



ओमशान्ति मीडिया



मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष-18

अंक-10

अगस्त-II-2018



(पाठिक)

माउण्ट आबू

Rs. 10.00

अध्यात्म से ही समाप्त होंगी सामाजिक विसंगतियां

ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'वैश्विक ज्ञानोदय से स्वर्णिम युग' विषय पर चार दिवसीय धार्मिक सम्मेलन का सफल आयोजन



सम्बोधित करते हुए दादी जानकी। साथ हैं संत महात्मायें, ब्र.कु. गोदावरी, ब्र.कु. मनोरमा तथा अन्य।

ज्ञानसरोवर-माउण्ट आबू। धार्मिक सेवा प्रभाग के सम्मेलन में आनंद कृष्ण धाम अध्यक्ष आचार्य महामण्डलेश्वर आनंद चैतन्य महाराज सरस्वती ने कहा कि मनुष्य के मन पर दैहिक धर्मों का पर्दा पड़ने से नैतिक मूल्यों का उल्लंघन हो रहा है। विश्व के सभी लोग देह के धर्म से ऊपर उठकर अपने निजी स्वधर्म को पहचान कर एकजुट हो जायें तो आध्यात्मिकता के ज़रिए सामाजिक विसंगतियां समाप्त हो जाएंगी। आधुनिकता के प्रभाव से डगमगाती आध्यात्मिकता को सम्बल देने का अद्भुत उदाहरण ब्रह्माकुमारी संगठन के 81 वर्षों का इतिहास भटके हुए मानव को विकृतियों से छुड़कर सत्य मार्ग दिखाने का रहा है।

ब्रदी आश्रम नागौर के महामण्डलेश्वर

नारायण शास्त्री जी ने कहा कि धर्म, कर्म जीवन के अभिन्न अंग हैं। ब्रह्माकुमारी संगठन स्वयं के जीवन की ज्योति प्रकाशित करने के साथ विश्व स्तर पर जनहित कार्यों को मूर्तरूप देने में समर्थ है।

नोएडा वृंदावन धाम महामण्डलेश्वर विष्णु दास जी महाराज ने कहा कि विश्व में फैले अनेक धर्मों को एक मंच पर एकत्रित कर परिवार की तरह जोड़ने का ब्रह्माकुमारी संगठन ने जो कार्य किया है वह अद्वितीय है। दिल्ली से आई तरवीन्द्र कौर खालसा ने कहा कि मानवीय चरित्र निर्माण करना सबसे पुण्य का कार्य है। अनावश्यक संस्कारों से मुक्ति प्राप्त करने के लिए राजयोग का नियमित अभ्यास बेहतर उपाय है। विरायतन बिहार मुख्य संरक्षक डॉ. साध्वी समप्रज्ञा ने कहा कि धर्म ग्रंथ मानव

मूल्यों को स्थापित करने का एकमात्र विकल्प : दादी

संस्था की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने कहा कि परमात्मा का ज्ञान आत्मा को समर्थ बनाता है। जिससे समाज के हर वर्ग का उत्थान करने की मानसिकता को बल मिलता है। किसी भी देश व व्यक्ति की पहचान उसकी संस्कृति से होती है। समाज से लोप हो रही मानवीय संवेदना, सुख, शांति, प्रेम, पवित्रता, सद्भावना आदि मूल्यों को स्थापित करने का एकमात्र विकल्प आध्यात्मिक ज्ञान है।

को सत्य व अहिंसा की शिक्षा देते हैं लेकिन उन शिक्षाओं को मन की भूमि पर अंकुरित करने के लिए शिव परमात्मा से संबंध जोड़ना ज़रूरी है। डॉ. प्राग्भा विराट ने कहा कि ज्ञान एक प्रकाश है जो मन के सभी प्रकार के अंधकार को समाप्त कर जीवन में नई ऊर्जा का संचार करता है। राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. मनोरमा ने कहा कि अविनाशी सुख, शांति के लिए अविनाशी सत्ता अर्थात् आत्मा व परमात्मा की सत्यता को जानना ज़रूरी है। प्रभाग संयोजक ब्र.कु. रामनाथ ने भी अपने विचार रखे।

ट्रीट ही नहीं, हील भी करें चिकित्सक

शहर के विभिन्न वर्गों को जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी ने सिखाया जीवन जीने का नया अंदाज़



मंचासीन हैं ब्र.कु. हेमलता, सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. शिवानी, ब्र.कु. कमला दीदी तथा अभिनेता ब्र.कु. सुरेश ओबरॉय। ध्यानपूर्वक सुनते हुए शहर के प्रबुद्धजन।

इंदौर। अब समय है कि चिकित्सक बीमारी को ट्रीट नहीं करें वरन उन्हें हील करें। अस्पताल अब मंदिर की तरह सकारात्मक ऊर्जा के केन्द्र बनें जहाँ चिकित्सक स्वयं भी सकारात्मक ऊर्जा की स्थिति में हों। यह सकारात्मकता का वातावरण आपके तथा मरीज और उनके परिजन में मौजूद भय को समाप्त करते हुए आपसी विश्वास तथा भरोसे में बदलता जायेगा और महिमा और यश पहले की तरह हो जायेगा।

ज्ञान शिखर के सभागृह में 'हीलिंग द हीलर' विषय पर बड़ी संख्या में उपस्थित डॉक्टरों को सम्बोधित करते हुए जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि हमें

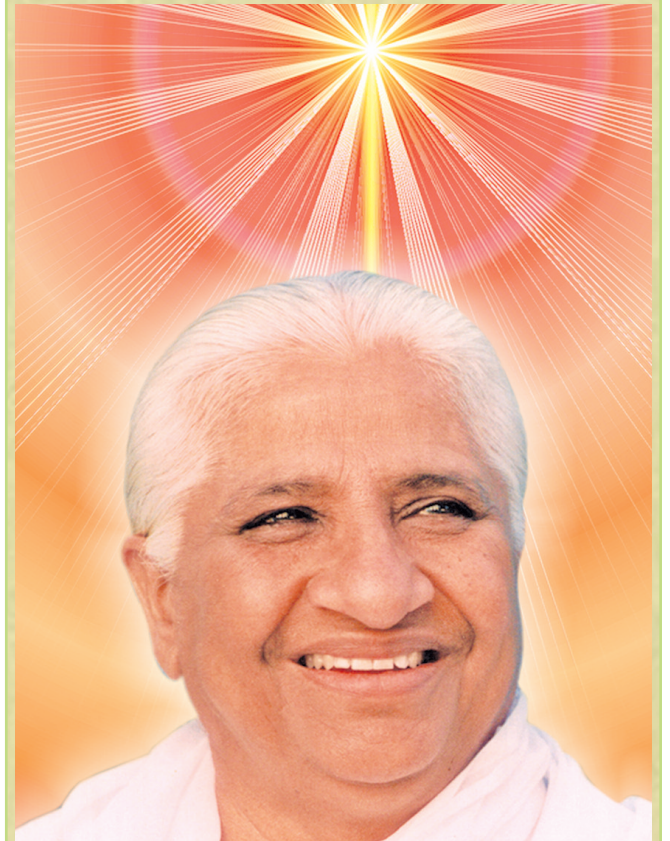
दूसरों से प्रशंसा, सुख, खुशी, संतुष्टता चाहिए। यही सब दूसरों को भी चाहिए। सब एक दूसरे से यही चाहते हैं। लेकिन यह सब एक रॉयल आत्मा की निशानी नहीं है। यदि यह सब नहीं मिलता है तब नाराज़गी, असम्मान, तनाव आदि पैदा होता है। इससे जीवन खुशी से भरा हुआ न होकर तनाव से भरा रहता है। उन्होंने कहा कि डॉक्टरों पेशा दान की प्रवृत्ति का पेशा है। क्योंकि डॉक्टर हमेशा बीमार व्यक्तियों को अच्छे स्वास्थ्य का दान करता है। डॉक्टर समाज में बहुत ही सम्मान जनक स्थान रखता है। अतः ज़रूरी है कि डॉक्टर उच्च विचारों व आचरण से युक्त व्यक्तित्व वाला हो। शिवानी दीदी ने कहा कि डॉक्टर

फीज़िकल इन्फेक्शन के साथ-साथ इमोशनल इन्फेक्शन का भी ध्यान रखें। इन्फेक्शन नहीं हो इसके लिए हाथों की धुलाई करते हैं। इसी तरह भावनात्मक रूप से स्वस्थ रहने के लिए मन को अशुद्ध विचारों से दूर करें और अपने पर ध्यान दें।

इससे पूर्व प्रसिद्ध सिने अभिनेता सुरेश ओबरॉय ने अपने अनुभव बताते हुए कहा कि लगभग सभी बुराइयां मुझमें थीं - गुस्सा, अहंकार, झगड़ालू प्रवृत्ति आदि। पर परमात्मा का ज्ञान रोज रोज सुनकर मैं बदल गया। इस सबका श्रेय ब्रह्माकुमारी संस्थान को जाता है, जिसने मुझे इतना बदल दिया। राजयोग मेडिटेशन आज अब चुनाव नहीं रहा, अब यह मेरी ज़रूरत है।

विश्व परिवर्तक पारसमणि दादी प्रकाशमणि

संसार में कई महान आत्माओं का जीवन समस्त मानवता के मार्गदर्शक के रूप में होता है। उसमें से कई ऐसे हैं जो अवतार बनकर आते और एक नई छाप छोड़ते, जो आने वाली पीढ़ियों के जीवन में हर समय एक सहारा और पथ प्रदर्शक का कार्य करते। अवतार का मतलब ही होता है, ऊपर के आदेशों को धरा पर उतारना। भले ही कैसी भी परिस्थितियां हों, पर वो अपने उसूलों के साथ समझौता नहीं करते। वो एक तरह से परमात्म शक्ति से भरपूर इस धरा पर चलते फिरते एक फरिश्ते के रूप में ही होते, उनसे जो भी जहाँ भी मिलता, वो उत्कृष्ट जीवन के प्रकाश की खुशबू लेता और बिखेरे बिना नहीं रहता।



आज हम ऐसे ही एक अवतार के बारे में बात करने जा रहे हैं जो कभी न कभी आपसे उसका स्थूल या सूक्ष्म सानिध्य हुआ ही होगा। पर कोई ऐसी महान विभूतियों के बारे में कुछ कहना चाहे तो वह अपने शब्दों में उसे उतारने में असमर्थ होते हैं। यूं तो दादी जी का जीवन ही खुली किताब की तरह रहा, फिर भी जो भी उनके सानिध्य में आये, उन्होंने दादी जी को अपने अनुभवों से जाना, समझा। हम किसी को अपने व्यक्तित्व के आधार से या यूं कहें कि हम अपनी क्षमता के आधार से देख पाते हैं। दादी जी का जीवन तो परमात्म निर्देशों को धरा पर उतारने के लिए ही था। परमात्मा द्वारा रचित इस महापरिवर्तन यज्ञ की दादी अग्रदूत थीं। उस महान आत्मा के

जीवन से यही झलकता, जैसे कि उनका जीवन ही यज्ञ हो। वे यज्ञ की बेदी भी स्वयं, कुण्ड भी स्वयं, आहुति भी स्वयं थीं। उन्होंने यज्ञ की मर्यादाओं को परमात्म मर्यादाओं में बांध कर रखा। दादी भले ही आज हमारे साथ साकार में न हों, लेकिन एक पल भी नहीं लगता कि वो हमारे साथ नहीं हैं। आज हर कोई दादी जी के पदचिन्हों पर चलकर अपनी राह को आसान बना रहा है।

दादी प्रकाशमणि को अगर पारसमणि की उपाधि दें, तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी। अक्सर उनसे मिलने से ऐसा महसूस होता कि हमारे अंदर एक नई ऊर्जा का संचार हो रहा हो। हम अपने आपको मूल्यवान, कीमति सोना समझने लगते। वो समय तो अभी बीत चुका है, लेकिन आज भी

- शेष पेज 3 पर...



पेज-3



पेज-4



पेज-5

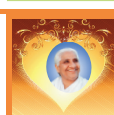


पेज-7



पेज-9

कौन बड़ा... प्रालब्ध या पुरुषार्थ?

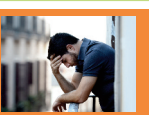


पेज-10

वलीन एंड वलीयर हार्ट

डिप्रेशन से अपने को करें मुक्त...

पेज-11



महानता की महीन पुरुषार्थी दादी

एक फुटबॉल टीम के बच्चे एक गुफा में फंस गए थे। वे प्रकृति के सामने इतने बेबस थे, कि बाहर आना तो दूर, बल्कि प्रकाश की एक किरण भी देखने के लाले पड़ गए थे। आप कल्पना करें कि प्रकाश न हो, तो जीवन, जीवन ही नहीं रह जाता। पर इन बच्चों ने गुफा के अंदर छोटी चट्टान के बीच करीब पंद्रह से बीस दिन गुजारे, क्योंकि बारिश का मौसम होने के कारण गुफा में पानी भर गया और वे बाहर आ नहीं सके। उनके साथ उनका कोच भी था। कोच कहीं न कहीं ध्यान योग की विधि से मन को परिस्थिति के मुताबिक ढालने की कला में माहिर था। उसने बच्चों का न सिर्फ हौसला बनाये रखा, बल्कि खुद भी हिम्मत नहीं हारी। उस योग के प्रकाश की भीतरी किरण ने ही उन्हें जिन्दा रखा और समय रहते वैज्ञानिक तकनीकों के समन्वय से उन्हें सुरक्षित बाहर निकाला जा सका।

ऐसे ही हमारे जीवन में भी कभी उतार-चढ़ाव आता है। ऐसे में आध्यात्मिक उज्वल ज्योति की उम्मीद की किरण ही हमें मार्ग दिखा सकती है। ऐसे ही जिन्दगी के उतार-चढ़ाव वाले उलझनों के मध्य हमारी दादी प्रकाशमणि ने बहुतों के जीवन को प्रकाश देकर प्रकाशित किया।



- ब्र. कु. गंगाधर

पच्चीस अगस्त आते ही दादी जी की मधुर शिक्षायें, उनकी मधुर यादें रील की तरह एक-एक करके अंतर्दृष्टि के आगे सरकती जाती हैं। वह हमारी यादों के बगीचे के फूलों को नई सुंदरता और खुशबू से भर देती हैं। महानताओं के आसमान को छूने के बावजूद भी दादी की सरलता और निरहंकारिता जैसे गुणों ने हमारे हृदय में अपनी अमिट छाप छोड़ी, जो आज भी भुलाये नहीं भूल सकती। ऐसे ही एक लम्हे की बात करें, तो एक बार बारिश का मौसम था। सुबह के समय बारिश जोर से अपना रूप दिखा रही थी, ठण्ड भी लग रही थी। दादी जी क्लास के लिए आई और भण्डारे वालों को कहा, कि सभी को गरम-गरम हलवा खिलाओ प्रसाद(टोली) में। तुरंत ही क्लास के बाद सभी को गरम-गरम हलवा टोली के रूप में दिया गया। दादी प्रासंगिकता के अनुरूप कार्य करके सबको उमंग-उत्साह दिलाते, सभी के दिल के भाव को समझ लेते, ये उनकी विशेषताओं में शुमार था।

एक बार ठण्ड के मौसम में ज्ञानसरोवर के निर्माण कार्य में दादी जी कार्य स्थल पर पहुँचे, देखा, सारे बड़े प्यार से सेवा कर रहे हैं और ठण्डी भी जैसे इनकी परीक्षा ले रही हो। पर ये खुदाई खिदमतगार, परमात्मा के कार्य में ठण्ड की फिक्र किये बिना जुटे हुए थे। उनको तुरंत ख्याल आया कि सबको गरम-गरम पकौड़े खिलाये जायें। सेवाधारियों द्वारा इसकी व्यवस्था आज्ञानुसार कर सबको गरम-गरम पकौड़े खिलाये गये। दादी जी का ये भाव सबके दिल को छू लेने वाला होता था। दादी जी हर कार्य को समयबद्ध रूप से करने की हिमायती थीं। जैसे ज्ञानसरोवर का निर्माण कार्य चल रहा था, लेकिन उसकी ओपनिंग डेट पहले से ही फिक्स कर दी गई थी। हमें अच्छी तरह से याद है कि ओपनिंग डेट पर सुबह दस बजे ओपनिंग होनी थी और हार्मनी हॉल के स्टेयर केस का कार्य कड़के की ठण्ड के मध्य रात भर चलकर सुबह छः बजे समाप्त हुआ और निश्चित समय पर ही उद्घाटन भी हुआ।

दादी जी निश्चय और निश्चितता की धनी थीं। कैसे होगा, कौन करेगा, ऐसी बातें तो उनको कभी छू भी नहीं पायीं। यज्ञ में ज्ञानसरोवर के विशाल प्रोजेक्ट का निर्माण करना था, पर कैसे होगा, उसके लिए आर्थिक व्यवस्था कैसे कर पायेंगे, इसके लिए भी दादी बिल्कुल निश्चित रहती थीं। दादी जी हमेशा कहती थीं, कि मैं तो निमित्त हूँ, उसका कार्य है, और वो ही सबकुछ करवा रहा है। उसमें जरा सी भी निश्चय की सुई को हलचल की मार्जिन नहीं होती थी। मैंने दादी जी को प्रेमपूर्वक प्रशासन करते हुए नज़दीक से देखा। कैसे कार्य करना है और किससे करवाना है, दादीजी इन सब चीजों का समन्वय बनाकर प्रेम से कार्य को सम्पन्न करती थीं। दादी जी, यज्ञ की कोई भी चीज वेस्ट न हो, उसका पूरा ध्यान रखती थीं। हमें याद है कि जब कंस्ट्रक्शन का कार्य चल रहा था, तो पाइप से पानी यूँ ही व्यर्थ में बह रहा था। तो दादी जी ने सम्बंधित भाई को बुलाकर उसे तुरंत ठीक करवाया, क्योंकि माउण्ट में पानी की हमेशा कमी रहती थी।

दादी जी जिसे कार्य देती थीं, उसपर वो पूरा विश्वास भी रखती थीं तथा मार्गदर्शन भी करती थीं। ताकि परमात्मा के यज्ञ में कुछ भी अनुचित न हो। दादी जी की सबसे बड़ी खूबी तो ये थी कि कोई भी सरलता से उनसे मिल सकता था और सहृदयता से अपनी बातें कह सकता था और फिर यज्ञ रक्षक बन बड़े उमंग और ईमानदारी से यज्ञ के कार्य में जुट जाता था। दादी ने ज्ञानसरोवर के इस विशाल प्रोजेक्ट की जिम्मेवारी देने हेतु हमपर विश्वास रखा, हमें इस योग्य समझा, ये हमारा सौभाग्य है। उनके सानिध्य में रहकर उनकी कार्यप्रणाली को देखने और उनसे पालना के लम्हें आज भी जैसे साकार में नज़रों के सामने ही हैं। ऐसी हमारी दादी को पुण्य स्मृति दिवस पर गहरी भावनाओं के साथ श्रद्धासुमन ।

परमात्मा के साथ वफादार, कारोबार में ईमानदार

ओम शांति का यह महान मंत्र है। मन्त्र क्यों कहा जाता है? मन में, बुद्धि में आत्मा का ज्ञान ऐसा सहज है मैं कौन? मेरा कौन? मुझे क्या करने का है?

अभी सब याद में बैठे थे या शांत में बैठे थे, जब शांति में बैठे हैं तो क्या करते हैं? कर्मेन्द्रियाँ शांत हैं। बहुत समय के बाद आज इशारा मिला क्लास में आना है। चलते फिरते सब मिले नहीं हैं, तो यहाँ मिलने के लिए खँच हो गई क्योंकि दिल में दिलाराम है, दिल दर्पण है, हरेक देखे मैं कौन हूँ? मेरा कौन है? मेरा पार्ट क्या है? मुखड़ा देख ले प्राणी... वृत्ति में हम सब आत्मायें हैं, बाबा के बच्चे हैं, दृष्टि में हरेक को देखते हैं कि यह

किसके हैं! हरेक का पार्ट अपना कौन हैं? बड़ा अच्छा दृश्य है। पाँचों अंगुली बराबर नहीं हैं, एक तो इसमें सब आज्ञाकारी हैं ना!

एक बाबा के सिवाए कोई नहीं, ऐसे वफादार और कारोबार में लेन-देन में ईमानदार हैं। एकनामी और एकॉनमी से रहना है। फिर एकान्त में और एकाग्रता में रहना फिर है एकता में रहना, एकाग्र चित्त होकर रहना। एक मिनट अभी एक दो को देखो, ऐसे हैं सब?

एक दो के सामने खड़े हो करके आपस में देखो, कम से कम दो मिनट देखो। बड़ी अच्छी सीन है। कितना अच्छा लग रहा है। कितनी खुशी होती है एक दो



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

को देखकर, किसके बच्चे हैं, कौन हैं? बड़ा अच्छा दृश्य है। एक तो इसमें सब आज्ञाकारी हैं ना!

एक बाबा के सिवाए कोई नहीं, ऐसे वफादार और कारोबार में लेन-देन में ईमानदार हैं। एकनामी और एकॉनमी से रहना है। फिर एकान्त में और एकाग्रता में रहना फिर है एकता में रहना, एकाग्र चित्त होकर रहना। एक मिनट अभी एक दो को देखो, ऐसे हैं सब? एक दो के सामने खड़े हो करके आपस में देखो, कम से कम दो मिनट देखो। बड़ी अच्छी सीन है। कितना अच्छा लग रहा है। कितनी खुशी होती है एक दो को देखकर, किसके बच्चे हैं, कौन हैं? बड़ा अच्छा दृश्य है। एक तो इसमें सब आज्ञाकारी हैं ना!

एक दो का सहयोग है ना। निश्चय में बल है। किसके हैं हम?

सारी विश्व में हरेक ब्रह्माकुमारीज के भाई बहनों की चलन और चेहरे को देख करके बताते हैं, सम्बन्ध में रहते हुए भी देह से न्यारे हैं, तो सम्बन्ध से ऑटोमेटिक न्यारे हैं। कितना सहज है, अभी सारी विश्व के हर कोने से बाबा के बच्चे बैठे हैं। कितने देशों से आये हैं, क्या कर रहे हैं? क्यों बैठे हैं? शिवबाबा के महावाक्य ब्रह्मा मुख से सुन रहे हैं और ब्रह्माभोजन खा रहे हैं। यहाँ के भोजनालय में जाओ तो पता पड़े। भोजन बनाने वाले, खाने वाले सब अच्छे हैं।

ना अभिमान करो, ना दिलशिकस्त हो

बाबा आजकल दो बातों पर अटेन्शन खिंचवा रहे हैं - एक अभिमान नहीं हो, दूसरा दिलशिकस्त नहीं हो, क्योंकि जिस टाइम पर मदद की मैजॉरिटी देखा जाता है कि वे आवश्यकता है, उस टाइम बाबा मदद नहीं देवे, यह असम्भव है। कारण पुरुषार्थ जो चाहते हैं वो प्रैक्टिकल नहीं कर पाते हैं। इसलिए बाबा कहते हैं, न अभिमान करो, न दिलशिकस्त हो क्योंकि हम सबने वायदा किया है कि बाबा हमारे साथ कम्बाइन्ड है। तो मेरा साथी जो कम्बाइन्ड है वो तो कमजोर नहीं है, वो तो सर्वशक्तिवान है। इसलिए दिलशिकस्त तो कभी भी नहीं हो सकते हैं।



दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

दिलशिकस्त होने का कारण ही है - बाबा को भूलना। जब माया आती है तो वो पहले बाबा को ही भुलवा देती है। इसलिए बाबा कहते बच्चे तुम कहते हो बाबा हमारे साथ कम्बाइन्ड है लेकिन रहते हो अलग। जब मेरा बाबा कहते हो तो मेरे पर अधिकार नहीं रखते हो! जैसे शरीर क्यों नहीं भूलता? योग के टाइम भी बार-बार याद आ जाता है। शरीर का भान आ जाता है, क्यों? मेरा माना ना। तो मेरे के ऊपर हमारा अधिकार होता है, लेकिन अधिकार को भूल जाते हैं और कहते कि बाबा आपने कहा है ना, मदद करूंगा तो अभी करो ना। बाबा आपने वायदा किया है ना...जैसे रॉयल भिखारी बनके बाप से मांग रहे हैं। अरे! बच्चे कभी

बाप को कहेंगे क्या कि मेरे को दोगे ना, यह करेंगे ना। वो तो कहेगा आपका तो हक है, अधिकार है। जिस टाइम पर मदद की आवश्यकता है, उस टाइम बाबा मदद नहीं देवे, यह असम्भव है। 70 साल में कितनी कुछ बातें हुई होंगी, बातें आना अच्छा है, अनुभवी बनाती हैं। लेकिन टाइम पर बाबा की मदद लेने से असम्भव बात भी सम्भव हो जाती है। मदद देने के लिए बाबा बंधा हुआ है। बाबा कभी भी मदद न देवे, यह हो ही नहीं सकता, स्वप्न तक नहीं हो सकता और बाबा कहता क्या है? बच्चे,

मैं तरे लिए ही आया हूँ, तो हमको यह नशा होना चाहिए कि मेरा बाबा है, मेरे लिए बाबा आया है। इतना नशा और निश्चय होना चाहिए और हमेशा नज़र विशेषता के ऊपर होनी चाहिए। बाबा ने इसको अपना बनाया है तो कुछ तो होगा ना। चलो, आपको उसकी विशेषता नज़र नहीं आती है, लेकिन बाबा ने विशेषता देखी तब उसने बनाया है, यह तो समझ सकते हो ना। भगवान का बच्चा है, चाहे लास्ट नम्बर है। भगवान का बच्चा क्या नहीं होगा? चलो, बिचारा परवश है, कुछ पिछले जन्मों का हिसाब कड़ा होता है जो बिचारा चुक्लू कर रहा है, तो उसके ऊपर और ही सहयोग दो ना क्योंकि मेरा भी तो भाई है ना, बहन है ना!

आत्माभ्यास से समस्याओं का निदान

राजयोग अर्थात् इस शरीर से परे अपने स्व स्मृति में एक हमारा परमात्मा, इसी स्थिति में रहकर डेड साइलेन्स का अनुभव करना है। इसके लिए एकान्त की दरकार है। एकान्त में बैठ जितना-जितना हम आवाज़ से परे जाना। से परे, संकल्प विकल्पों से परे, निराकारी स्थिति में रहें - यही आदि और अन्त मनमनाभव छोटे से बड़े सबको इस कर्मातीत स्टेज पर आने का पूरा-पूरा पुरुषार्थ करना है। सुना रहे हैं। ऐसे यही मेहनत करनी है। इस पढ़ाई को जितना-जितना सही रात को सोते, सवेरे उठते दिन भर स्मृति में रखें तो जीवन की सर्व समाप्त हो जाएं। इसलिए बाबा ने हमें स्मृति में आने के अनेक साधन दिये हैं। हमारी दिनचर्या स्टार्ट ही ऐसे होती। आँख खुली मैं आत्मा इस शरीर रूपी रथ पर विराजमान हूँ, पहली गुडमॉर्निंग है बाबा। और अपने को आत्मा जान उसी बाबा से मीठी-मीठी रूह-रूहान करते अथवा इस शरीर, इस संसार से परे निकलकर अपने घर में बैठ

जाते। पहले रमण करते अपने घर में फिर पहुँच जाते खेल करने। खेल करते भी बाबा ने ट्रैफिक कन्ट्रोल की जो प्रेरणायें दी हैं, उसमें भी संकल्पों को कन्ट्रोल करना है। एक सेकण्ड में नीचे आना, एक सेकण्ड में आना, एक सेकण्ड में आवाज़ से परे जाना। मुरलीधर की मुरली भी रोज सुनी है। उस समय भी यही आत्मा कानों का आधार लेकर परमात्मा के महावाक्य सुन रही हूँ। बाबा मुख का आधार ले हमें जितना करते-करते स्थिति में रहेंगे उतना निर्विकारी स्वतः बन जायेंगे। निर्विकारी स्थिति बनाने का साधन है अपने को निराकारी बिन्दु आत्मा स्थिति में स्थित करना। जितना-जितना निराकारी रहेंगे तो ये तीनों महावाक्य हम सबके प्रति मंत्र के रूप में बाबा के अंतिम महावाक्य हैं। इसे अपना मंत्र समझकर रखेंगे तो अन्दर में जो अनेक प्रश्न उठते कि निराकारी स्थिति कैसे बने, वह सब रोज के अभ्यास से समाप्त हो जायेंगे।



दादी प्रकाशमणि, पूर्व मुख्य प्रशासिका

गोविंदा आला रे...!!!

कुछ ही दिनों में ये मौसम आने वाला है जब

'गोविंदा आला रे...' का गीत हर जगह गूजेगा। लोग नृत्य और गीतों के माध्यम से हर जगह त्योहार मनायेंगे कृष्ण जन्माष्टमी का। मनाना भी चाहिए, क्योंकि वो है ही इतना मनमोहक। उसके लिए जितना अधिक से अधिक किया जाये, उतना कम लगता है। लोग क्या-क्या नहीं करते इस त्योहार पर उस मोहन के लिए। तो जरूर उस मोहन ने भी कुछ किया होगा किसी जीवन में, तभी तो वो सभी का है, ना कि किसी एक का है। जिसने मोह को जीता है, वो सभी का प्यारा है। इसलिए देवताओं में सर्वश्रेष्ठ यदि किसी का त्योहार है, तो वो है श्रकृष्ण जन्माष्टमी।

हर बार लोग कुछ न कुछ जन्माष्टमी पर नया करने की कोशिश करते हैं। कहीं पर भागवत पाठ होता है, कहीं पर गीता पाठ होता है, हम ये सारा कुछ तो करते ही आये। भावनावश जो हमने किया वो तो ठीक है, पर विचार करने पर ये भी बात अंदर आती है कि कृष्ण का आह्वान तो करते हैं, उसको प्यार भी करते हैं, लेकिन कभी ये भी सोचा कि हम कृष्ण के साथ भी खेलपाल कर सकते हैं! या कृष्ण की मूर्ति के साथ ही खेलकर खुश होंगे! सोचने पर ये भी आता है कि मैं भी कृष्ण के साथ खेलूँ, तो उसके लिए मुझे क्या करना होगा? कौन खेल सकता है उनके साथ? बस ये आप सोचेंगे तो आप पायेंगे कि अरे! कृष्ण के साथ कोई साधारण आत्मा खेल सकती है क्या? तो हमें भी उनके साथ खेलने के लिए उन जैसा आकर्षणमूर्त बनना पड़ेगा।



मनमोहक के मन की मूर्ति
मूर्त शब्द मन से है, तो देखो, कृष्ण की जो मन की मूर्त है वो हमारे मन की मूर्त से मैच करती है? जब मूर्त समान होगी, तभी हम भी एक समान हो पायेंगे और एक साथ खेल सकेंगे, क्योंकि मित्र ही मित्र के साथ खेलता है। तो हमें मन की मूर्त की ओर थोड़ी मेहनत करनी होगी, उसे वैसा ही बनाना होगा, जैसी मोहन के मन की मूर्त। तभी तो हम उसके साथ खेल पायेंगे। क्या कभी आपने सोचा कि मन मोहन को ऐसा किसने बनाया? कोई तो उसे ऐसा बनाने वाला भी होगा।

मनमोहक की मुरली
मन मोहन वो जो मन को प्रिय है। मोहन की मुरली बाजी रे। हमेशा कृष्ण को मुरली बजाते हुए दिखाते हैं। मन को सुंदर बनाने के लिए श्रेष्ठ ज्ञान का मनन ही उसकी सुंदरता है। जहां मन में शुभ और शुद्ध भाव भरे विचार होंगे। उसके मन में सभी के लिए खुशी और सुकून वाले संकल्प ही रमण करते होंगे। तभी तो मन की मुरादे हासिल होंगी। तो मन में शुद्ध संकल्पों का साम्राज्य ही मनमोहक बनाता है। हमें भी उन जैसा बनना है तो मन को शुद्ध बनाना ही होगा। तभी तो हम उनके साथ आ पायेंगे

और उनके साथ खेल पायेंगे। मन में सदा श्रेष्ठ ज्ञान का मनन और उसका श्रेष्ठ चिंतन ही कृष्ण के साथ आने का एक आधार है। आप भी चाहते हो ना कि हम कृष्ण के साथ खेलें। उनके साथ रास रचायें। तो अपने मन रूपी मंदिर में सदा ही ज्ञान की मुरली बजानी होगी। जैसे कृष्ण सबका प्रिय है, आकर्षण मूर्त है तो हमें भी मन को श्रेष्ठ बनाना ही होगा।

मन के अंतर को समझें

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में देखें तो चारों ओर झूठ का बोलबाला, झूठ का साम्राज्य है, जिसे हम कंसपुरी कहें तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी। क्योंकि कंस एक प्रतिरूप है आज के भाई बहन के रिश्ते का। तो कृष्ण और कंस दोनों का अंतर करने वाला मन ही है। तो आज हमें देखना चाहिए कि हमारे मन में किस कैटेगरी के संकल्प चल रहे हैं। कृष्ण जैसे या कंस जैसे। तो मन के मैल को दूर करने पर ही हम इस निष्कर्ष पर पहुँचेंगे। तो कृष्ण जैसा बनना है ना! न कि कंस जैसा। क्योंकि हम देख रहे हैं कि आज कोई भी भाई अपनी बहन का उस रूप से सम्मान नहीं करता, और उस रिश्ते में उतनी पवित्रता और उतना प्रेम भी नहीं रहा, जो कभी हुआ करता था। तो आज उसी का एक मिसाल है कंस और देवकी की कहानी। अच्छा, आप बताओ कि कोई आकाशवाणी होती है और उसमें आवाज आती है कि इसका आठवां पुत्र आपको मारेगा। क्या यह संभव है? अगर संभव है, तो आज भी हर ज्योतिषी बताता है कि इतने समय बाद आपका ये हो जायेगा, वो हो जायेगा, तो क्या वो होता है?

आकाशवाणी

सभी जगह असमंजस की स्थिति है, सभी कन्फ्यूज्ड हैं कि सही क्या है। हम आपको बता रहे हैं कि आज के परिप्रेक्ष्य में ये बात सटीक बैठती है कि आकाशवाणी हुई, माना परमात्मा का मैसेज आया कि जब मैं इस धरती पर आऊंगा तो सबकी बेड़ियां खुल जायेंगी माना सब बंधन मुक्त हो जायेंगे। तो क्या आप भी बंधनमुक्त होना चाहते हैं? तो जान लें कि परमात्मा की आकाशवाणी आबू से हो रही है कि आप भी अगर कृष्ण के समान सुंदर और बंधनमुक्त बनना चाहते हैं तो स्वयं को जान अपनी भीतरी सुंदरता को पहचानें, यही कृष्ण जन्माष्टमी के साथ सच्चा न्याय होगा और हम भी उनके समान सुंदर बन पायेंगे।



गुजरात के तत्कालिन मुख्यमंत्री नरेन्द्र मोदी दादी प्रकाशमणि से आशीर्वाद लेने के बाद ज्ञानचांचा करते हुए।

विश्व परिवर्तक पारसमणि...

एक सफल प्रशासिका - पेज 1 का शेष के साथ-साथ आदर्श उन क्षणों को सभी ने मूल्यवान समझकर संजो रखा है। दादी जी ने महानता के आसमान को छू लेने के बावजूद अपने अंदर की इंसानियत को सदा कायम रखा। एक सामान्य व्यक्ति या मानव के रूप में दादी जी को जब हम देखते हैं, तो इंसानियत और मानवता का अर्थ समझ में आने लगता है। दादी जी छोटे-बड़े, साधारण से भी साधारण व्यक्ति का खास ध्यान रखते। खास करके वृद्ध आयु के भाई बहनों को पास बुलाकर विशेष एक-एक को उनके आरामदायक आवास-निवास के लिए पूछते, उनके स्वास्थ्य के बारे में पूछकर उन्हें उचित सुविधा देते थे। दादी जी ने कभी भी किसी के द्वारा कही सुनी बातों पर विश्वास कर किसी भी आत्मा के प्रति अपना मत नहीं बनाया, और उस व्यक्ति को उस नजर से नहीं देखा। इतने बड़े विशाल यज्ञ में हर तरह के, हर विशेषताओं के, हर कैटेगरी के लोग रहते थे, उन सभी के लिए दादी खास थीं। और तो और, जब नौकर वगैरह कार्य करते थे, वे भी दादी से बहुत प्यार करते थे, और दादी जी भी उन्हें प्यार लुटाती थीं। दादी जी हरेक के साथ जैसे एक मददगार के रूप में खड़ी हों, ऐसी सबको भासना आती थी। दादी जी के इस इंसानी जज्बे रूपी विशाल वृक्ष की छाया से कोई भी वंचित नहीं रहा। दादी जी एक कुशल प्रशासिका तो थीं ही, पर उन्होंने एक आदर्श टीचर, सभी की प्रेरणास्रोत, एक ममतामयी माँ, पालनहार पिता के रूप में अपनी दूरदृष्टि से यज्ञ को आसमान की ऊँचाइयों तक पहुँचाया। परन्तु एक आदर्श विद्यार्थी का उनका रूप भी हम अनदेखा नहीं कर सकते। उन्होंने

एक सफल प्रशासिका के साथ-साथ आदर्श विद्यार्थी की भूमिका भी बखूबी निभाई। दादी जी सभी से कुछ न कुछ गुण उठाती रहतीं अर्थात् सीखना उनके जहन में था। आठ दशक के जीवन में दादी जी एक प्रखर व्यक्तित्व के रूप में जीवित रहीं। इस बार हम दादी जी का बारहवां पुण्य स्मृति दिवस मना रहे हैं। तो यह घड़ी हमारे लिए सिर्फ दादी को याद करने तक ही सीमित नहीं, अपितु अपना आत्मविश्लेषण करने की भी है। स्वयं को शांति की गहराई में ले जाकर, अपनी विशेषताओं को दादी जी की विशेषताओं के साथ जोड़कर देखना होगा कि कहाँ कमी है, जिसे हमें बदलना है। अगर हम ऐसा बन जाते हैं तो यही दादी जी को सच्ची खुशी दिलाने वाली हमारी श्रेष्ठ श्रद्धांजलि होगी। दादी जी पवित्र और निर्मल प्रेम की मूर्ति थीं। दादी जी के व्यक्तित्व में जो चुम्बकीय आकर्षण था, उसकी शुरुआत ही उनकी पवित्र और स्वच्छ मुस्कुराहट से होती थी। दादी जी की उपस्थिति मात्र ही आस-पास की हवाओं में अपनी रुहानी खुशबू फैला देती थी। दादी जी ने सबके गुणों को परखा और उसी अनुरूप उन्हें सेवाएं भी दीं और यज्ञ को विशेषताओं से भरा एक खूबसूरत गुलदस्ता बनाकर आगे बढ़ाया। आज भी उनके द्वारा सींचे गए इस विशाल वृक्ष का मीठा फल सर्व आत्माओं को मिल रहा है। ऐसी हमारी प्यारी दादी प्रकाशमणि, प्रकाश स्तम्भ बनकर आज भी हम सबके साथ और सम्मुख हैं। आज हम उनसे मिली शिक्षाओं को धारण कर उनके जैसा बनने की प्रतिज्ञा लेते हैं, यही हमारा उनके प्रति सच्चा स्नेह और श्रद्धासुमन है।



वडोदरा-अटलादरा। सम्मान समारोह कार्यक्रम के पश्चात् चित्र में ब्र.कु. अरुणा के साथ सांसद सभ्य रंजन बहन भट्ट, धारा सभ्य सीमा मोहिले, मेयर डॉ. जिगीषा शेट, डेप्युटी मेयर डॉ. जीवराज चौहान, स्टैंडिंग कमिटी के चेयरमैन सतीश पटेल, ब्र.कु. राज दीदी, ब्र.कु. हरीश वैद्य तथा अन्य गणमान्य लोग।



ग्वालियर-म.प्र.। ग्लोरी स्कूल में 'हाऊ टू कीप बैलेंस बिटविन वर्किंग एण्ड पर्सनल लाइफ थ्रू राजयोग' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. चेतना, स्कूल डायरेक्टर अमिता वाधवानी, कोऑर्डिनेटर कीर्ति बहन, कोऑर्डिनेटर पूजा बहन, योगा टीचर रितु बहन तथा अन्य।

दादी जी के साथ बिताये कुछ अविस्मरणीय लम्हें, जो बने जीवनपर्यंत प्रेरणादायी



दादी की शिक्षाएँ पथप्रदर्शक

यज्ञ में हजारों ब्राह्मण भाई बहनें तथा अनेक वी.आई.पीज़. आते थे। वे हरेक से मिलती थीं। हर कार्य करने में उनका उमंग उत्साह सदा बना रहता था। वे त्याग और सादगी की भी मूरत थीं। प्यारे बाबा के स्लोगन जो खिलाओ, जो पहनाओ, जहाँ बिठाओ, इसकी पूर्ण धारणा उनके जीवन में देखी। वे मास्टर पालनहार थीं। एक हजार यज्ञ वत्सों और दस हजार निमित्त शिक्षिकाओं सहित सभी को बाप समान पालना देती थीं। मुरली से उनका जिगरी प्यार था। दिन में तीन बार स्वयं मुरली पढ़ती थीं और क्लास में भी सुनाती थीं। जब तक स्वस्थ रहीं, हमेशा स्वयं ही क्लास में मुरली सुनाती थीं। कितनी भी तकलीफ हो, पूछने पर यही कहती थीं, मैं बिल्कुल ठीक हूँ। एक दिन तो कहा, मैं बहुत सुखी हूँ। वे इस दुनिया में थीं ही नहीं, वो सम्पूर्णता की देवी बन चुकी थीं। सेवा करते महसूस होता था कि वतनवासी फरिश्ते की सेवा कर रही हूँ। उनके अंतिम दिनों में भी वे कभी भी परमात्म सेवाओं से दूर नहीं रहीं। हर बच्चे से उनका जिगरी प्यार था। दादी जी का मुस्कुराता हुआ चेहरा और प्यार भरे नयन कभी भूलते नहीं हैं। आज भी दादी की शिक्षाएँ मुझे तरोताजा रखती हैं और कोई भी उलझन होती है तो दादी से पूछ कर हल्की हो जाती हूँ। - ब्र.कु. मुन्नी दीदी, शांतिवन



विरोधी भी सहयोगी बन जाता

दादी जी की निःस्वार्थ, निश्छल, निर्मल व पवित्र भावनाएं सहज ही सर्व को प्रभावित करती थी। वे अपनी निर्मलता से सहज ही विरोधी को भी बाबा का सहयोगी बना देती थीं। एक संत जो ब्रह्माकुमारी बहनों का काफी विरोध करते थे, उन्हें कहीं भी देखते तो मुंह फेर लेते थे, दादी जी ने मधुवन में एक विशाल संत सम्मेलन में उन्हें भी आमंत्रित किया। दादी जी के तप व उनकी महानता का अनुभव करते ही वह दादी जी के समक्ष नतमस्तक हो गया। उसने भरी सभा में कहा कि क्या दादी जी मुझे अपने छोटे भाई के रूप में स्वीकार करेंगी? दादी जी ने सभा में उन्हें राखी बांधी। उनका अनुभव सुनकर, पढ़कर आज भी हमें आगे बढ़ने की और उनके जैसा बनने की प्रेरणा मिलती है। - ब्र.कु. आशा दीदी, गुरुग्राम



ऐसे बनी वो हम सबकी दादी

मेरे सौभाग्य की मैं जितनी महिमा करूँ, कम ही है। साकार बाबा ने मुझे और वेदान्ती बहन को आदरणीय दादी जी के साथ, उस समय भारत के सभी सेवाकेन्द्रों पर सेवार्थ भेजा था। आगरा, जयपुर, कानपुर, पटना, लखनऊ, उदयपुर, दिल्ली और मुम्बई आदि स्थानों पर दादी जी के साथ सेवार्थ रहने के बाद मैंने दादी जी से एक प्रश्न पूछा था, दादी जी, आप दादी जी कैसे बनी? दादी जी ने कहा, यह भी कोई सवाल होता है? मैंने कहा, यही मेरा सवाल है और आपको जवाब देना होगा। तब दादी जी ने कहा, देखो चंद्रिका, बाबा को कोई भी नया कार्य कराना होता तो सभा में सभी से पूछता, यह काम कौन करेगा? सबसे पहले मैं हाथ खड़ा कर देती थी, चाहे वो काम मुझे नहीं भी आता हो। फिर उस कार्य के बारे में मम्मा से या बाबा से पूछ लेती थी। कार्य के प्रति तत्परता और बाबा के आदेश को तुरंत स्वीकार करने के स्वभाव के आधार से दादी जी ने नंबरवन प्राप्त किया।

- ब्र.कु. चंद्रिका बहन, महादेव नगर

जीवन के सफर में बहुत सारे हमसफर मिलते और छूटते चले जाते। लेकिन उस सफर की कुछ यादें हमारे ज़हन में गहराई से उतर जाती हैं। कुछ हमको भले याद न रहें, लेकिन वो पल वो क्षण, जिसने हमें कुछ अलग अनुभव कराया हो, उन यादों को संजोना हमें अच्छा लगता है। ऐसे ही कुछेक, दादी जी के साथ बिताये हुए लम्हों की अविस्मरणीय यादें वरिष्ठ दीदीयों एवं भाइयों के यहाँ प्रस्तुत हैं, जिन्हें पढ़कर शायद आप भी उन यादों में खो जायें...



बड़ी ऊँची भावनाओं वाली दादी

दादी जी अक्सर सेवा अर्थ देहली में आती ही थीं और पाण्डव भवन में रुकती थीं। एक बार जैसे ही हॉल में कार्यक्रम पूरा हुआ तो दादी जी बरामदे में आकर बैठीं, सभी वापिस जा रहे थे। तभी एक परिवार की 5 वर्ष की बच्ची और 3 वर्ष का उसका भाई, बरामदे में आने की कोशिश कर रहे थे। वहाँ दो स्टैप थे चढ़ने के, छोटा बच्चा चढ़ नहीं पा रहा था। बच्ची ने अपने भाई को उठा लिया, पर ठीक से उठा नहीं पा रही थी। जैसे तैसे उसे छाती से लगाकर स्टैप चढ़कर बरामदे में आ गयी कि कहीं मेरा भाई गिर न जाये। दादी यह सब बड़े ही ध्यान से देख रही थीं। मैं दादी के पास ही खड़ी थी। दादी ने कहा, पुष्पा देखा तुमने, कितना प्यार है इसको अपने भाई से। यह है प्यार। जैसे दादी के उस कहने में भी गहरी भावनाएँ थीं और बड़े ही राज से दादी जी यह सब कह रही थीं। हमने अनुभव किया कि दादी जी की साधारण से साधारण बात में भी बड़ी ऊँची भावनाएँ, बेहद दृष्टिकोण, विशाल हृदय और शुभ कामनाएँ समाई हुई होती थीं। दादी जी को, मुरली सुनाते हुए मैंने कई बार सफेद-सफेद चमकते फरिश्ते के स्वरूप में देखा है। मैं कइयों को सुनाती थी कि आज दादी धरती पर फरिश्ता रूप थीं। - ब्र.कु. पुष्पा बहन, पाण्डव भवन, दिल्ली



निर्भयता से लेती थीं निर्णय

सत्यता व पवित्रता की शक्ति होने के कारण उनमें निर्णय शक्ति बहुत प्रबल थी। निर्भयता से निर्णय लेती थीं। उन्हें किसी बात का डर नहीं होता था। वे सभी को समान दृष्टि से देखती थीं, उनमें पक्षपात की भावना नहीं थी। जो सत्य बात होती थी उसे वे कह देती थीं। सामने वाला चाहे कितना भी बड़ा व्यक्ति हो, चाहे वो कोई संत हो, महामण्डलेश्वर हो, लेकिन दादी जी ऐसे बात करती थीं जैसे वह उनकी छोटी बहन हैं। दादी जी निर्मानता व निरहंकारिता की मूरत दिखाई देती थीं। इसलिए जो भी उनके सामने आता था वो उनके निर्मल व निश्छल स्वभाव से प्रभावित हुए बिना नहीं रह पाता था। - ब्र.कु. संतोष दीदी, मुम्बई



ना आश्चर्य, ना स्तब्धता, ये थी उनकी कमाल

दादी जी अमृतवेले से रात्रि तक स्थूल, सूक्ष्म दिनचर्या में योग को प्रयोग में लाने का कार्य करती थीं। निराकारी स्थिति का आधार पॉवरफुल अमृतवेला, ये उनके जीवन का स्वरूप हो गया था। निर्विकारी स्थिति का आधार मुरली का गहन चिन्तन है। दादी जी प्रतिदिन रात्रि में और अमृतवेले योग के पश्चात् मुरली अवश्य गहराई से पढ़ती रहीं और सारे दिन में चाहे किसी से पर्सनल मिलें या क्लास कराएं, लेकिन उस दिन की मुरली की धारणा, श्रीमत् जरूर सभी को पक्का कराती थीं। यज्ञ के सामने कितनी भी बातें आईं, उनमें भी वह न्यारी प्यारी रह उनका समाधान स्वयं भी करती थीं और औरों से भी कराती थीं। उदाहरणार्थ, एक सेन्टर से फोन आया कि सेन्टर के मकान में आग लग गई, सारा जल गया...। लेकिन दादी जी ने एक सेकण्ड भी चिन्ता नहीं की, न आश्चर्य, न स्तब्धता। तुरन्त कहा, कल्याणकारी ड्रामा...। उसके पश्चात् शक्तिशाली स्थिति और वचनों द्वारा बहनों को समझानी और शक्ति देने लगीं। इस दृश्य को देखकर मुझे लगा कि कई बार एक काँच का गिलास टूटने से भी लगता है कि क्या हो गया, क्यों टूट गया लेकिन दादी जी की तो कमाल है ! - ब्र.कु. मंजू बहन, ब्रह्मपुर



उमंग और उत्साह दादी के दो पंख

एक बार काठमाण्डू (नेपाल) में विश्व हिन्दू महासम्मेलन हुआ था। उस समय दादी जी नेपाल में आयीं थीं। वहाँ बहुत सारे सन्त, महन्त, बड़े-बड़े महामण्डलेश्वर देश विदेश से आये हुए थे। उस प्रोग्राम में दादी जी को भाषण करना था परन्तु स्टेज बहुत बड़ी थी। दादी जी साधारण चौकी पर बैठी थीं जिसपर एक पतली चादर थी, दरी भी नहीं थी। हमने दादी जी से पूछा, आप कैसे बैठेंगी? आपको मुश्किल होगी। तो दादी जी ने कहा, मुझे इन्हें बाबा का सन्देश देना है, मुझे इतनी खुशी है कि पट पर बैठकर भी इन्हें सन्देश देना है। इतना उमंग उत्साह था। एक घण्टे तक भाषण किया। बाद में हमने पूछा, दादी जी, कोई दिक्कत तो नहीं हुई? तो दादी जी ने कहा, नहीं। आज एक घण्टा बाबा बोला है, दादी नहीं। इतनी देही अभिमानी थीं। श्वासों-श्वास बाप में समायी हुई, स्वच्छता और सादगी की अवतार थीं। दादी जी ने सिम्पल बनके दिखाया। सदा हर एक को उमंग देते हुए गिरे हुए को उठाया। हर बार अच्छा अच्छा करते अच्छा ही बनाया, सबके दिलों को जीत कर, सबको अपना बनाया और सबकी दादी बन गयीं। - ब्र.कु. किरण बहन, काठमाण्डू



पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

जिस प्रकार किसी शांत सरोवर में एक पत्थर फेंकते हैं, तो जिस स्थान पर पत्थर गिरता है, उस स्थान से जल तरंगें उठते हुए वृत्त के आकार में फैलती हैं। ये आपने देखा होगा। और ये चीजें खेल खेल में हम करते आये। ठीक वैसे ही मन एक बहुत बड़ा सरोवर है, जिसमें हमेशा कुछ न कुछ डाला जाता है जो हलचल पैदा करता है। जैसे ही मन में आपने संकल्प रूपी कोई भी पत्थर डाला, तो उसके वायब्रेशन्स एक वृत्त के आकार में चारों ओर फैलते जाते हैं। उस पत्थर को अगर हम बार-बार मन के सरोवर में डालें, अर्थात् उसकी बार-बार पुनरावृत्ति हो, या साधारण शब्दों में कहें कि

संकल्प को बार बार दोहराया जाए तो वो एक विचार का रूप ले लेगा, और ये विचार तरंगें बहुत बड़े वृत्त का निर्माण करेंगी, इसमें शक्ति और गति का संचार होने लगेगा। उदाहरण के लिए जैसे आपने एक संकल्प डाला कि मैं महान हूँ, या मैं हेल्दी हूँ, लेकिन अंदर से आपको बहुत सारे संकल्प ऐसे भी चल रहे हैं कि मैं कहाँ हेल्दी हूँ, बीच बीच तबियत खराब होती रहती है, साथ साथ बहुत सालों का आपका ये अनुभव भी है कि बात तो सही है

कई बार हमें ये संकल्प आता है कि कैसे संकल्पों को सिद्ध करें? और सभी इसी बात को लेकर परेशान रहते हैं कि हम कुछ ऐसा करें कि कुछ चमत्कार हो जाये, जल्दी से जल्दी संकल्प सिद्ध हो जायें। तो इसका क्या तरीका हो सकता है? हमने वैसे तो प्रयोग किए हुए हैं, उस प्रायोगिक सिद्धान्त को ही आपके सामने रखने की कोशिश करेंगे कि कैसे हम संकल्पों को सिद्ध करें।



कि बीच बीच में तबियत खराब हो जाती है। फिर भी आपने मन में एक संकल्प डाला कि मैं स्वस्थ हूँ, वो पत्थर की तरंगें तो फैलेंगी ही, लेकिन जो पिछले बहुत सारे विचार हैं, उनको काटने के लिए बार बार इस पत्थर को डालना पड़ेगा कि मैं स्वस्थ हूँ, मैं स्वस्थ हूँ, मैं स्वस्थ हूँ। कहने का मतलब कि आप इस

संकल्प रूपी पत्थर को इतनी बार डाल दो कि जो पुराने विचार हैं वो बिल्कुल नष्ट हो जायें। कहने का अर्थ यह है कि जब इस संकल्प में शक्ति और गति का संचार होगा, तब जाकर आपका मन इस बात को स्वीकार करेगा कि आप सच में हेल्दी हैं। इसी शक्ति एवं गति को या इससे युक्त विचार तरंगों को वृत्त कहते हैं या मनोभाव कहते हैं, नज़रिया कहते हैं या दृष्टिकोण कहते हैं। अब यही वृत्त ही हमारे भाग्य का निर्माण करती है या

संकल्प सिद्ध करती है। वृत्त जितनी शक्तिशाली होगी, उतनी ज़्यादा विचार तरंगों की शक्ति एवं गति भी शक्तिशाली होगी। इसका हम आपको एक और उदाहरण देना चाहेंगे, कि जो विचार तरंगें बहुत शक्तिशाली होती हैं, वही वायुमण्डल में या वातावरण में रेडियो एवं टीवी की फ्रिक्वेंसी की तरह फैल जाती हैं। कहने का मतलब कई बार हमको लगता है कि कोई भी संकल्प हम करते तो हैं, लेकिन वो सिद्ध नहीं होता, वो इसीलिए सिद्ध नहीं होता क्योंकि उसमें शक्ति और गति दोनों कम है। जब किसी चीज की शक्ति और गति दोनों बढ़ जाती है, तभी वो चीज हमारी होती है। इसीलिए ऋषि-मुनि लगातार एक मंत्र का उच्चारण करते रहते थे और वो उसको सिद्ध कर लेते थे। तो हमें भी अपने संकल्पों को सिद्ध करने के लिए बार बार उस संकल्प की पुनरावृत्ति करनी होगी और तब तक करनी होगी जब तक वो संकल्प, और सभी संकल्पों पर भारी न पड़ने लग जाये।

मन शक्तिशाली इसीलिए कहा जाता है क्योंकि जो कोई नकारात्मक संकल्प होता है आज के समय में, वो ऑटोमेटिक चलता है, उसको चलाने के लिए कोई प्रयास नहीं करना पड़ता, क्योंकि वातावरण में, विचार तरंगों में सिर्फ और सिर्फ नकारात्मक बातें हैं, जो उसको सपोर्ट करती हैं। इसलिए आज हमें ज़्यादा प्रयास करना पड़ रहा है। तो मन की अद्भुत शक्ति का प्रयोग करने के लिए हम इस विधि को अपनाकर सफलता प्राप्त कर सकते हैं।



खरगोन-म.प्र.। राज्यपाल महोदया आनंदी बेन पटेल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. किरण। साथ हैं जिला कलेक्टर शशिभूषण सिंह, जिला भारत कृषक समाज के जिलाध्यक्ष ब्र.कु.भरत यादव तथा अन्य।



शिकोहाबाद-उ.प्र.। ज्ञानचर्चा के पश्चात् डी.एम. नेहा शर्मा को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पूनम। साथ हैं ब्र.कु. पूनम तथा ब्र.कु.नीतू।



आगरा-उ.प्र.। क्रीड़ा भारती एवं जिला प्रशासन द्वारा होटल वैभव पैलेस में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम आयोजन में सहयोगी सदस्यों के सम्मान समारोह के दौरान समूह चित्र में खेल मंत्री एवं क्रीड़ा भारती के प्रमुख चेतन चौहान, ब्र.कु. मधु, ब्र.कु. संगीता, ब्र.कु. वंदना, ब्र.कु. रीना तथा अन्य।



दिल्ली-लोधी रोड। इंजीनियर्स इंडिया लिमिटेड, भारत सरकार की नवरत्न कंपनी में योग से निरोग विषयक संगोष्ठी के पश्चात् समूह चित्र में कार्यकारी निदेशक गणेश प्रसाद, ब्र.कु. पीयूष, ब्र.कु. गिरिजा तथा प्रतिभागी।



दिल्ली-पालम। सेवाकेन्द्र में आने पर दक्षिणी दिल्ली नगर निगम की स्थायी समिति के अध्यक्ष भूपेन्द्र गुप्ता को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरोज।



लंडन-हाउस्लो। सेवाकेन्द्र पर कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. भाई बहनों के साथ ब्र.कु. विजय बहन।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहली-22(2017-2018)

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

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

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

ऊपर से नीचे

1. दशरथ का एक बेटा (2)
2. प्राचीन, ... दुनिया से बुद्धियोग निकाल होने वाली एक प्रतियोगिता (4)
3. नई दुनिया से लगाना है (3)
4. चमत्कारिक खेल, जादूगरी (3)
5. बिचौलिया, हमें अपना बुद्धियोग शिवबाबा से लगाना है ब्रह्मा से नहीं, ब्रह्मा तो सिर्फ... है (3)
6. आलीशान, खूबसूरत, बहुत अच्छा (3)
7. संसार, दुनिया (2)
8. उदाहरण, उपमा (3)
9. ...के राही थक मत जाना, निशा (2)
10. (2)
11. लम्बी दौड़, दादी जी की स्मृति में (4)
12. पुरुषार्थ, कर्म (4)
13. धनुष, बागडोर (3)
14. समुदाय, दल, समूह, सभा (3)
15. दुर्बल, शक्तिहीन, निर्बल (4)
16. प्रतिलिपि, अनुकृति, ज्यों का त्यों (3)
17. दुशाला, ओढ़ने का बड़ा कपड़ा (2)
18. उत्पन्न, संतान, संग्रह (3)
19. चाह, इच्छा, कामना (2)
20. पैर, नर्क को... लगाना है (2)
21. वर्ष, 12 मास का समय (2)

बायें से दायें

1. रावण की दुनिया, यह दुनिया अभी... है, तुम्हें रामपुरी में चलना है (5)
2. मन-मुटाव, वैचारिक भिन्नता (4)
3. जन्म देने वाली, माँ, माता (3)
4. सम्मिलित, इकट्ठा (3)
5. सुर, ताल, ईर्ष्या, द्वेष (2)
6. यह दुनिया युद्ध का... है बड़ी सावधानी रखनी है, क्षेत्र (3)
7. वाद-विवाद, कहा-सुनी (4)
8. क्षणिक दर्शन, ...तुम्हारी ओ प्यारे भगवन (3)
9. नज़दीकी, पास वाला (3)
10. इज्जत, कलियुगी झूठे...की इच्छा नहीं रखनी (2-2)
11. छुट्टी, अनुमति, सहमति (2)
12. वर्तमान, आद्य, इन दिनों (4)
13. उमंग-उत्साह, आवेग (2)
14. खोज, ढूँढ़ना, खोजबीन (2)
15. बल, शक्ति, जोर (3)
16. केश, बच्चा, बालक (2)

- ब्र.कु. राजेश, शांतिवन



इथोपिया। डॉ. फसिल नहूम, प्रिन्सीपल एडवाइजर टू प्राइम मिनिस्टर, इथोपिया को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भारत भूषण। साथ हैं ब्र.कु. एलिजाबेथ।



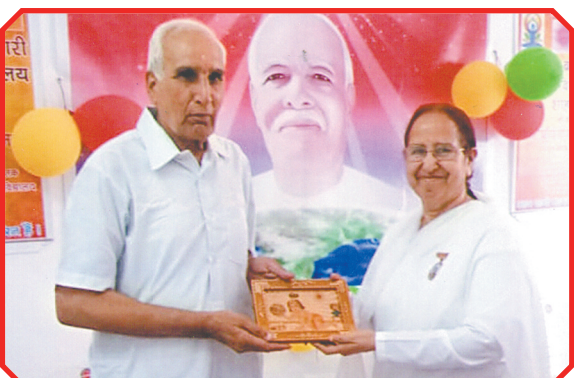
गया-ए.पी. कॉलोनी। ब्रह्माकुमारों द्वारा टाटा मोटर्स फाइनेंस में कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में टाटा मोटर्स के अधिकारी अभिनव झा, गजेन्द्र सिंह हर्षवर्धन, अभिषेक आनंद, सौरभ कुमार व अन्य अधिकारियों के साथ ब्र.कु. सुनीता।



सोख-उ.प्र.। मातेश्वरी जी के पुण्य स्मृति दिवस पर पुष्प अर्पित करने के पश्चात् उपस्थित हैं नगराध्यक्ष भरत सिंह, ब्र.कु. दुर्गेशलता तथा ब्र.कु. वृजमोहन।



दिल्ली-पीतमपुरा। 'बाल व्यक्ति विकास शिविर' में दीप प्रज्वलित करते हुए स्कूल डायरेक्टर सुरेश भाटिया, माइंड मैनेजमेंट एक्सपर्ट डॉ. अदिति सिंघल, ब्र.कु. प्रभा तथा अन्य।



शाहकोट-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग आश्रम के प्रधान देसराज शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राज बहन।



चरखी-दादरी(हरियाणा)। मातेश्वरी जगदम्बा के पुण्य स्मृति दिवस पर उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए ब्र.कु. प्रेम लता, ब्र.कु. प्रियंका, संजीव वकील, सुरेन्द्र भाई तथा अन्य।

दादी जी के साथ बिताये कुछ अविस्मरणीय लम्हें



विश्व वंदनीय, संकट मोचक दादी

दादी जी का कुशल प्रबन्धन देख लगता था, समय उनकी आज्ञानुसार बंधा है, वो नहीं। घड़ियों की सूई यथास्थान तब पहुँचती जब वह आसन पर वाणी सुनाने बैठ जाती थीं। हर सेवाकेन्द्र की बहन से नाम सहित परिचित होना, एक बहुत बड़ी उपलब्धि थी। श्रद्धा विश्वास दो सूत्र थे जो पंगू को चला देते। विशाल यज्ञ में एक नहीं, अनेक अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन हुए। उन्हें सदैव जागरूक और अथक देखा। उनके स्नेह की अंजली से सुधा पान करते अनेकों बार संतों, विद्वानों, वैज्ञानिकों को देखा। वे दादी जी के सम्मुख शिशुवत् हो जाते थे। विश्व वंदनीय दादी जी सदैव दोनों कर कमलों से जी भर स्नेह व सम्मान लुटातीं। दया, करुणा, क्षमा ऐसी कि सदैव संकट मोचन बन समाधान स्वरूप बन जातीं, तपते मन को शीतल कर जातीं। जब कभी प्रकृति विद्रुप बनकर कष्ट देने लगती, राजस्थान की मरुभूमि के मूक जानवर तड़प रहे होते तो ऐसे समय पर दादी जी ट्रक भरवा भरवाकर चारा पहुँचातीं। कच्छ-भुज के भूकम्प में मेडिकल रिलीफ ट्रकों में भरकर अन्न, जल व अन्य आवश्यक सुविधाएं ब्रह्मावत्सों द्वारा भिजवाईं। गुजरात ही नहीं वरन हर स्थान पर सक्रिय सहयोग किया। - ब्र.कु. मनोरमा, इलाहाबाद



अजब आत्म विश्वास की स्वामिनी

एक बार पांडव भवन में स्नातक (ग्रेजुएट) कुमारियों की भट्ठी चल रही थी। हरिद्वार से कुछ सन्यासी आश्रम में मुलाकात के लिए आये थे। उन्होंने हमारी क्लास को देखा, फिर आकर के दादी जी से बातचीत करते हुए कहा, आपने इन भोली भाली बच्चियों को भरमाकर रख लिया है। इन्होंने कहाँ संसार देखा है? दादी जी ने कहा, देखो, मैं आपके सामने बैठी हूँ। आप वहाँ से किसी भी कुमारी को बुलाओ, आपको जो पूछना है, पूछ सकते हैं। दो तीन बहनों को बुलाया गया, उसमें मैं भी थी। दादी जी के सामने ही एक सन्यासी इंटरव्यू ले रहा था। अनेक प्रश्न पूछ रहा था। दादी जी केवल मधुर स्मित के साथ देख रही थीं। सभी प्रश्नों के संतोषजनक जवाब सुनकर वे सन्यासी खुश हो गए। दादी जी के प्रति सम्मान से उनका सिर झुक गया। - ब्र.कु. डॉ. निरंजना बहन, अलकापुरी, बड़ौदा



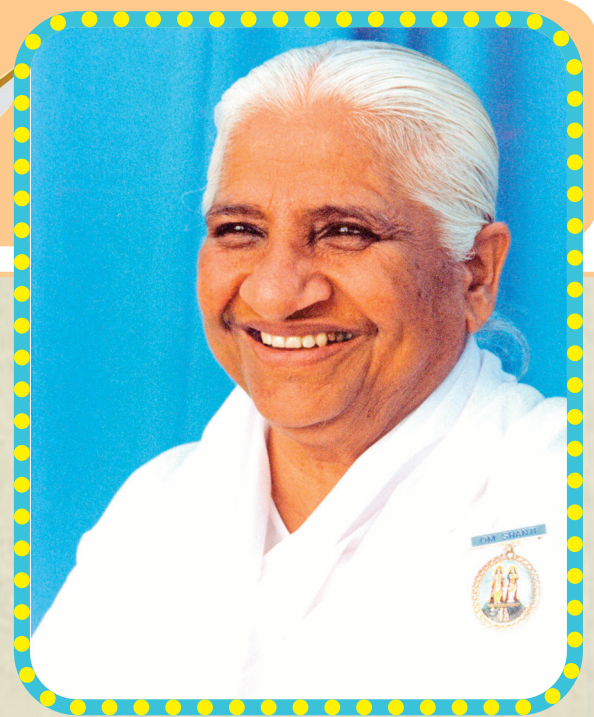
हमारे लिए ऊर्जा का स्रोत दादी

दादी जी ने मुझे राजस्थान की सेवा में भेजा और एक विशेष अधिकार दिया कि तुम जब चाहो दादी से फोन पर बात कर सकती हो। सप्ताह में एक बार पत्र लिखना और दादी जी से मिलने जब भी आना हो, किसी से पूछने की, छुट्टी लेने की ज़रूरत नहीं, बस, इतना पूछ लेना कि दादी, आप यहाँ पर हैं या सेवार्थ कहीं बाहर हैं? इतना पूछकर फिर आना। इस प्रकार दादी जी ने मुझे हमेशा अपने स्नेह के ऑंचल में जैसे समाये हुए रखा। जब मधुबन गुप लेकर जाती तो दादी जी बड़े नाज़ से कहतीं, देखो, विजय आई है। कई बार दादी जी कहतीं, मुझे नाज़ है, यह चैलेन्ज करने वाली लड़की है, जहाँ सेवा नहीं, वहाँ सेवा करने का चैलेन्ज स्वीकार करती है। वास्तव में दादी जी तो हमारी ऊर्जा थीं और आज भी हैं। उनके महावाक्य एवं स्नेह भरी पालना आज भी कठिन परिस्थितियों में दीपक की तरह मेरा मार्ग रोशन करते हैं। - ब्र.कु. विजयलक्ष्मी बहन, डुंगरपुर।



विश्व की महान विभूति

मुझे पहली बार पार्टी लेकर मधुबन जाना था। यह कार्य मुझे बहुत ही मुश्किल लग रहा था। मैं यह जिम्मेवारी निभा पाऊँगी, ऐसा मुझे आत्मविश्वास नहीं था। मुम्बई से कला दादी ने हिम्मत भरते हुए मुझे आबू भेज दिया। मधुबन में दादी जी जानती थीं कि मैं पहली बार पार्टी लेकर आई हूँ। जब दादी जी से मेरी मुलाकात हुई, एक माँ के समान मेरा ख्याल करते हुए उन्होंने मुझसे पूछा, दिव्या, सब ठीक है? कुछ मदद चाहिए, कुछ तकलीफ हो तो निःसंकोच बताना। विश्व की महान विभूतियों में अपना स्थान प्राप्त करने वाली हस्ती होते हुए भी मुझ छोटी कुमारी का इतना ख्याल करना, ऐसी निर्मानता ही दादी जी की महानता को बयाँ करती है। - ब्र.कु. दिव्या बहन, बोरीवली, मुम्बई



प्रसन्नता की परिनैलिटी दादी

जब मैं मुम्बई में दादी के पास रहती थी, मैंने देखा, दादी जी बहुत शांत और प्रेम की मूर्ति हैं। एक दिन रात्रि को मैंने दादी जी से पूछा, दादी जी, क्रोध नहीं आए, इसकी कोई युक्ति बताइये? दादी जी ने कहा, राजा की तरह रहो, राजा अपने ही ख्यालों में मस्त रहता है, इधर-उधर नहीं देखता। अपने ही लक्ष्य को लेकर चलो, बस क्रोध मिट जाएगा। दूसरा, उन्होंने कहा कि आगे बढ़ने के लिए सहनशक्ति हो, क्यूँ मैं आप पीछे से आगे निकल जाओ तो आगे वाले आपको बोलेंगे ही, अगर आप सहन कर लोगी तो आगे ही रहोगी। यह शक्ति धारण करने से मीठे बन जाएंगे। मैं समझती हूँ दादी जी 10-12 प्वाइंट मुझे समझाती गई कि कैसे चलो तो शीतलता का अवतार बन जाओ। मधुरता की खान आदरणीय दादी जी क्रोधमुक्त रहकर सदा प्रसन्नचित्त रहीं। हर परिस्थिति में इसकी वे प्रत्यक्ष मिसाल रहीं। - ब्र.कु. रानी बहन, मुजफ्फरपुर



प्रशासन के समस्त गुण उनमें

दादी जी ऑलराउंडर थीं, वे हर विभाग में चक्कर लगाकर ज़रूर देखना पसन्द करती थीं। यहाँ तक कि रात में पहरें पर तैनात भाइयों के पास भी जाकर उनके हाल चाल लेती थीं। जहाँ सेवा की आवश्यकता है वहाँ स्वयं हाज़िर हो जाती थीं। एक बार मैं किचन में अकेली ही गोलगप्पे बना रही थी तो दादी जी रोज़ की तरह ही आई और मेरे साथ गोलगप्पे बेलने लगीं। दादी जी, स्नेह की प्रतिमूर्ति थीं। मैं इतना नज़दीक रही परन्तु याद नहीं कि मुझे कभी भी डाँटा हो। मुझे ही नहीं, मैंने तो उन्हें किसी पर भी क्रोध करते हुए नहीं देखा। चूँकि भोजन की जिम्मेदारी थी, एक बार उन्होंने मुझे गौर से देखा और मजाक में कहा, तू खुद तो पतली होती जा रही है और मुझे मोटा करना चाह रही है। मैं दूध-चाय पीना पसन्द नहीं करती थी इसलिए दादी जी ने, दादी जी को मेरे लिए विशेष रूप से दूध आदि का ध्यान रखने को कहा। दादी जी ने ही मुझे सिन्धी पढ़ना-लिखना सिखाया। सिन्धी मुरली लिखने की जिम्मेदारी भी दी। पहले आज की तरह छपाई के आधुनिक साधन तो नहीं थे। पहले मुरली साइक्लोस्टाइल होती थी, इससे पूर्व उसे स्टेंसिल से काटकर तैयार करना होता था, यह भी मुझे सिखाया। - ब्र.कु. सरोज बहन, कासागंज



जिम्मेवारी सम्भालते मुरली से प्रेम

दादी सबकी परेशानी को सहज तरीके से सुलझा देती थीं, फिर भी कभी किसी के अवगुण को अपने दिल में स्थान नहीं देती थीं अर्थात् यह व्यक्ति ऐसा है वो वैसा है - यह भाव दादी जी के दिल में नहीं था। इतने बड़े यज्ञ का कारोबार सम्भालने के निमित्त थीं लेकिन कभी यह नहीं सोचा कि मैं सम्भालती हूँ। दादी जी के मुख से कभी मैं शब्द नहीं निकला। सदैव कहते रहे - बाबा कहते हैं, बाबा करा रहे हैं। बाबा को ही समर्पित करके चलते रहे। दादीजी की शिक्षा में क्षमा भाव भी समाया रहता था, जिससे गलती करने वाला, गलती को सहज ही स्वीकार कर लेता था। जितना प्यार दादीजी को बाबा से था, उतना ही प्यार मुरलीधर की मुरली से भी था। इतनी बड़ी जिम्मेवारी सम्भालते हुए भी अपनी पढ़ाई कम नहीं होने देती थीं। - ब्र.कु. सुष्मा बहन, जामनगर





स्वतंत्रता, स्व का तंत्र..

भारत में स्वतंत्रता दिवस हर साल पंद्रह अगस्त को राष्ट्रीय अवकाश के रूप में मनाया जाता है, जब भारतीय ब्रिटिश शासन से अपने राष्ट्र की स्वतंत्रता की लम्बी गाथा को याद करते हैं। ये आजादी मिली ढेरों आंदोलनों और हजारों स्वतंत्रता सेनानियों की आहुतियों से। आजादी के बाद भारत के पहले प्रधानमंत्री ने दिल्ली के लाल किले पर झंडा फहराया।

स्वतंत्रता और परतंत्रता

स्वतंत्रता और परतंत्रता, ये दोनों शब्द विरोधाभासी हैं। तंत्र का अर्थ ही है व्यवस्था, सिस्टम। जैसे राजतंत्र, तो राज और तंत्र, ये दो शब्द हैं, जिससे समझा जा सकता है कि एक राजा और जिसके द्वारा चलायी जा रही हुकूमत की व्यवस्था, जिसे तंत्र कहते हैं। हम जानते हैं कि भारत परतंत्र था, जहां भारतीयों का तंत्र नहीं था, ब्रिटिश का तंत्र था, इसलिए हम स्वयं को परतंत्र मानते थे। पंद्रह अगस्त को हम ब्रिटिशर्स से मुक्त हुए और भारतीयों के चुने हुए प्रधानमंत्री की व्यवस्था में चलना आरंभ किया जिसे स्वतंत्रता कहते हैं। ये तो बहुत खुशी की बात है कि हमने अहिंसा में छिपी हुई शक्ति के बल से ब्रिटिश के शासन का अंत कर दिया। पर आज हम अपनी ओर देखें कि क्या हम स्वतंत्र हैं? बाह्य रूप से हम स्वतंत्र हो गये, लेकिन क्या हम स्वयं में स्वतंत्र अनुभव करते हैं?

स्वयं का अपना तंत्र

स्वतंत्र यानि, स्वयं का स्वयं के ऊपर अपना तंत्र है? सोचें तो ये बड़ा अजीब लगता है, पर ये वास्तविकता है कि हम अभी भी अपने आदतों के गुलाम, आदतों के वश, बुराइयों के गुलामी के तले ही जी रहे हैं। बुराइयों ने हमें इतना गुलाम कर रखा है, जो हमारी विश्व में पहचान रही है कि भारत सोने की चिड़िया था, इसको हम भूल चुके हैं। आये दिन समाचार पत्र हमारे स्व के तंत्र की पराधीनता की खबरों से ही भरे पड़े रहते हैं। अत्याचार, बलात्कार, लड़ाई झगड़े, भ्रष्टाचार आदि की खबरें पढ़ सुनकर कान ही पक गये हैं। क्या यही स्वतंत्रता है? आजादी के लिए हजारों सेनानियों ने अपना सर्वस्व कुर्बान कर दिया। क्या उनकी कल्पना यही थी जो आज हम देख रहे हैं? नहीं ना। तो फिर अभी हमें स्वयं में व्याप्त बुराइयों से स्वतंत्र होना है और स्वयं का स्वयं पर शासन करना है। आज हम उस पराधीनता के वश होकर घृणित कर्म करने के लिए प्रेरित होते हैं। इससे हमें स्वतंत्र होना है।

स्वतंत्रता सबको प्रिय है। पर स्वतंत्रता माना जहाँ स्वयं के ऊपर स्वयं का तंत्र सुचारू रूप में कार्य करता हो। स्वतंत्रता का मतलब स्वच्छंदता का न होना है। स्वयं के मूलभूत उसूलों के साथ जीवन जीने का नाम ही है स्वतंत्रता। जैसे राजतंत्र की स्वतंत्रता मिलते ही हम स्वयं को सम्प्रभु देश समझते हैं, पर उसके तंत्र को संविधान के अनुरूप चलाते हैं, ठीक वैसे ही मनुष्य जीवनशैली का भी एक तंत्र है, उसे भी दायरे में रहकर जीना ही स्वतंत्रता है। तो आइये, इस बार हम स्वतंत्रता के दिन पर देश के साथ साथ स्वयं की जीवनशैली रूपी तंत्र को भी देखें और स्वच्छंदता से परे रहें.....



स्व+हित के साथ पर+हित का तंत्र

स्वतंत्र माना, श्रेष्ठ, शुभ और सर्व हितकारी सोच का तंत्र। जो हमारे जीने की शैली में हो। कहते हैं, सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः। अर्थात् सभी सुखी हों, सबका भला हो, सभी निरोगी हों। तभी सच्चे अर्थ में हम स्वतंत्र कहे जायेंगे। तो स्व को जानना और स्व को जो चाहिए, उसी अनुरूप जीवन का निर्वहन करना, इसी का नाम ही स्वतंत्रता है। मनुष्य को पाँच चीजें चाहिए, चाहे वो किसी भी मजहब का हो, किसी जाति का हो, कुल का हो या किसी भी देश का हो, वे सभी पाँच चीजों के लिए ही जी रहे हैं। वो मिलेगा ही तब जब स्वयं पर स्व का तंत्र होगा। तो ये पाँच चीजें हैं सुख शांति, प्रेम, खुशी, ज्ञान और शक्ति। हर इंसान को शांति प्रिय है, वैसे ही सभी ये चाहते हैं कि मुझसे सभी प्यार करें।

ठीक वैसे ही वो अपने को सुखी व खुश, तरोताजा और उमंग उत्साह में रखना पसंद करता है। पर वो सही खुशी, निःस्वार्थ प्रेम और शांति उसे मिलती तब है जब उसे पाने का ज्ञान हो। किससे उसको खुशी मिलेगी, किससे नहीं मिलेगी, उसका ज्ञान होना ज़रूरी है, ज्ञान माना समझ, विवेक। ज्ञान तो है, पर जहाँ शक्ति नहीं, तो वो भी उससे कार्यान्वित करना नामुमकिन होता है। जैसे कि एक बीमार व्यक्ति शरीर में ताकत न होने से वो कोई भी कार्य करने में असमर्थ होता है। तो उसे शक्ति भी चाहिए। ये पाँचों चीजें जब हमारे जीवन में पूर्ण रूप से विकसित हैं, तभी हम स्वतंत्र हैं। अन्यथा तो हमें किसी न किसी पर आधारित रहना होगा, दूसरों से मांगना होगा।

जानें स्वतंत्रता को विकसित करने का फार्मूला

परम शक्ति परमेश्वर ने हम सभी को ये पाँचों चीजें प्रचुर मात्रा में दी हैं, पर हमने उसको न जाना, न पहचाना और बाहर की चकाचौंध में अपने आप में मौजूद इन पाँचों चीजों को भूल गये और हमारी शक्तियाँ, हमारे खजाने बिना प्रयोग यूँ ही सुषुप्त रह गये। इसी का परिणाम आज के समाज में परिलक्षित होता है। सब दूसरे से मांग रहे हैं, छीन रहे हैं, हड़प रहे हैं, दूसरे पर अधिकार जमाने की कोशिश कर रहे हैं, स्वयं को छोड़कर। पर आपको हम खुशखबरी देना चाहते हैं कि इस भूलभुलैया के मध्य परमात्मा हमें अपनी पहचान दिलाकर कहते हैं कि ये तो सब तुम्हारे पास मौजूद है, क्योंकि तुम मेरे हो, और आप जाने अनजाने पुकारते भी हो कि शांति दो, सुख दो, प्यार दो। ये सब तो आपका ही है, पर इसको अपना समझकर बस आप उसे देना आरंभ करो। देना माना ही जो आप चाहते हैं उसको विकसित करना। देने वाले को देवता कहते हैं, और जो आप देते हैं वही आप पाते हैं। दूसरे शब्दों में कहें तो, जैसा करेंगे वैसा पायेंगे और जैसा बोयेंगे वैसा काटेंगे। तो परमात्मा अभी हमें उन खजानों को कैसे अपना खजाना बनायें, उस बारे में सिखा रहे हैं, समझा रहे हैं। और कहते हैं कि इसी विधि से ही आप स्वतंत्र हो पायेंगे और आप किसी के भी अधीन नहीं रहेंगे। तो इसके लिए आपको भी हम कहना चाहते हैं कि आप भी स्वतंत्र होकर इसी फार्मूले को अपनाकर इस जीवन को स्वतंत्रता से जीयें और सभी को जीने दें। बस 'स्व' तंत्र को विकसित करें और जीवन को जीने का आनंद लें।



वेरावल-शापर(गुज.)। सहदेव जी,महा. मंत्री को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. हिना।



इथोपिया। अनुराग श्रीवास्तव,एम्बेसडर ऑफ इंडिया इन इथोपिया एंड जिबूटी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भारत भूषण। साथ हैं ब्र.कु. एलिजाबेथा।



माउण्ट आबू। पाण्डव भवन के डिस्ट्री हॉल में ज्ञानचर्चा के पश्चात् चित्र में संत श्री गुरु बसव आराध्य स्वामीजी सोरब,कर्नाटक तथा उनके शिष्यों के साथ ब्र.कु. रामनाथ,मुखालय संयोजक,धार्मिक प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज।



जोधपुर-राज। सुरक्षा प्रभाग द्वारा पुलिस कर्मियों के लिए आयोजित तनाव मुक्ति कार्यशाला का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शील दीदी, ए.एस.पी. प्रेम देवधन, ब्र.कु. शिखा, ब्र.कु. यशपाल तथा इम्पेक्टर अमन।



मोहाली-पंजाब। विश्व पर्यावरण दिवस पर आयोजित सेमिनार में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. प्रेमलता। मंचासीन हैं जीतेन्द्र शर्मा,प्रिन्सीपल चीफ कंज़र्वेटर ऑफ फॉरेस्ट तथा अन्य।



भुवनेश्वर। गतिकृष्णा लैगून में आयोजित आध्यात्मिक स्नेह मिलन कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. तपस्विनी। साथ हैं ब्र.कु. दुर्गा तथा अन्य।



रीवा-म.प्र.। विंध्य प्रतिभा सम्मान समारोह में ब्रह्माकुमारीज की क्षेत्रीय संचालिका राजयोगिनी ब.कु. निर्मला को मोमेंटो देकर सम्मानित करते हुए क्षेत्रीय सांसद जनार्दन मिश्रा, पिछड़ा वर्ग आयोग के चेयरमैन प्रदीप पटेल, विंध्य विकास प्राधिकरण की उपाध्यक्ष विमलेश मिश्रा, मध्य प्रदेश जन अभियान परिषद के प्रदेश उपाध्यक्ष प्रदीप पांडे, रीवा नगर की महापौर ममता गुप्ता तथा कल्पना कल्याण समिति के अध्यक्ष भानु प्रताप सिंह।



मोकामा-बिहार। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर श्याम मार्केट में आयोजित कार्यक्रम में योग के बारे में बताते हुए ब्र.कु. विपिना। साथ हैं ब्र.कु. निशा।



मुम्बई-जोगेश्वरी ईस्ट। सेवाकेन्द्र की 10वीं वर्षगांठ पर कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. दिव्य प्रभा,सबजोन इंचारज,बोरीवली, ब.कु. रंजन, ब्र.कु. प्रफुला, ब्र.कु. कुंती, ब्र.कु. कोकिला, ब्र.कु. विन्दु, ब्र.कु. राज, ब्र.कु. संगीता, ब्र.कु. मीना तथा अन्य।



बेंगलूरु। जनरल मोटर्स टेक्निकल सेंटर में लॉग इन टू जॉयफुल लाइफ विषय पर कार्यशाला के पश्चात् समूह चित्र में कर्मचारियों के साथ ब्र.कु. प्रो. ई.वी. स्वामीनाथन, ब्र.कु. कल्याणी तथा ब्र.कु. कविता।



वलसाड-गुज. 'डायबिटीज कैम्प' का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए विधायक भरत जी, रोटी आई हॉस्पिटल के चेयरमैन भरत जी, डॉ. श्रीमंत साहू, माउण्ट आबू, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. उषा, ब्र.कु. रोहित व ब्र.कु. रंजन बहन।



मुजफ्फरपुर-बिहार। नेशनल डॉक्टर्स डे पर आयोजित कार्यक्रम में डॉक्टर्स को सम्मानित करने के पश्चात् चित्र में डॉ. कंचन कुमार, डॉ. धीरेन्द्र प्रसाद सिंह, डॉ. शोभा रानी मिश्रा, डॉ. एन.के. मिश्रा, डॉ. रामजी प्रसाद, डॉ. अंशु अग्रवाल, ब्र.कु. रानी दीदी, आम्रपाली प्रेसिडेंट संजय महरोत्रा, डॉ. एम. मुरुतुजा, डॉ. बी.एल. सिंघानिया, डॉ. एच.एन. भारद्वाज, एच.एल. गुप्ता तथा डॉ. फणिश चंद्र।



भिलाई नगर-छ.ग. दो दिवसीय 'स्व परिवर्तन योग तपस्या कार्यक्रम' में सम्बोधित करते हुए वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. सुषमा, जयपुर राज.



साऊथ गोवा। 'अद्भुत मातृत्व फोर्म्सी इरीस इनीशिएटिव' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए महिला बालकल्याण अधिकारी दीपाली नाईक, गायनिक सोसायटी के प्रेसिडेंट डॉ. दीपक लवंदे, ब्र.कु. प्रो. ई.वी. गिरीश, ब्र.कु. शोभा, ब्र.कु. सुरेखा, ब्र.कु. राखी तथा ब्र.कु. डॉ. शुभदा नील।



सूरत-वराछा। ब्रह्माकुमारीज द्वारा सौराष्ट्र भवन में दो दिवसीय 'अलविदा डायबिटीज' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए डायबिटोलॉजिस्ट डॉ. श्रीमंत साहू, माउण्ट आबू, म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन के मेयर डॉ. जगदीश, डायमंड के उद्योगपति जीवराज सूरानी, अंकिता हॉस्पिटल के डॉ. मुकेश तथा ब्र.कु. तृषि।



जयपुर-राजापार्क। ब्रह्माकुमारीज द्वारा डिवाइन पैरामेडिकल क्लासेज कोचिंग सेंटर का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. पूजा, ब्र.कु. कृष्णा तथा सभी लाभाश्रित युवा।

हिसाब किताब से गहरा कनेक्शन

- गतांक से आगे...

बच्चों द्वारा देखे जा रहे एपीसोड का अंत मुझे तो समझ नहीं आया, पर बच्चे कह रहे थे कि बहुत खुश हैं कि बहुत अच्छा अंत दिखाया है। तब मुझसे रहा नहीं गया और मैंने उस बच्चे को बुलाकर पूछा, इसमें क्या अच्छा था? एक दृश्य का दूसरे दृश्य से कोई कनेक्शन नहीं था। स्टोरी क्या थी वो भी पता नहीं चल रहा था। तो अच्छा क्या लगा? वो बच्चा मुझे कहने लगा कि दीदी ऐसा है आपने सारे एपीसोड देखे नहीं ना! इसलिए आपको

हैं कि ऐसा क्यों हुआ? हमने किसी का बुरा किया नहीं फिर ऐसा क्यों हुआ? लेकिन इस दृश्य का कनेक्शन कोई-न-कोई एपीसोड के साथ होगा कि नहीं होगा? अगर हमें भी टोटल सारे एपीसोड याद होते, तो हम भी क्या कहते? वाह बहुत अच्छा हुआ। ये जो हुआ बहुत अच्छा हुआ।

गीता के सार में यही बात कही हुई है कि हे अर्जुन! जो हुआ वह भी अच्छा, जो हो रहा है वो भी अच्छा और जो होने वाला है, वो और अच्छा होगा। तीनों घड़ियाँ अच्छी



-ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

कुछ समझ में नहीं आया। हैं। इस ड्रामा के सिर्फ हम लेकिन हमने तो सारे एपीसोड वर्तमान को देखते हैं, तो हम देखे हैं ना इसलिए हमें कनेक्शन दुःखी होते हैं। क्योंकि हमें सारे समझ में आ रहा था कि इस एपीसोड के साथ है और हमको घटना का कनेक्शन कौन-से एपीसोड के साथ है और हमको अच्छा लग रहा था। वो तो इतना बोलकर चला गया।

लेकिन इतनी बड़ी बात मुझे समझा कर गया कि इस संसार चक्र में हमारे कितने जन्म हैं। और एक-एक जन्म एक-एक एपीसोड की तरह है। अब कलियुग का अंतिम समय आया अर्थात् ये लास्ट एपीसोड है। अब लास्ट एपीसोड में स्टोरी जैसा तो कुछ होगा ही नहीं। एक दृश्य का, दूसरे दृश्य से कोई कनेक्शन नहीं है। उसमें क्या ससपेन्स खुलता होगा, वह भी पता नहीं चलता होगा। लेकिन जब कोई ससपेन्स खुलता भी होगा तो हम इतने दुःखी हो जाते

हैं। इस ड्रामा के सिर्फ हम वर्तमान को देखते हैं, तो हम दुःखी होते हैं। क्योंकि हमें सारे एपीसोड याद नहीं हैं। यदि हम सारे एपीसोड के हिसाब से सम्पूर्ण ड्रामा को देखें, तो शायद हरेक दृश्य कितना सुंदर है, कितना महत्वपूर्ण है और उसके अंदर कितना कुछ समाया हुआ है इसका अंदाज़ा भी हमें लगता है। इसलिए कहा कि इस संसार में जो कुछ भी हो रहा है कहीं न कहीं उसका कनेक्शन अवश्य है। इस तरह से जब हमारा कनेक्शन कई आत्माओं के साथ होने लगता है तो उसका हिसाब चुकाना भी उसी तरीके से पड़ता है। अनजानेपन में भी हम कई पापकर्मों के भागीदार बन गये हैं। पुण्यकर्म में भी भागीदारी होती है तो पापकर्म में भी भागीदारी होती है। - क्रमशः



ओमकारेश्वर-म.प्र. ज्ञानचर्चा के पश्चात् चित्र में राज परिवार से राजेश्वरी बहन, ब्र.कु. नारायण, ब्र.कु. शिवकन्या तथा ब्र.कु. रंजना।

यह जीवन है...

परमात्मा में यह जो 'पर' लगा है
इससे भ्रांति में मत पड़ जाना।
परमात्मा की खोज दूसरे की नहीं,
'स्व' की खोज है। यह खोज आंतरिक है।
यहां आँखें भीतर लौटानी हैं।
सारी की सारी यात्रा अंतर्मुखी करनी है।
आँखें खोलकर बहुत खोजा,
अब आँखें बंद करके खोजना है।

ख्वालों के आईने में...

शक्ति?

ब्रह्माण्ड की सारी शक्तियां
पहले से हमारी हैं। वो हम हैं
जो अपनी आँखों पर हाथ रख
लेते हैं और फिर रोते हैं कि
कितना अन्धकार है!

मेहनत?

हम चाहें तो अपने आत्मविश्वास
और मेहनत के बल पर अपना
भाग्य खुद लिख सकते हैं और
अगर हमको अपना भाग्य लिखना
नहीं आता तो परिस्थितियां व
समय हमारा भाग्य लिख ही देंगी।

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया, संपादक - ब्र. कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.) -307510 सम्पर्क- M-9414006096, 9414182088, Email-omshantimedia@bkivv.org



मोकामा-बिहार। सी.आर.पी.एफ. कैंट में स्ट्रेस मैनेजमेंट विषय पर सात दिवसीय कार्यक्रम के पश्चात् ब्र.कु. निशा को स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए डी.आई.जी. दिनेश कुमार त्रिपाठी। साथ हैं ब्र.कु. सरिता तथा सभा में सी.आर.पी.एफ. के जवान।

कौन बड़ा... प्रालब्ध या पुरुषार्थ?

प्रालब्ध और पुरुषार्थ, दोनों में से कौन बड़ा, ये प्रश्न तो वैसा ही पेचीदा है जैसे कि पहले मुर्गी या पहले अंडा। नसीब में लिखा होगा वैसा ही होगा, ऐसा मानकर कई लोग बैठे रहते हैं। मेहनत किये बिना कुछ भी नहीं मिलता, ऐसा मानने वाले पुरुषार्थ कर आगे निकल जाते हैं। कहते हैं, घूमते फिरते प्राणी चरे घास चारा, बांधा भूखे मरे।

चींटी कभी भी एक जगह स्थिर नहीं बैठती। शहद न खाने वाली मधुमक्खी, फूल के रस के लिए अविरत उड़ती ही रहती है। जगत भर में पक्षी सूर्योदय से पहले उठकर खुराक की खोज में निकल पड़ते हैं। मछली कभी स्थिर नहीं रहती। मकड़ी अपने जाल बनाने में मस्त रहती है। एक कविता पुरुषार्थ का प्रतीक है, लगे रहो....।

जगत नियंता ने इस जगत की रचना ही ऐसी की है कि सबको कर्म तो करना ही पड़ता है। 'नहि कश्चित् क्षणमपि जातु निष्कृत्य कर्म कृत' - कोई भी जीव एक क्षण भी कर्म करे बिना नहीं रह सकता। ऐसा गीता में कहा हुआ है। सबको पेट है। पेट कराये वेठ(कर्म)। भूख सबको लगती है। मुँह खोलकर बैठे रहें, और कहीं से भी भोजन अपने आप मुख में आ जाये, ऐसा तो अभी तक कहीं हुआ नहीं है, ना ही सुना है। भोजन प्राप्ति के लिए पुरुषार्थ का कोई विकल्प ही नहीं। महाभारत में एक सुंदर श्लोक है: उद्यमेन ही सिद्धयन्ति, कार्याणी न मनोरथैः; नहि सुप्तस्य सिंहस्य प्रविशन्ति मुखे मृगा।

उद्यम से कार्य सिद्ध होते हैं। नसीब से नहीं। सोये हुए सिंह के मुख में अपने आप ही मृग नहीं आ जाता। मोबाइल, कम्प्यूटर, लैपटॉप,

टीवी, विमान, बिजली, वाहन के लिए अनेक वैज्ञानिकों ने प्रयोगशाला में भूखे और प्यासे रह अथाह, अगाध और अताग, अपार पुरुषार्थ भरे प्रयोग कर ये शोध किये हैं, इससे कोई इंकार नहीं कर सकता। इन सबने पुरुषार्थ को ही पारसमणि माना है।

कोई दूसरा मनुष्य श्वास ले और हम जीयें, ऐसा तो कभी हुआ ही नहीं। जन्म से मृत्यु तक मुफ्त

सिर्फ और सिर्फ नसीब से आगे बढ़ें, इससे ज्यादा पुरुषार्थ से आगे बढ़ें, इनकी तादाद जगत में ज्यादा है। इससे कोई इंकार नहीं कर सकता। आप इसे पढ़ें और आगे बढ़ें, नहीं तो यूँ ही सोचते सोचते भाग्य को गंवा बैठेंगे।



में ही खाना मिल जाये, ऐसी आशा रखने वाले को निराशा ही हाथ लगेगी। भगवान ने दो हाथ और पैर दिये हैं, ये आपको मेहनत करने के लिए प्रदान किये हैं। लेकिन जो नहीं करता, उसे भी हाथ भीख के लिए लम्बा करना पड़ता है। धनजी भाई ने धन्धा किया, धोती फाड़कर रुमाल किया, जैसा घाट होगा। हाथ पैर देकर ईश्वर आज भी पछताता है। सारे मानव की जात मांगने वाली ही निकली।

बहुत सारे लोगों की ऐसी दलील है कि पूरी जिंदगी मेहनत कर-कर के थक गये, लेकिन दो रोटी के भी लाले पड़े रहे। कई थोड़ी मेहनत करके भी मालदार हो जाते हैं, ऐसे किस्से भी हैं। लेकिन इसमें कर्म करने के तौर तरीकों में खोट रह जाती है और मेहनत अनाब-सनाब की होती है। कोई सारा दिन हथौड़ा लेकर पत्थर को तोड़े और कोई छेनी लेकर शिल्प मूर्ति गढ़े, दोनों में फर्क तो है ना! कई बार तो वाणी वर्तन से भी हालत खराब हो जाती है। हमने हाथ हिलाया तो कोठियां भर गईं, और जीभ हिलाई तो कोठियां खाली हो गईं। पुरुषार्थ भी बुद्धि को ताक पर रखकर करना नहीं होता। आलस्य गरीबी को पकड़ कर रखता है, गरीबी से दुःख का हाथ पकड़ लेते हैं और आगे के द्वार से दुःख प्रवेश करता, फिर सुख पीछे के द्वार से भाग छूटता है।

शारीरिक स्वास्थ्य के लिए व्यायाम नितांत आवश्यक है। कसरत, ये तो आरोग्य के बीमा का प्रीमियम है। वेदों में भी पुरुषार्थ की महिमा अपरंपार है। उठो, ऐसा मनु स्मृति कहते हैं। तरुण सागर जी कड़वे वचन में कहते हैं कि : यदि आप बैठे रहेंगे, तो आपका भाग्य-नसीब भी बैठा ही रहेगा। पुरुषार्थ ही धन-सम्पत्ति को बढ़ाता है। पुरुषार्थ करने वालों का ही प्रालब्ध साथ देता है, ऐसा विदुर नीति कहती है। आम के पेड़ का फल ही आम है। ऐसे ही पुरुषार्थ का फल ही प्रालब्ध है। कोई रोगिस्तान में ठोकर तो मार के देखे, सम्भव है कि मीठा जल निकल जाये। पसीने को परफ्यूम मानने वाले को ही पैसे गिनने की फुर्सत नहीं होती। जो पुरुषार्थ का पसीना नहीं बहाता, उसे घर बैठे ब्लडप्रेसर के पसीने की कमाई होती है। बस नसीब, नसीब करके ही बैठे रहते हैं और नसीब का भी अपमान करते रहते हैं। इस अपमान के बदले में फिर रोग उसको घेर लेता है। नसीब का भी कोई स्टेटस तो होता है ना!

वर्षों के अनुभवों के बाद ये बात मिली है। खेत साफ करो, गड्ढा करो, बीज तैयार रखो - और बरसात न आये तो! इसका नाम ही नसीब है। रास्ते चलते वक्त ऊपर से अचानक बिजली गिरे तो! प्लेन में मुसाफिरी करते हो, और प्लेन क्रैश हो जाये तो! सारे के सारे प्रयास करने के बाद जहाँ किसी का कोई नियंत्रण ही नहीं, ऐसी घटना घटे, ये है नसीब। अर्थक्वेक, अतिवृष्टि, अनावृष्टि। ऐसे संजोगों में पुरुषार्थ ने रंग लाया, इसका उदाहरण है कच्छ का अर्थक्वेक। हिम्मते मर्दा, मददे खुदा।

कौन कहता है आसमान में सुराग नहीं होता; एक पत्थर तो तबियत से उछालो यारों! इन सब का थोड़े में सार है कि प्रालब्ध से पुरुषार्थ उच्च है। सिर्फ और सिर्फ नसीब से आगे बढ़ें, इससे ज्यादा पुरुषार्थ से आगे बढ़ें, इनकी तादाद जगत में ज्यादा है। इससे कोई इंकार नहीं कर सकता। किसी ने कहा है : खुदी को कर बुलंद इतना, कि हर तकदीर से पहले, खुदा खुद बंदे से पूछे, बता तेरी रजा क्या है। भीख मांगकर मिली रोटी से मेहनत की रोटी में मिठास कहीं अलग होती है। एक में लाचारी होती है, और दूसरे में आबादी होती है। बर्बादी द्वार खटखटाये, इससे पहले सावधान हो जाइये। आज से पुरुषार्थ करना शुरू करें।



लखनऊ-मुंशीपुरिया। ब्रह्माकुमारीज के स्पार्क विंग द्वारा 'अध्यात्म एवं वैज्ञानिक अनुसंधान का एकीकरण' विषय पर आई.सी.सी.एम.आर.टी. सभागार में आयोजित सेमिनार के दौरान मंच पर ईश्वरीय स्मृति में प्रो. एस.पी. सिंह, उपकुलपति, लखनऊ विश्वविद्यालय, प्रो. बलराज चौहान, उपकुलपति, राष्ट्रीय विधि विश्वविद्यालय, जबलपुर, राजीव यादव, निदेशक, आई.सी.सी.एम.आर.टी., गिनीज बुक ऑफ रेकॉर्ड्स एवं लिम्का बुक ऑफ रेकॉर्ड्स से सम्मानित ब्र.कु. डॉ. अदिति सिंहल, ब्र.कु. जयश्री, ब्र.कु. सरोज तथा ब्र.कु. एकता।



कोटा-वल्लभनगर(राज.)। राष्ट्रपति अवॉर्ड के विजेता डॉ. आर. सी. साहनी को गुलदस्ता भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. ज्योति।



ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। एन.एस.जी. के कमांडोज को ईश्वरीय ज्ञान देने के पश्चात् परिसर का अवलोकन कराते हुए ब्र.कु. संजया।



बहादुरगढ़-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज द्वारा शूज फैक्ट्री में 'खुशनुमा जीवन बढ़ाये कार्यक्षमता' सेमिनार के पश्चात् समूह चित्र में कर्मचारियों के साथ ब्र.कु. संदीप, उमा बहन, ब्र.कु. रूबी, बी.सी.सी.आई. के सीनियर वाइस प्रेसिडेंट नरेन्द्र छिन्नकारा तथा अन्य।



माउंट आबू। ब्लाईंड स्कूल में बच्चों को सात 3डी मॉडल्स द्वारा आध्यात्मिक ज्ञान व परमात्म परिचय देने के पश्चात् स्कूल के वार्डन पहाड़ सिंह को ब्रेल लिपि में छपी साप्ताहिक राजयोग पाठ्यक्रम की पुस्तक भेंट करते हुए ब्र.कु. सूर्यमणि, को-ऑर्डिनेटर, ब्रह्माकुमारीज दिव्यांग सेवा।



पलवल-कृष्णा कॉलोनी(हरियाणा)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा प्रेम घर(अनाथ आश्रम) में कार्यशाला के दौरान राजयोग का अभ्यास कराते हुए ब्र.कु. कुसुमा। साथ हैं वार्डन चंदा सहगल तथा अन्य।

स्वास्थ्य दूध में सौंफ डालकर पीने के फायदे

रोजाना दूध में सौंफ डालकर पीने के इन चमत्कारी फायदों को जान गये तो आज से आप सौंफ वाला दूध पीने लगेंगे। आप रोज सादा दूध पीते हैं तो इसके बजाए अगर दूध में आधा चम्मच सौंफ डालकर पिएंगे तो आप कई बीमारियों से बच सकते हैं। दूध और सौंफ, दोनों में ऐसे न्यूट्रिएंट्स होते हैं जो कई बीमारियों से शरीर को बचाते हैं।

फायदेमंद है। रोज दूध में सौंफ मिलाकर पीने से होने वाले फायदे :- * इसमें कैल्शियम होता है, इससे हड्डियां मजबूत होती हैं और जोड़ों के दर्द से भी बचाव होता है।

डाइजेशन ठीक रहता है। * इससे आँखें हेल्दी रहती हैं। यह मोतियाबिंद जैसी आँखों की प्रॉब्लम से बचाता है। * कोलेस्ट्रॉल का लेवल बैसेस रहता है और हार्ट की बीमारियों से बचाता है।

* बॉडी के टॉक्सिन्स दूर होते हैं और यूरिन इन्फेक्शन से बचाता है।

* इस ड्रिंक में पोटेशियम की मात्रा ज्यादा होती है। इससे ब्लड प्रेशर कंट्रोल रहता है। * इसमें आयर्न होता है, यह एनीमिया यानी खून की कमी से बचाता है। इसलिए सौंफ का दूध जरूर पीना चाहिए।

* इससे बॉडी का मेटाबोलिज़्म बढ़ता है। यह ड्रिंक वजन कंट्रोल करता है और मोटापे से बचाता है। * इस ड्रिंक में एंटी बैक्टीरियल प्रॉपर्टीज होती है, इससे पिम्पल्स ठीक होते हैं, चेहरे की चमक बढ़ती है। * इसमें एस्पार्टिक होता है। इससे कब्ज, एसिडिटी जैसी प्रॉब्लम दूर होती है और

सौंफ वाला दूध बनाने की विधि :

सौंफ वाला दूध बनाने के लिए एक गिलास दूध में आधा चम्मच सौंफ मिलाकर दूध को उबाल लें, फिर इसे छन्नी से अच्छी तरह से छान कर पिएं। इससे सौंफ का अर्क दूध में उतर जायेगा, जो आपके शरीर के लिए बहुत



दुनिया की महान विभूतियों में एक ऐसी विभूति शामिल है, जिन्होंने अध्यात्म के बल से ईश्वर द्वारा दिखाये गए पदचिह्नों पर चलकर कुछ ऐसा किया जो संसार के लिए एक मिसाल है। लेकिन उसके लिए एक ऐसी धारणा की जरूरत है जो हम सभी को प्रेरणा दे, वो है क्लीन एंड क्लीयर हार्ट।

हमने जितना दादी को समझने की कोशिश की, उस अनुभव के आधार से हम ये कह सकते हैं कि दादी जी कैसे परमात्मा को सम्पूर्ण रीति से फॉलो करते थे। उनका एक स्लोगन दादी 'मीटिंग हॉल' के ऊपर लिखा हुआ है कि 'जो आत्मायें इस लोक की चिंता करती हैं, वो कभी परलोक का सुख नहीं ले सकती।' इस स्लोगन से भी ये बात सिद्ध है कि दादी

जी की उपराम स्थिति पहले से ही थी। वो समझती थीं कि परमात्मा के अलावा कोई भी आत्मा किसी को सुख पूर्णतया नहीं दे सकती। जितनी भी आज तक की मिसालें हैं, जो एक दूसरे पर सर्वस्व न्यौछावर करने वाले हैं, उन सबके अंदर भी इतनी ताकत नहीं थी कि सबकुछ करते हुए सबको समान रूप से देख पायें। लेकिन उस कड़ी में एक विशेष कड़ी दादी प्रकाशमणि जी हैं, जिन्होंने सबसे ऊपर उठकर ये कारनामा कर दिखाया। जैसे परमात्मा पारदर्शी हैं, सबके लिए एक भाव रखते हैं, वैसे ही हम आत्मायें भी हों, तो अच्छा है। लेकिन हो नहीं पाते। दादी जी तो इसके जीते जागते उदाहरण हैं जो सबके लिए एक दिल रखते थे, सबको उसी भाव से देखते, वैसे ही महसूस कराते थे, हर किसी को संतुष्ट करते थे। यज्ञ के वरिष्ठ भाइयों और दीदीयों का अनुभव भी यही कहता है। बाबा ने जब यज्ञ को सम्भालने हेतु दादी को निमित्त बनाया, तो दादी बिल्कुल ब्रह्मा बाबा के कदम पर कदम रखते हुए आगे बढ़ती चली गईं। उनका एकमात्र कहना था कि सभी वायब्रेशन्स कैच करते हैं। हमने किसी से दिल से बात की या नहीं की, ये उन्हें पता चल जाता है। किसको किस समय क्या देना है, ये परख शक्ति तभी आती है जब

हमारा मन साफ हो, हम परमात्मा की तरह स्थूलता से ऊपर होकर सोचें। ब्रह्माकुमारीज का यज्ञ तो बहुत विशाल है, और इस विशाल यज्ञ में अलग अलग स्वभाव अंदर ले जाना चाहिए कि हम भगवान का दिया हुआ ही दे रहे हैं, ना कि अपना कुछ कर रहे हैं। निश्चित रूप से सबसे ज्यादा उसी के पास आता है जो विशाल

क्लीन एंड क्लीयर हार्ट



हमारा मन साफ हो, हम परमात्मा की तरह स्थूलता से ऊपर होकर सोचें। ब्रह्माकुमारीज का यज्ञ तो बहुत विशाल है, और इस विशाल यज्ञ में अलग अलग स्वभाव अंदर ले जाना चाहिए कि हम भगवान का दिया हुआ ही दे रहे हैं, ना कि अपना कुछ कर रहे हैं। निश्चित रूप से सबसे ज्यादा उसी के पास आता है जो विशाल

दिल वाला होता है। अगर इसको तुलनात्मक रूप से देखा जाये, तो सबसे ज्यादा परमात्मा के पास है, क्योंकि वो विशाल दिल वाला है। ऐसे ही इस धरती पर जो भी महान आत्मायें आयीं, उनकी भी

विशालता की अलग अलग कैटेगरी है। किसी के पास बहुत कुछ है, किसी के पास कुछ कम, किसी के पास और कम। लेकिन है विशाल दिल के आधार पर ही। बस जिन्होंने बांटा उनका बढ़ता चला गया। दादी जी के विशाल और स्वच्छ हृदय के कारण ही ब्रह्माकुमारी संस्था का विस्तार बहुत तीव्रता से हुआ, क्योंकि हर किसी को दादी जी एक ही प्रेरणा देती थीं कि ये भगवान का कार्य है, वो करायेगा, आप चिन्ता मत करो।

कई बार जब मनुष्य इस धरती पर होता है, उस समय बहुत सारी बातें हमें समझ नहीं आतीं, क्योंकि हम बहुत बातों को समझने हेतु अपने आपको सामने

नहीं रख पाते, क्योंकि और और बातों की उलझनों में होते हैं।



ब्र.कु.अनुज,दिल्ली ले कि न जब व्यक्ति चला जाता है तो हम उसके बारे में बहुत कुछ सोचने लग जाते हैं। इससे ये बात सिद्ध है कि सूक्ष्म होने के बाद ही हम सम्पूर्ण होते हैं। और जैसे ही हम सूक्ष्म होते हैं, लोग हमारे बारे में, हमारे गुणों के बारे में, हमारी अच्छाइयों के बारे में सोचने लग जाते हैं। तो दादी जी की सूक्ष्मता हमारे लिए प्रेरणास्रोत इसीलिए बन गई क्योंकि जब व्यक्ति सूक्ष्म होता है तब हम भी सूक्ष्मता के साथ सोचने लगते हैं। आज सभी दादी जी के स्वच्छ एवं विशाल हृदय की ही चर्चा करते हैं। इसलिए दादी जी के इस स्मृति दिवस पर हम सभी भी यही प्रेरणा लें कि हमें भी क्लीन और क्लीयर हार्ट के साथ जीना है और आगे बढ़ना है। ऐसी महान विभूति को शत् शत् नमन।

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दें



प्रश्न:- पवित्रता की स्थिति अति महत्वपूर्ण है, हम अपनी पवित्रता को बहुत बढ़ाना चाहते हैं, कुछ पावरफुल संकल्प व विधि हमें बताइये।

उत्तर:- निःसन्देह, पवित्रता विश्व की सर्वश्रेष्ठ शक्ति है। परन्तु कलियुग के गन्दे माहौल में अनेक युवक बुरे संग में अपवित्रता का मार्ग अपना लेते हैं और आजकल की मेडिकल साइंस इसमें उन्हें साथ देती है। पवित्रता की शक्ति योगबल से ही बढ़ती है। अशरीरीपन का अभ्यास, स्वमान, ज्ञान-मुरली - ये ही सब साधन पवित्रता को बढ़ाने वाले हैं। हम कुछ प्रतिज्ञा के संकल्प लिख रहे हैं जो आपको मदद करेंगे। प्रतिदिन अमृतवेले अवश्य उठो और एकान्त में इस तरह स्वयं से बातें करो - मैंने भगवान को पवित्र रहने का वचन दे दिया है। वचन देकर मैं तोड़ूंगा नहीं। पवित्रता ही तो मेरा स्वधर्म है - इसी से तो सच्ची सुख शान्ति है - मुझे इस स्वधर्म को अपनाना है। पवित्रता अपनाना तो भगवान की आज्ञा है, मुझे इसकी पालना करनी है। मैंने एक बार जिस पथ पर कदम रख दिया अब मैं पीछे नहीं हटूंगा। मुझे तो पवित्र बनकर इस परमात्म-कार्य में सहयोग देना है। इस तरह के पॉजिटिव संकल्प करने से हमें परमात्म शक्ति प्राप्त होगी व ये मार्ग सरल हो जाएगा।

प्रश्न:- बाबा कहते हैं कि बीजरूप स्थिति से ही पाप कटते हैं, फिर ये पाँच स्वरूपों का अभ्यास क्यों करना चाहिए? क्या फरिश्ते स्वरूप से भी पाप कटते हैं?

उत्तर:- बीजरूप स्थिति से तीव्रता से

पाप कटते हैं व अन्य स्थितियों से धीमी गति से पाप कटते हैं। आपने मुरली में सुना होगा कि स्वदर्शन चक्रधारी बनने से भी पापकर्म नष्ट हो जाते हैं। जब हम अपने देव स्वरूप में स्थित होंगे तो देव स्वरूप के सारे गुण व लक्षण जीवन में आ जाएंगे और देह भान भी कम होने लगेगा। ऐसे ही फरिश्ता स्वरूप व पूज्य



मन की बातें

- राजयोगी ब.कु. सूर्य

स्वरूप के अभ्यास से पवित्रता बहुत बढ़ेगी व हल्कापन रहेगा, दातापन बढ़ेगा तथा जीवन में अनेक महानताएँ आयेंगी। लक्ष्य केवल विकर्म विनाश करना ही नहीं है बल्कि सर्व खजानों में सम्पन्न व स्थिति में सम्पूर्ण बनना है। **प्रश्न:-** मैं प्रोफेसर हूँ। आजकल एक बात देखकर काफी संकल्प चलते हैं कि सब जगह सत्य की हार हो रही है, असत्य विजयी हो रहा है, जबकि सत्यमेव जयते पुरातन उक्ति है। क्या सत्य की यों ही हार होती रहेगी? क्या सत्य को भगवान भी साथ नहीं देगा? उत्तर - 'असत्यमेव जयते' के नारे से ही आज सबकुछ प्रभावी ढंग से चलता है। अधिकतर लोग इससे ही धनवान बनते हैं और पद व सम्मान पाते हैं। कलियुग के अन्त का ये भी तो प्रत्यक्ष प्रमाण है।

सतयुग तो अब है नहीं जो सब कुछ सत्य हो। इसलिए वर्तमान युग की इस भयावहता को समझते हुए हमें इसे स्वीकार कर लेना चाहिए। इसे बदला नहीं जा सकता। हम केवल स्वयं को बदल सकते हैं। सत्य की जीत होती ही है, परन्तु हमें उसका इन्तज़ार करना पड़ता है। परन्तु वह इन्तज़ार कभी-

कभी लम्बा हो जाता है और मनुष्य जीत के प्रति संशय बुद्धि हो जाता है। हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि सत्य की हार भले ही हो, परन्तु सत्य में शक्ति बहुत है। सत्य को परमसत्य परमात्मा साथ देते ही हैं, इसमें

जरा भी संशय नहीं होना चाहिए। स्वयं भगवान ने कहा है कि जिधर सत्य है उधर मैं हूँ। परन्तु हम परमात्म मदद के स्वरूप को नहीं पहचानते हैं। हम कुछ तत्काल मदद चाहते हैं और वे हमें दीर्घ कालीन मदद देते हैं। यदि सत्य के साथ हम सत्य स्थिति में भी रहें तो सत्य की हार नहीं होगी और यदि होगी भी तो आत्मा पर इसका असर नहीं आयेगा। इसलिए हमें ये भगवानुवाच नहीं भूलना चाहिए कि असत्य के काले बादल सत्य के सूर्य को ढक नहीं सकते। सत्य की हार देख कर अपनी स्थिति नहीं बिगाड़ लेनी चाहिए। सत्य की जीत होगी।

प्रश्न:- ब्रह्मा बाबा सदा बेफ्रिक रहे और फरिश्ते बन गये। हमने उन्हें देखा नहीं और न ही कोई मुझे उनके बारे में ज्यादा बताता है। हमें उनके कुछ दृष्टांत

बताइये जिससे हम उनके बेगमपुर के बादशाही की स्थिति से प्रेरणा ले सकें।

उत्तर:- प्रारंभ से ही अर्थात् जब से शिव बाबा ने उनके द्वारा रूद्र यज्ञ की स्थापना की और पवित्र बनने का आदेश दिया, लोगों ने उनका विरोध प्रारंभ किया, उनके बारे में न कहे जाने वाले कितने बोल बोले। सोचो तब वे अकेले थे, उनके साथ जो माताएं बहनें आईं, उनके कारण भी उन्हें बहुत कुछ सुनना पड़ा परन्तु वे सदा नारायणी नशे में रहते थे कि मुझे तो नारायणी पद पाना है और इस निश्चय से मस्त रहते थे कि जिसने यज्ञ रचा है वही ज़िम्मेदार है।

गंभीरता से सोचने का विषय है कि एक समय ऐसा भी आया जब यज्ञ में सब कुछ खत्म हो गया। 380 मनुष्यों की पालना का बोझ उन पर था। यज्ञ खाली हो गया था, सब कुछ बेचना पड़ा था, कहीं से धन आने का कोई रास्ता भी नहीं था। यज्ञ वत्स यज्ञ छोड़कर जाने लगे। यह कितनी बड़ी परीक्षा थी। परन्तु बाबा की स्थिति अचल अडोल थी। वे कहते थे.. शिव बाबा परीक्षा ले रहा है, वह अपने बच्चों को भूखा नहीं रखेगा। एक बल एक भरोसे रहने के कारण वे बेफ्रिक रहे। सम्पूर्ण यज्ञ की ज़िम्मेदारी उन पर थी। हर परिस्थिति का समाधान भी उन्हें ही करना था, परन्तु निमित्त भाव व निर्माण भाव होने के कारण वे अति सहज रहते थे। उन सबसे बड़ी बात यह थी कि वे अधिक समय योग-युक्त रहते थे, वे महान तपस्वी थे, उनमें अथाह आत्म बल था, स्वयं भगवान उनके रथ पर सवार थे, इसलिए वे सदैव बेफ्रिक बादशाह बनकर रहे।

डिप्रेशन से अपने को करें मुक्त...



मेले में एक परिवार जाता है, और उस परिवार का एक छोटा बच्चा गुम हो जाता। उसके मन में सिर्फ और सिर्फ उसके मम्मी और पापा की ही सोच चलती है। रोते हुए भी मन में एक ही संकल्प करता है कि मुझे मेरे माँ-बाप से मिलना है। ये एक ही संकल्प उसके मन की बेचैनी का कारण होता है। ठीक वैसे ही आज अगर हम दुनिया के गलियारों में देखें तो कई लोग ऐसे गुमशुदा एक ही संकल्प में सोच सोच कर वे अपने मिले हुए सुंदर मनुष्य जीवन को यूँ ही काट रहे होते हैं। वैसे देखा जाये तो कोई समस्या बड़ी नहीं होती है, बल्कि हम उस समस्या को सोच सोच कर बड़ी कर देते हैं। वर्तमान संसार जैसे कि दुःखों का घर है। अनेक कारणों से दुःख पैदा होते हैं, परंतु दुःख का मूल कारण ही दो शब्द से है। एक है सहमति और दूसरा है असहमति। उसी को दूसरे शब्दों में कहें तो एक है कि हम उसको स्वीकार कर रहे हैं, और दूसरा है कि हम उसको अस्वीकार कर रहे हैं।

जब हम किसी बात या घटना के साथ सहमत होते हैं, तो दुःख नहीं होता। जब घटना से असहमत होते हैं, तो दुःख होता है। अचानक अधिक बरसात, गर्मी या सर्दी पड़ गई, तो यदि हम सहमत होते हैं कि यह तो प्रभु की इच्छा या कुदरत का नियम है, तो हम दुःखी नहीं होंगे। अगर हम असहमत होते हैं कि इतनी बरसात, गर्मी और सर्दी नहीं पड़नी चाहिए थी, तो हमें दुःख होगा।

माँ-बाप बच्चों को भगवान की सौगात समझ सहमत होते हैं, तो दुःख नहीं होगा। अगर दूसरों के बच्चों से तुलना करेंगे, तो यह असहमति है, इससे दुःख पैदा होता है। आज के चारों ओर के वातावरण में लोग इस कम्पैरिजन और कॉम्पिटिशन की बीमारी से बेवजह दुःख के टोकरे लेकर मिले हुए सुंदर जीवन को यूँ ही काटते हैं। जैसे कि दुःख का

पहाड़ लेकर घूमते हैं और जहाँ जिससे भी मिलते हैं, वहाँ दुःख का रोना ही रोते हैं। अब जो उसके पास है, वही तो वो देगा ना।

बच्ची की शादी सहमति से होती है तो हम खुश होते हैं। अगर वो भाग कर शादी कर ले, तो हमारी सहमति नहीं होती। इसलिए हमें दुःख होता है।

हम व्यक्तियों को कंट्रोल नहीं कर सकते। उनके व्यवहार, गाली, बुरे शब्द से सहमत हो जायें, समझें कि ये नादान हैं, तो हमें दुःख नहीं होगा। जब हम असहमत होंगे तो हमें दुःख होगा। इसलिए जिन्दगी में कोशिश करो, जो बातें, घटनायें, व्यवहार होते हैं, उनके साथ सहमति बनाई जाये। तो हम दुःख से बचे रहेंगे।



आज समाचार पत्र व सोशल मीडिया का बुखार इतना चढ़ा हुआ है, कि जिसकी कोई हद ही नहीं। लोग यूँ ही अपने मन की भड़ास उलेचते रहते हैं और वातावरण को उकसाते रहते हैं। ऐसी बहुत बड़ी तादाद है, कोई कमी नहीं है। बेवजह नेगेटिविटी को फैलाते रहते हैं, जिसका कोई तुक नहीं।

हम व्यक्तियों को कंट्रोल नहीं कर सकते। उनके व्यवहार, गाली, बुरे शब्द से सहमत हो जायें, समझें कि ये नादान हैं, तो हमें दुःख नहीं होगा। जब हम असहमत होंगे तो हमें दुःख

होगा। इसलिए जिन्दगी में कोशिश करो, जो बातें, घटनायें, व्यवहार होते हैं, उनके साथ सहमति बनाई जाये। तो हम दुःख से बचे रहेंगे।

किसी दूसरे की टांग टूट जाये, तो हम मानते हैं कि ये भावी थी, ये तो होना ही था, इसलिए हमें दुःख नहीं होता। अगर हमारी टांग टूट जाये, तो हम दुःखी हो जाते हैं,

क्योंकि हम मानते हैं कि हमारे साथ ये नहीं होना चाहिए था।

माँ-बाप को हम चुन नहीं सकते, ये हमने पिछले जन्म में जैसे कर्म किये हैं, उसपर आधारित होता है कि हमें कैसे माँ-बाप मिलते हैं, इसलिए हम खुश रहें चाहे वह कैसे भी हैं। तो हमें जीवन में कई चीजों को स्वीकार करना ही होता है, जोकि हमारे हाथ में नहीं होता। पर मजे की बात तो ये है कि ना हम कुछ कर सकते हैं, और ना ही उस बात को छोड़ पाते हैं। बस यूँ ही उसी सोच को पकड़कर अपने जीवन को मूँझे हुए, दबे हुए बिता रहे होते हैं।

ऐसे ही हम अपना बॉस या निमित्त टीचर नहीं चुन सकते। आप सहमत होकर खुशी मनायें, या तो असहमत होकर जीवन को बर्बाद करें। नदी की धारा बदल नहीं सकते। धारा के साथ चलें, न कि विरुद्ध। तभी जीवन में सुख बना रहेगा।

ये बातें कितनी साधारण हैं, पर हमारे जीवन को असाधारण बनाने से रोक लेती हैं। थोड़ी सी समझ हम अपने जीवन के साथ जोड़ लें, तो डिप्रेशन को दरकिनार कर सकते हैं। प्रभु प्रदत्त सुंदर जीवन को जीकर मौज लुटा सकते हैं। ठीक है ना।

अपने किचन को बनायें पूजा रूम जैसा

हमारे देश की सदा से ये संस्कृति रही है कि हम शुद्धता और पवित्रता के साथ भोजन बनायें और पूरे परिवार के साथ बैठकर प्रेम से इसे ग्रहण करें। लेकिन अगर आज हमारी जनरेशन खाना नहीं बनाना चाहती, तो अगली जनरेशन तो शायद कुछ भी न करे। उनको तो यह पता ही नहीं होगा कि खुद भी खाना बना सकते हैं। आज हम सबकुछ भूलते जा रहे हैं। मुझे याद है, एक बार मैंने अपने दादा जी से कहा, चलो ना बाहर खाना खाने जाते हैं। उन्होंने कहा कि बाहर खाना खाने कौन जाता है! और आजकल के बच्चे बोलते हैं, आज घर पर खाना है क्या! ये समाज में भावनाओं की क्षीण होती स्थिति को दर्शाता है।

हमें देखना है कि हमारे घर में धन किस तरह से आ रहा है। किसी को एक्सप्लॉयट किया, चीट किया, किसी और से ज्यादा अपना बेनिफिट सोचा। तो वो धन इम्प्योर हो जाता है। फिर उससे खरीदा अन्न इम्प्योर हो जाता है। अब ऐसे धन और अन्न से मन का सात्विक और शक्तिशाली होना बहुत मुश्किल है। अब आप इस धन और अन्न को क्लीन कर



डॉ. कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

धन अपने आप शक्तिशाली हो जायेगा। आप अपने किचन को पूजा रूम जैसा बना दें। भजन चल रहे हैं, पूजा, मेडिटेशन, चैटिंग हो रही है, अच्छे-अच्छे थॉट चल रहे हैं। ये सब भोजन में जा रहा है। अगर इस तरह रोज घर में प्रसाद बनेगा, तो उस परिवार में रहने वाली हर आत्मा पीसफुल और पावरफुल बन जायेगी। जैसे लोग गंगाजल लेकर आते हैं, क्योंकि उसमें प्योरिटी है, शक्ति है, ऐसा क्यों? क्योंकि गंगा के तट पर रोज सारा दिन, पूजा, आरती हो रही है। पानी अपने आस-पास के लोगों के वायब्रेशन्स को एबजॉर्ब करता है। रोज सुबह पानी की दो लीटर की बड़ी बोतल लो और परमात्मा को याद करके, अच्छे-अच्छे थॉट्स उसमें डाल दो और अपने बच्चे को बोलो कि इसी में से पानी पीना है आज पूरा दिन।

फिर देखिये क्या मैजिक होता है। भोजन और पानी का मानव मन पर सीधा प्रभाव पड़ता है। तो अपने किचन में जाओ, 15 मिनट खड़े रहो, भले कड़की कोई और घुमा रहा है, वहाँ सिर्फ खड़े होकर अच्छे-अच्छे थॉट्स उस खाने में डालते जाओ। ऐसा करके बहुत जल्दी हम अपनी संस्कृति को पूर्व रूप में ले आयेगे।

सुबह सुबह जिस घर में पेरेंट्स मेडिटेशन, पूजा पाठ करेंगे, भजन चलेंगे तो बच्चों के अंदर कुछ तो जायेगा ही ना अपने आप ही। लेकिन सुबह पेरेंट्स कुछ और देख, सुन, कर रहे हैं, तो बच्चे भी तो वही करेंगे। आजकल छोटे छोटे बच्चे आई पैड, आई फोन देखकर खाना खाते हैं। और माता पिता बड़े प्यार से कहते हैं कि मेरा बच्चा तो इसके बिना खाना ही नहीं खाता। क्या

ये ठीक है? लेकिन बच्चा उसके बिना खाना खाने में समर्थ क्यों नहीं है, क्योंकि मम्मी ने, जब बच्चा पेट में था, टीवी देखते या सोशल मीडिया या और कुछ पढ़ते हुए खाना खाया। ये डायरेक्ट है। कोई भजन, कोई गाना आप उस टाइम सुन लो तो

बच्चे को भी वही गाना आगे अच्छा लगता है। कम से कम अब तो हमें इस आदत को बदलना होगा, ये कहकर नहीं कि मेरा बच्चा तो इसके बिना भोजन नहीं कर सकता, बल्कि ये कहकर कि मैं प्रयास करने जा रही हूँ संस्कार बदलने का। ये परिवर्तन हो सकता है। तो प्रसाद बनाना शुरू करें? कम से कम एक बार तो बना लें। फिर टीवी देखते हुए नहीं, सभी प्यार से बैठकर पीसफुली बात करते खाना खायेंगे। कोई प्रॉब्लम नहीं डिस्कस करेंगे। प्रॉब्लम भी खाने में चली जाती है। फोन पर बात तो बिल्कुल नहीं करेंगे। कितना समय लगता है खाना खाने में? दस मिनट। ये दस मिनट एक रिचुअल, एक संस्कार की तरह होना चाहिए। खाना बनाना और खाना, दोनों ही एक रिचुअल होना चाहिए। तो घर आश्रम बन जायेगा।



जबलपुर-नेपियर टाउन। शिव स्मृति भवन में चार्टर्ड अकाउंटेंट समागम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए सी.ए. एसोसिएशन के चेयरमैन सौरभ जैन, सी.ए. राजेश गुप्ता, ब्र.कु. ललित, माउण्ट आबू, ब्र.कु. इशिता तथा ब.कु. भावना।



मुम्बई-वाशी। 'दिव्य गुण श्रेष्ठ श्रृंगार' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. शीला। साथ हैं डॉ. अल्का चड्ढा, इंडियन क्रिकेट टीम के एक्ज्युप्रेशरिस्ट डॉ. रमेश माने, गायिका कृष्णा गांगुली, ब्र.कु. डॉ. रत्न राठौर व अन्य।



मौदा-महा। 'शाश्वत योगिक खेती प्रशिक्षण शिविर' का शुभारम्भ करते हुए ब्र.कु. महेंद्र ठाकुर, स्वदेशी महासंघ के अध्यक्ष कांचन कोतवाल, तालुका कृषि अधिकारी रविकांत वासनिक, पंचायत समिति के कृषि अधिकारी पंकज लोखंडे, कृषि उत्पन्न बाजार समिति के पूर्व सभापति एकनाथ मदनकर, ब्र.कु. प्रेमलता तथा ब्र.कु. अर्चना।



दुर्ग-छ.ग। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर कारागृह में कैदी भाइयों को योगाभ्यास कराते हुए ब्र.कु. राजू तथा पतंजलि योग समिति के योग शिक्षक तोमन साहू।



राजकोट-रिवरलापार्क। टाटा मोटर्स फिनान्स लि. राजकोट में 'राजयोग फॉर योगी लाइफ स्टाइल' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. विधि तथा प्रतिभागी।



रोपड़-पंजाब। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर महाराजा रणजीत सिंह पार्क में आयोजित कार्यक्रम में सभी भाई-बहनों को योगासन कराते हुए योगा ट्रेनर बहन।

कुशल प्रशासन का आधार स्वयं पर नियंत्रण

स्वयं को हेड समझेंगे तो होगा हेडेक, निमित्त समझ करें प्रशासन : दादी



दादी जानकी के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए दीपक पटेल तथा ब्रह्माकुमारीज के वरिष्ठ भाई बहनों के साथ गणमान्य लोग।

शांतिवन। मनमोहिनी वन परिसर के ग्लोबल ऑडिटोरियम में आयोजित प्रशासकों के सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि कुशल प्रशासक वही है जिसका स्वयं पर नियंत्रण हो। उन्होंने कहा कि जब हम अपने आपको हेड समझते हैं तो हेडेक पैदा होता है। जब हम अपने लिए केवल निमित्त का भाव रखेंगे तब हम हर कार्य को सबके सहयोग से

सुचारू रूप से कर पाएंगे। दादी ने कहा कि शासक यदि स्वयं में अध्यात्म को शामिल कर ले तो वह काफी बदलाव ला सकता है। मध्य प्रदेश सरकार के पिछड़ा, अल्पसंख्यक और वित्त आयोग के चेयरमैन दीपक पटेल ने कहा कि सरकारी कर्मचारियों और अधिकारियों को सरकार इतना पैसा देती है, तो भी वह कार्य सुचारू रूप से नहीं चल पाता है। लेकिन यहाँ बिना वेतन

और बिना किसी दबाव के सभी कितना प्रेम और हृदय से कार्य कर रहे हैं, ये महिमा योग्य है। केन्द्रीय मानव संसाधन विकास विभाग के संयुक्त सचिव शशांक सिंह, ब्रह्माकुमारी संस्था के अतिरिक्त सचिव ब्र.कु. वृजमोहन, प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु. आशा, ब्रह्माकुमारी संस्था के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय, प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. अवधेश आदि ने विचार व्यक्त किए।

नारी सशक्तिकरण बिना श्रेष्ठ समाज, एक कोरी कल्पना

ज्ञानसरोवर के महिला सम्मेलन में जुटी देशभर के महिला संगठन से जुड़ी महिलायें

ज्ञानसरोवर। झारखण्ड राज्य महिला आयोग की अध्यक्ष कल्याणी शरण ने ब्रह्माकुमारीज महिला प्रभाग द्वारा 'मृत्युनिष्ठ समाज की पथप्रदर्शक नारी' विषय पर राष्ट्रीय सम्मेलन में कहा कि महिलाओं को आगे बढ़ने के लिए संस्कार, व्यवहार, सोच इस ज्ञान सागर में ही मिलेगा। मैं दादी जानकी जी

का इंसान सिर्फ भौतिकता की दौड़ दौड़ रहा है। अध्यात्म एवं मूल्यों को जीवन से जोड़कर रखेंगे तो ऐसा समाज अवश्य ही ला सकेंगे। ब्रह्माकुमारीज से जुड़ने के बाद मैं स्वयं को सशक्त अनुभव करने लगी हूँ। वियतनाम में हुई मिसेज वर्ल्ड वाइड प्रतियोगिता की उपविजेता

है। भारत की माताएं जागृत होंगी तो सारा विश्व जागृत हो जायेगा। ब्रह्माकुमारीज महिला प्रभाग की अध्यक्षा ब्र.कु. चक्रधारी ने कहा कि आज शिक्षा तो है, परंतु मूल्य नहीं रहे। चरित्र की गरीबी बढ़ गई है। पौधा लगाना आसान है, लेकिन उसकी देखरेख करना महत्वपूर्ण कार्य है। बच्चों



दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. श्वेता डागर, ब्र.कु. डॉ. सविता, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. शारदा, ब्र.कु. डॉ. निर्मला, अनिता मखिजानी तथा अन्य।

से मिली तो मेरा रोम रोम रोमांचित हो गया, जैसे मुझे भगवान का ही साक्षात्कार हो गया। उन्होंने कहा कि जब संतान कोई असाधारण कार्य करती है, तो उसे देख सभी खुश होते हैं। तो नारी शक्तिस्वरूपा है, ये हमें समझना चाहिए। यहाँ आकर मैंने देखा कि यहाँ तो शांति का साम्राज्य है। महिला एवं बाल विकास मंत्रालय दिल्ली में असिस्टेंट टेक्नीकल एडवाइजर अनिता मखिजानी ने कहा कि हम सभी चाहते हैं कि मनुष्य देवता समान हो, पर आज

एवं दंत चिकित्सक डॉ. श्वेता डागर ने कहा कि दिव्य गुणों से भरपूर इस सभा में उपस्थित होकर मैं स्वयं को बहुत ही सौभाग्यशाली अनुभव कर रही हूँ। आधुनिक होने में कोई बुराई नहीं है, लेकिन जब आध्यात्मिकता जीवन में जुड़ जाती है तो ऐसा सशक्तिकरण आ जाता है जो कोई भी शक्ति उसे हिला नहीं सकती। ज्ञानसरोवर निदेशिका ब्र.कु. डॉ. निर्मला ने कहा कि माताओं में मृदुता, सहनशीलता एवं त्याग की भावना स्वाभाविक रूप से

को बुराइयों से बचाकर उन्हें अच्छे संस्कार देकर बड़ा करना, यह उत्तरदायित्व माता ने ही निभाया है। प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. शारदा ने कहा कि आज जरूरत है कि नारी पथ प्रदर्शक बन विश्व परिवर्तन का बीड़ा उठाये। इसके लिए सर्वशक्तिवान परमात्मा से जुड़ने की आवश्यकता है। मुख्यालय संयोजिका ब्र.कु. डॉ. सविता ने कुशल संचालन किया तथा सेमिनार का उद्देश्य स्पष्ट किया।

युवा प्रभाग द्वारा राष्ट्रीय रिट्रीट का सफल आयोजन

युवा अपनी रचनात्मकता द्वारा नये भविष्य को आकार दे : ब्र.कु. निर्वैर

शांतिवन। युवा प्रभाग द्वारा राष्ट्रीय स्तर की रिट्रीट का आयोजन किया गया, जिसका उद्घाटन ग्लोबल ऑडिटोरियम मनमोहिनीवन में ब्र.कु. निर्वैर, सेक्रेटरी जनरल, पूर्व रेल मंत्री पवन कुमार बंसल, ब्र.कु. चन्द्रिका, उपाध्यक्ष युवा प्रभाग, श्याम सिंह राजपुरोहित, राज्य डायरेक्टर युवा केंद्र संगठन इत्यादि द्वारा किया गया।

भारत भर से आमंत्रित करीब पाँच सौ प्रोफेशनल युवाओं को सम्बोधित करते हुए पूर्व रेल मंत्री पवन कुमार बंसल ने कहा कि सारे संसार की



सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. निर्वैर। साथ हैं पूर्व रेल मंत्री पवन कुमार बंसल, ब्र.कु. चन्द्रिका व अन्य।

नजर भारत पर है और भारत के हर व्यक्ति की नजर युवा पर है। युवा पूरे विश्व की काया पलट कर सकता है, कल की कला कृति बना

सकता है। ब्र.कु. निर्वैर ने युवाओं को प्रेरित करते हुए कहा कि वे मन की बीमारी से दूर रहें। वे अपनी शारीरिक, मानसिक व बौद्धिक शक्ति

को रचनात्मक कार्य में लगाएँ और स्वयं को कल का शिल्पकार बनाकर विश्व को स्वर्णिम आकार दें। उपाध्यक्ष ब्र.कु. चन्द्रिका ने सभी युवाओं को आध्यात्मिकता के माध्यम से अपने को सशक्त बनाने की ट्रेनिंग देते हुए कहा कि हमें स्वयं की ऊर्जा को जान व पहचानकर उसे रचनात्मक कार्यों में लगाना है। कार्यक्रम के दौरान अलग अलग वर्कशॉप का भी आयोजन किया गया, जिसमें सभी ने अपनी रचनात्मकता को खुले मन से साझा किया।

शांति की इच्छा न करें, बल्कि इच्छाओं को ही शांत करें



धार्मिक प्रभाग के समापन सत्र को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. करुणा। मंच पर हैं आमंत्रित आदरणीय संत महात्मायें।

ज्ञानसरोवर माउंट आबू। भौतिक जगत में रहते हुए यदि हम आध्यात्मिक सुरों को अपना लें तो हमारा जीवन सफल हो जायेगा। शांति की इच्छा न करें बल्कि इच्छाओं को ही शांत कर दें तो स्वतः ही शांति आ जायेगी। उक्त विचार वृन्दावन गीता आश्रम के डॉ. स्वामी अमरीश चेतन ने ज्ञान सरोवर के धार्मिक सम्मेलन के समापन सत्र में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि हम दुनियादारी के प्रपंच में यह भूल गये कि मानव जीवन का उद्देश्य

क्या है। हमने जीवन में क्या खोया और क्या पाया, इसके बारे में कभी सोचा ही नहीं। आज हमें जब इसकी महसूसता हुई तब पता चला कि मानव जीवन कितना अमूल्य है। ज्ञान सरोवर की निदेशिका ब्र.कु. डॉ. निर्मला ने कहा कि आज विश्व नियंता परमात्मा द्वारा शांति स्थापना के कार्य में हमें भी सहयोग देना है। जब हम परमात्मा का सहारा लेंगे तो हमें कल क्या होगा इसकी भी चिंता नहीं होगी और हमारा मन शांत रहने लगेगा।

खुशी की अनुभूति के लिए मन का शांत होना आवश्यक: मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा ने कहा कि जिस प्रकार सूर्य एक है, चन्द्रमा एक है, तो उसी प्रकार परमात्मा भी एक है और वो ज्योतिस्वरूप है। दिल्ली से आई बीबी तरविन्द्र कौर खालसा ने कहा कि जब मन में शांति होगी तभी हम खुशी की अनुभूति कर सकते हैं। भगवान ने सभी लोगों को इकट्ठा कर दिया है ताकि हम सभी एक हो सकें।

ज्ञान शब्दों से नहीं, आचरण से झलकता है: जैन साध्वी डॉ. प्राभा विराट ने कहा कि ज्ञान शब्दों से नहीं बल्कि आचरण से झलकता है। यहाँ तो ऐसा अनुभव होता है कि जैसे अध्यात्म के सातों सूर एकसाथ प्रवाहित हो रहे हों। जब हम खुद को आनंदमय, शांतिमय, प्रेममय बना लेंगे तो हम दूसरों को भी स्वतः यही सबकुछ दे सकेंगे। **व्यक्त की अपनी शुभकामनाएं :** इस कार्यक्रम को वृन्दावन धाम ऋषिकेश से आए महामण्डलेश्वर श्रीविष्णु दास महाराज, ब्र.कु. नारायण सहित अनेक संत महात्माओं ने संबोधित किया और इस कार्यक्रम की सफलता के लिए अपनी शुभकामनाएं व्यक्त की। कार्यक्रम का कुशल संचालन नारनौल की ब्र.कु. कमल बहन ने किया।

दिनचर्या में डायबिटीज़ का सही मैनेजमेंट जरूरी

• डॉ. श्रीमंत साहू ने दिए मरीजों को डायबिटीज़ से निजात पाने की टिप्स
• ट्रेनिंग का उद्देश्य लोगों को डायबिटीज़ के बारे में जागरूक करना

शांतिवन। देश में तेज़ी से बढ़ते शहर के मरीजों को देखते हुए इसके नियंत्रण के लिए ब्रह्माकुमारी संस्था के मेडिकल विंग के 'डायमंड प्रोजेक्ट ऑफ डायबिटीज़ मैनेजमेंट' द्वारा डायबिटीज़ से पीड़ित मरीजों को ट्रेनिंग दी जाती है। इस ग्रुप में मुख्यतः गुजरात से आये डायबिटीज़ पीड़ित लोगों ने भाग लिया। शुभारम्भ करते हुए शांतिवन के प्रबंधक ब्र.कु. भूपाल ने कहा कि राजयोग मेडिटेशन से हम सभी तरह के



ब्र.कु. डॉ. बनारसी, डॉ. श्रीमंत साहू, ब्र.कु. भारत, ब्र.कु. भूपाल, ब्र.कु. जैमिनी, लंदन, डॉ. मिहला व ब्र.कु. मुजाता।

मनोविकारों से मुक्ति पा सकते हैं। मेडिकल विंग के कार्यकारी सचिव डॉ. बनारसी लाल शाह ने कहा कि डायबिटीज़ एक जीवनशैली से जुड़ी बीमारी है, इसे जीवनशैली सुधारकर ही दूर किया जा सकता है। माउंट आबू ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर के

डायबिटीज़ स्पेशलिस्ट डॉ. श्रीमंत साहू ने मरीजों को डायबिटीज़ मैनेजमेंट के साथ स्वस्थ जीवन जीने के राज बताए। उन्होंने कहा कि इससे पीड़ित व्यक्ति सिर्फ सही खानपान, व्यायाम, राजयोग मेडिटेशन से ही पूरी जिंदगी जी सकता है। बशर्तें जरूरत है तो एक स्वस्थ और

संतुलित दिनचर्या अपनाने की। सुबह रोजाना कम से कम 20 मिनट पैदल ज़रूर चलें। हल्का व्यायाम करें। साथ ही हमेशा तनाव से मुक्त रहें। क्योंकि रिसर्च में सामने आया है कि डायबिटीज़ का एक कारण तनाव भी है। सदा खुश रहें और दूसरों को प्रेरित भी करें। छोटी-छोटी चीज़ों में खुशियां तलाशें। भोजन में स्वाद की जगह स्वास्थ्य को वरीयता दें। इस दौरान सभी प्रतिभागियों को डायबिटीज़ मापने के लिए मशीन भी प्रदान की गई। संचालन डॉ. गोमती अग्रवाल ने किया। कार्यक्रम में ब्र.कु. भरत सहित कई गणमान्य लोगों ने अपने विचार रखे।