दगी है, प्यार बंदगी है, प्यार बिना क्या जीना यह भी कोई जिन्दगी है। यह सुनने में बहुत अच्छा लगता है और प्यार को भगवान के साथ भी जोड़ा गया है। कहा जाता है कि परमात्मा प्यार का सागर है। देखा जाये तो कोई भी प्यार के बिना रह नहीं सकता फिर भी आज कई रिश्ते टूट रहे हैं, शादियां टूट रही हैं। कभी सोचा है आखिर क्यों हो रहा है यह सब? ऐसा इसलिए हो रहा है क्योंकि आज का प्यार है काला प्यार।

काला प्यार क्या?

काला अक्षर में दो शब्द समाये हुए हैं, एक है कामना और दूसरा है लगाव। कामनाएं कई प्रकार की होती हैं। शारीरिक कामनाएं जैसे मैं अमीर, मैं ताकतवर, मैं बुद्धिवान, आदि-आदि और इससे सभी वैसा ही व्यवहार करें जैसे मैं चाहता हूँ। मानसिक कामनाएं हैं कि चाहे मैं कैसा भी रहूँ फिर भी लोग मुझे समझें और सहानुभूति रखें। फिर आती है लागत। जब किसी से लागत होती है तो वही अच्छा लगता है, उसी से प्यार और इज्जत चाहिए, वह सामने नहीं तो दिल नहीं लगता। यह सब है लागत की निशानियां जो हमें परेशान कर सकती हैं। अगर

हमें वह सब उस इंसान से न मिले क्योंकि आखिर हम सभी इंसान ही तो हैं।

स्नेह की जरूरत

अब अगर हम काला प्यार से बचना चाहते हैं तो हमें प्यार के बदले मनुष्यों से स्नेह रखना चाहिए। स्नेह में तीन शब्द आते हैं जो है स अर्थात् सहयोग, ने अर्थात् नेष्ठा और ह अर्थात् हिम्मत। हम सभी आत्माओं की ताकत अब कम हो चुकी है इसलिए हमें स्नेह की ज्यादा जरूरत है। हर कार्य में सहयोग दें,



नेष्ठा अर्थात् ध्यान रखें और आगे बढ़ाने की हिम्मत देते रहें। जितना हम देंगे उतना ही हमें वापिस भी मिलेगा।

गोरा प्यार क्या?

अब गोरा इस शब्द में दो शब्द आते हैं। वह है गो अर्थात् गोविन्द और रा अर्थात् राम। अब गोविन्द (श्री कृष्णा) और राम यह तो सिर्फ परमात्मा का प्यार ही बना सकता है। परमात्मा के लिए कहा जाता है कि वह प्यार का सागर है, सुख का सागर है, शांति का सागर है और हम आत्माओं में भी यह सब है परन्तु कम मात्रा में इसलिए हम इसे सारा समय दे नहीं पाते और हमारे रिश्तों में तनाव बनता है। अब आप कहेंगे कि परमात्मा से प्यार कैसे करें? इसके लिए आपको सीखना होगा राजयोग मेडिटेशन जिससे आपको परमात्मा की पूरी पहचान मिलती है और आप परमात्मा से प्यार कर गोविन्द और राम जैसा बन सकते हैं।

डॉ. कु. रोहित, मुम्बई

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें....

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया
संपादक - डॉ. कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 3075 10
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 (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।



कटुक-ओडिशा। विश्व पर्यावरण दिवस पर वृक्षारोपण करते हुए विधायक अरविंद ढाली और जगनाथपुर सरपंच रस्मिता साहू। साथ हैं उपक्षेत्रीय सह-निर्देशिका ब्र. कु. सुलोचना।



ब्रह्मपुर-गिरीरोड(ओडिशा)। लॉकडाउन के दौरान कोविड-19 के लिए मुख्यमंत्री राहत कोष में कलेक्टर विजय अमृत कुलेंगी को चेक द्वारा आर्थिक अंशदान प्रदान करते हुए ब्र. कु. मंजू तथा ब्र. कु. माला।



झालावाड़-राज.। लॉकडाउन के तहत कोरोना योद्धाओं पुलिस सी. आई. लक्ष्मण सिंह, सी. ओ. विजयशंकर शर्मा एवं समस्त पुलिसकर्मियों को शॉल पहनाकर व फूलों का गुलदस्ता भेंट कर सम्मानित करने के पश्चात् चित्र में साथ हैं ब्र. कु. मीना।



गोंदिया-मह.। कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के द्वारा ग्राम रायपुर में इंटीग्रेटेड पैकिंग हाउस, कोल्ड स्टोरेज एवं किसान ट्रेनिंग सेंटर का उद्घाटन करते हुए कृषि एवं ग्राम विकास को अध्यक्ष ब्र. कु. सरला दीदी, मेहसाणा, उपाध्यक्ष ब्र. कु. राजू, माउण्ट आबू, कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के संयोजक ब्र. कु. सुमंत, क्षेत्रीय संयोजक ब्र. कु. तृपति, सुरत वराछा, डॉ. रामचर्च, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका रतनमाला, ब्र. कु. रुकमणी, अकोला तथा अन्य अतिथिगण।



दुंडला-ऑवलखेड़ा। विश्व पर्यावरण दिवस पर पौधारोपण करते हुए ग्राम प्रधान भावना चौहान, ब्र. कु. तनु तथा ब्र. कु. पूजा।



भुवनेश्वर-अलारपुर(ओडिशा)। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेन्द्र द्वारा शिव संदेश भवन में सचिव और सेवानिवृत्त कर्मचारी संघ के सदस्यों सिनियर सिटीजन का आध्यात्मिक चर्चा के कार्यक्रम में फूलों का गुलदस्ता भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र. कु. मंजू, माउण्ट आबू। साथ हैं ब्र. कु. तपस्विनी।

तनाव से मुक्त होने की सहज विधि

जब तनाव शब्द हम सुनते हैं व हमें होता है तो हमारे मन, मस्तिष्क में एक खिंचाव सा महसूस होता है। तनाव होने के भिन्न-भिन्न कारण हैं लेकिन तनाव के कई कारण और उससे मुक्ति के लिए परमात्मा ने जो हमें बताया है उस पर हम बात करते हैं...

हरेक के तनाव के कारण अपने-अपने

तनाव के हरेक के कारण अपने-अपने होते हैं। और उनसे निजात पाने के तौर तरीके भी उसी ढंग से होते हैं। ये नहीं कि हरेक को एक ही तरीके से चलना होता है क्योंकि हरेक के सरकमस्टांसेस, हरेक की विशेषताएं, हरेक की दिनचर्या, हरेक के सामने जो माहौल है

नहीं सकते। क्योंकि बाबा ने बता दिया है कि तनाव का मुख्य कारण या तनाव जिसको दूसरे शब्दों में कहें उसकी उत्पत्ति का बीज जो है वो है व्यर्थ संकल्प।

हम स्वयं तनाव को अच्छी तरह समझें

अगर हमारे व्यर्थ संकल्प अधिक हैं। चलो ब्राह्मण बनने के बाद हमने नेगेटिव संकल्प तो काफी कम कर लिए अपनी समझ के आधार से, लेकिन जो व्यर्थ का खाता है वो अभी तक भी चालू है। बाबा ने कई बार ये इशारा दिया है कि बच्चों का जमा का खाता इतना नहीं है, व्यर्थ का खाता ज़्यादा है। और ये तो हरेक स्वयं में भी महसूस कर सकते

से महीन जो धागे हैं मैपन के, वो धागे हम देखें अपने आप में तो वो अभी तक टूटे हुए नहीं हैं। इसलिए मोटे-मोटे स्वरूप से तो अभिमान शायद खत्म कर लिया या जिसको दूसरे शब्दों में कहें कि अहंकार को हमने खत्म कर लिया। अभिमान को खत्म कर लिया होगा शायद कुछ अंश तक, लेकिन जो सूक्ष्म मैपन है, को हम कई बार आइडेंटिफाय भी नहीं कर पाते हैं। आइडेंटिफाय न कर पाने के कारण अन्दर सूक्ष्म में जो हमारा भाव होता है वो सामने वाली आत्मा को तो तुरन्त महसूस हो जाता है कि इसको अपना अभिमान है और ये अपने मैपन में स्थित है। भले हमें पता न चले इसलिए कोई भी व्यर्थ संकल्प का मुख्य कारण है मैपन।

कई बार हम तनाव के कारण को भी जान लेते हैं। उनसे होने वाले नुकसान को भी पहचान लेते हैं किन्तु अगर हम भीतरी अवलोकन करें तो पता चलता है कि सूक्ष्म में उनके कई ऐसे धागे हैं जो हमें ऊपरी ऊपरी तौर पर देखते हैं तो हमें पता भी नहीं चलता जोकि तनाव के कारण की जड़ होती है। और वो है सूक्ष्म में मैपन। इससे हमें सम्पूर्ण रूप से समझना और उसे खत्म करना है।



-डॉ. कु. उपा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

वो अलग-अलग हैं इसलिए वो सब देखते हुए एक प्रैक्टिकल विधि हमें अपनानी होती है। सैल्फ मैनेजमेंट का कोर्स भी हमें यही कहता है कि सभी को एक लाठी से नहीं चलाना होता है। लेकिन हरेक के सरकमस्टांसेस, प्रॉब्लम्स, माहौल, वातावरण में आस-पास के लोग सहयोगी हैं, उसको देखते हुए उसको उस विधि को अपनाना होता है। युक्तियुक्त होकर अपने पुरुषार्थ की विधि भी बनाओ। ताकि आप पुरुषार्थ भी कर सकें और किसी को डिस्टर्बेंस भी न हो।

तनाव का कारण व्यर्थ संकल्प

अगर हम सबसे पहले स्वयं से आरम्भ करें कि हम ब्राह्मण दूसरों को तनाव से मुक्त करते हैं या दूसरे शब्दों में कहें कि दुनियावी लोगों को तो तनाव से मुक्त होने की सहज विधि बता देते हैं, लेकिन ब्राह्मण बनने के बाद भी उनको तनाव से पूर्णतः मुक्त हैं ये हम कह

हैं। समर्थ का खाता और व्यर्थ के खाते दोनों को अगर तोला जाये मैजारीटी कौन-सा होता है? व्यर्थ का पलड़ा जैसे भारी हो जाता है। और व्यर्थ छोटी-छोटी बातों को लेकर चालू हो जाता है। किसी ने कुछ कह दिया तो भी हमारे संकल्प चलने शुरू हो जाते हैं। उसने ऐसा क्यों कहा होगा? भले उसके मन में कुछ भी न हो लेकिन जब हमें पता चलता है कि मेरे ये शब्द कहने से भी इस व्यक्ति का कितना व्यर्थ संकल्प चल गया ये हार्डली हम कभी रियलाइज़ भी करते हैं। हमारे एक-एक बोल के पीछे भी कितने लोगों का संकल्प चलता होगा। कहने का भावार्थ है कि व्यर्थ का खाता जो चलता है व्यर्थ विचारों का, व्यर्थ संकल्पों का, उसकी सहज बात बाबा ने परखने के लिए हमें बताया है।

व्यर्थ के मुख्यतः दो महीन धागे एक है अभिमान और दूसरा है 'मैपन'। महीन

मैपन को परखें और निवारण करें

मैपन की परख दो बातों से होती है कि कहाँ पर भी हमें अपमान की फीलिंग आ गई कि किसी ने मुझे कुछ कहा और मुझे हट हो गया, फील हो गया तो फील किसको हुआ? उस अभिमान को फील होता है। इसीलिए तो जो महान ऋषि मुनि हो गए उन्होंने तो क्या कहा कि निंदा-स्तुति, मान-अपमान, सबमें स्टेबल। सबमें स्थिरता जब आ जाती है कि कोई कुछ भी कह जाये तो भी उनकी बातों का असर हमारे विचारों पर न हो। तो ये है तनाव से मुक्त होने की विधि। और उसके लिए बाबा ने सहज पुरुषार्थ जो हमें बताया है वो तीन स्थिति के लिए बताया है वो है निराकारी, निरहंकारी और निर्विकारी। ये तीन स्थिति, इस तनाव की जड़ को खत्म करने में हमारे लिए बहुत मदद रूप हो सकती है।

! यह जीवन है !

प्रत्येक मनुष्य अपने भाग्य और समय का निर्माता स्वयं होता है...

इस संसार में अनेक प्रकार के इंसान रहते हैं। परन्तु स्वयं से संतुष्ट और खुश ना तो अमीर रहता है और ना ही गरीब। क्योंकि जो गरीब रहता है, वह हमेशा स्वयं के नसीब को कोसता रहता है। और हमेशा चिंतित रहता है। वह गरीब इंसान यह सोचता रहता है कि उसके पास कुछ भी नहीं है, जिससे वह दुखी रहता है। परन्तु जो इंसान अमीर है वह भी अपनी स्थिति से संतुष्ट नहीं रहता। उस अमीर व्यक्ति के मन में यही विचार चलता रहता है कि अब और कितना धन एकत्रित करें। कुछ धन शेष तो नहीं रहा। अतः इस संसार में ना तो गरीब स्वयं को सुखी मानता है और ना ही अमीर। वास्तव में सुखी वही इंसान है जो स्वयं में संतुष्ट हो।

ख्यालों के आईने में...

अभिमान और अहंकार तब आता है जब आपको लगता है कि आपने कुछ सही किया है। हालाँकि सम्मान और इज्जत तब मिलती है जब दूसरों को लगता है कि आपने कुछ सही किया है।

यदि अपने आपको आत्मा निश्चय करना मुश्किल लगता है तो पुण्य कर्म बढ़ाओ क्योंकि जैसे-जैसे आत्मा के पास यह खजाना बढ़ता जाता है वह हल्की होना शुरू हो जाती है। और अपने आपको शरीर से अलग अनुभव करना सहज हो जाता है।

कथा सरिता...

100 नम्बर की एक गाड़ी कांस्टेबल हरीश को फोन पर यही पता लिखाया गया था। पर यहां तो सभी मकान थे। यहाँ पर खाना किसने मंगवाया होगा? यही सोचते हुए हरीश ने उसी नम्बर पर कॉल बैक की। "अभी दस मिनट पहले इस नम्बर से भोजन के लिए फोन किया गया था। आप जितन जी बोल रहे हैं क्या? हम मकान नम्बर 112 के सामने खड़े हैं, कहाँ आना है?"

दूसरी तरफ से जवाब आया, "आप वहीं रुकिए, मैं आ रहा हूँ।" एक मिनट बाद 112 नम्बर मकान का गेट खुला और करीब पैंसठ वर्षीय सज्जन बाहर आए। उन्हें देखते ही हरीश गुस्से में बोले, "आप को शर्म नहीं आई, इस तरह से फोन करके खाना मंगवाते हुए, गरीबों के हक का जब आप जैसे अमीर खाएंगे तो गरीब तक खाना कैसे पहुंचेगा। मेरा यहाँ तक आना ही बर्बाद गया।"

साहब! ये शर्म ही थी जो हमें यहां तक ले आयी। सर्विस लगते ही शर्म के मारे लोन लेकर घर बनवा लिया। आधे से ज़्यादा सैलरी किस्त में कटती रही और आधी बच्चों की परवरिश में जाती रही। अब रिटायरमेंट के बाद कोई पेंशन नहीं थी तो मकान का एक हिस्सा किराये पर दे दिया। अब लॉकडाउन के कारण किराया भी

नहीं मिला। बेटे की सर्विस न लगने के कारण जो फंड मिला था उससे बेटे का व्यवसाय करवा दिया। और वो जो भी कमाता गया व्यवसाय बड़ा करने के चक्कर में उसी में लगाता गया और कभी बचत करने के लिए उसने सोचा ही नहीं। अब 20 दिन से वो भी ठप्प है। पहले साल भर का गेहूँ-चावल भर लेते थे पर बहू को वो सब ओल्ड फैशन लगता था तो शर्म



उधार का अमीर

के मारे टंकी कबाड़ी को दे दी। अब बाज़ार से 10 किलो पैकड आटा और पांच किलो चावल ले आते हैं। राशन कार्ड बनवाया था तो बच्चे वहाँ से शर्म के मारे राशन उठाने नहीं जाते थे कि कौन लाइन लगाने जाये इसलिए वो भी निरस्त हो गया। जन-धन अकाउंट हमने ही बहू का खुलवा दिया था पर उसमें एक भी बार न तो जमा हुआ, न ही निकासी हुई और खाता

बंद हो गया। इसलिए सरकार से आए हुए पैसे भी नहीं निकाल सके। मकान होने के कारण शर्म के मारे किसी सामाजिक संस्था से भी मदद नहीं मांग सकते थे। कल से जब कोई रास्ता नहीं दिखा और सुबह जब पोते को भूख से रोते हुए देखा तो सारी शर्म एक किनारे रख कर 112 डायल कर दिया। इन दिवारों ने हमको अमीर तो बना दिया साहब! पर अन्दर से खोखला कर दिया। मजदूरी कर नहीं सकते थे और आमदनी इतनी कभी हुई नहीं कि बैंक में इतना जोड़ लेते कि कुछ दिन बैठकर जीवन व्यतीत कर लेते। आप ही बताओ, मैं क्या करता? कहते हुए जितन जी फफक पड़े। हरीश को समझ नहीं आ रहा था कि क्या बोले। वो चुपचाप गाड़ी तक गया और लंच पैकेट निकालने लगा। तभी उसे याद आया कि उसकी पत्नी ने कल राशन व घर का जो भी सामान मंगवाया था वो कल से घर न जा पाने के कारण डिग्गी में ही पड़ा हुआ है। उसने डिग्गी खोली, सामान निकाला और लंच पैकेट के साथ-साथ सारा सामान जितन के गेट पर रखा और बिना कुछ बोले गाड़ी में आकर बैठ गया। गाड़ी फिर किसी ऐसे ही भाग्यहीन अमीर का घर दूढ़ने जा रही थी। ये आज के मध्यम वर्ग की वास्तविक स्थिति है।



स्वास्थ्य के लिए बेल को अपनाने के फायदे

बेल गर्मी के मौसम में स्वस्थ रहने के लिए एक पावरफुल फल है। बेल का शरबत पीने से शरीर अंदर से ठंडा रहता है। यह हैजा, लू, डिहाइड्रेशन जैसी बीमारियों से बचाता है। जानें, बेल फल के गुण क्या-क्या हैं...

बेल के फायदे :- गर्मी के मौसम में एक गिलास बेल के शरबत से बेहतर कुछ नहीं हो सकता है। बेल का शरबत पीने से शरीर अंदर से ठंडा रहता है और आपको हाइड्रेटेड रखता है। इसे बेल के अलावा वूड एप्पल, इंडियन बेल या स्टोन एप्पल के नामों से भी जाना जाता है। इस देसी फल में कई तरह के पोषक तत्व और औषधीय गुण मौजूद होते हैं।

बेल में मौजूद पोषक तत्व :- आई.ओ.एस.आर. जर्नल ऑफ एनवायरनमेंटल साइंस, टॉक्सिकोलॉजी और फूड टेक्नोलॉजी में हुए एक अध्ययन के अनुसार, बेल में कई पोषक तत्व होते हैं। इसमें पानी, शुगर, फाइबर, कैल्शियम, प्रोटीन, बीटा-कैरोटीन, थायमीन आदि प्रचुर मात्रा में मौजूद होते हैं। ये सभी पोषक तत्व शरीर को कई रोगों से बचाते हैं।

दिमाग और दिल के लिए :- दिमाग और दिल पर बेल एक टॉनिक की तरह असर करता है। बेल पेट की सेहत के लिए बहुत हेल्दी फल है। डायरिया, कब्ज, डायबिटीज और कई अन्य शारीरिक बीमारियों के इलाज में इसका वर्षों से सेवन किया जा रहा है। इसमें फ्लैवोनॉइड्स, टैनिन नामक केमिकल्स होते हैं, जो इन्फ्लेमेशन को कम करते हैं। हालांकि, बेल के पेड़ के सभी भाग बेहद उपयोगी होते हैं, लेकिन पके हुए बेल का मेडिसिनल वैल्यू काफी अधिक होता है।



कम करने के साथ ही बेल आपको लू, डिहाइड्रेशन जैसी समस्याओं से भी बचाता है। बेल में फाइबर की मात्रा बहुत अधिक होती है। इसे पीने से कब्ज की भी समस्या दूर होती है।

हैजा से बचाए बेल :- बेल में टैनिन काफी अधिक होता है, जो कॉलेरा के इलाज में जरूरी होता है। बेल के गूदे में 9 प्रतिशत टैनिन होता है। इस फल का सेवन कॉलेरा होने पर जरूर करना चाहिए।

कोलेस्ट्रॉल को कंट्रोल :- बेल का शरबत पीने से लिपिड प्रोफाइल और ट्राइग्लिसराइड्स कंट्रोल में रहता है। बेल हार्ड ब्लड कोलेस्ट्रॉल लेवल को भी कम करता है।

डायबिटीज को मैनेज :- बेल में लैक्सेटिव्स होता है, जो ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल में रखता है, जिससे डायबिटीज को मैनेज करना आपके लिए आसान हो सकता है।

घावों को भरता है :- यदि आपको पेट में अल्सर की समस्या है, तो बेल खाएं। शोध में पता चला है कि बेल को जब पेय पदार्थ के तौर पर लिया जाए, तो यह पेट के म्यूकोसा पर एक परत बनाता है, जिससे अल्सर या घाव जल्दी भर जाते हैं।

वजन को तेजी से कम :-

यदि आप अपना वजन और शरीर की चर्बी दस दिनों के अंदर कम करना चाहते हैं, तो बेल का शरबत पिएं। बेल का शरबत हर दिन पीने से तेजी से वजन कम होता है। वजन



करेडारी-वड़का(हजारीवाग)। नवनिर्मित मेडिटेशन केन्द्र का फीता काटकर उद्घाटन करते हुए नवनिर्वाचित विधायिका अम्बा प्रसाद तथा साथ हैं ब्र.कु. सरिता।



तरावड़ी-करनाल। 84वीं त्रिमूर्ति शिवजयंती पर आयोजित कार्यक्रम में विधायक व वन विभाग निगम चेयरमैन धर्मपाल गोंधर का फूलों के गुलदस्ते से स्वागत करते हुए ब्र.कु. रीमा।



चौपड़ा-जलगांव(महा.)। अलविदा डायबिटीज कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में डॉ. उज्ज्वल कापड़गीस, मालेगांव, डॉ. मल्हार देशपांडे, मालेगांव, पूर्व विधानसभा अध्यक्ष अरुण गुजराथी, पूर्व विधायक कैलास जो, डॉ. दीपक पाटील, डॉ. पवन पाटील, उपक्षेत्रीय निर्देशिका ब्र.कु. मिनाक्षी बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मंगला।



कुरुक्षेत्र-हरियाणा। लॉकडाउन के दौरान कोविड-19 के लिए मुख्यमंत्री राहत कोष में आई.ए.एस. डिप्टी कमिश्नर को चेक द्वारा आर्थिक अंशदान प्रदान करते हुए ब्र.कु. सरोज।



चूडावा-पूर्णा(महा.)। विश्व पर्यावरण दिवस पर पौधारोपण करते हुए जिला परिषद सदस्य विश्वनाथ आप्पा सोळंके तथा ब्र.कु. प्रणिता। उपस्थित रहे ग्राम सरपंच चांदु देसाई, पत्रकार महाद देसाई, सरपंच साहेब राव देसाई, बी.आर. देसाई, कृषि उत्पन्न बाजार समिति सभापति तथा ब्र.कु. सोनल।



लानूर-महा। विश्व पर्यावरण दिवस पर योगिक गृहवाटिका का शुभारम्भ करने के पश्चात् चित्र में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. नंदा, ब्र.कु. पुण्या तथा अन्य। अतिथिगण उपस्थित रहे मिनिस्ट्री ऑफ पेट्रोलियम गर्वनमेंट ऑफ इंडिया, पेट्रोलियम संरक्षण अनुसंधान संघ के व्याख्यात एवं ऊर्जा ऑडिटर।



ब्रह्मपुर-गिरीरोड(ओडिशा)। लॉकडाउन के दौरान ब्रह्मकुमारों के प्रभु उपहार रिट्रीट सेंटर के द्वारा कोरोना योद्धा डॉ. आई.जी. सत्यव्रत को ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित करते हुए पीयूआरसी सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. माला।



संगमनेर-महा। विश्व पर्यावरण दिवस पर योगिक गृहवाटिका में पौधारोपण करने के पश्चात् एग्रीकल्चर ऑफिसर प्रशांत शिंदे को योगिक खेती का साहित्य भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. भारती।



टूडला-रामनगर(उ.प्र.)। विश्व पर्यावरण दिवस पर एम.एस. स्कूल में पौधारोपण करते हुए प्राधानाचार्य व अध्यापकों सहित ब्र.कु. बहनें।



सेखा-बरनाला(पंजाब)। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान डॉ. विलोको को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. बृज बहन। साथ हैं ब्र.कु. सुभाष, ब्र.कु. सुदर्शन तथा समाज सेविका बहन।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग प्रहेली-15(2019-2020)

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
			29		

ऊपर से नीचे

1. ...सामने खड़ा है, नाश (3)
2. शरण, आश्रय, छत्रछाया (3)
3. साहस, पराक्रम, वीरता (3)
4. विकारों के वर्षाभूत होकर बाप का नाम... नहीं करना है (4)
5. समूह, संगठन (2)
6. क्रीड़ा, खेल, अभिनय (2)
7. कृपा, दया, क्षमा (3)
8. हार, पहले नम्बर में है रुद्र... जिसमें शिव भी है (2)
9. रहस्य, झुमा के... को बुद्धि में रख सदा निश्चित रहना है (2)
10. स्वर्ग, जहाँ अकाले मृत्यु नहीं होती (5)
11. समझ, शिक्षा (2)
12. समय, कालों का... महाकाल है (2)
13. जिज्ञासु बने रहना, एक पक्षी (3)
14. लोण, मनुष्य (2)
15. देही बन... बाप को याद करना है, अशरीरी (3)
16. ...था सो पा लिया (2)
17. पिता, सिया के पिता (3)
18. मदद, सहायता (3)

बाएं से दाएं

1. प्रतिकूल, विरुद्ध (4)
2. लेखा-जोखा, लेन-देन का ब्योरा (3)
3. माँ का पिता, अनेक प्रकार (2)
4. जिरह, तर्क, बहस (3)
5. नगर, कस्बा (3)
6. हार, पराजय (2)
7. पानी निकासी की बड़ी नाली (2)
8. आक्रमण, धावा (3)
9. त्रेतायुग का प्रथम राजा (2)
10. ना समझ, नादान (3)
11. कार्य, काम, कर्म (2)
12. आत्मा का मुख्य अंग, विचार करने वाला (2)
13. पवित्र, शुद्ध, पाक (3)
14. प्राचीन, यह तुम्हारा... शरीर भी खत्म हो जाना है (3)
15. ब्रह्मा बाबा का लौकिक व्यवसाय, एक मुख्य रत्न (2)
16. ज्ञान का अर्जन करने वाला (3)
17. विष्णु, सूर्य, ईश्वर (2)
18. विनाश, सम्पूर्ण नाश (4)

-ब्र.कु. रावेश, शान्तिवन

मम्मा का जवाब नहीं

मम्मा के ऊपर बहुत सारी बातें एकसाथ की जा सकती हैं। हमारी मम्मा इस संसार में एक मिसाल के रूप में अगर गिनी जायें तो कोई अतिशयोक्ति नहीं है। हालांकि पूरा विश्व आज इस बात से पूरी तरह से अवगत नहीं है कि एक संस्था में जिसकी स्थापना स्वयं शिवबाबा परमपिता परमात्मा ने की। उसमें प्रजापिता ब्रह्मा बाबा के साथ पूरे यज्ञ वत्सों को पालना देने का जिम्मा अगर किसी पर था तो वो हमारी जगदम्बा सरस्वती या मम्मा थीं। जिनको ये रिस्पॉन्सिबिलिटी या जिम्मेवारी दी गई। और उन्होंने बखूबी इसको निभाया। ज्यादातर मम्मा के लिए एक बात बहुत अच्छी कही जाती है कि जो ज्ञान शिव बाबा ने ब्रह्मा बाबा को दिया तो नम्बरवन ज्ञान को समझने वाले ब्रह्मा बाबा और उसके बाद अगर किसी का नम्बर है तो हमारी जगदम्बा सरस्वती का नम्बर है। इनको बाबा सरस्वती भी कहते थे और जगदम्बा भी कहते थे। आज आप जिसकी भक्ति करते हैं ये वही जगदम्बा सरस्वती हैं। इसीलिए जब हम बाबा की बातों को, बाबा के एक-एक महावाक्यों को मम्मा के मुख द्वारा सुनते हैं तो पता चलता है कितनी गहराई है!

ये उदाहरण के रूप में मम्मा की एक क्लास है जिसमें मम्मा ने इतने सुन्दर तरीके से आत्मा और परमात्मा को एक्सप्लेन किया। सुनकर ऐसा लगा कि निश्चित ये ज्ञान ज्ञानेश्वरी है। और इतने अच्छे तरीके से आत्मा को एक्सप्लेन किया कि आत्मा

कैसे परमात्मा के साथ जुड़ेगी। क्योंकि परमात्मा अगर ज्ञान का सागर है तो उस ज्ञान को समझने के लिए आत्मा को, अपने आपको भी ऊंचा उठाना है।

बाबा अगर ज्ञान का सागर है तो उस ज्ञान की गहराई में जाने के लिए हमें भी बहुत सारी बातों

मम्मा की बातें जब हम सुनते हैं तो लगता है धारणा की शक्ति सहनशीलता और एक-एक गुणों को तराश कर सबके सामने रखना कैसे दृष्टि हो, कैसे वृत्ति हो, कैसे कृति हो एक-एक चीज को बंधा करना वो हम मम्मा से सीख सकते हैं।

से बाहर निकलना है। मम्मा ने एक लाइन उसमें इतनी अच्छी बोली कि हम जब तक इन कर्मेन्द्रियों के वश हैं, जब तक हम बाहरी दुनिया के आकर्षण में हैं तब तक परमात्मा हमको समझ में नहीं आयेगा। तो शिवबाबा को समझने के लिए हमें भी

पूरी तरह से अपने आपको इन इन्द्रियों के सुखों से बाहर निकालना होगा, ये मम्मा का कहना था। तो ज्ञान की एक प्वाइंट को इतने अच्छे तरीके से सबके सामने एक्सप्लेन करके रखना ये मम्मा की बहुत बड़ी विशेषता थी। और उनकी जो भी क्लासेज हम सुनते हैं आज भी उनसे वही लगता है कि हमें साकार वाली पालना मिल रही है। आप भी कभी अगर मौका मिले तो उनकी क्लास अवश्य सुनें। उस क्लास में निश्चित रूप से आपको बहुत मिलेगा, जो मिलना चाहिए क्योंकि शिवबाबा की बातें अगर गहराई से किसी आत्मा ने ब्रह्मा बाबा के बाद समझी तो वो हमारी मम्मा थीं। इसलिए मम्मा की बातें जब हम सुनते हैं तो लगता है धारणा की शक्ति सहनशीलता और एक-एक गुणों को तराश कर सबके सामने रखना कैसे दृष्टि हो, कैसे वृत्ति हो, कैसे कृति हो एक-एक चीज को बंधा करना वो हम मम्मा से सीख सकते हैं। तो ऐसे आज आने वाले समय में, कुछ दिन में हम सबको भी उस अवस्था को प्राप्त करना है। मम्मा सबसे कम उम्र में कर्मातीत अवस्था को प्राप्त करके गयीं। तो इस स्मृति दिवस पर हम क्यों ना एक संकल्प लें कि मम्मा की तरह हम भी पुरुषार्थ करके अपने आपको दिव्य और अलौकिक बनायेंगे। और अपने आपको आगे ले जायेंगे।



डॉ. ब.क. अनुज, दिल्ली

मन की भावनाएं छिप नहीं सकती

मन की भावनाएं सुगंध और दुर्गंध की तरह होती हैं। कोई अपने चेहरे के हावभाव को छुपा सकता है परंतु मन से निकलने वाली विद्युत तरंगों को दबा नहीं सकता, उसका पता चल ही जाता है। सामने वाला व्यक्ति कितना ही दूर देश में बैठा हो हमारी मानसिक तरंगों सेकण्ड में उस तक पहुंच जाती हैं।

गर्भवती माँ की सोच का प्रभाव गर्भ में पल रहे बच्चे पर पड़ता है। अपनी शुद्ध भावनाओं से हम किसी में शक्ति भर देते हैं तो अशुद्ध भावनाओं से किसी को कमजोर भी कर देते हैं। हम जो देंगे वही प्रकृति हमें वापिस भेजेगी।

भले किसी व्यक्ति से आपकी अनबन हो गई है और बातचीत बंद हो गई है फिर भी उन्हें मन ही मन दुआएं दो, परमात्मा की याद से उनमें शक्ति भरो। हमारे मन की अच्छी भावनाएं सुगंध की तरह सामने वाले को आनंद देती हैं और बुरी भावनाएं दुर्गंध की तरह उन्हें हमसे दूर कर देती हैं। भावनाओं की समझ से और इस्तेमाल से हम अपने संबंधों को, दोस्ती को और अपने बिजनेस को और बेहतर बना सकते हैं।

उपलब्ध पुस्तकें जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न : मैं बी.के. हूँ। मुझे नींद बहुत आती है। मैंने मास्टर सर्वशक्ति वान का अभ्यास भी किया, लिखा भी। लेकिन ऐसा होता है जब मैं जल्दी उठ जाती हूँ, अमृतवेला करती हूँ तो फिर सारे दिन बहुत थकान बनी रहती है और मैं चिड़चिड़ापन अनुभव करती हूँ। और अगर मैं लगातार उठ भी जाऊं तो उसके बाद नींद मुझ पर फिर से हावी हो जाती है। कृपया बताएं कि मैं क्या करूँ?

उत्तर : शरीर में कोई बीमारी भी हो सकती है। शगर लॉ हो, ब्लड प्रेशर लॉ रहता हो, भोजन ठीक से हजम ना होता हो, पेट अच्छा ना हो। इन चीजों के कारण भी मनुष्य का देह सुस्त-सुस्त बना रहता है। एक तो आपको डॉक्टर से चेक करवा लेना चाहिए। सुबह उठकर अगर सारा दिन बहुत थकान रहती है तो निश्चित ही शारीरिक बीमारियों का संकेत है। बाकी आप रोज पानी चार्ज करके पीएं वो भी एक दवाई है। आत्मा से पूरी बाँडी में एनर्जी भी दें। मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ या परम पवित्र हूँ। मुझसे वायब्रेशन मेरे ब्रेन को जा रहे हैं। पूरी देह में फैल रहे हैं। ये अभ्यास करेंगे तो मेडिसिन के साथ इसकी बहुत अच्छी मदद मिल जायेगी।

प्रश्न : मेरी बिटिया जो है वो 14 साल की है और वो मानसिक रूप से उतनी ज्यादा विकसित नहीं है। मैं ऐसा क्या उपाय करूँ जो मानसिक रूप से वो पूरी तरह स्वस्थ हो जाये?

उत्तर : छोटे बच्चों में जब ये बात देखने में आती है तो आश्चर्य भी होता है। चलो ये मान लें कि एक व्यक्ति बड़ा हो गया है, उसने बहुत चिंताएं पाली थीं। उन्होंने बहुत सारे पाप कर लिए थे। उनका लाइफ स्टाइल अच्छा नहीं था। उसको ये रोग होना तो समझ में आता है। लेकिन छोटे बच्चों को होता है और प्रैक्टिकल में हो रहा है। ये बिल्कुल पूर्व जन्मों से लाए हुए उनके संस्कार हैं या उनके कार्मिक अकाउंट हैं। तो बच्ची को थोड़ा प्राणायाम सिखाइये। जैसे अनुलोम-विलोम, कपालभाति ये उसके लिए बहुत जरूरी है। उसे सत् साहित्य का अध्ययन भी कराना है घर में। ध्यान रखना है कि जो आजकल की आधुनिक फैशन है ना ज्यादातर टीवी के सामने बैठे रहना। टीवी देखने से ऐसे बैड एनर्जी भी आती है। नैट, मोबाइल बच्चों को इन सबसे बचाएं। और आपको अपनी बच्ची के लिए दो-तीन चीजें करनी हैं। एक दस मिनट रोज उसके ब्रेन को

एनर्जी देनी है। एक टाइम निश्चित कर लें। और जब उसको नींद से उठाएं तो तब ब्रेन को एनर्जी दें। क्योंकि तब दस मिनट तक सबकासेस माइंड एक्टिव रहता है। उस दस मिनट का पूरा फायदा उठा लें। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ ये अभ्यास करके उसके सिर पर रखकर, उसको कहो कि आँखें बंद करे और आप ये संकल्प करें कि ये पॉवरफुल एनर्जी उसके ब्रेन में जा रही है। उसके ब्रेन को परफेक्ट कर रही है। तो सबकासेस माइंड भी जागृत है तो बहुत पॉवरफुल इफेक्ट इसका होगा। बाकी भोजन, पानी सब चार्ज करके ही खिलाएं-पिलाएं। और तीन मास तक एक घंटा उनके लिए योगदान करें।

मन की बातें

- राजयोगी ब.क. सूर्य



प्रश्न : मेरा नाम गौरव है। मैं बहुत डरपोक सा रहता हूँ। कुछ भी करने की इच्छा नहीं होती है। गुमसुम सा रहता हूँ, मैं अकेला फील करता हूँ। कृपया बताएं कि क्या इसका समाधान हो सकता है?

उत्तर : ये भी एक मानसिक रोग हो गया। डिप्रेशन की ओर बढ़ रही है आपकी मनोस्थिति भी। आप गुमसुम रहते हैं तो आपका चिंतन भी अच्छा नहीं होगा और भोजन भी अच्छा नहीं होगा। भोजन करने को भी मन नहीं करेगा। आप सवरे उठकर 108 बार लिखें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। तो आपके अन्दर जो भय की व अकेलेपन की फीलिंग है, वो इन दो चीजों से खत्म हो जायेगी। मैं मास्टर ऑलमाइटी हूँ और रात को बैठकर लिखें कि मैं एक महान आत्मा हूँ। ये दोनों चीजें इतनी सुन्दर हैं। इससे क्या है एनर्जी ब्रेन को जाती है जिससे भिन्न-भिन्न तरह के भय भी समाप्त हो जाते हैं। और आपके लिए यही राय है कि कोई भी दस मिनट आपके ब्रेन को एनर्जी दें। और एक घंटा आपको योगदान दें। क्योंकि आपकी स्थिति अभी नीचे उतर रही है, आप खुद से नहीं कर पायेंगे तो

किसी और को ही आपके लिए करना होगा। इसलिए घर पर भी माँ-बाप से बात करें और ताकि वो आप पर ध्यान दें, राजयोग सीखें। और इस महारोग से आपको बाहर निकालें।

प्रश्न : मैं 25 साल का हूँ। और कुछ समय से हम ज्ञान में जुड़े हुए हैं। पिता जी ही हमें ज्ञान में लेकर आए थे। लेकिन ज्ञान में होने के बाद भी मेरे पिता शराब और बीड़ी पीते हैं। जब मैं उन्हें कहता हूँ कि ज्ञानी आत्माओं को तो ये नहीं लेना चाहिए तो वो नाराज हो जाते हैं और कहते हैं कि तुम मुझे परेशान करते रहते हो। तो मुझे क्या करना चाहिए? उन्हें उनकी ऐसी हालत पर छोड़ देना चाहिए या उन्हें कुछ कहना चाहिए?

उत्तर : चाहते तो वो भी होंगे कि मेरी ये बुराई छूट जाये। पता तो उन्हें सबकुछ है। उन्होंने छोड़ने की इच्छा भी नहीं की होगी। ये होता क्या है जब मनुष्य ये मान बैठता है कि ये मुझसे छूटेगा नहीं तो समझो वो हार मान गया। अब उससे कभी नहीं छूटेगा। जब मनुष्य दृढ़ता कर लेता है कि मुझे छोड़ना है मैं तो देवकुल की महान आत्मा हूँ, मैं तो पवित्र हूँ। ये गंदगी है, इस मंदिर में नहीं जा सकती। तो ये दृढ़ता और साथ में योगाभ्यास उसे इस फीलड में सफल कर देंगे। बस उनके लिए यही करना है, कोई भी एक बच्चा अपने पापा के लिए आधा घंटा योगदान करे और माता जी उनको पवित्र भोजन खिलायें। मैं परम पवित्र आत्मा हूँ, योगयुक्त होकर बहुत प्यार से भोजन बनाएं और संकल्प करें कि इस भोजन को खाकर ये आत्मा पवित्र हो जाये।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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





ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

मातेश्वरी – विश्व में एक अनोखा व्यक्तित्व

शक्ति सर्वश्रेष्ठ है। योगबल से ही विजय प्राप्त होती है। विजयमाला का मणका बनता है। तो यह हमने मम्मा की जिनगी में प्रैक्टिकल देखा।

पुरुषार्थ का अर्थ

आज भी बाबा हमसे बार-बार कहते हैं, “बच्चे, आपके योग की अवस्था ऐसी हो जिससे मनसा सेवा कर सकें। अन्त में ऐसी ही सेवा होगी, लोग बहुत घबराये हुए, दुःखी, अशान्त होंगे। आप दृष्टि देकर उनको शान्ति की शक्ति देना। मम्मा के जीवन में तो इन सब प्यारी अवस्थाओं को हमने देखा है। बाबा ने मम्मा को कोई बात बार-बार नहीं कही। यही मम्मा की विशेषता थी कि बाबा ने जब कोई एक शिक्षा दी, दुबारा कहने की जरूरत बाबा को नहीं रही। जी हाँ, कहके मम्मा ने उसको अपने जीवन में लाया। इसको कहते हैं, पुरुषार्थ। मम्मा खुद मुरली सुनाती थी। अपनी वाणी चलाती थी तो कहती थी कि जब आप कहते हो कि मैं पुरुषार्थी हूँ, तो आप यह पुरुषार्थी शब्द किस भाव से कहते हो, किस प्रसंग में कहते हो, “भाई, मैं अभी पुरुषार्थी हूँ ना!” गोया आप ‘पुरुषार्थी’ शब्द का भाव यह लेते हो कि पुरुषार्थी माना जिसमें कमियाँ हों, कमजोरियाँ हों, गलती व भूल करता रहता हो। यह पुरुषार्थी का मतलब नहीं है। पुरुषार्थी सच्चे अर्थ में उसको कहा जाता है जिसको एक बार कोई बात समझाने के बाद फिर दुबारा समझाने की जरूरत न रहे। यह है सच्चा पुरुषार्थ, ऐसा पुरुषार्थ करना है। यह हमने प्रैक्टिकल उनके जीवन में देखा। बाबा ने जो शिक्षा दी, उसे उन्होंने उसी तरह से पालन किया और आचरण में लाया।

दृढ़ निश्चय कैसे ?

मम्मा का निश्चय बहुत दृढ़ और अटूट

था। निश्चय के भी कई प्रकार होते हैं। हर एक का निश्चय एक जैसा नहीं होता। कई मानते हैं कि शिव बाबा आ गये हैं, दुनिया बहुत खराब हो चुकी है...यह वह... सारी बातों में निश्चय होगा लेकिन इस दुनिया का विनाश हो जायेगा, यह कैसे होगा, उन्हें समझ में नहीं आता। कल्प की आयु पाँच हजार वर्ष है, तो कई लोग कह देते हैं कि इन बातों में अभी तक हमारा निश्चय नहीं है। वे क्लास में रोज आते हैं, मुरली रोज सुनते हैं, हम बाबा के बच्चे हैं, यह भी कहते हैं लेकिन शत-प्रतिशत निश्चय

ने कहा, “वो हमारे पितामह हैं। पिता अगर बच्चे को गोद में लेता है तो क्या गलत करता है? कमाल है आप यह प्रश्न करते हैं! क्या यह प्रश्न शोभता है? आप भी बाप हैं आपने कभी अपने बच्चों को गोद में नहीं लिया है?” ऐसे मम्मा ने कड़केदार जवाब दिया। कोई संकोच नहीं किया, कोई लज्जा नहीं की। क्यों? क्योंकि उनको मालूम था कि बाबा का मन कितना निर्मल है, कितना शुद्ध है और उनकी गोद तो स्वर्ग से भी बढ़कर है। जो उनकी गोद में जाता है वह ईश्वरीय वर्से का हकदार हो जाता

सारी बातें हैं? कभी मम्मा के जीवन में कोई ऐसी बात नहीं आई जो उनका निश्चय थोड़ा डाँवाडोल हुआ हो।

समस्त मानवजाति की माँ

कई लोगों के मन में यह प्रश्न उठता होगा कि मम्मा को ही बाबा ने क्यों आगे रखा, क्यों चुना? एक बात तो निश्चय की थी और दूसरी थी पवित्रता की। पवित्रता नाम सिर्फ ब्रह्मचर्य का नहीं है, पवित्रता अर्थात् मन, वचन, कर्म की पवित्रता। विकारों को परास्त करना, उन पर विजय प्राप्त करना – यह पवित्रता है। जो निषेधात्मक या बुरे संकल्प हैं वह भी ना आयें। अरे! मम्मा का मन इतना निर्मल था, इतना शुद्ध था कि जो कोई उनके सामने गया वह नतमस्तक हो गया! माँ, माँ शब्द उनके मुख से निकला, चाहे वह 70 साल का हो, चाहे 80 साल का हो, चाहे वह 20 साल का युवा ही हो। उनको देखते ही सबके मुख से निकलता था यह ‘माँ’ है, ‘यह मेरी ‘माँ’ है। मम्मा से मिलने कई शहरों से देवियों के कई पुजारी आते थे। समाचार पत्रों के बड़े पत्रकार आते थे, प्रसिद्ध लेखक आते थे जिनकी पुस्तकें बहुत चलती थीं, प्रचलित थीं। मम्मा से मिलने जब आये, तो वे दंडवत् हो गये। घुटने के बल, टाँगों के बल लेट गये। छोटे बच्चों की तरह माँ, माँ कहते रहे। आँखों से आँसू बहते रहे। क्या बात थी, क्या जादू था! यह हमने अपनी आँखों से देखा कि मम्मा का कितना प्रभाव था! उनके व्यक्तित्व का कितना प्रभाव था! उनके जो मानसिक प्रकम्पन थे उनका लोगों पर कितना प्रभाव पड़ता था! मम्मा को देखकर उनको लगता था कि यह संस्था अच्छी है, इन लोगों की धारणाएँ अच्छी हैं। जैसे बाबा कहते कि आप बच्चे बाबा के शो-केस के शो-पीस हो, तो मम्मा एक सैम्पल थी।



हो जिसको सम्पूर्ण निश्चय कहा जाता है – उनमें वह नहीं होता है। एक है सम्पूर्ण निश्चय, दूसरा है दृढ़ निश्चय। मम्मा कभी अपने उस निश्चय से हिली नहीं।

अटल निश्चय कैसे ?

एक बार मम्मा को कोर्ट जाना पड़ा। एक छोटी-सी कन्या, इतने बड़े-बड़े लोग वहाँ बैठे थे। उनके सामने मम्मा से कोर्ट में यह प्रश्न पूछा गया कि दादा लेखराज सबको गोद में क्यों लेते हैं? तो मम्मा

है। तो यह निश्चय उनका अटल रहा। अपने निश्चय से वे कभी टली नहीं। कई बार कई लोग जान बचाने के लिए कुछ इधर-उधर की बात कह देते हैं। वे कहते हैं कि बाद की बात बाद में देखी जायेगी, अभी फिलहाल हम मुश्किल में पड़े हुए हैं, तो अभी ऐसा कह दो, वैसा कह दो। लेकिन मम्मा में ऐसा नहीं था। तो दृढ़ निश्चय, सम्पूर्ण निश्चय, अटल निश्चय और शक्ति से भरपूर निश्चय मम्मा का था। हरेक अपने-अपने निश्चय को देखें, क्या उसमें यह



विशाखापट्टनम-आन्ध्र प्रदेश। सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शशीकला के नेतृत्व में हिन्दुस्तान पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड, एल.पी.जी. टर्मिनल में उपस्थित एमएननिसास राव, एच.पी.सी.एल., एल.पी.जी. टर्मिनल के वरिष्ठ प्रबंधक, एल.पी.जी. गैस सुरक्षा अधिकारी वेंकटेश ‘सड़क सुरक्षा से जीवन रक्षा’ पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. रमेश।



मलकापुर-कोल्हापुर(महा.) अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. वर्षा। कार्यक्रम में उपस्थित अतिथिगण विधायक वेदांती माने, नगरसेविका कोठावळे, ब्र.कु. वर्षा तथा डॉ. अंबिके।



शांति सरोवर-हैदराबाद(तेलंगाना)। कोरोना वायरस महामारी के संदर्भ में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी को अपील पर सेवाकेन्द्र पर दीप जलाकर परमात्मा को स्मृति द्वारा शांति व शुद्ध संकल्पों के प्रकम्पन फैलाते हुए सेवाकेन्द्र निदेशक ब्र.कु. दिलीप तथा ब्र.कु. बहनें।



पुणे-महा.। लोकडाउन के दौरान सभी विक्रेताओं को सह-पुलिस कर्मचारी जनार्दन भुमसर द्वारा मार्ग वितरित करते हुए ब्र.कु. प्रणिता, ब्र.कु. सोनल तथा अन्य।



छतरपुर-म.प्र.। जिला जेल व वृद्धाश्रम में मास्क का वितरण करते हुए ब्र.कु. बहनें।



कूचबेहर-वेस्टबंगाल। लोकडाउन के तहत जरूरतमंदों को आवश्यक खाद्य सामग्री भेंट करते हुए ब्र.कु. सम्मा। साथ हैं डॉ. ब्र.कु. स्वप्न।



इंदौर-गंगोत्री विहार(म.प्र.)। विश्व पर्यावरण दिवस पर सेवाकेन्द्र ज्ञान दीप भवन में पौधारोपण करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा, ब्र.कु. प्रतिमा तथा ब्र.कु. ललिता।

पर्यावरण को संरक्षित करने हेतु संकल्पित होने की ज़रूरत

रायपुर-छ.ग. ब्रह्माकुमारीज द्वारा विश्व शांति सरोवर में पर्यावरण दिवस पर क्षेत्रीय निर्देशिका ब्र.कु. कमला दीदी ने कहा कि वर्तमान

संरक्षित और सर्वार्थित करने के लिए जहाँ पर भी खाली जगह मिले वहाँ पेड़ लगाने के लिए संकल्पित होकर कार्य करें। प्रकृति से जुड़ें। पूर्व

उतना उसे वापिस देते नहीं हैं। पहले गाँव में तालाब बनाए जाते थे। कुएँ और बावड़ियाँ खोदी जाती थीं। इस प्रकार प्रकृति का संरक्षण किया जाता था। किन्तु आज स्थिति इतनी खराब हो गई है कि आने वाली पीढ़ी को पीने के लिए साफ पानी भी हम नहीं दे सकेंगे। पूर्व वन मण्डलाधिकारी के. आर. उके ने कहा कि पर्यावरण प्रदूषण एक वैश्विक समस्या है। प्रकृति के अत्यधिक दोहन से सारी समस्या उत्पन्न हुई है। प्रकृति ने हमें दैनिक उपयोग के लिए सारी चीजें दी हैं किन्तु जब हम उनका बेतहाशा दुरुपयोग करते हैं तब समस्या पैदा होती है।

अन्त में क्षेत्रीय निर्देशिका ब्र.कु. कमला दीदी ने शान्ति सरोवर में वृक्षारोपण किया। इस अवसर पर ब्र.कु. सविता, चौबे कॉलोनी और ब्र.कु. किरण भी उपस्थित थीं।



समय प्रदूषण इतना विकराल रूप ले चुका है कि हरेक को अपनी व्यक्तिगत जिम्मेदारी को समझने की आवश्यकता है। पर्यावरण को

मुख्य वन संरक्षक जगदीश प्रसाद चन्द्राकर ने कहा कि हमारे देश में प्रकृति को माँ का दर्जा दिया गया है। जितना हम पृथ्वी माँ से लेते हैं

ब्रह्माकुमारीज द्वारा मोहाली में पर्यावरण दिवस मनाया गया

मानसिक प्रदूषण कम करने से ही बाह्य प्रदूषण पर रोक लगा सकते

मोहाली-पंजाब। ब्रह्माकुमारी सुखशांति भवन फेज 7 में विश्व पर्यावरण दिवस मनाया गया। इस अवसर पर एक ऑनलाइन टॉक शो का आयोजन किया गया। जिसकी अध्यक्षता मोहाली-रोपड़ क्षेत्र के सेवाकेंद्रों की सह-निर्देशिका ब्र.कु. रमा दीदी ने की। वरिष्ठ ब्रह्माकुमारी बहनों ने इस अवसर पर परिसर में कई फलों के पौधे भी लगाये। समारोह की अध्यक्षता करते मोहाली-रोपड़ क्षेत्र के सेवाकेंद्रों की सह-निर्देशिका ब्र.कु. रमा दीदी ने कहा कि बाहरी प्रदूषण का मुख्य कारण काम, क्रोध, लोभ, मोह व अहंकार रूपी विकारों से प्रदूषित मन है। जिससे वह कुदरती वातावरण को बिगाड़ रहा है। हमारी आंतरिक सोच का असर बाह्य वातावरण पर पड़ता है इसलिए मन को प्रदूषण मुक्त, सकारात्मक व शक्तिशाली बनाने की ज़रूरत है। राजयोग से मन के प्रदूषण को रोकने में सहायता मिलती है जिससे तन, मन स्वस्थ और शक्तिशाली बनते हैं। जिससे भय, चिंता, तनाव व चंचलता समाप्त हो जाती है और कार्यकुशलता बढ़ जाती है। मन के ठीक होने से प्रकृति व व्यक्ति भी लाभान्वित होते हैं। जितेंदर शर्मा आई.एफ.एस., पंजाब ने कहा कि वर्तमान समय में एक दूसरे से आगे निकलने की होड़ ने प्रकृति के संतुलन को बिगाड़ दिया है। लॉकडाउन के समय वातावरण साफ होने से उत्तर भारत में हिमालय पर्वत भी 200-300 किलोमीटर तक नज़र आने लगा है इसलिए हमें अपनी दिनचर्या व जीवशैली



में तबदीली लानी होगी जिससे प्रकृति, पेड़, पौधे को बचाया जा सके। राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. सुमन ने कहा कि मानव के विचारों का उसके स्वास्थ्य व देश की इकॉनमी पर भी असर पड़ता है। धरती हमारी माँ है जिसकी संभाल करना हमारा फर्ज है। ब्र.कु. मीना ने कहा कि पानी, पेट्रोल के अंधाधुंध प्रयोग को रोक कर प्लास्टिक बैग की बजाय री-यूजेबल कपड़ा बैग प्रयोग कर वातावरण को काफी हद तक बचाया जा सकता है। उन्होंने पर्यावरण संरक्षण हेतु माउण्ट आबू के शांतिवन में लगाये गये सोलर प्लांट का भी उल्लेख किया जिससे 25000 लोगों के लिए गर्म पानी व भोजन की व्यवस्था इस प्लांट से हो रही है। पंजाब पर्यावरण व जल स्रोत के पूर्व निर्देशक पी.एस.भोगल ने कहा कि वायु व पानी धरती पर निवास करने वाले सभी प्राणियों के लिए परमात्म उपहार है जिसे व्यर्थ न गाँवकर सदुपयोग करना चाहिए।

कृषि क्षेत्र में क्रांति लाने के लिए आध्यात्मिकता के साथ जुड़ना होगा



मेहसाणा-गुज. ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित गॉडली पैलेस में विश्व पर्यावरण दिवस पर वन संरक्षक ए.सी. पटेल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज के आंगन में आते ही मुझे सकारात्मकता का अनुभव हुआ। आपकी यौगिक गृह वाटिका योजना अति सराहनीय है। क्योंकि उसमें आध्यात्मिकता समाई हुई है। कृषि के क्षेत्र में क्रांति लाने के लिए हम सभी को आध्यात्म के साथ जुड़ना होगा। आध्यात्मिक क्रांति लाने का कार्य ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय बहुत अच्छी तरह से कर रहा है।

कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा, राजयोगिनी ब्र.कु. सरला ने कहा कि समग्र भारत में विभिन्न स्थानों पर परमात्मा की स्मृति द्वारा ऊर्जा

शक्ति में वृद्धि कर किसानों के मानसिक स्तर को ऊंचा उठाने का काम कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग कर रहा है। प्रभाग द्वारा इस वर्ष जो नई योजना तैयार की गयी है। वो है 'यौगिक गृह वाटिका' इसके अंतर्गत हर गृहिणी अपने घर की छत पर, बरामदे व बालकनी में किचन गार्डन तैयार कर सकती है। जिसकी उपज का उपयोग करने से हमारी रोग

पर्यावरण दिवस पर...
यौगिक गृह वाटिका का शुभारम्भ किया गया

प्रतिकारक क्षमता में बढ़ोतरी होगी, जिसकी हमें वर्तमान समय बहुत-बहुत आवश्यकता है। नगरपालिका प्रमुख नवीन परमार ने भी इस अवसर पर अपनी शुभकामनाएं दीं। इस प्रसंग पर जिला भाजप के पूर्व प्रमुख केशुभाई पटेल भी उपस्थित रहे। कार्यक्रम के अंत में सर्वप्रथम गॉडली पैलेस के प्रांगण में वृक्षारोपण किया गया। उसके पश्चात् आए हुए सभी मेहमानों ने अलग-अलग गमलों में परमात्म स्मृति में विभिन्न सब्जियों के बीज बोकर 'यौगिक गृह वाटिका' का शुभारम्भ किया।

प्रकृति माँ की रक्षा करना हमारा परम कर्तव्य

इन्दौर-म.प्र. विश्व पर्यावरण दिवस पर 'पर्यावरण संरक्षण - हमारा दायित्व' विषय पर वेबिनार का आयोजन ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग के द्वारा किया गया। ब्र.कु.राजू, प्रभाग के उपाध्यक्ष, माउण्ट आबू ने कहा कि पर्यावरण की सुरक्षा के लिए हमारे आस-पास जो जल, जमीन, जंगल, जानवर और जनता है उसकी रक्षा करना हमारा प्रथम दायित्व है। इस दिशा में ब्रह्माकुमारी संस्थान के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग द्वारा एक महत्वाकांक्षी परियोजना शाश्वत यौगिक खेती चलाई जा रही है। जिसमें जैविक खाद एवं शुद्ध विचारों का प्रयोग कर फसलों एवं प्रकृति को हरा-भरा कर उसे जीवन दान दे रहे हैं। मध्यप्रदेश शासन के वन विभाग के अतिरिक्त प्रमुख सचिव पुरुषोत्तम धीमान ने कहा कि भौतिक विकास तथा पर्यावरण संरक्षण में संतुलन की आवश्यकता है। विकास के लिए जितने पेड़ों की कटाई हो, उससे कई गुणा ज़्यादा मात्रा में नये पेड़ लगाकर

सामंजस्य बनाना चाहिए। अगर जंगल रहेगा तो जल आयेगा। प्रकृति के संतुलन में हर बड़े से बड़े तथा सूक्ष्म जीव का बहुत ही महत्त्व है। इन्दौर ज़ोन की मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. हेमलता दीदी ने कहा कि प्रकृति माँ है। वह मनुष्य को जन्म से लेकर

युवाओं, समाज के बुद्धि जीवियों एवं मीडिया को भी आगे आना होगा। संरक्षण की आवश्यक बातों को जीवन का हिस्सा बनायें। कृषि महाविद्यालय के पूर्व डीन ब्र.कु. स्वर्णकार ने भी अपने विचार रखे। ओमशान्ति भवन की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.



मृत्यु तक देती ही देती है। प्रकृति इतनी बड़ी दाता है जो एक बीज को हज़ारों बीज के रूप में वापिस करती है ऐसी प्रकृति माँ का सम्मान करना, उसकी रक्षा करना हमारा परम कर्तव्य है। वरिष्ठ शिक्षाविद व पर्यावरण विकास एवं अनुसंधान के सचिव डॉ. रमेश मंगल ने कहा कि पर्यावरण संरक्षण के लिए विद्यार्थियों,

उषा ने योगानुभूति कराते हुए कहा कि हम प्रतिदिन पेड़ पौधों को शुभ भावनाओं के जल और स्नेह की दवाई व शक्तिशाली संकल्प से सिंचन करें तो बहुत सुखदायी फल मिलेगा। इस अवसर पर ओमशान्ति भवन में बने यौगिक गृह वाटिका के बीच वृक्षारोपण किया गया। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु. अनिता ने किया।

पर्यावरण संरक्षण के लिए पेड़-पौधे लगाने का लिया संकल्प



कामठी-महा. विश्व पर्यावरण दिवस का महत्त्व बताते हुए ब्र.कु. प्रेमलता ने कहा कि पर्यावरण सुरक्षा में पेड़-पौधों का बड़ा योगदान है। सभी जानते हैं कि पौधे कार्बन डाइऑक्साइड लेते और ऑक्सीजन प्रदान करते हैं। परंतु कुछ पौधे ऐसे हैं जोकि 24 घंटे ऑक्सीजन देते, फल-फूल, आनाज देते हैं। सभी को छाया देते, पेड़ की जड़ों में पानी को रोकने की क्षमता होती है। मतलब पेड़ देने का ही काम करता है इसलिए भारतीय संस्कृति में पेड़-पौधों को देव रूप मानकर पूजा

करते हैं जैसे कि तुलसी का पौधा, बड़ का पेड़, पीपल का पेड़। हम सभी को संकल्प करना है कि पर्यावरण संरक्षण हेतु पेड़ लगायेंगे, जल संवर्धन की योजना में सहभागी हो, वायु प्रदूषण ना करें, जैसे कि कचरा जलाना आदि। इस अवसर पर विशेष रूप से तुलसी के पौधे भेंट किए। प्रमुख रूप से रनाला की सरपंच सौ. सुवर्णा ताई साबरे, सौ.विमल ताई साबरे, ग्राम पंचायत सदस्य सौ.सविता सपाटे, नूतन सरस्वती गर्ल्स हाई स्कूल की प्राचार्या सौ. शीला गिरी, केंद्रीय विद्यालय की शिक्षिका सौ. अनिता लिंगाय्या सुहास सपाटे आदि उपस्थित थे। सेवाकेंद्र पर लगाई गई यौगिक गृह वाटिका का भी अवलोकन किया गया।

अध्यात्म को प्रकृति से जोड़ने पर ही होगा सुन्दर समन्वय

गुलबर्गा-कर्नाटक। गुलबर्गा के पुलिस कमिश्नर एन्. सतीश कुमार, आई.पी.एस. ने कहा कि पर्यावरण को हरा-भरा रखना यह एक अच्छा कार्य है परन्तु उसे अध्यात्म से जोड़ना और लोकोपयोगी बनाना यह एक बहुत सुन्दर कार्य है जो ब्रह्माकुमारी बहनों ने यहाँ अमृत सरोवर में किया है। वे अन्तर्राष्ट्रीय पर्यावरण दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में बोल रहे थे जिसमें करीब 40 आपुस, केसर आम और नींबू के वृक्ष और कुछ 24 घण्टे ऑक्सीजन देने वाले पौधे लगाये गये। गुलबर्गा के फॉरेस्ट

कन्सर्वेटर आई.एफ.एस. ने कहा मैं ब्रह्माकुमारीज की कई शाखाओं में गई हूँ, इनकी त्याग व सेवा मनोभावना बड़ी ही सराहनीय है। यहाँ इन्होंने अध्यात्म और

गोतांजली हरियाली का बड़ा ही सुन्दर समन्वय किया है। मुझे बड़ा सुकून महसूस हुआ है। विश्वेश्वरैया विश्व विद्यालय के मुख्यस्थ बसवराज गादगे ने कहा कि शान्ति प्राप्ति का एक मात्र केन्द्र

यह है। ब्र.कु. विजया दीदी ने कहा कि हमारे ब्र.कु. भाई-बहनों ने बड़ी ही लगन और मेहनत से इस परिसर को बनाया है, यहाँ कोई भी लेबर नहीं है। आज हम वृक्ष लगा रहे हैं ताकि इस परिसर में आने वाला हर व्यक्ति शान्ति व शीतलता का अनुभव करें। अध्यात्म मानव जीवन के सुख का फाउण्डेशन है और इसे समझने में यह परिसर सहायक होगा ऐसी हमारी मनोभावना है। इस कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेंद्रों के कुछ भाई-बहन व टीचर्स बहनें उपस्थित थे और कार्यक्रम का निर्देशन राजयोगी ब्र.कु. प्रेम ने किया।

