



## महाशिवरात्रि पर लाल किले में लहराया शिव ध्वज



महाशिवरात्रि पर रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह के साथ शिवध्वज फहराते हुए ब्रह्माकुमारी संस्थान के वरिष्ठ भाई बहनें।

**दिल्ली।** महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा लालकिला के मैदान में आयोजित आध्यात्मिक महोत्सव का एक विशाल सार्वजनिक कार्यक्रम बड़ी धूमधाम से मनाया गया। तीस हजार शिव श्रद्धालुओं ने कार्यक्रम से लाभ लिया। कार्यक्रम को मुख्य अतिथि के रूप में सम्बोधित करते हुए केन्द्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा कि विश्व शांति, वसुधैव कुटुम्बकम् एवं विश्व

जुड़ जाता है। साथ ही उन्होंने कहा कि योग की दुनिया में ब्रह्माकुमारी बहनें भारत में एक मिसाल हैं। वह न केवल सच्ची योगी हैं बल्कि पूरी दुनिया में शांति व एकता की अलख जगा रही हैं। जी.बी. पन्त हॉस्पिटल के डॉक्टर मोहित गुप्ता ने बुराई छोड़ने और सभी के प्रति शुभ भावना और शुभ कामन रखते हुए सबको सुख देने का संकल्प कराया। समागम को शिव की शक्ति 108

### लाल किले पर...

- › तीस हजार लोगों के साथ रक्षा मंत्री ने लहराया शिव ध्वज
- › शिव से योग द्वारा विश्व में शांति की अलख जगा रहा संस्थान
- › वसुधैव कुटुम्बकम् की भावना शिव से जुड़कर ही हो सकती साकार
- › सभी ने बुराइयों से मुक्त रहने का लिया संकल्प



बंधुत्व की भावना, मानवता को भारतीय दर्शन एवं संस्कृति की ही देन है, जो शिव और शिव की शक्तियों से जुड़ने से ही साकार हो सकता है। उन्होंने कहा कि शिवरात्रि का पावन पर्व हमें सच्चाई और अच्छाई को अपनाकर असत्य, बुराई एवं नकारात्मक तत्वों पर जीत पाने की प्रेरणा देता है। परमात्मा शिव से जुड़े इन्हीं भारतीय मूल्यों, आदर्श, आध्यात्मिकता एवं राजयोग मेडिटेशन को विश्व के कोने-कोने में सभी जाति, धर्म, वर्ग एवं सम्प्रदाय में फैलाने वाली ब्रह्माकुमारी संस्था की उन्होंने सराहना की। उन्होंने आगे कहा कि जीव से शिव परमात्मा तक की यात्रा योग से ही सम्भव है। जो शिव से जुड़ जाता है वो अखण्ड भारत से

ब्रह्माकुमारियों ने सामूहिक राजयोग कराया तथा विश्व शांति के लिए शक्तिशाली प्रकम्पन फैलाये। ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने वर्तमान परिवेश में शिवरात्रि का महत्व बताते हुए कहा कि शिव हमें शक्ति देते हैं विकारों को समाप्त करने की। ओ.आर.सी. निदेशिका ब्र.कु.आशा दीदी ने कहा कि दुःख और कष्ट से मुक्ति का मार्ग केवल शिव से योग लगाना है। जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि निराकार शिव परमात्मा इस धरा पर आकर आत्मा के अंदर व्याप्त अंधकार रूपी रात्रि को खत्म करते हैं, जिससे मनुष्य जीवन और सृष्टि सतयुगी हो जाती है।



## शिव जयंती मनाने संस्थान में 90 देशों से पहुंचे लोग

**माउण्ट आब्।** प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के ज्ञानसरोवर अकादमी की निदेशिका राजयोगिनी डॉ. निर्मला ने कहा कि चेतना का सौंदर्य आध्यात्मिकता से निखरता है। अज्ञानता का तिमिर आत्मा के मूल्यों का सर्वनाश कर देता है। सर्व आत्माओं के पिता शिव परमात्मा से मन, बुद्धि की तार जोड़ने से अंतर-मन का अंधकार समाप्त हो जाता है। मन में सत्य ज्ञान की किरणों का प्रकाश जीवन को आलोकित कर देता है। डॉ. निर्मला ब्रह्माकुमारी संगठन के बेहतर विश्व निर्माण के लिए स्थापित ज्ञान सरोवर अकादमी परिसर में शिवरात्रि महोत्सव कार्यक्रम को सम्बोधित कर रही थीं। राजयोगिनी ब्र.कु. मोहिनी बहन, न्यूयॉर्क ने कहा कि पापों को खत्म करने के लिए शिवरात्रि पर्व पर मनुष्य को स्वयं को कमी-कमजोरियों से मुक्त करने की दृढ़



शक्तियों से ही मन की दुर्बलता बहन,न्यूजीलैंड, ब्र.कु. गोपी समाप्त होगी। मन में समर्थ संकल्पों बहन,लंदन, ब्र.कु. गायत्री का भण्डार जमा होगा। इस अवसर बहन,न्यूयॉर्क, टी.वी. एंड फिल्म

## महाशिवरात्रि व आध्यात्मिक संग्रहालय की स्वर्ण जयंती



ब्रह्माकुमारीज के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि पाँच विकारों की जंजीरों में बंधी आत्मा को स्वतंत्रता दिलाने के लिए ही परमपिता परमात्मा शिव निराकार का अवतरण होता है। वही कार्य स्वयं परमात्मा राजयोग के माध्यम से अब कर रहे हैं।

आध्यात्मिक मूल्यों से सम्पन्न प्राचीन भारतीय संस्कृति को फिर से पुनर्स्थापित करने के कार्य में समाज के हर वर्ग को एकजुट होना होगा। उक्त विचार उन्होंने संगठन के आध्यात्मिक संग्रहालय की स्वर्ण जयंती व शिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त किये। आध्यात्मिक संग्रहालय प्रभारी ब्र.कु. प्रतिभा बहन ने कहा कि भारत में अकल्पनीय धन-सम्पदा थी। विकारों में गिरने से ही मनुष्यों ने इस सम्पदा को गंवा दिया है। अब पुनः परमात्मा शिव अवतरित होकर आत्माओं को पावन बनाकर हर सम्पदा से भरपूर कर रहे हैं।

प्रतिज्ञा करनी चाहिए। यूरोप की संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. जयंती बहन ने कहा कि पाश्चात्य जगत में भी भारतीय संस्कृति के प्राचीन राजयोग को अपनाने की परिपाटी को बल मिला है। मीडिया प्रभाग प्रमुख ब्र.कु. करुणा ने कहा कि दिनों-दिन बढ़ती तनावजन्य परिस्थितियों में स्वयं को सशक्त बनाने की ज़रूरत है। राजयोग एकमात्र ऐसा माध्यम है जिसका नियमित अभ्यास किसी भी विकटतम परिस्थिति में चित्त की वृत्तियों को शांत रखने में मदद करता है। खेल प्रभाग की राष्ट्रीय उपाध्यक्षा ब्र.कु. शशिप्रभा बहन ने कहा कि राजयोग के जरिए सर्वशक्तिमान परमात्मा शिव से प्राप्त

पर ब्र.कु. मीरा बहन,मलेशिया, जापान सेवाकेंद्रों की संचालिका ब्र.कु. रजनी बहन, ब्र.कु. सुधा बहन,रशिया, डॉ. हेमलता बहन,त्रिनिदाद, ब्र.कु. भावना

अभिनेता अमित धवन, ब्र.कु. मृत्युंजय, डॉ. प्रताप मिश्रा, ब्र.कु. शीलू बहन, डॉ. सविता, ब्र.कु. वर्षा, ब्र.कु. भरत, ब्र.कु. बसंत आदि उपस्थित रहे।





2

अप्रैल-I-2020

ओमशान्ति मीडिया

## फीलिंग के फ़्लू का एंटी वायरस

कोई हमारी सराहना करता है या हमारी प्रशंसा करता है तो हमारे से कौन-सी ऊर्जा बाहर आती है? कभी यह आपने अनुभव किया है कि आप तो वह ही हैं, लेकिन कोई आपको बहुत एप्रीशियेट करता है, कोई कहता है कि आप बहुत अच्छे हो और कोई कहता है आप अच्छे नहीं हो, कोई कहता है मैं आपके साथ जीवन बिता सकता हूँ और कोई कहता है कि मैं एक घंटा भी आपके साथ नहीं बिता सकता। हम तो वह ही हैं, दोनों तरह की प्रतिक्रिया में हम तो वह ही हैं ना! तो फिर हर एक व्यक्ति की हमारे प्रति अलग-अलग राय होती है, उसका कारण क्या है? उसका कारण है, उन्होंने जो हमसे अनुभव किया है, उसी अनुरूप वे हमारे लिए प्रतिक्रिया देते हैं।

वे जो हमारी महिमा करते हैं, वे उनकी मनःस्थिति के आधारित है। और जिन्होंने मेरे प्रति अच्छी प्रतिक्रिया दी वो उनके संस्कार हैं। उन्होंने हमें अच्छा बोला, अच्छा कहा, प्रशंसा की तो मैंने उसे अपना लिया, अर्थात् ग्रहण कर लिया।

अगर हमने उनकी सराहना को ग्रहण कर लिया, और जब कोई हमारी निंदा करेगा तो हम उससे भी नहीं बच सकेंगे। ऐसे में हम स्तुति में भी हिलेंगे और निंदा में भी हिलेंगे। हमारी अपनी मनःस्थिति भी हिलने लगेगी। इसका मतलब यह है कि वे जो सराहना करते हैं, वो उनकी मनःस्थिति, उनके संस्कार का परिणाम है। जो हमारी सराहना नहीं करते, वो भी उनकी मनःस्थिति या उनके संस्कार पर आधारित है। ऐसी स्थिति में हम भावनात्मक (इमोशनल) रूप से कमजोर होते जा रहे हैं। अब वो ऊर्जा (एनर्जी) लेना या न लेना, ये हमारे पर निर्भर करता है। परिस्थिति उधर है, परिस्थिति वहाँ है और हम यहाँ हैं। किसी भी तरह की ऊर्जा को चाहे नकारात्मक हो या सकारात्मक हो, लेकिन उसे ग्रहण करना या ना करना, ये हमारे पर निर्भर है। ये मेरी पसंद या मेरा विकल्प है।

एक तरह की परिस्थिति में पाँच लोग, एक-सरीके विचार रखेंगे? जबकि परिस्थिति तो एक ही है। अगर परिस्थिति विचार को उत्पन्न कर रही है तो पाँचों ही लोगों में एक ही तरह का विचार क्रियेट होना चाहिए। परिस्थिति भले एक तरह की है, लेकिन पाँचों लोगों की महसूसता (फीलिंग) अलग-अलग है। परिस्थिति, महसूसता (फीलिंग) का सर्जन नहीं करती, बल्कि हम परिस्थिति को देखते हैं और उनके बारे में हम जो सोचते हैं, उसके आधार से महसूसता होती है। तो इसका मतलब हम जैसे संस्कारों का सर्जन करते हैं, वैसी ही महसूसता आती है। ऐसी स्थिति में हम इंडिपेन्डेंट अर्थात् न्यारे रहें, तो जैसा हम चाहें वैसी फीलिंग हम क्रियेट कर सकते हैं। हमारी फीलिंग उनकी वजह से हो रही है, वह सही नहीं है। जितनी बार हमने कहा, उसकी वजह से मेरा मूड खराब हो गया या अशांत हो गया, तो हमारी फीलिंग का रिमॉट कन्ट्रोल कहाँ है? परिस्थिति पर हो गया ना। अगर हमारी फीलिंग का आधार दूसरों पर है, व्यक्ति, परिस्थिति पर है, तो हमारी फीलिंग का स्विच उनके हाथ में है। वो खुश वाला बटन दबायें तो हम खुश होंगे, वो दुःख वाला बटन दबायें तो हम दुःखी हो जायेंगे।

कोई हमें फीडबैक देता है, कोई हमारी आलोचना करता है, दोनों में अंतर है। जैसे कि फीडबैक देने वाला कहेगा कि आज आपकी टेबल साफ नहीं है। और आलोचना वाला कहेगा- जब देखो तब तुम्हारी टेबल गंदी ही पड़ी रहती है। पता नहीं किसलिए आपको यहाँ रखा है! एक टेबल भी साफ नहीं रख सकते। जो ऊर्जा आपके द्वारा निकलती है, वो अच्छी नहीं है, न काम की है। फीडबैक वाला सिर्फ एक लाइन में ही कहेगा कि आपकी ये टेबल साफ नहीं है। वे जो आलोचना कर रहे हैं वो उनका संस्कार है, और हमसे जो रिफ्लेक्ट हो रहा है, वो हमारा संस्कार है। जो हम आलोचना करते हैं, वो हमारी कमजोरी या बीमारी है। जब किसी ने मुझे ऐसा बोल दिया या कह दिया इसलिए हम डिस्टर्ब हुए। जिन्होंने हमारे बारे में गलत किया ये उनकी मनःस्थिति है या उनका डिस्टर्बेन्स है, हमारा नहीं। वे उनके संस्कार के रिफ्लेक्शन हैं, ये ऊर्जा उनकी है। हमारी नहीं है। अगर हमने उस एनर्जी को ग्रहण कर लिया तो हम बीमार हो जायेंगे और घर में हम पाँच लोग रहते हैं तो घर पहुँचते-पहुँचते हमारी बीमारी का प्रभाव उन पाँचों पर पड़ेगा। जैसे कि घर में किसी सदस्य को खाँसी-जुकाम है, तो अगले दिन उसका खाँसी-जुकाम हमें भी हो जायेगा। उस टाइम यह नहीं कहते कि तुम्हारा जुकाम मुझे दे दिया! यहाँ हमें समझना बहुत जरूरी है। हर समय हम कहते हैं, तुमने मुझे बीमारी दे दी, तो हर समय हम दूसरों पर आरोप लगाते हैं कि आपके कारण मैं बीमार हो गया। इसका मतलब है कि हम अपने आप को भावनात्मक रूप से कमजोर कर रहे हैं। जो भी हम बाहर से ग्रहण कर रहे हैं, उसका इन्फेक्शन हमें लग रहा है। अब हमें ऐसे वायरस से बचना है-बचाना है। हमें अपनी स्थिति का आधार दूसरों पर नहीं रखना है। हमें अपनी फीलिंग का स्विच अपने हाथ में रखना चाहिए, ना कि दूसरों के हाथ में देकर अपने आप को डिस्टर्ब करना चाहिए। तो हमें रोज़ भावनात्मक रूप से अपने आप को मजबूत बनाना है। हम मनुष्यों को शक्तिशाली बनाने के लिए परमात्मा ने बहुत सुंदर बात कही है कि निंदा-स्तुति, मान-अपमान में हम एकरस स्थिति में रहें, अचल रहें। उसके लिए सुबह-सुबह उठकर अपने अंदर पॉजिटिव थॉट्स देने ह कि मैं संसार में यूनिक, सर्वशक्तिवान की श्रेष्ठ रचना, मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। मैं शक्तिशाली हूँ। इस तरह के विचार सुबह-सुबह मन में लाने से आपके अंदर की भावनात्मक कमजोरियाँ धीरे-धीरे खत्म होती जायेंगी और आप मजबूत बनते जायेंगे।



- ब्र. कु. गंगाधर

## जो सदा श्रीमत पर चल मनमत-परमत के अधीन नहीं, वो ही सदा सुखी हैं



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

ड्रामा अनुसार हरेक का पार्ट अपना-अपना है, परन्तु यह न्यारा और प्यारा अनुभव सभी ने किया होगा! मेरे ख्याल में सबकी वीकनेस चली गई होगी। कोई को अपना थोड़ा-सा स्वभाव सन्तुष्ट रहने नहीं देता है या मेरे संग में सब सन्तुष्ट रहें यह विकनेस कोई-कोई आत्माओं में होंगी, वो खलास हो गई होगी। किसी में कोई ऐसी विकनेस है जिससे मैं कहीं मेरे में सहनशक्ति कम है, मैं नहीं सहन कर सकती हूँ, ऐसी वीकनेस चली गई है ना! साक्षी हो करके अपने को

**एक बाबा की श्रीमत पर चलने वाले कितने सुखी हैं और औरों को भी सुख दे रहे हैं। उनको कभी भी दुःख का नाम निशान नहीं है, दुख-हर्ता बन गये। जहाँ सुख है वहाँ शान्ति और प्रेम है।**

देखो, सभी एक समान नहीं हो सकते हैं, यह मैं जानती हूँ। हरेक का पार्ट अपना है, परन्तु बाबा का बनने से बहुत सुख मिला है, बहुत कुछ सीखा है वह मुख से वर्णन नहीं कर सकते हैं, लेकिन वो जो अनुभव है वह सेवा करा रहा है। अभी हम सबका एक ही बाप है, सारे कल्प में ऐसे नहीं होगा। हम सबका एक ही बाप हो, माँ भी वही, बाप भी वही, टीचर भी वही, सखा भी वही, फिर सतगुरु भी वही, इसलिए श्रीमत सिर माथे पर है। मनमत-परमत के अधीन नहीं हूँ। एक बाबा की श्रीमत पर चलने वाले कितने सुखी हैं और औरों को भी सुख दे रहे हैं। उनको कभी भी दुःख का नाम निशान नहीं है, दुख-हर्ता बन गये। जहाँ सुख है

वहाँ शान्ति और प्रेम है। जहाँ प्रेम है वहाँ सच्चाई है। ऊपर-ऊपर नहीं, अन्दर से है। जी चाहता है ऐसा वायब्रेशन, वायुमण्डल बने, जहाँ हम आत्मा हाज़िर हैं, वहाँ बाबा मेरा साथी है और साक्षी हो करके पार्ट प्ले करने का वरदान मिला हुआ है। सतयुग में जीवनमुक्ति नेचुरल होगी, पर अभी मनमत-परमत से मुक्ति है और श्रीमत से जीवनमुक्ति है, यह वर्सा मिला है। यह जो संगमयुग का टाइम है, इसकी बहुत वैल्यु है। बाबा हमारे साथ है, तो साथ का जो सहयोग है औरों को मिलता है। गायन है अतीन्द्रिय सुख पूछना हो तो गोप-गोपियों से पूछो, यह नहीं कहते ब्रह्माकुमारियों से पूछो। गोप-गोपी को अतीन्द्रिय सुख का अनुभव होता है क्योंकि इन्द्रियों के वश नहीं है। यह जो कर्मेन्द्रियाँ हैं - कान, आँख, नाक, मुख यह कभी उदासी का अनुभव न करें। मुझे याद है बाबा ने जब बाँबे में सेवा शुरू कराई तो 3 बन्दरों के ऊपर बहुत अच्छी-अच्छी मुरलियाँ चलाता था। अभी थीं नो इविल, यह भी चौथा होना चाहिए। तो बाबा के संग से देखो, हमारा सोचना ही बदल गया। तो सच्चा पुरुषार्थ वो है जो बोलना कम, पर भावना की ऐसी सेवा है जो हर एक वन्दर खाए।

## श्रीमत पर ट्रस्टी बनकर चलने वाले ही बेफिक्र बादशाह हैं

**बाबा की श्रीमत पर ट्रस्टी बन चलते रहो तो सदा बेफिक्र बादशाह की तरह रहेंगे। तो जो बाबा के पक्के ट्रस्टी बच्चे हैं उन्हें के लिए गैरन्टी है, कभी भी बाबा का बच्चा भूख नहीं मर सकता है।**

बाबा ही हमारा संसार है, संसार में सम्बन्ध होते हैं, पदार्थ होते हैं, उसमें सिर्फ प्रेम व खुशी चाहिए। तो हमारा यह भाग्य है जो एक ही बाबा में सबकुछ मिला है। बाप भी एक ही है, शिक्षक भी एक ही है और सतगुरु भी एक ही है क्योंकि जीवन में यह तीन सम्बन्ध जरूर होते हैं। वो तो अलग-अलग होते हैं और हमारे लिए एक में तीनों ही सम्बन्ध हैं। जो भी बनाओ, क्योंकि एक ही परमात्मा के लिए कहते हैं - सबकुछ है। बन्धु भी है, सखा भी है, जो बनाओ वो बन जाता है, ऐसा बाबा हमको मिला है। बच्चे के रूप में भी बाबा को देख सकते हैं। जिस सम्बन्ध से आपको प्यार हो उसी सम्बन्ध से एक निराकार बाबा को देख सकते हैं। तो और संसार में रहा क्या?



दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

जब यह निश्चय कर लेते हैं कि बाबा ही हमारा संसार है तो और कोई चीज रही नहीं। अगर आप प्रवृत्ति में भी रहे हुए हैं तो बाबा के डायरेक्शन से रहे हुए हैं, तो आप कभी भी प्रवृत्ति में रहते, प्रवृत्ति के वश नहीं होंगे क्योंकि बाबा के डायरेक्शन से रहे हुए हैं। तो हमको खिलाने वाला बाबा है, चाहे अपना धन्धा करते हो, नौकरी करते हो, उससे पैसा आता है प्रवृत्ति के वश नहीं होंगे क्योंकि बाबा ने दिलाने वाला कौन? अगर हम अपने को ट्रस्टी समझते हैं तो बहुत मौज में रहेंगे, क्योंकि जिम्मेवार बाबा है, जिसने ट्रस्टी बनाया है। बाबा की श्रीमत पर ट्रस्टी बन चलते रहो तो सदा

बेफिक्र बादशाह की तरह रहेंगे। तो जो बाबा के पक्के ट्रस्टी बच्चे हैं उन्हें के लिए गैरन्टी है, कभी भी बाबा का बच्चा भूख नहीं मर सकता है। वो भूखा हो ही नहीं सकता है, अन्त तक दाल-रोटी जरूर मिलेगी। उसके लिए बाबा बंधा हुआ है। नाम भल प्रवृत्ति है लेकिन रहना है पर-वृत्ति में माना न्यारा और प्यारा होके रहना है। ट्रस्टी माना जिम्मेवार दूसरा है। यह मानकर चल रहे हैं तो बाबा की गैरन्टी है। अभी एक जन्म बाबा के बने तो 21 जन्म के लिए भगवान की गैरन्टी है कि आपको कभी दुःख, अशान्ति का नामनिशान ही नहीं आयेगा, इतनी गैरन्टी कोई दे सकता है? बच्चा माना बाप के सिवाए और कुछ नहीं। उसका आधार

है श्रीमत। श्रीमत कितनी अच्छी है, सवरे उठने से लेकर रात को सोने तक श्रीमत हर कदम की मिली हुई है। एक है सोचना - यह करूँ या न करूँ, ऐसे करूँ या वैसे करूँ, ये तो बाबा कहता है कदम पर कदम रखो, श्रीमत दे दी है, कदम बनाके दे दिया है, सुबह को ऐसे उठो, रात को ऐसे सोओ, दिन में ऐसे कामकाज करो, इस तरह से रास्ता बनाके दिया है, उस पर सिर्फ चलना है, बस। सोचना नहीं है। रास्ता ठीक है या नहीं, मंजिल पर पहुँचूँगा या नहीं पहुँचूँगा, रास्ता ठीक है तब तो ब्रह्माबाबा मंजिल पर पहुँच गये ना। तो बस उसी के पाँव पर पाँव रखो। यानि जो बाबा ने किया है वो करो, बस।

## फरिश्ता स्थिति का अनुभव करना है तो पुराने संस्कारों के किचड़े को समाप्त करो



दादी प्रकाशनिगिनी, पूर्व मुख्य प्रशासिका

फरिश्ता स्थिति अथवा अन्तःवाहन स्थिति का अनुभव करना है। अनुभवीमूर्त बनना है। इसी पर रोज़ भिन्न - भिन्न प्वाइंट्स की क्लासेज चलती हैं क्योंकि जब फरिश्ता बनना है तो सर्व किचड़ा समाप्त करना है। किचड़ा है हमारे पुराने संस्कारों का। संस्कार परिवर्तन की सहज युक्ति क्या है? ऐसी सहज युक्ति हो जो सहज ही अपने को परिवर्तन कर सकें। कई कहते हैं संस्कार परिवर्तन बड़ा मुश्किल है। लेकिन हम सबका, इस अलौकिक जन्म का पहले ही दिन से ही फाउन्डेशन है परिवर्तन। तो पहले अपनी ऊँची फरिश्ता स्थिति पर खड़े होकर पूछो कि क्या फरिश्ता कहेगा कि यह मेरे कड़े संस्कार हैं। कभी फरिश्ता ऐसे

कहेगा कि ये किचड़ा मेरे में है। जब फरिश्ता स्थिति में यह जवाब नहीं मिलता तो यह फरिश्ता स्थिति दूसरों का गायन है या यह हमारी ही अन्तिम स्थिति का वर्णन है? वह फरिश्ता आत्मायें हम हैं, हमारा ही रूप है, हमें ही होना है या और किसी को? बाबा ने यह स्मृति दिलाई तुम थे और तुम्हें ही बनना है। ऐसे ही अगर सवाल उठता संस्कार परिवर्तन का, तो पहले हम यह सवाल पूछती कि जब बाबा के पास आये तो यह ज्ञान था क्या? कि हम आत्मा हैं और हम आत्मा का यह परमात्मा बाप है। यह हमारा अन्तिम जन्म है। हम आत्मायें अब ब्राह्मण सो देवता पार्ट बजाने वाली हैं और हमें अब वाया सूक्ष्मवतन घर जाना है यह लेसन तो सबको पक्का है ना? यह पहले जानते थे क्या? बाबा रोज़ अमृतवेले यही पाठ पढ़ाता कि स्वयं को आत्मा स्थिति में स्थित करो और सबको आत्मा रूप में देखो तथा बाप को याद करो। यही सिम्पल लेसन रोज़ का मंत्र है। मनुष्य राम-राम का मंत्र

जपते हैं और हम यह मंत्र जपते। हमारा मंत्र जपने तक नहीं है लेकिन हमारा वह स्वरूप है तो यही पहला लेसन हमारी बुद्धि को परिवर्तन करता। बाबा हमें कितना मीठा पाठ पढ़ाते-हे मीठी-मीठी आत्मायें, मैं परमात्मा तुम लेसन कोई भी देहधारी नहीं पढ़ा सकता। कितनी लवली लाइन हम

नहीं, तुम आत्मा हो? तुम ब्रह्माकुमार-कुमारी हो। तुम्हारा स्वधर्म शान्त है। तुम सबका एक घर है, एक बाप है, एक धर्म है, एक कुल है, एक परिवार है। यहाँ धर्म भेद, भाषा भेद, जाति भेद नहीं है क्योंकि हम सब आत्मायें एक बाप के बच्चे हैं। बाबा ने सहज प्रैक्टिस कराई कि तुम दो नहीं, तेरी दो बहनें नहीं, तेरे दो

**हम सब खुदाई खितमतगार हैं। हमारी सेवा भी एक है, प्रवृत्ति भी एक है इसलिए हमें न कोई 10 धन्य हैं, न 10 व्यवहार हैं, न 10 दुकान हैं, हम सब जो भी ब्राह्मण हैं, सारा भारत व सारा विश्व, हम सब एक हैं।**

रोज़ सुनते हैं कि मैं निराकार बिन्दु हूँ - जो परम हूँ, मैं तुम आत्माओं को पढ़ाता हूँ। मैं परमात्मा इन आँखों से देखा नहीं जाता। तो यह पहला लेसन ही बुद्धि को परिवर्तन कर देता है। यही फर्स्ट सो लास्ट परिवर्तन करने का आधार है। जो कहते मेरे संस्कार परिवर्तन नहीं होते उनसे मैं पूछती तुमने यह पहला पाठ पढ़ा कि तुम फलाने माँ-बाप की, फलाने कुल की

भाई नहीं। हमें तो बाबा ने पहले दिन से ही अकेला बना दिया है। खुद की सब गृहस्थी खत्म कर दी। हम सब खुदाई खितमतगार हैं। हमारी सेवा भी एक है, प्रवृत्ति भी एक है इसलिए हमें न कोई 10 धन्य हैं, न 10 व्यवहार हैं, न 10 दुकान हैं, हम सब जो भी ब्राह्मण हैं, सारा भारत व सारा विश्व, हम सब एक हैं। बाबा ने दूसरी अंगुली उठाने ही नहीं दिया।



# पॉजिटिव सोच की शक्ति

पॉजिटिव सोच रखने से आपके तन और मन दोनों को फायदा मिलता है। कई वैज्ञानिक इस दिशा में लगातार अध्ययन करते रहे हैं और इसके प्रभाव को प्रदर्शित भी करते आए हैं। पॉजिटिव सोच से आपके आत्मविश्वास में बढ़ोतरी आती है, मनोदशा में सुधार आता है और तनाव कम होता है। पॉजिटिव सोच में वाकई बहुत शक्ति होती है, लेकिन वह शक्ति होती क्या है? पॉजिटिव सोच एक कल्पना की तरह होती है, लेकिन इसका आपके जीवन पर गहरा असर पड़ता है। अगर आप भी जीवन में पॉजिटिव सोच अपनाना चाहते हैं, तो नीचे दी गई बातों पर ध्यान दें।



## अच्छी चीजों पर ध्यान केंद्रित करें

परफेक्ट दिन जैसी कोई चीज नहीं होती, इसे बनाना पड़ता है। जब भी आपको किसी चुनौती का सामना करना पड़े, तो अपना ध्यान, हो रहे लाभ पर डालें, चाहे वह लाभ कितना भी छोटा क्यों न हो। जैसे, अगर आप ट्रैफिक में फंस गए हैं, तो गुस्सा होने की बजाय खुद से बात करें, बीते हुए कल

का आंकलन करें या फिर आने वाले कल की योजना बनाएं। इतना ही नहीं अगर आप चाहें, तो समय का प्रयोग कुछ पॉजिटिव विचार सुनकर भी कर सकते हैं।

## विफलताओं को सबक के तौर पर लें

कोई व्यक्ति परफेक्ट नहीं होता। अगर आप कुछ नया करेंगे, तो स्वभाविक है कि कुछ

गलती भी कर सकते हैं। ऐसे में मायूस होकर बैठने से बेहतर है कि उस गलती से सीख लें और आगे के लिए बेहतर तरीके से तैयार रहें।

## नेगेटिव सेल्फ टॉक को पॉजिटिव सेल्फ टॉक में बदलें

अक्सर ऐसा होता है कि जब कोई व्यक्ति किसी काम में विफल होता है, तो वह अपने बारे में नेगेटिव सोचने लगता है। वह सोचता है कि उसे वो काम करने की कोशिश ही नहीं करनी चाहिए थी या फिर वह इस काम में कितना बुरा है। शुरुआत में तो यह विचार सामान्य लगते हैं लेकिन धीरे-धीरे यह आपकी आंतरिक भावनाओं में बदल जाते हैं और आपकी सोच को सीमित कर देते हैं। ऐसी स्थिति में खुद से पॉजिटिव बातें करिए जैसे, अगर आपको एक और मौका मिल जाए, तो आप इस काम को बेहतर कर पाएंगे या फिर

आप यह सोच सकते हैं कि इस बार आपकी योजना के अनुरूप परिणाम नहीं आया लेकिन अगली बार जरूर आएगा। शक्ति आपके अंदर होती है, लेकिन उसे किस दिशा में लेकर जाना है, यह आपके हाथ में है।

ब्रह्माकुमारीज बारापत्थर सिवनी



**दिल्ली-पाण्डव भवन**। माननीय मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल को चुनाव में विजयी होने पर गुलदस्ता भेंट कर बधाई एवं शुभकामनायें तथा ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय मा.आबू आने का निमंत्रण देते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. आशा दीदी, निदेशिका, ओ.आर.सी. गुरुग्राम।



**नेपाल-जनकपुर**। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए प्रदेश-2 के माननीय मुख्यमंत्री लालबाबु राउत, माननीय विकास मंत्री जितेन्द्र सोनल, माननीय सांसद परमेश्वर साहजी, ब्र.कु. सुजना, ब्र.कु. जगदीश, पूर्व मेयर बजरंग साह, लायन्स क्लब के पूर्व अध्यक्ष प्रकाश चन्द्र साह तथा गौ-संरक्षण नेपाल के अध्यक्ष जगदीश महन सेठ।



**समस्तीपुर-बिहार**। 84वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. रानी दीदी, अवकाश प्राप्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश ललन लाल श्रीवास्तव, अपर जिला एवं सत्र न्यायाधीश संजय कुमार उपाध्याय, एस.डी.ओ. अशोक कुमार मंडल, प्रसिद्ध उद्योगपति रामगोपाल सुरेका, वरीय चिकित्सक अरुण कुमार सिन्हा, ब्र.कु. सविता, ब्र.कु. स्नेहा तथा ब्र.कु. कृष्ण।



**सीतापुर-उ.प्र.**। महाशिवरात्रि के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए सांसद राजेश वर्मा, भाजपा जिलाध्यक्ष अचिन मेहरोत्रा, ब्र.कु. योगेश्वरी तथा अन्य।



**डोईवाला-देहरादून(उत्तराखण्ड)**। शिव जयंती के कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. राधा। साथ ही वन पंचायत सलाहकार परिषद के उपाध्यक्ष एवं राज्यमंत्री करन बोहरा तथा नगरपालिका वार्ड 18 के पार्षद अवतार सिंह।



**हुजारीबाग-झारखण्ड**। महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम में वार्ड पार्षद सोनो छतरी को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. हर्षा।



**राँची-झारखण्ड**। शिव जयंती महोत्सव पर आयोजित कार्यक्रम में केक काटते हुए नवल किशोर दूबे, चीफ मैनेजर, सी.सी.एल., डॉ. अरुण सिंह, हेड, हॉर्टिकल्चर रिसर्च इंस्टीट्यूट, आई.सी.ए.आर., प्लेन्ट्यू, डॉ. एन.डी. गोस्वामी, रजिस्ट्रार, श्यामा प्रसाद मुखर्जी युनिवर्सिटी, सुधा गोस्वामी, आशा लकड़ा, मेयर, राँची, ब्र.कु. निर्मला दीदी, आरती कुंजुर, चेयरपर्सन, जे.एस.सी.पी.सी.आर., राणा चक्रवर्ती, डायरेक्टर, मार्केटिंग, एच.ई.सी. तथा आर.डी. सिंह, नेशनल प्रेसिडेंट, डीजल एंड पेट्रोल एसोसिएशन।



**गया-ए.पी. कॉलोनी**। महाशिवरात्रि के अवसर पर कार्यक्रम और रैली का आयोजन किया गया। जिसमें उपस्थित रहे मगध प्रमंडल आयुक्त के स्टेनो आनंद मोहन, एडवोकेट अरुण भाई, एडवोकेट मंजु कुमारी, अभियंता विजय भाई, कबल व्यवसायी राजकुमार भाई, सिंचाई विभाग के कर्मचारी कपिल भाई, समाजसेवी उषा डालमिया, समाजसेवी आरती बहन, नीलम बहन, राजू भाई, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुनीता सहित कई गणमान्य लोग।



**भीनमाल-राज.**। 84वीं शिवजयंती पर शिव ध्वजारोहण करते हुए खांडा देवल के स्वामी तीर्थानंद जी ब्रह्मचारी, तहसीलदार कालुराम कुम्हार, जालोर कोऑपरेटिव बैंक भीनमाल के मैनेजर दिनेश गोस्वामी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



**अवोहर-पंजाब**। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण करते हुए पुलिस उपकप्तान राहुल भारद्वाज, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पुष्पलता, जिला कांग्रेस के पूर्व प्रधान विमल ठठई, पूर्व पार्षद सुवर्णा नारंग, रिटायर्ड आयकर अधिकारी बलराम सिंगला, डॉ. जसवंत सिंह, डॉ. संजय गुप्ता, डॉ. ऋतु गुप्ता, एडवोकेट रमेश शर्मा, लेखक परिषद के प्रधान राज सदीप, ब्र.कु. सुनीता तथा अन्य गणमान्य लोग।



**झोजूकलां-कादमा(हरियाणा)**। दो दिवसीय 'महाशिवरात्रि महोत्सव एवं सत्यनारायण कथा' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ज्ञानामृत पत्रिका की सह सम्पादिका ब्र.कु. उर्मिला, मा.आबू, झोजूकलां क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. वसुधा, जिला पार्षद अजय नंबरदार, पूर्व सरपंच राजेश सांगवान, ब्लॉक समिति के सदस्य हरकिशन जो, समाजसेवी राम अवतार सेठ तथा अन्य।



**डेरापुर-उ.प्र.**। शिव जयंती महोत्सव पर दीप प्रज्वलन के पश्चात् समूह चित्र में गुडहा देवी डिग्री कॉलेज के प्रधानाचार्य परमेश्वर कुमार पांडे, दैनिक जागरण के उमाकांत भाई, राष्ट्रीय सहारा के विनोद त्रिवेदी, भाजपा मंडल अध्यक्ष कौरत गुप्ता, ब्र.कु. प्रीति, ब्र.कु. नीलम, ब्र.कु. राधा, ब्र.कु. रविता तथा अन्य।



# दुःख में

हार को जीत में बदलने की कला सीखो, रुदन को गीत में बदलने की कला सीखो, अगर जिंदगी की असलियत को पाना है तो दुःख को सुख में बदलने की कला सीखो।

दुःख मनुष्य में शक्ति उत्पन्न करता है। इसके अतिरिक्त अच्छाई और बुराई, अपने और पराए की पहचान भी दुःख के समय बड़ी आसानी से हो जाती है क्योंकि सुख के समय तो अपनापन जताने वाले अनेक लोग मिल जाते हैं, लेकिन दुःख के समय वे ही आत्मीयता वाले लोग कहीं गायब हो जाते हैं, यह पता ही नहीं चलता। तभी तो यह कहा गया है : बिपति बराबर सुख नहीं, जो थोड़े दिन होया। इष्ट मित्र अरू बंधुजन, जान परे सब कोया।।

मनुष्य को स्वयं अपनी शक्ति का ज्ञान, स्वयं अपनी पहचान भी दुःख के समय ही होती है। जब तक दुःख नहीं आता तब तक तो मनुष्य सपनों में खोया रहता है। वह सोचता है कि मैं ऐसा कर सकता हूँ, वैसा कर सकता हूँ लेकिन सचमुच मनुष्य में कितनी शक्ति है, वह क्या कर सकता है और क्या नहीं कर सकता, यह तो संकट के समय ही पता चलता है। सोने में कितनी मिलावट है

और कितना खरा स्वर्ण है यह तो अग्नि में तपाए जाने के बाद ही मालूम होता है। इसी प्रकार मनुष्य की सच्ची परीक्षा दुःख में ही होती है। जिन लोगों ने कभी जीवन की कठोरता के दर्शन नहीं किए, वे अनेक दृष्टियों से कच्चे रह जाते हैं। इसलिए भगवान ने जहाँ सुखों की सृष्टि की रचना की है, वहाँ दुःखों और कठिनाइयों की भी रचना की है। इनका अनुभव लिये बिना मनुष्य अपूर्ण रह जाता है और उसका उचित विकास नहीं हो पाता। कहा भी गया है : गर्दिशे अय्याम तेरा हो भला, हमने हर पहलू से दुनिया देख ली।

दुःख का कोई एक स्वरूप नहीं है। बहुरूपिए की तरह वह रूप बदल-बदल कर आता है। कभी वह बीमारी के रूप में आता है तो कभी आत्मीयजनों के वियोग के रूप में आता है। कभी वह शारीरिक कष्ट के रूप में आता है तो कभी मानसिक क्लेश के रूप में आता है। कभी वह शत्रु पक्ष से आता है लेकिन दुःख किसी भी

# भी सुख है

रूप में आए, कहीं से भी आए, लेकिन आता है वह मनुष्य को अनुभव प्रदान करने के लिए ही।

जीवन है तो दुःख भी उसका एक अनिवार्य अंग है। दुःख का मिट जाना ही जीवन का मिट जाना है। जैसे किसी को लकवा हो जाए तो शरीर का वह अंग चेतना शून्य हो जाता है, उसमें फिर कोई सुई भी चुभो दे तब भी दर्द नहीं होता। इलाज कराने पर जब उस भाग में दर्द नहीं होता था तब वह व्यक्ति दुःख का अनुभव



करता था किन्तु अब दर्द होना प्रारम्भ हुआ तो वह सुख की अनुभूति करने लगता है। इससे क्या यह सिद्ध नहीं होता है कि दुःख में भी सुख होता है?

## याद रखिए, दुःख के बिना सुख का कोई मूल्य नहीं है

एक बार एक पुष्प ने अपने सिर पर लगे हुए काँटे से कहा - मित्र, तुम्हारा यह कुरूप और नुकीला शरीर मुझे अच्छा नहीं लगता। देखो मेरा शरीर कितना सुन्दर और लुभावना है। इसमें से मनमोहक सुगंध निकलती है। अपने इस गुण के कारण मैं देवी-देवताओं के गले में भी डाला जाता हूँ।

यह सुनकर काँटे ने उत्तर दिया मित्र तुम यह नहीं जानते कि जिसके जीवन में फूल-ही-फूल हैं, सुख-ही-सुख है वह जीवन निष्क्रिय हो जाता है और उसकी प्रगति भी अवरूद्ध हो जाती है। जीवन क

ी प्रगति तो काँटे में ही होती है, वह दुःख और कठिनाइयों में ही चमकता है। जिस फूल में काँटे नहीं होते, वह फूल तुम्हारी तरह महक नहीं सकता। इस सत्य को तुम क्यों भुलाने की कोशिश कर रहे हो?

दुःख मानव के मन और विचारों को सार्वजनिक बनाता है, वे किस प्रकार उन्हें भोगते हैं, यह बात भी मनुष्य तभी जान पाता है जब वह स्वयं दुःख में से गुजरे।

**कहा गया है :**  
**जाके पाँव न फटी बिवाई, वो क्या जाने पीर पराई।**

जब हमारे स्वयं के पैर में बिवाई फटे तब ही हमें मालूम होता है कि इसकी पीड़ा कैसी होती है। उसी प्रकार संसार में अनेक दुःख हैं जिन्हें अनेक प्राणी भोग रहे हैं। यदि हम उनके साथ सहानुभूति प्रकट

करना चाहते हैं तो हमें भी दुःख की पीड़ा से परिचित होना ही पड़ेगा। फिर ऐसा सुख भी किस काम का है जो आते ही ईश्वर को भुला दे, इससे तो वह दुःख अच्छा है जो क्षण-क्षण ईश्वर का स्मरण कराता रहता है। **कबीरदास जी ने कहा है:**

**दुःख में सुमिरन सब करे, सुख में करे न कोया, जो सुख में सुमिरन करे, तो दुःख काहे को होय।**

संसार में सुख भी है दुःख भी। पतझर और बसंत तथा ज्वार और भाटे की तरह जीवन में इनका आगमन होता रहता है किन्तु समझदार व्यक्ति न तो सुख में फूलता है और न दुःख में घबराता है। कष्टों की कँटीली राहों पर भी वह दृढ़ता एवं धैर्य के साथ आगे बढ़ता जाता है। **किसी ने ठीक ही कहा है :**  
**जिन्दगी का हर पल जियो इस तरह जैसे हर पल में समाई हो जिंदगी।**  
**गम का भी स्वागत करो कुछ इस तरह, जैसे गम से भी निकल आए रूठी जिंदगी।**

**होनी को सरल भाव से स्वीकारें**  
जीवन की सारी मुसीबतें, मन के सारे क्लेश, समाज के सारे संघर्ष और व्यक्ति की सारी पीड़ाओं और दुःखों का स्रोत है—परिस्थितियों को स्वीकार न करना। याद रखिए जो बातें आप बदल सकते हैं या सुधार सकते हैं, उनके लिए प्रयास कीजिए। मगर जो आपके हाथ में नहीं हैं, उसे स्वीकार कर लेना ही ठीक है। न्यूयॉर्क के थियोसोफिस्ट प्रो. डॉ. रेनोल्ड ने अपनी कविता की दो

- शेष पेज 7 पर

# पेशानियों के वक्त रहें स्थिर

गतांक से आगे....

आज हम पहले सिर्फ रोज की चीजों को फिनिश करते हैं, क्योंकि उसमें हमारी एनर्जी वेस्ट होती है। फिर जीवन में जब थोड़ी-सी बड़ी बात आती है तो उसका सामना हम नहीं कर पाते। बातें भूलती नहीं हैं। क्षमा किया नहीं जाता है। पुरानी बात को खत्म कर नहीं पाते। लोगों की विशेषताओं के बदले उनके अंदर गलतियां देखते जाते हैं। ये आत्मा के कमजोर होने की निशानी है। सामने वाले के अंदर दस विशेषताएं होंगी, दो कमजोरियां होंगी, लेकिन हमारा ध्यान किसपर जाता है? उन दस के लिए शुक्रिया करने के बजाय उस एक के अंदर कुछ न कुछ कमजोरी ढूँढ़ कर उसी के बारे में सोचते हैं, उसी के बारे में बोलते हैं और हमारी शक्ति घटती जाती है। ऐसे करते-करते अगर किसी भी दिन अचानक जीवन में थोड़ी बड़ी बात आ गई तो आपको लगता है आपके पास पावर बचेगी? उसको क्रॉस करने के लिए। आजकल तो हमारे सोशल मीडिया की किसी पोस्ट को ही कोई डिस्लाइक कर दे तो हम सुबह पाँच थॉट तो उसके लिए ही चला देते हैं। ऐसे कैसे मेरी पोस्ट को लाइक नहीं किया, मैं तो रोज करती हूँ इनकी पोस्ट को लाइक। इन्होंने नहीं किया तो अब मुझे भी नहीं करना है। ये ऐसे ही करते-करते इस मन को आदत पड़ गई है ज़्यादा सोचने की और जब कोई ज़्यादा सोचता है तो गलत सोचता है।

अब आप अपने कल(टुमॉरो) की एक सिचुएशन ढूँढ़ लीजिए जिसमें आप नल को टाइट करने वाले हैं। हम अनअवेयर इरीटेड होते हैं। अगर हम एक दिन भी अटेंशन रखेंगे ना तो दस में से पाँच बातों से तो हम ऐसे ही बच जायेंगे। जैसे मान लो हम सड़क पर चल रहे हैं, कुछ खाया, कागज ऐसे ही फेंक देते हैं। सोचते हैं इतना कचड़ा है, मैंने एक फेंका, क्या फर्क पड़ता है। दूसरे देश जाते हैं, पता है यहाँ फेंकना मना है।



डॉ. कु. शिवानी,  
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

यहाँ फेंका तो क्या हो जायेगा? फाइन हो जायेगा। वहाँ हम नहीं फेंकते हैं। आदत थी ना फेंकने की! यहाँ फेंकते थे, वहाँ क्यों नहीं फेंका? क्योंकि पता है मुझे वहाँ अलाउड नहीं है। जीवन में कुछ मर्यादायें बनाने की जरूरत है, क्या अलाउड है और क्या अलाउड नहीं है।

अगर रास्ते में हम गाड़ी चलाकर जा रहे हैं और सामने कोई और अच्छे से गाड़ी नहीं चला रहा, हम उसको देखकर अपनी बंद गाड़ी में बैट-बैट इरीटेड हो रहे हैं, गुस्सा कर रहे हैं, अपशब्द बोल रहे हैं तो वो कौन सुन रहा है! ये बस रोज करते-करते हमारा संस्कार बन जायेगा। इसलिए अगर हम किसी को ठीक कर सकते हैं तो बहुत बढ़िया, नहीं तो कम से कम हमें अपनी शक्ति को बचाकर रखना है। और अच्छी सोच क्रियेट करके उनको एक दुआ दे दो कि आप भी सही तरह से गाड़ी चलाना सीख जायेंगे ये मेरी आपके प्रति शुभ भावना है। एक थॉट दो और आगे चलो। अपनी एनर्जी वेस्ट मत करो। अब हम अपने ऊपर ध्यान रखेंगे, कि बातें आयेंगी, मेरे अनुसार नहीं होंगी, लेकिन एक थॉट से ज़्यादा उसपर नहीं सोचना मुझे। आत्मा की शक्ति को बचाना इसलिए जरूरी है क्योंकि जीवन में खुशी लानी है, संतुष्टता लानी है। भारत को डिप्रेसन में नम्बर वन कहा गया है पूरे विश्व के अंदर। तीव्र गति से बढ़ती हुई बीमारी है ये। डब्ल्यू.एच.ओ. के अनुसार हर चार में से एक के ये लक्षण हैं। जब हर चार में एक होता है, मतलब हर घर में हो गया एक। इसको हमें बचाना है। हमें कुछ ऐसा करना है कि नम्बर वन होने के बजाय हमें अपने देश से उस डिप्रेसन को खत्म करना है। मेंटल हेल्थ को बचाना है, शरीर की हेल्थ को बचाना है, टूटते हुए रिश्तों को जोड़ना है। प्रकृति को सात्विक बनाना है। ये सबकुछ आत्मा(मन) से करना है।

- क्रमशः

## ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु

### कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

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

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

आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक)

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



**हाथरस-आनंदपुरी कॉलोनी।** महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में आयोजित विशाल शोभा यात्रा का शुभारंभ करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शान्ता, बागला कॉलेज के पूर्व प्रधानाचार्य मेजर पी.डी. उपाध्याय तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



**मीरगंज-उ.प्र.।** 84वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर शोभा यात्रा एवं झाँकी का शुभारंभ करते हुए नगर थाना इंस्पेक्टर कामेश्वर सिंह, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. अंगूर, ब्र.कु. कान्ति, ब्र.कु. अनीता तथा ब्र.कु. विनोद।



# पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

हमें यह पता हो, कोई भी चीज जब हमारे हाथ में होती है, तो उसका असर ये होता है कि वो चीज हमारे हिसाब से चलती है। जैसे अगर हमारे हाथ में छड़ी है तो हम उसे जहाँ रखना चाहें, जहाँ से उठाना चाहें, उठा सकते हैं, वैसे ही हमारे हाथ में अगर पेन है, तो पेन को अगर मुझे जेब में लगाना है, या फिर कहीं और रखना है, पैड में रखना है, तो ये हम डिसाइड करते हैं। वैसे ही संकल्प करना और उन संकल्पों में खोये रहना भी हमारे हाथ में है। ये मन की एक बहुत बड़ी शक्ति है। लेकिन इस शक्ति का प्रयोग न हो पाने की वजह हम दूढ़ते हैं आज।

संकल्प हमारे हाथ में ही लक्ष्य

जब हम पैदा हुए या इस धरती पर आये तो उस समय हमें कुछ पता थोड़ेही था कि क्या सोचना है, कैसे रहना है, लेकिन पिछले संकल्प जो हमारे चले थे, उन संकल्पों के आधार से जो रचना हुई, वैसे हमें हमारे माता-पिता, वैसे परिवार मिला। लेकिन आज हमको दिन-प्रतिदिन एक जागृति दी जाती है, बार-बार कहा जाता कि अच्छा सोचो, अच्छा सोचो, अच्छा सोचो तो अच्छे बन जाओगे। लेकिन अच्छा सोचें कैसे, उसका आधार क्या है? इस आधार के आधार से ही हमारा जीवन होता है। जैसे उदाहरण, अगर मुझे घी बनाना है, तो घी बनाने के लिए सबसे पहले हमको दूध खरीदना पड़ेगा, दूध से फिर दही बनानी पड़ेगी, दही से फिर मक्खन निकालना पड़ेगा, मक्खन को फिर गर्म करके घी बनाना पड़ता है। ये एक विधि है। वैसे ही कोई भी संकल्प करने के पीछे हमें सबसे पहले उसका आधार जानना है कि हमको ये संकल्प क्यों करना है? जैसे उसमें हमको दूध क्यों खरीदना है, क्योंकि घी बनाना है। वैसे ही मुझे ऐसा संकल्प क्यों करना है, क्योंकि मुझे अच्छा बनना है। अब अच्छा बनने के लिए मुझे सबसे पहले ये डिसाइड करना है कि मुझे कितना अच्छा बनना है। साधारण लोग भी अच्छे होते हैं और महान लोग भी बहुत अच्छे होते हैं। तो अगर हम साधारण संकल्प करेंगे तो हम साधारण बनेंगे। महान संकल्प करेंगे तो महान बनेंगे। दूसरा उदाहरण, जो बच्चा जितनी अच्छी पढ़ाई करता है, उतनी ही अच्छी उसको नौकरी मिलती है। लेकिन जो बच्चा क्लर्क या प्यून के लिए पढ़ाई कर रहा है तो उसको कितना पढ़ना चाहिए? आठवीं या दसवीं। ये है संकल्पों का अंतर। व्यक्ति अपने लक्ष्य के हिसाब से जीवन के संकल्पों को पैदा करता है। जब वो संकल्प पूरे होते हैं, तब वो व्यक्ति धीरे-धीरे उस तरफ बढ़ना शुरू होता है जो उसका मुख्य लक्ष्य होता है। उदाहरण के लिए अगर किसी को आई.ए.एस. ऑफिसर

बनना है तो सबसे पहले वो उस सब्जेक्ट को पकड़ने की कोशिश करता है जिससे उसे आई.ए.एस. बनना है। उस सब्जेक्ट पर बैठकर काम करता है, ऑप्शनल लेता है, जी.एस. पर काम करता है, चारों तरफ की जानकारी जुटाता है, इतने बड़े लेवल पर पढ़ाई करता है, अपना समय उतना ज़्यादा यूटिलाइज़ करता है, तो ये सब क्या है? ये सब हमारे लक्ष्य के आधार से संकल्पों का परिणाम है। ऑटोमेटिकली ये होना शुरू हो जाता है। इसमें हमको अलग से कुछ सोचना नहीं पड़ता। उसी तरह कोई साधारण व्यक्ति है, तो वो साधारण संकल्पों के आधार से जीवन जीता है, इसलिए उसका जीवन साधारण हो जाता है। इसलिए संकल्प शक्ति का प्रयोग विधिपूर्वक होने से उसका परिणाम भी बहुत ही अच्छा होता है। और ये निरंतर प्रक्रिया है। जैसे कोई आध्यात्मिक व्यक्ति है, अब बहुत सारे हैं जो ज्ञान मार्ग में चल रहे हैं। भले सभी का लक्ष्य राजा बनना है, लेकिन राजा बनने के लिए त्याग-तपस्या कितनी है, उसके आधार से ही तो संकल्प चलेंगे ना। तो लक्ष्य जब भूल जाता है तो हमारे संकल्प ढीले हो जाते हैं। जैसे लक्ष्य भूला, हमारा संकल्प ढीला। ये एक कारण है जिससे हमारे संकल्प सही रीति से नहीं चलते जैसे चलने चाहिए। इसीलिए एक बहुत बड़ी समस्या आती है कि हम तो बहुत अच्छा-अच्छा सोचते हैं, लेकिन सोचना है सिस्टेमैटिक (व्यवस्थित)। क्योंकि बिना मतलब के सोचेंगे कि मैं अच्छा हूँ तो मैं क्यों अच्छा हूँ ये बताना पड़ेगा ना अपने आप को। क्योंकि मुझे परमात्मा का साथ देना है तो मुझे परमात्मा जैसा सोचना है।

ऐसे ही कुछ भी विचार अपने अंदर लाकर चेक कर सकते हैं कि मैं अपने आप को किस दायरे में पाता हूँ। दायरा एक दिन में नहीं बनता। इसको भी बनाने के लिए हमें प्लानिंग करनी पड़ती है। प्रॉपर प्लानिंग के आधार से संकल्पों का एक प्रवाह उस तरफ बढ़ता है। और इन्हीं संकल्पों के प्रवाह के आधार से हमारा मन चलता है। असल में मन में संकल्प नहीं चलते, संकल्प द्वारा मन चलता है। जैसे हमने कहा कि हमारा मन कर रहा है ये कार्य करने का। इसका मतलब संकल्प ऐसा हमने क्रियेट किया तभी तो ऐसा मन कर रहा है। तो मन सेकेण्डरी हो गया। इसीलिए ऋषि-मुनी-तपस्वी कहा करते थे कि जिस चीज में आपका मन लगता है, जरूरी नहीं कि वो काम भी अच्छा हो। इसलिए पहले चेक करना, जो



मैं काम कर रहा हूँ, वो कहीं फीलिंग या इमोशन के बेस पर तो नहीं है या इसलिए कर रहा हूँ कि मुझे करना है। सीधा-सीधा हमको इस बात को समझना है, अपने आप को शक्तिशाली बनाना है, हमें संकल्प अपने लक्ष्य के आधार से क्रियेट करने हैं। तो संकल्प बिल्कुल एक्स्ट्रेट चलेंगे और मन की शक्ति वैसे ही काम करेगी जैसा आप चाहते हैं। जीवन में ये बातें हमको सभी नहीं सिखा सकते, क्योंकि सभी सिर्फ कहते हैं कि अच्छा-अच्छा सोचो, लेकिन कितना अच्छा सोचो, कितना बड़ा सोचो, उससे क्या फायदा होगा, क्या नुकसान होगा, ये कोई नहीं बताता। सिर्फ कहते हैं अच्छा-अच्छा सोचो। लेकिन अच्छा सोचने के लिए भी तो एक लक्ष्य होना चाहिए ना। इसलिए पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को।



**दिल्ली-हरिनगर।** माननीय उप मुख्यमंत्री एवं शिक्षा मंत्री मनीष सिंसोदिया को चुनाव में विजयी होने पर गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब्र.कु. विजय बहन तथा ब्र.कु. नेहा बहन। साथ ही उन्हें माउण्ट आबू में होने वाले शिक्षाविदों के सम्मेलन में आने का निमंत्रण भी दिया गया।



**जम्मू कश्मीर-शास्त्री नगर।** महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में पूर्व उपमुख्यमंत्री कविन्द्र गुप्ता, चेयरमैन बलोरिया जी, पार्षद पवन सिंह, जम्मू भापजा अध्यक्ष विनय गुप्ता, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. निर्मल तथा अन्य गणमान्य लोग।



**फिजी-सुवा।** महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में कृषि, ग्रामीण, समुद्री विकास, जलमार्ग, पर्यावरण एवं अपदा प्रबंधन मंत्री महेन्द्र रेड्डी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शांता तथा अन्य गणमान्य लोग।



**पटना सिटी-बड़ी पटन देवी कॉलोनी(बिहार)।** शिव जयंती के अवसर पर आयोजित 'शिव संदेश शोभा यात्रा' को हरी झंडी दिखाते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. रुक्मिणी दीदी, मा.आबू। साथ ही सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी तथा अन्य। कार्यक्रम में शरीक हुए पटना सिटी चौक के इंस्पेक्टर मितेश कुमार।



**जयपुर-मालवीय नगर(राज.)।** महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम और शिव संदेश रैली में उपस्थित रहे पार्षद शालिनी चावला, पूर्व महिला आयोग अध्यक्ष सुमन शर्मा, ब्र.कु. अमिता, ब्र.कु. सीता, ब्र.कु. महिपाल तथा अन्य अतिथिगण।



**शामली-उ.प्र.।** महाशिवरात्रि पर शिव-ध्वजारोहण करते हुए चेयरमैन अंजना बंसल, ब्र.कु. राज, पूर्व विधायक राजेश्वर बंसल तथा ब्र.कु. भाई बहनें।

## ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहली-11(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

## ऊपर से नीचे

1. राजयोग का अभ्यास करने वाला (4)
2. जंगल, कानन (2)
3. राम के चरित्र की पुस्तक (4)
4. नुकसान की भरपाई (3)
5. युद्ध, लड़ाई (2)
11. गंडक, जंतर (3)
12. कटि, शरीर का मध्य भाग (3)
13. पराजित, असफल (2)
15. अविवाहित, ब्रह्मचारी (3)
16. उचित, जायज, धर्मानुकूल (3)
17. कालों का काल.... (4)
19. फिसलना, रपटना (4)
21. राजा की निशानी है - ताज तख्त.... (3)
22. भाग्य, तकदीर (अंग्रेजी में) (2)
23. अलबेले रहेंगे तो माया बिल्ली.... कर लेगी, निगल जाना (2)
26. अव्यास, भोगने वाला (2)

## बाएं से दाएं

1. आसुरी राज्य, माया(रावण) का राज्य (5)
4. अन्न, शस्त्र, औजार (4)
6. लोग, व्यक्ति (2)
7. घाटा, नागा, नुकसान (2)
8. मौजूद, उपस्थित (3)
9. सर्वश्रेष्ठ पुरुष भवत (3)
10. सर्वशास्त्रों के माँ-बाप (2)
14. .... उड़ के चले जायें, मैं का बहुवचन (2)
15. फागी, कुहासा (3)
17. नौकर, पैसों से काम करने वाला (4)
18. हार, बाप के गले की....में पिरो जाना है (2)
19. बड़ी दादी जी का मुख्य गुण, सहजता (4)
20. कल्ल करने वाला, अपराधी (3)
23. प्रत्येक, शिवबाबा का एक नाम (2)
24. तीव्र इच्छा, लालसा (3)
25. गुप्त रूप से, छिपे-छिपे (4)
27. योग करने वाला (2)



6

अप्रैल-I-2020

ओमशान्ति मीडिया



# स्वास्थ्य

खाएँ। इससे मुंहासों के साथ ही त्वचा सम्बन्धी अन्य समस्याएँ भी दूर हो जाएँगी। छोटी इलायची पेट की बीमारियों को भी दूर रखती है। यदि आपको कब्ज है तो छोटी इलायची गुनगुने पानी के साथ खाने से पेट की समस्या के साथ ही बाल झड़ने की परेशानी भी दूर हो जायेगी। अगर आप भी नींद न आने की वजह से नींद की गोलियाँ खा रहे हैं तो उसे

छोटी इलायची का इस्तेमाल गरम के साथ ही बाल झड़ने की परेशानी भी दूर हो जायेगी। अगर आप मसाले के रूप में सब्जी का स्वाद और भी नींद न आने की वजह से नींद की गोलियाँ खा रहे हैं तो उसे

## छोटी इलायची - एसिडिटी और टेंशन करे दूर

खुशबू बढ़ाने के साथ ही मिठाई और खीर का फ्लेवर बढ़ाने के लिए भी किया जाता है। लेकिन क्या आपको पता है कि खाने का स्वाद बढ़ाने वाली

इलायची आपकी सेहत के लिए भी बहुत फायदेमंद होती है। रोजाना 2-3 इलायची खाना सेहत के लिए अच्छा माना जाता है। छोटी इलायची खाने से फेफड़ों (लंग्स) में ब्लड सर्कुलेशन तेजी से होता है जिससे अस्थमा, तेज जुकाम और खांसी से राहत मिलती है। इलायची की तासीर गर्म मानी जाती है इसलिए इसे खाने पर शरीर को गर्मी मिलती है। आजकल लोगों को हाईब्लड प्रेशर की समस्या बहुत हो रही है। छोटी इलायची इस परेशानी को दूर करके आपके ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने में मदद करती है। रोजाना 2-3 इलायची खाने से हाई बीपी की समस्या नहीं होगी। यदि आप भी अक्सर मुंहासों से परेशान रहते हैं, तो रोजाना रात को सोने से पहले गर्म पानी के साथ एक इलायची



बंद करके इलायची खाना शुरू कर दें। रोजाना रात को सोने से पहले इलायची को गर्म पानी के साथ खाएँ। इससे अच्छी नींद आएगी और गोलियों की तरह इसका कोई साइड इफेक्ट भी नहीं होता। इलायची में तेल होता है और यही एसेंशियल ऑयल पेट की अंदरूनी लाइनिंग को मजबूत करता है जिससे पेट में जमा होने वाला एसिड धीरे-धीरे हट जाता है। इसलिए एसिडिटी होने पर दवा की बजाय एक इलायची खा लें। यदि आप अक्सर टेंशन में रहते हैं तो इलायची का काढ़ा पीएँ।

इसके लिए इलायची पाउडर को पानी में उबालें और छानकर इसमें थोड़ा-सा शहद मिलाकर पी जाएँ। इसके अलावा जब कभी ज्यादा तनाव महसूस हो तो मुँह में दो इलायची डालकर चबाएँ। इलायची चबाने से हार्मोन में तुरंत बदलाव हो जाता है और आपकी टेंशन दूर हो जाती है। सफर के दौरान यदि आपको उल्टी आने की समस्या है तो कार, बस आदि में बैठते ही मुँह में इलायची रख लें, उल्टी नहीं होगी।

### कोरोनावायरस से बचने का सटीक उपाय

2 लोंग

1 इलायची

1 कपूर की टिक्की

1 फूल जावित्री का

यह सभी एक कपड़े की पुड़िया बनाएं और उसको हमेशा अपने पॉकेट में रखें। कोरोना तो क्या कोई भी वायरस आपको नुकसान नहीं पहुंचा सकता। अपने बच्चों को विशेष यह जरूर बना कर दें।



**सिलिकॉन वैली-मिलपितास(यू.एस.ए.)**। ब्रह्माकुमारीज सेंटर पर महाशिवरात्रि का भव्य कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें ब्र.कु. कुसुम ने 'एक्सपीरियंस गॉड्स प्रेजेन्स' विषय पर सम्बोधित किया। कार्यक्रम में चार सौ लोगों ने भाग लिया। इस अवसर पर विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमों का भी आयोजन हुआ।



**फिरोजपुर कैंट-पंजाब**। शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान विधायक परमिन्दर खोसा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. उषा तथा ब्र.कु. शक्ति।



**लहरपुर-उ.प्र.**। महाशिवरात्रि कार्यक्रम के अंतर्गत कोतवाल अनिल पाण्डे को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् प्रसाद देते हुए ब्र.कु. रेनु।



**रामपुर-हि.प्र.**। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् उपस्थित हैं एच.एच.ओ. रविन्द्र, ब्र.कु. कृष्णा बहन, ब्र.कु. संतोष बहन, ब्र.कु. डोलमा बहन, ब्र.कु. सावित्री, देवराज नेगी, ब्र.कु. रीना तथा अन्य।



**कमालगंज-उ.प्र.**। महाशिवरात्रि के कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए भाजपा जिला अध्यक्ष रमेश गुप्ता, विधायक नागेन्द्र सिंह राठौर, नगर अध्यक्ष तरुण महेश्वरी, भाजपा प्रतिनिधि शिव कुमार गोयल, आयुर्वेदाचार्य डॉ. श्री राम चतुर्वेदी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उषा, ब्र.कु. ज्योति तथा ब्र.कु. लता।



**कोटद्वार-उत्तराखण्ड**। 84वीं शिवजयंती के अवसर पर जन-जन को ईश्वरीय संदेश देने हेतु देवी-देवताओं की चैतन्य झाँकी से संलग्न विशाल रैली निकाली गई। इसके साथ ही आयोजित सर्वधर्म सम्मेलन में बीस वर्षों से अधिक समय से ईश्वरीय मार्ग पर चलने वाले भाई-बहनों को सम्मानित किया गया व सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योति ने सम्बोधित किया।

## आपकी नम्रता ही ऊंचाई पर ले जाती है

क्या विनम्र होना, किसी के आगे झुक जाना कमजोरी या मूर्खता है? आजकल विनम्र व्यक्ति को लेकर कुछ लोग ऐसे ही मान लेते हैं। वेदों में कुछ मंत्र तो गजब के आए हैं। एक मंत्र है - 'नम इदुग्रं नम आ विवासे नमो दाधार पृथिवीमुत द्याम्। नमो देवेभ्यो नम इश एषां कृतं चिदेनो नमसा विवासे।।' इसका मतलब है - 'नम्रता ही ऊंची है, मैं नम्रता की उपासना करता हूँ। उस नम्रतारूपी परमेश्वर ने पृथ्वी और स्वर्ग को धारण किया है। सब देवों के लिए नम्रतापूर्वक नमस्कार। जो पाप मैंने किए हैं, वो सब नम्रता से दूर करता हूँ। यहाँ नम्रता शब्द को परमेश्वर कहा गया है। परमात्मा को निरहंकारी हृदय ही पकड़ सकता है। अहंकार गिराने के लिए विनम्रता बड़ी उपयोगी होती है। तीन अक्षरों का मंत्र है - 'ॐ नमो'। ॐ और नमो दोनों भगवान के नाम बताए गए हैं। नाम शब्द नम धातु से बना है और इसी में नम्रता, नमस्कार समाया हुआ है। महापुरुषों ने परमात्मा को सम्बोधित करते हुए प्रार्थना की है - 'हे नम्रता के सम्राट, अपनी नम्रता तू हमें दे दे'। ईश्वर सचमुच बड़ा विनम्र है। सबकी मदद करता है और अपने किए हुए का उसे अहंकार भी नहीं होता। नमो यानी नमने वाला, झुकने वाला। नम्रता का एक अर्थ लचीलापन भी होता है और जिसमें लचीलापन होगा, उसमें तनाव भी कम होगा। इसलिए खूब काम कीजिए, नाम-पद-प्रतिष्ठा कमाइए, लेकिन अपनी नम्रता बचाए रखिएगा। एक दिन यही नम्रता आपको उस ऊंचाई पर ले जाएगी, जहाँ आप सफल भी होंगे, प्रसन्न भी रहेंगे।



**पानीपत-हरियाणा**। महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. सुदेश दीदी, जर्मनी, विधायक प्रमोद विज, राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी, ब्र.कु. भारत भूषण तथा ब्र.कु. माइकल, पैरिस।



**मैरवा-विहार**। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित सार्वजनिक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. सुधा, अंचल अधिकारी डॉ. बच्चा प्रसाद, डॉ. डेजो रानी तथा अन्य।



**दिल्ली-समथपुर**। त्रिमूर्ति शिव जयंती के कार्यक्रम में विजय भागत, निगम पार्शद, पूर्व डिप्टी मेयर, एम.सी.डी. को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका व ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कुसुम तथा ब्र.कु. रजनी।



**रेवाड़ी-से.4(हरियाणा)**। महाशिवरात्रि पर शिव-ध्वजारोहण के पश्चात् उपस्थित हैं थाडोली आश्रम के महाराज 1008 स्वामी शरणानंद जी, महिला समाज की अध्यक्ष दीपा भारद्वाज, ब्र.कु. शक्ति दीदी, राजौरी गार्डन दिल्ली, ब्र.कु. बृजेश बहन तथा अन्य।





## ज्ञान सरोवर का ज्ञान जल और उसका मनोहर रूप

ब्र.कु. सती देवी वारियर गिरुल, नवी मुंबई

### ज्ञान जल में डुबकी लगाते हुए स्वर्गिक अनुभूति हुई

धरती पर स्वर्ग का अनुभव प्राप्त करने के लिए शिवबाबा का दिया हुआ एक अमूल्य संयोग ही कह सकते हैं इस यात्रा को। आबू पर्वत स्थित ज्ञान सरोवर का यह सफर सहयोगियों के साथ बहुत ही आनंद पूर्वक हमने शुरू किया। पर्वतीय चढ़ाई बस द्वारा बहुत ही रोमांचक रही। घने जंगलों, ऊंचे-ऊंचे पर्वतों और चट्टानों के बीच में फूलों और तरह-तरह के वृक्षों की पत्तियों की महकती खुशबू से पूरा वातावरण सुगंधित रहा। इस मनोहारी यात्रा में मन में एक बात उठी कि काश सुहाना सफर कभी समाप्त ना हो। लेकिन आदि है तो अंत भी जरूर है। आखिर हम लोग पहुंच गए उस पावन नगरी में। हम लोगों को सेवा दल में रहने की उत्तम व्यवस्था प्रदान की। कमरे की बालकनी का दरवाजा खुलते ही सुंदर, अचल, गम्भीर अरावली पर्वतमाला का नयनाभिराम दृश्य देखकर हमारी आँखें भर

आई। किसने कहा है कि पर्वत कठोर है। अरावली के दृढ़, गम्भीर, मनोहर रूप को देखकर हमें लगा कि यह बहुत प्यार से, सुगंधित शीतल पवन से हमारा स्वागत कर रहा है।

फिर शुरू हो गया हमारा नित्य का योगाभ्यास। बहनों के अमूल्य उपदेशों और भाइयों के वचनामृत ने हमको मंत्र मुग्ध कर दिया। उनकी मधुर वाणी द्वारा अमृत पान से ज़्यादा मिठास की अनुभूति हुई। उनका भाषण सुनकर पूरा हॉल तालियों की गड़गड़ाहट से गूँज उठा। हमें समय का अहसास सदा बुला रहा भाइयों और बहनों के प्रवचनों के दौरान। सभी भाई-बहनों के उपदेश साधारण लोगों को समझने और जीवन में लागू करने लायक प्रेरणादायक रहे। ज्ञान सरोवर के ज्ञान जल में डुबकी लगाते हुए स्वर्गिक अनुभूति के 3 दिन पलक झपकते ही बीत गए। आखिरी दिन हमने इस पावन नगरी को घूमने का कार्यक्रम बनाया।

आखिर वह घड़ी आ गई जब हमारी विदाई हुई। यह पल हमारे लिए बहुत कठिन रहा। हमको विदा लेनी थी अपने भाई-बहनों से,

अपने आराध्य शिवबाबा से, अपनी स्वर्ग तुल्य पावन नगरी से मन बहुत उदास हो गया लेकिन बिछुड़ना अब अनिवार्य था। वास्तव में इन भाई-बहनों की निःस्वार्थ सेवा देखकर निर्मल मनोभावना से परोस कर दिया हुआ भोजन ग्रहण करके हमारे मन में भी यह भावना जागृत हो गई कि काश, हमको भी इनके जैसे निर्मल भाव से सबकी सेवा करने का मौका शिवबाबा के आशीर्वाद से मिल जाए लेकिन हम मजबूर थे, हमको अपने कर्म का दायित्व निभाना ही है। फिर भी हम मन ही मन उन्हें, महानुभावों की सेवा को मनन करते हैं, हम उस परम शक्ति शिवबाबा को अनेक-अनेक धन्यवाद देते हैं। शिवबाबा के घर से मिली हुई सौगात ग्रहण करके, भारी मन से उस पवित्र नगरी को आखिरी प्रणाम अर्पित करके, अपने अश्रु जल को जबरन रोककर, गदगद कंठ से सबसे विदा होने की अनुमति मांगी। अरावली पर्वत अभी भी गम्भीरता को अपने में समाए हुए हमको फिर आने का निमंत्रण दे रहा था। इस पावन नगरी को, अचल पर्वत को, इन त्यागी भाई-बहनों को हमारा कोटि-कोटि प्रणाम।



**उदयपुर-राज.**। उपमुख्यमंत्री तथा कांग्रेस के प्रदेशाध्यक्ष सचिन पायलट से मुलाकात कर ज्ञानसरोवर, मा. आबू की सिल्वर जुबली में आने का निमंत्रण देते हुए पीस न्यूज गॉडली वुड स्टूडियो के न्यूज हेड तथा पी.आर.ओ. ब्र.कु. कोमल तथा शिक्षा प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. सुमन।



**कोसली-हरियाणा**। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण करते हुए रोहतक लोकसभा के सांसद डॉ. अरविंद शर्मा को बहन नीना शर्मा, राजबीर शर्मा, जिला पार्षद अमित यादव, ब्र.कु. निर्मला, ब्र.कु. कमलेश, ब्र.कु. विरजेश, ब्र.कु. सुमित्रा तथा अन्य।



**आसिका-ओडिशा**। त्रिमूर्ति शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में सांसद प्रमिला विशोई का गुलदस्ता भेंट कर स्वागत करते हुए ब्र.कु. लिली।



**शिकोहाबाद-प्रोफेसर कॉलोनी**। महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए उप जिला अधिकारी एकता सिंह, यंग स्कॉलर स्कूल की प्रमुख निदेशिका ईशा आहूजा, कवि नारायण दास निरंजर, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. ज्योति तथा अन्य।



**ई दिल्ली-पालम**। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् सभी को श्रेष्ठ जीवन जीने की प्रतिज्ञा कराते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरोज बहन। प्रतिज्ञा करते हुए पालम विधानसभा की विधायिका भावना गौड़, दक्षिणी दिल्ली निगम पार्षद श्रीमति इन्द्र कौर, पार्षद नरेन्द्र गिरसा तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



**उदयपुर-राज.**। ब्रह्माकुमारोंज मोती मगरी स्कीम उदयपुर संस्थान की ओर से राजकीय सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र में शिव जयंती पर आयोजित 'नशामुक्ति' कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रीटा दीदी। मंचासीन हैं डॉ. एन.एस. शक्तावत, डॉ. बुकल, डॉ. राजीव आमेटा, डॉ. मालव, डॉ. सुरेन्द्र, मेडिकल ऑफिसर, ब्र.कु. कल्पना, ब्र.कु. नैना, डॉ. लोहार तथा अन्य मेडिकल ऑफिसर्स।



**आगरा-उ.प्र.**। महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारोंज स्पीरिचुअल लव एंड विजडम आर्ट गैलरी द्वारा भव्य कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें शरीक हुए पी.ए.सी. कमांडर सुधीर कुमार सिंह, ओबेराय अमर विलास पैलेस के जनरल मैनेजर विशाल पाठक, तान सुरक्षा सी.डी.ओ मोहसिन खान, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. मधु, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. शोला बहन तथा ब्र.कु. भाई बहनें। कार्यक्रम के दौरान जन-जन को ईश्वरीय संदेश देने हेतु विशाल रैली निकाली गई।



**दियावा मंडी-हरियाणा**। महाशिवरात्रि कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्रों की संचालिका ब्र.कु. शकुंतला दीदी, नवनिर्वाचित पंचायत समिति के सदस्य नरेश कुमार, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. सुधा, ब्र.कु. राजेश, ब्र.कु. मंजोता तथा ब्र.कु. वेदवन्ती।



**बीवीगंज-फर्रुखाबाद**। 84वीं शिव जयंती के अवसर पर कैंडल लाइटिंग करते हुए बायें से ब्र.कु. सोनी, ब्र.कु. रोता, ब्र.कु. सुरेश गोयल, जिलाधिकारी मानवेंद्र सिंह, वीरेंद्र सिंह राठौर, ब्र.कु. मंजू, महन्त एवं ग्रन्थी साहब शिशुपाल जो, पिंकी अग्रवाल तथा अन्य।



**किशनगढ़-रेनवाल(राज.)**। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण करते हुए नगरपालिका अध्यक्ष सुमन कुमावत, व्यापार मंडल अध्यक्ष अशोक असावा, पूर्व नगरपालिका उपाध्यक्ष सीताराम बासनोवाल, ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. सुमित्रा तथा अन्य।

### दुःख में भी.... - पेज 4 का शेष

पंक्तियों में भी यही बात कही है : हे प्रभु! मुझे बुद्धि दे कि जिन बातों को बदल न सकूँ उन्हें स्वीकार कर लूँ। 'रीडर्स डाइजैस्ट' नामक पत्रिका के एक लेख में ऐलसी मेक कोरपीट ने लिखा है : "जब हम होनी से लड़ना बंद कर देते हैं तो हममें एक विचित्र शक्ति का स्रोत खुल जाता है जो हमारे जीवन को सुखमय बनाने में हमारी सहायता करता है।"

होनी को सरल भाव से स्वीकार कर लो। यद्यपि ये शब्द ईसा से तीन सौ नित्यानवे वर्ष कहे गए थे तथापि इस चिन्तित और दुःखी संसार के लिए आज ये पहले से अधिक आवश्यक हैं।

मैं यह नहीं कहता कि विपत्तियों के समक्ष

आप अपने घुटने टेक दें, बिल्कुल नहीं, यह कोरी भाग्यवादी प्रवृत्ति होगी। मैं कहूँगा कि जहाँ तक हो सके, उस परिस्थिति विशेष में हम परिवर्तन ला सकें, उसे अनुकूल बना सकें, बना लेना चाहिए। हमें संघर्ष करना चाहिए। किंतु यदि सामान्य बुद्धि से प्रकट हो कि अमुक परिस्थिति के विरुद्ध हम व्यर्थ ही संघर्ष कर रहे हैं, हम उस परिस्थिति को बदल नहीं सकते तो विवेक इसी में है कि बिना आगा-पीछा सोचे जो नहीं है, उसकी कामना करना छोड़ दें।

कोलम्बिया विश्वविद्यालय के डीन स्व. हाक्स का कथन भी ऐसा ही है :

हर व्याधि के लिए जगत में है उपचार उसे तुम ढूँढो, यदि नहीं कोई मिल पाए तो उसकी चिंता छोड़ो।



**रूपवास - आगरा**। शिव जयंती कार्यक्रम में शिव ध्वजारोहण करते हुए क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. शिला, बार एसोसिएशन अध्यक्ष जय प्रकाश, पार्षद योगेश सिंघल, पार्षद पंकज सरस, ब्र.कु. शिखा, ब्र.कु. नीरज, माउण्ट आबू, ब्र.कु. एकता, जगनेर, ब्र.कु. सुरेश तथा अन्य।





-डॉ. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

## सम्बन्धों में अपेक्षाएं न रखें

**कई बार ऐसा होता है कि एक तरफ से होता है कि हम देते ही रहते हैं और दूसरों से मिलता नहीं है तो भी हमें बस देते जाना है क्योंकि जितना देगे हमारे अन्दर तो उतना बढ़ता ही जायेगा ना!**

ये यूनिवर्सल ट्रूथ है कि जो मुझे चाहिए वो मुझे देना होगा। मैं अगर किसी को सम्मान दूंगी तो मुझे अपने आप सम्मान मिलेगा। मैं किसी को खुशी दूंगी तो मुझे अपने आप खुशी मिलेगी। पर पहल हमें करनी होगी। हम देगे तो हमें मिलेगा, ये सिद्धांत है। अब मैं क्या करती हूँ देना नहीं जानती हूँ, अपेक्षा रखती हूँ। तो अपेक्षा जहाँ रखी, तो जैसे मैंने उनसे अपेक्षा रखी वो मेरे से अपेक्षा रखते हैं। इसीलिए ये बिजनेस चलता नहीं है। क्यों एक दूसरे से अपेक्षा रख रहे हैं? लेकिन जितना देते जाओ, देते जाओ उतना बढ़ता जायेगा। खुद की बैटरी भी चार्ज होती जायेगी। तभी दुनिया में कहा कि प्रेम बांटने से बढ़ता है, खुशी बांटने से बढ़ती है, ज्ञान बांटने से बढ़ता है, सुख बांटने से बढ़ता है लेकिन हमने क्या किया जीवन में बांटना बंद कर दिया। कितने स्वार्थी हो गए हम। मुझे चाहिए जरूर लेकिन मुझे बांटना नहीं है किसी के साथ। और जब ये बात आ जाती है जीवन के अंदर, तो जीवन में असंतुलन क्रियेट होता है। देते जायेगे अपने आप मिलता जायेगा। आज एक माँ है, माँ को महान क्यों माना हर एक ने? क्योंकि वो बिना किसी अपेक्षा के अपने बच्चों को, परिवार को देना ही जानती है। इसीलिए उसकी तुलना भगवान के बराबर की गई है। क्योंकि भगवान भी अपेक्षा नहीं रखता है, वो देना ही जानता है। तो उनसे सम्बन्ध जब जोड़ लेते हैं तो हमारे अन्दर वो ऊर्जा इतनी भरपूर हो जाती है तो हम अपेक्षा रखते ही नहीं। देना चालू करते हैं। और जब देना चालू करते हैं तो सामने से भी मिलना चालू हो जाता है।

कई बार ऐसा होता है कि एक तरफ से होता

है कि हम देते ही रहते हैं और दूसरों से मिलता नहीं है तो भी हमें बस देते जाना है क्योंकि जितना देगे हमारे अन्दर तो उतना बढ़ता ही जायेगा ना! नई गाड़ी आप लेकर आये बाजार से और ढककर रख दी, साल-दो साल चलाओ ही नहीं। क्या होगा? बैटरी डिस्चार्ज। गाड़ी की बैटरी को चार्ज रखने के लिए गाड़ी को चलाना पड़ता है। जितनी गाड़ी चलती है बैटरी चार्ज रहती है। चलाना बंद कर दिया, रख दिया तो बैटरी डिस्चार्ज होगी। ठीक यही हमारे जीवन के साथ है। जीवन के अन्दर अगर हमें अपनी बैटरी को चार्ज रखना है तो बांटते जाओ। उस ऊर्जा को चलाओ। सम्बन्ध में, व्यवहार में, कर्म में इस प्रवाह को फैलाते जाओ। जितनी ये ऊर्जा चलेगी उतनी बैटरी चार्ज रहेगी। तो इसीलिए ये भी एक हिसाब हो जाता है कि क्या मुझे ही देना है, हर बार मुझे ही देना है। क्या सामने वाला नहीं देगा? नहीं, ऐसा जरूरी नहीं है।

मुझे एक बहुत अच्छा उदाहरण याद आता है, एक बार मैं ट्रेन में जा रही थी और मेरे सामने की सीट पर एक बहन बैठी थी। दो बच्चे थे उसके, एक तीन साल का और एक पाँच साल का। दोनों बच्चे खिलौने से खेल रहे थे। अचानक दोनों के बीच में क्या हुआ छीना-झपटी चालू हो गई। मुझे चाहिए, मुझे चाहिए, मुझे चाहिए। माँ हमसे बात कर रही थी। जैसे ही छीना-झपटी चालू हुई तो माँ ने वो बड़ा बच्चा जो पाँच साल का था, उसे कहा बेटा छोटे को दे दो। वो पाँच साल का बच्चा पूछता है अपनी माँ से कि यही बात उसको क्यों नहीं कही गई, मुझे क्यों कही गई? स्वाभाविक है कोई भी उस माँ की जगह होता तो शायद यही कहता कि बेटा तू बड़ा है और वो छोटा है। वो बच्चा दो मिनट सोचता रहा, दो मिनट के बाद अपनी माँ से कहता है जिन्दगी में हमेशा मैं बड़ा रहूँगा ये तो कभी मेरे से बड़ा होने वाला है ही नहीं। उसका क्वेश्चन समझो। उसका भाव ये था कि क्या पूरी लाइफ मुझे ही देना है? मुझे ही देना है? कई बार जब माँ-बाप के पास ऐसे सवाल का जवाब नहीं होता है तो क्या करते हैं, उसे चुप करा देते हैं, जा सामने बैठ जवाब देता है। लेकिन बच्चे का प्रश्न बहुत इंटेलिजेंट था। मैं बड़ा हूँ तो क्या पूरी जिन्दगी-भर मुझे ही देना होगा! क्योंकि ये

तो कभी मेरे से बड़ा होने वाला है ही नहीं। अब माँ भी चुप हो गई और मैं भी देखने लगी कि माँ क्या जवाब देती है अपने बच्चे को। वो माँ मेरी तरफ देखकर कहने लगी कि कभी-कभी बच्चे ऐसे सवाल करते हैं ना जी, जिसका जवाब ही नहीं होता है माँ के पास। क्या जवाब दूँ? तब फिर मैंने उसके बड़े बच्चे को बुलाकर कहा कि तुमको ये खिलौना चाहिए? तो बच्चा बोला हाँ चाहिए। मैंने कहा अभी दो मिनट में वो तूझे दे देगा। वो मुझे कहने लगा कि नहीं देगा, आंटी आपको मालूम नहीं है। वो ज्यादा जानता था अपने भाई को। मैंने कहा अगर दे दिया तो? तो उसको थोड़ा चैलेंजिंग लगा। मैंने कहा तब तक हम एक खेल करते हैं, अब ट्रेन में थे क्या खेल करेंगे। दूसरा कोई खिलौना तो था नहीं। हमने हाथ रब करके उसको कहा कि तुम इसको मारना। और जहाँ मिस किया फिर हम आपको करेंगे, तो बोला ठीक है। अब हम खेल रहे थे लेकिन उसका ध्यान उधर था कि वो छोटा क्या कर रहा है। छोटा वो खिलौना पकड़ के बैठा है खेल नहीं रहा है। क्योंकि उसका ध्यान यहाँ था कि ये क्या कर रहे हैं। आखिर उसको ये ज़्यादा इंटरस्टिंग लगा। वो खिलौना यूँ छोड़ा और मेरे पास आकर बैठकर कहने लगा कि मेरे को भी ऐसे करो ना। मैंने उस बड़े को इशारा किया ले लो खिलौना। खेलने लगा वो, इसको मैंने बिजी कर दिया। मेरा स्टेशन आ गया मैं तो उतर गई। एक साल के बाद पुनः उस माँ से मिलना हुआ। मैंने सहज भाव से उसको पूछा कि बच्चे कैसे हैं? उसने कहा कि उस दिन के बाद बड़े ने एक लेसन सिख लिया। घर में कभी भी कोई खिलौना, कोई चीज़, कोई पैन्सिल, कोई बुक कुछ भी लेकर दोनों भाई का झगड़ा होता है, छीना-झपटी होती है तो बड़ा क्या करता है उसको दे देता है। और फिर वहाँ से जाता है कम्प्रे में तो वो छोटा उस चीज़ को लेकर उसके पीछे-पीछे जाता है कि कहीं जा रहा है और वहाँ जाकर वो खिलौना कुछ निकालता है, वो छोटा उस खिलौने को देखता है तो वो उस चीज़ को वहीं छोड़ देता है और उस खिलौने को पकड़ने का प्रयत्न करता है। और वो बड़ा अपनी चीज़ लेकर भाग जाता है। उसने उस दिन के बाद ये सीख लिया कि मुझे जो चाहिए वो मुझे देना होगा।

## यह जीवन है

जब जिंदगी हँसाए तब समझ लीजिए कि अच्छे कर्मों का फल मिल रहा है और जब जिंदगी रुलाए तब समझ लीजिए कि अच्छे कर्म करने का वक्त आ गया है। जिंदगी को खुलकर जीने के लिए एक छोटा-सा उसूल बनाएं। रोज़ कुछ अच्छा याद रखें और कुछ बुरा भूल जाएं। जिंदगी में सबसे कठिन दिन जितने पहले देखने को मिल जायें, जिंदगी का तजुर्बा उतना ही हसीन होता है। मानव संबंधों में सबसे बड़ी गलती...हम आधा सुनते हैं, चौथाई समझते हैं। शून्य सोचते हैं लेकिन प्रतिक्रिया दुगनी करते हैं।

## ख्यालों के आईने में...

जब आप अपनी हज़ारों गलतियों के बाद भी अपने आप से इतना प्रेम करते हैं.... तो दूसरों की एक गलती पर इतनी नफरत क्यों करते हैं....!!

हर इंसान में सारी विशेषता नहीं होती, जो इस बात को अच्छे से समझता है, वो इंसान सबको समान महत्व देना जानता है।

हमारे जीवन का उद्देश्य क्या है, अगर हमें यह बात समझ आ जाती है, तो हम बहुत से भटकाव से बच जाते हैं।



**कोलकाता।** रोटर्री इंडिया सेन्ट्रियल समिट 2020 के दौरान ब्रह्माकुमारीज के शिक्षा प्रभाग एवं रोटर्री इंडिया लिटरेसी मिशन के मध्य एम.ओ.यू. पर हस्ताक्षर करते हुए ब्रह्माकुमारीज शिक्षा प्रभाग अध्यक्ष राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय तथा रोटर्री इंटरनेशनल के डायरेक्टर कमल संघवी। वहाँ पर उपस्थित रहे शेखर मेहता, प्रेसिडेंट, रोटर्री इंटरनेशनल 2021-22, डॉ. एस.पी. सिंगला, पूर्व गवर्नर, रोटर्री इंडिया, रवि लैंगर, पूर्व गवर्नर, रोटर्री, रमेश चन्द्र, पूर्व डिस्ट्रिक्ट गवर्नर, रोटर्री इंटरनेशनल, डॉ. ब्र.कु. पाण्ड्यामणि, डायरेक्टर, डिस्टेंस वेल्थ एजुकेशन कोर्सेस, शांतिवन, ब्र.कु. अस्मिता, ब्र.कु. पदमा तथा अन्य रोटर्री मेम्बर्स।



**भादरा-राज।** सहावा गांव में रामदेव जी के मेले में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित त्रिदिवसीय आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. चन्द्रकांता, ब्र.कु. कुसुम, सरपंच संजय सुबह, पुलिस कॉन्स्टेबल रूपराम मेघवाल तथा अन्य।



**गया-सिविल लाइन।** महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में बार कार्डिनल अध्यक्ष मुगरी कुमार हिमांशु, गुरुद्वारा सहायक प्रबंधक ज्ञानी जी, पार्षद संतोष कुमार, मागध विश्व विद्यालय, बोध गया के संस्कृत विभागाध्यक्ष राम प्रवेश कुमार तथा ब्र.कु. शोला दीदी।



**नेपाल-सिमरा।** महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित प्रवचन एवं रैली कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए तनहुँ-1 के प्रतिनिधि सभासद किसान श्रेष्ठ, सिमरा खाना-पानी के उपाध्यक्ष कृष्ण रिमाल, इलाका प्रहरी कार्यालय के प्रमुख डी.एस.पी. गोविंद पुरी, ब्र.कु. मधु तथा अन्य।



# कथा सरिता...

किसी नगर में एक आदमी रहता था। उसके आँगन में एक पौधा उग आया। कुछ दिनों बाद वह बड़ा हो गया और उस पर फल लगने लगा। एक बार एक फल पककर नीचे गिर गया। उस फल को एक कुत्ते ने खा लिया। जैसे ही कुत्ते ने फल खाया, उसके प्राण निकल गए। आदमी ने सोचा कोई बात होगी जिससे कुत्ता मर गया, पर उसने पेड़ के फल पर ध्यान नहीं दिया। कुछ समय बाद उधर से एक लड़का निकला। फल देखकर उसके मन में लालच आ गया और उसने किसी तरह फल तोड़कर खा लिया। फल को खाते ही लड़का मर गया। मरे हुए लड़के को देख आदमी की समझ में आ गया कि यह जहरीला पेड़ है। उसने कुल्हाड़ी ली और वृक्ष के सारे फल काटकर गिरा दिए। थोड़े दिन बाद पेड़ में फिर फल लग गए। लेकिन इस बार पहले से भी ज्यादा बड़े फल लगे थे। आदमी ने फिर कुल्हाड़ी से फल के साथ-साथ शाखाओं को भी काट दिया। परंतु कुछ दिन बाद पेड़ फिर फलों से लद गया। अब

आदमी की समझ में कुछ नहीं आया। वह परेशान हो गया। तभी उसके पड़ोसी ने उसे देखा और उसकी परेशानी का कारण पूछा। आदमी ने सारी बातें बता दी। यह सब सुनकर पड़ोसी ने कहा - तुमने पेड़ के फल तोड़े, उसकी शाखाएं काटी, पर तुम्हारी समझ में नहीं आया कि जब तक पेड़ की जड़ रहेगी तब तक पेड़ रहेगा और उसमें फल आतें रहेंगे। अगर तुम इससे छुटकारा पाना चाहते हो तो इसकी जड़ काटो। तब आदमी की समझ में आया कि बुराई की ऊपरी कांट-छांट से वह नहीं मिटती, उसे तो उसकी जड़ से मिटाना चाहिए।

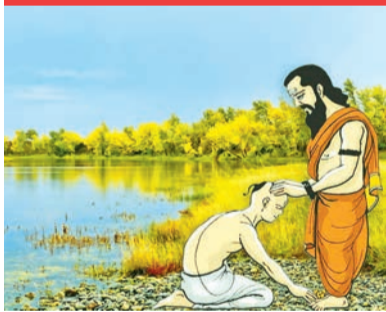
## बुराई जड़ से खत्म करो

कुल्हाड़ी लेकर पेड़ की जड़ को काट दिया और हमेशा के लिए चिंता मुक्त हो गया। इस तरह बुराई की जड़ हमारे मन में होती है। जब तक जड़ को नष्ट नहीं किया जाएगा, मनुष्य को जहरीला बनाने वाले फल आतें रहेंगे।

एक बार की बात है, एक संत थे। जो बहुत ही साधारण तरीके से अपना जीवन निर्वाह करते थे, पर वह बहुत उच्च कोटि के थे। उनके पास 7-8 शिष्य रहते थे। उनमें से एक शिष्य उनके बताए रास्ते पर चलता था। और संत उस शिष्य से बहुत स्नेह रखते थे। धीरे-धीरे उस शिष्य की ख्याति भी बढ़ने लगी। और सभी लोग उसकी मिसाल देने लगे कि शिष्य हो तो ऐसा। और इन सबसे संत बहुत खुश होते थे। एक दिन शिष्य ने संत से कहा कि मैं कुछ समय एकांत में भक्ति करना चाहता हूँ। तो संत ने कहा तुम यहाँ रह के भी भक्ति कर सकते हो और जैसा तुम उचित समझो। शिष्य ने गुरु से इजाजत ली और जंगल की ओर एकांत में निकल गया। ठीक दस साल बाद वह शिष्य अपने गुरु से वापस मिलने आया। सबको मालूम पड़ने पर भी भीड़ इकट्ठा हो गई। और शिष्य की खूब तारीफ हुई और उस शिष्य की चर्चा सभी जगह चल रही थी। संत भी अपने प्यारे शिष्य से मिलकर बहुत खुश थे। उस शिष्य ने कुछ अद्भुत कारनामों भी करे तो वह प्रचलित हो गया। सब जगह शिष्य की चर्चा होने लगी। और दूर-दूर से लोग उससे मिलने आने लगे। इधर संत को चिंता सताने लगी। एक दिन गुरु और शिष्यों को पास ही एक गाँव में जाना था। रास्ते में एक नदी पड़ती थी। उस नदी को पार करने के लिए नाव से जाना पड़ता था। गुरु और सभी शिष्य नाव का इंतजार कर रहे थे। और गाँव के भी बहुत सारे लोग थे। उस शिष्य ने गुरु से कहा कि क्यों ना हम पानी पर चल कर नदी पार कर लें। इस पर गुरु ने कहा पानी पर कैसे चल सकते हैं सब डूब जायेंगे। इतने में शिष्य पानी की ओर बढ़ा और पानी पर चलने

लगा। और उसने सबको कहा कि तुम भी आ जाओ, पर किसी की हिम्मत नहीं हुई। शिष्य को पानी पर चलता देख कर सब हैरत में पड़ गए। और शिष्य की वाहवाही होने लगी। शिष्य ने पानी पर चलकर नदी पार कर ली। और गुरु और बाकी शिष्य ने नाव में बैठकर नदी को पार किया। सभी शिष्यों ने अपने गुरु की चिंता को पढ़ लिया था। जब वापस अपनी कुटिया में सब आ गये तो शिष्यों ने गुरु से कहा कि आपके शिष्य ने आपका नाम रोशन कर दिया और आप खुश नज़र नहीं आ रहे हैं। इतने में वह शिष्य भी वहाँ आ गया और बोला गुरुवर मुझसे कोई गलती हुई हो तो बताइये। गुरु ने कहा कि नहीं कोई गलती नहीं हुई है। शिष्य बोला, या तो मेरी प्रसिद्धि से आपको कोई परेशानी है, क्योंकि आपके चेहरे से साफ झलक रहा है कि आप परेशान हैं। संत ने कहा - मैं बोलना नहीं चाहता था पर तुमने यह कहकर मुझे मजबूर कर दिया। संत ने शिष्य से कहा तुमने जो पानी पर चलकर नदी पार करी तुम्हें बहुत महँगी पड़ी। शिष्य बोला कैसे - मैंने तो नदी फ्री में पार कर ली और मुझे इज्जत भी मिली। गुरु ने हँस कर कहा - जो चीज मात्र पाँच रूपये में पार की जा सकती थी, उसके लिए तुमने अपने दस साल की भक्ति उस चीज में लगा दी। तुमने जरा-सी सिद्धि के पीछे अभी तक के तप-त्याग को बर्बाद कर लिया। और अपनी भक्ति का सौदा कर लिया और ईश्वर के मिलन के सारे रास्ते बंद कर लिए। ये सुनकर शिष्य गुरु के चरणों में गिर पड़ा और दहाड़ मारकर रोने लगा। गुरु को उस पर दया आ गयी। उन्होंने उसे अपने पास रख लिया, पर वो अपने जीवन का अमूल्य समय और तपस्या को खो चुका था।

## गुरु महिमा



## स्मरण रहे

एक फकीर था उसके दोनों बाजू नहीं थे। उस बाग में मच्छर भी बहुत होते थे। मैंने कई बार देखा उस फकीर को। आवाज़ देकर, माथा झुकाकर वह पैसा मांगता था। एक बार मैंने उस फकीर से पूछा - "पैसे तो माँग लेते हो, रोटी कैसे खाते हो?" उसने बताया - "जब शाम उतर आती है तो उस नानाबाई को पुकारता हूँ, ओ जुम्मा! आके पैसे ले जा, रोटियाँ दे जा। वह भीख के पैसे उठा ले जाता है और रोटियाँ दे जाता है।" मैंने पूछा - "खाते कैसे हो बिना हाथों के?"

वह बोला - "खुद तो खा नहीं सकता। आने-जाने वालों को आवाज़ देता हूँ, ओ जाने वालों! प्रभु तुम्हारे हाथ बनाए रखे, मेरे ऊपर दया करो। रोटी खिला दो मुझे, मेरे हाथ नहीं हैं। हर कोई तो सुनता नहीं लेकिन किसी-किसी को तरस आ जाता है। वह प्रभु का प्यारा मेरे पास आ बैठता है। ग्रास तोड़कर मेरे मुँह में डालता जाता है, मैं खा लेता हूँ।"

सुनकर मेरा दिल भर आया। मैंने पूछ लिया - "पानी कैसे पीते हो?" उसने बताया - "इस घड़े को टांग के सहारे झुका देता हूँ तो प्याला भर जाता है। तब पशुओं की तरह झुककर पानी पी लेता हूँ।"

मैंने कहा - "यहाँ मच्छर बहुत हैं। यदि मच्छर लड़ जाए तो क्या करते हो?" वह बोला - "तब शरीर को जमीन पर गड़ता हूँ। पानी से निकली मछली की तरह लोटता और तड़पता हूँ।" देखिए केवल दो हाथ न होने से कितनी दुर्गति होती है! अरे! इस शरीर की निंदा मत करो। यह तो अनमोल रत्न है। शरीर का हर अंग इतना कीमती है कि संसार का कोई भी खजाना उसका मोल नहीं चुका सकता।



**औरंगाबाद-विहार।** शिव जयंती के अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए सदर विधायक आनंद शंकर सिंह, अति. जिला न्यायाधीश संजय कुमार उपाध्याय, ब.कु. सविता, ब.कु. संगीता तथा ब.कु. धनंजय।



**हाजीपुर-राजपूत कॉलोनी(विहार)।** शिव जयंती के अवसर पर आयोजित 'शिव संदेश शोभा यात्रा' को हरी झंडी दिखाते हुए नगर पार्षद निकेत कुमार सिन्हा। साथ ही सेवाकेन्द्र संचालिका ब.कु. अंजली, ब.कु. आरती तथा अन्य।



**झिंझक-कानपुर(उ.प्र.)।** 84वें शिव जयंती महोत्सव में नगर पालिका चेयरमैन संतोष त्रिपाठी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. अर्चना, ब.कु. साधना, ब.कु. रोना तथा अन्य।



**दिल्ली-बवना।** महाशिवरात्रि पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् मंच पर सी.आई.एस.एफ. के डिप्टी कमांडेंट ओमप्रकाश, वाल्मीकि हॉस्पिटल पूट से एम.एस. डॉ. सागर, ब.कु. चन्द्रिका तथा अन्य।



**विहार शरीफ-विहार।** महाशिवरात्रि पर 'शिव संदेश रथ यात्रा' का शिव ध्वज लहराकर शुभारंभ करते हुए डिप्टी इलेक्शन कमिश्नर निवास जी तथा ब.कु. अनुपमा।



**बरेली-उ.प्र.।** त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव के कार्यक्रम के पश्चात् आई.एम.ए. के अध्यक्ष डॉ. राजेश अग्रवाल को ईश्वरीय सौगात भेंट कर आध्यात्मिक चर्चा करते हुए ब.कु. पार्वती।



## कुछ इस तरह से जीना शुरू करें

आप अपने सामने एक छोटा-सा आईना रख लें और आईने में अपने आप को निहारें और निहारते हुए अपने आप से बात करें कि क्या मैं वही हूँ जो आईने में दिख रहा हूँ? चेहरे से भी शायद थोड़ा बहुत बदलाव है या चेहरा भी वैसा ही दिख रहा है? ये बात हम आपको इसलिए कह रहे हैं क्योंकि आजकल आईने भी अलग-अलग तरीके के आते हैं। किसी में चेहरा मोटा, किसी में पतला, जैसा इंसान होता है, वैसा नजर नहीं आता। वो अलग तरीके का नजर आता है। ये बात उन इंसानों की है जो हमारे लिए आईना हैं माना अगर उनमें हम अपने आप को देखने की कोशिश करेंगे तो जैसे वे हैं वैसे हम उनको दिखाई देंगे। और आज दुनिया में यही हो रहा है। क्योंकि व्यक्ति की असलियत, उसका असली स्वभाव, उसका असली संस्कार, जब वो किसी व्यक्ति से मिलता है तो वो मिसमैच कर जाता है। उसके सामने वो थोड़ी देर के लिए तो अच्छा नजर आता है लेकिन बेचारा घर आकर सोचता है कि मैं ऐसा तो हूँ नहीं, फिर भी उसके सामने मैं ऐसा क्यों फील कर गया! जरूर इसमें कुछ न कुछ तो गड़बड़ है, जो हमें हमसे ही अलग कर रहा है। नहीं तो इतना सम्मान मिलने के बाद भी व्यक्ति जब घर आता है और सोने की कोशिश करता है तो उसे नींद

नहीं आती। रात भर जागता रहता है, आपको फिट बिठा लेता हूँ तो समझो वो सो नहीं पाता। अगर वो सच्चा होता, साफ कि मैं अपनी इंसानियत के साथ हूँ।

**हमारी जिन्दगी का एक पहलू ऐसा है जिसको हम शायद नज़रअंदाज़ करके जी रहे हैं। वो पहलू कुछ इस तरह से है जिसमें होने-ना होने की मारिजिन नहीं है लेकिन फिर भी होना पड़ता है। इस पहलू को हम कुछ इस तरह समझ सकते हैं जैसे दूध में चीनी है, उसका पता उसके पीने के बाद चलता है। उसी तरह से जिन्दगी में कुछ बातों का जब हम एहसास करते हैं तब पता चलता है कि कैसे जीवन जीया जा सकता है। तो आइये, इसपर थोड़ा विस्तृत चर्चा करते हैं...**

होता, तो वो बिंदास तरीके से सोता, जागता, रहता। भाव सिर्फ इतना है कि हमें किसी व्यक्ति को अपना आईना नहीं बनाना है। हमें किसी व्यक्ति के जैसा नहीं बनना है। हमें अच्छा इंसान बनना है। और इंसान बनने का पैरामीटर बहुत ही साफ है। जिसके अंदर मूल्य हैं, नैतिकता है, सबके प्रति शुभ-भावना है, सबके लिए एक ही भाव है, ये सारी चीजें एक व्यक्ति के लिए, इंसानियत के लिए एक पैरामीटर है। अगर इस पैरामीटर पर मैं अपने

और यदि मैं नहीं बिठा पाता तो समझो कि दूसरों के द्वारा जो आईना हमें दिखा दिया जाता है, वैसा ही हम अपने आपको मान बैठते हैं। उदाहरण के लिए - कोई बहुत प्रसिद्ध इंसान के साथ आप बैठे हैं और वो आपको कह दे कि आप बहुत अच्छा बोलते हैं, बहुत अच्छा गाते हैं, बहुत अच्छा सबकुछ कर लेते हैं, तो आप बताइये, आपके मन में क्या चलेगा? यही चलेगा कि आपको पता है उन्होंने मेरे लिए ये बात कही, अब वो तो गलत

नहीं बोलेंगे ना! क्योंकि बड़े अनुभवी हैं। अब मैं भले वैसा होऊँ भी ना, तो भी मेरे अंदर भाव कौन-से उत्पन्न होंगे? कि उन्होंने कहा है तो मैं ऐसा ही होऊँगा। लेकिन सच्चाई कुछ और है कि एकचुअल में आप जीरो हैं और मन में आप हीरो बन गये। तो आपको पता है एक चीज़... स्पीरिचुअलिटी, एकचुअलिटी सिखाती है। जो आप वास्तव में हैं। लेकिन एकचुअल में हम जीरो और मन में हीरो, क्योंकि उन्होंने कहा है। उन्होंने मुझे ये सारे कॉम्प्लीमेंट दिये कि आप ऐसे-ऐसे हो। लेकिन मैं तो ऐसा हूँ ही नहीं, वो तो उन्होंने कहा बस मुझे। और यही हर व्यक्ति के साथ हो रहा है इस दुनिया में। एक 'लोक-वासना' शब्द है कि लोगों के द्वारा कहा हुआ, लोगों के द्वारा सुना हुआ। सभी सुन के, देख के खुश हो रहे हैं। अगर ये सही होता, तो हमारा जीवन बदल गया होता। आप एकचुअल में वैसे नहीं हो जैसे लोग आपको कह रहे हैं। इसीलिए जीने में मुश्किल हो रही है। और ये मुश्किलता आज इतनी बढ़ गई है कि इतने बड़े-बड़े काम करने वाले, इतने अच्छे

सोशल वर्क करने वाले भी दुःखी हैं, परेशान हैं, क्योंकि एकचुअल में तारीफ उनकी नहीं हो रही है। उनकी तारीफ ऊपर-ऊपर हो रही है, रीयलिटी में कुछ और है वो, और हम उनके लिए बोल कुछ और रहे हैं।



डॉ. कु. अनुज, दिल्ली

तो आपको पता है, आध्यात्मिकता हमें इंसान के सही पैरामीटर पर जीना सिखाती है, कि चाहे कोई तारीफ करे चाहे ना करे, चाहे कोई कुछ बोले ना बोले, हम जब अपनी शर्त पर जीने लग जाते हैं, जिस शर्त में एक दायरा होता है, एक मर्यादा होती है, एक धारणा होती है, तो ऑटोमेटिकली हम अपने ओरीजनल स्वरूप में आ जाते हैं और इसी स्वरूप की कल्पना आज दुनिया कर रही है। पूरी जिन्दगी लोगों को खुश करना, लोगों को इम्प्रेस करना, लोगों के साथ रहना, लोगों से मिलना, लोगों के लिए काम करना, यही चलता है। इसी को तो 'लोक-वासना' कहते हैं। मतलब लोगों की चाह, लोगों से सबकुछ लेने की चाह। और ये चीज़ हमें हमारे ओरीजनल स्वरूप के साथ रहने नहीं दे रही - शेष पेज 11 पर...

### उपलब्ध पुस्तकें जो आपके जीवन को बदल दें



**प्रश्न : मेरा नाम पायल है। मैं एक स्टूडेंट हूँ। और मैंने इंजीनियरिंग की है। मेरे साथ हमेशा एक प्रॉब्लम रहती है कि मैं किसी भी रूटीन को कंटेन्स नहीं कर पाती हूँ। कोई भी आदत या रूटीन मैं 2 या 3 दिन ही फॉलो कर पाती हूँ उसके बाद कोई न कोई कारण से वो डिस्टर्ब हो जाता है। इसीलिए मैं ना तो कुछ नया सीख पाती हूँ और ना ही कुछ कर पाती हूँ। और साथ ही जो मैं गवर्नमेंट एग्जाम की तैयारी कर रही हूँ उसे भी मैं वलीयट कर लूँ, इसके लिए मुझे क्या करना चाहिए?**

**उत्तर :** पायल जी आप एग्जाम के लिए रोज एक घंटा 21 दिन का योग अभ्यास कर लें। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, सफलता मेरा जन्म सिद्ध अधिकार है। ये स्वमान पाँच बार याद करें। इसका बहुत अच्छा इफेक्ट पड़ेगा। इससे आपको एग्जाम में सबकुछ क्लीयर हो जायेगा। रही बात उस चीज़ की ये कि कोई भी चीज़ में स्थिर नहीं हैं। 2-3 दिन के बाद किसी को अरुचि हो जाती है। किसी की वो चीज़ चेंज हो जाती है स्वतः ही। इसको बैलेन्स में लाने के लिए भी ये दो बहुत अच्छे अभ्यास कर लें। एक अशरीरीपन का और उसी के साथ स्वमान का। मैं आत्मा इस देह में भुक्त हूँ। इस देह की मालिक हूँ। और साथ ही स्वमान जैसे मैं एक महान आत्मा हूँ। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं विजयी हूँ, मैं मास्टर क्रियेटर हूँ, साथ-साथ मैं ये संकल्प भी कर लें कि मेरा ये रूटिन अनबैलेन्स है वो बैलेन्स में आ रहा है, अब मैं एक ही चीज़ को लम्बे काल तक कर सकूँगी। अब एक ही चीज़ को मैं जीवन में अच्छी तरह सीख सकूँगी। इस सुन्दर संकल्प से आपकी जो मानसिक शक्तियाँ हैं उसकी ओर डाइवर्ट हो जायेंगी। और आपकी जो कमजोरी है वो सचमुच पूरा जीवन आपको तंग कर सकती हैं। उससे मुक्त हो जायेंगी।

**प्रश्न : मेरा नाम नितेश है। मैं एक कुमार हूँ। मुझे ज्ञान में चलते हुए सात साल हो गए हैं। मैं ये पूछना चाहता हूँ कि मेरा जो भाई है वो क्रिकेट पर सट्टे लगाता है और बहुत कमाता है तो मुझे भी इच्छा होती है कि मैं भी लगाऊँ, वो लगातार सट्टे के द्वारा जितता है तो क्या पाप कर्म है? और क्या बाबा को ये स्वीकार होगा? कृपया गाइड कीजिए।**

**उत्तर :** लोगों ने अपना धंधा तो बना लिया है लेकिन जो ईश्वरीय मार्ग पर चल रहे हैं उनको ये कार्य नहीं करने हैं। और ना ये शिव बाबा को प्रिय हैं। अपनी मेहनत से कमाया गया धन ही मनुष्य के लिए सुखदाई होता है। और वैसे भी लोग इसमें परेशान रहते हैं जब ये सट्टे खेलते हैं और पुलिस छाप मार रही होती है। तो वास्तव में ये राजयोग के पथ पर चलने वालों का काम नहीं है। ये कार्य उचित

नहीं है, रॉयल भी नहीं है। और हम श्रेष्ठ ब्राह्मण परिवार से जुड़े हुए हैं तो ये हमारी मर्यादाओं के अनुकूल भी नहीं है। मैंने बहुत देखे हैं जिनके पास बहुत पैसा होता है, ऊँचे पद पर होते हैं लेकिन वो सुख से वंचित होते हैं। इसीलिए अपनी मेहनत से कमाया हुआ धन ही हमें सुख देता है।

**प्रश्न : सुबह उठते ही कौन-सा संकल्प करें और किस स्वमान का अभ्यास करें?**

**उत्तर :** आत्मा का मूल स्वधर्म ही शांति है।

1. अतः प्रातः उठते ही यह संकल्प करें कि मैं आत्मा शांत स्वरूप हूँ, मस्तक के बीच चमकता हुआ एक दिव्य सितारा हूँ। मुझ सितारे में शांति की शक्तियाँ समाई हुई हैं, मुझ आत्मा सितारे से शांति की तरंगें फैल रही हैं। मन शांत होता जा रहा है,

### मन की बातें

- राजयोगी ब्र. कु. सूर्य



संस्कार दिव्य बनते जा रहे हैं। आत्मा से शांति की किरणें मस्तक से पूरे शरीर में फैल रही हैं, अंग-अंग शीतल होता जा रहा, कर्मेन्द्रियाँ शांत होती जा रही हैं, ये शांति की शक्तियाँ शरीर से पूरे घर में और घर से पूरी प्रकृति में प्रवाहित हो रही हैं। प्रकृति के पाँचों तत्व शांत होते जा रहे हैं, वातावरण दिव्य बनता जा रहा है। (कम से कम 15 मिनट तक इसका अभ्यास करें, बाकी जितना चाहे समय आप बढ़ा सकते हैं)

2. दूसरा इसी के साथ ही एक और अभ्यास करें, मुझ आत्मा का पिता स्वयं परमपिता परमात्मा शिव परमधाम को छोड़कर मेरे लिए, मुझ आत्मा को शांति से भरपूर करने के लिए परमधाम से मेरे समीप आ चुके हैं और शांति के सागर परमात्मा शांति की लहरें मुझ आत्मा पर बरसा रहे हैं, शांति की बरसात हो रही है। मैं कितना भाग्यशाली हूँ कि स्वयं परमात्मा ही मेरा पिता है और मुझे सर्वशक्तियाँ देने मेरे समक्ष आये हुए हैं। परमात्मा शिव से शांति की शक्तियाँ पाकर मैं आत्मा धन्य-धन्य हो रही हूँ और मुझ आत्मा की लाइट और भी बढ़ती ही जा रही है और मैं आत्मा शांति सागर की लहरों में लहरा रही हूँ।

(कम से कम 15 मिनट तक इसका अभ्यास करें)

**प्रश्न : मैं एक कन्या हूँ। नौकरी के लिए तैयारी कर रही हूँ। मेरे परिवार वाले सभी इस विद्यालय से जुड़े हुए हैं। पापा आर्मी में थे, एक साल पहले ही रिटायर हुए हैं। और हम तीन बहनें हैं मैं सबसे बड़ी हूँ, घर में अभी किसी के पास नौकरी नहीं है। सबको कुछ न कुछ शारीरिक कष्ट बना ही रहता है। तो कृपया मुझे योग का कोई ऐसा तरीका बताएं ताकि हम निर्विघ्न हो सकें।**

**उत्तर :** आप दो संकल्पों को अपने मुख्य संकल्प बना लें। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और विघ्नविनाशक हूँ। उठते ही इसको याद करें सात बार। सोते समय भी याद करें। और इसके साथ आधा घंटा सुबह और आधा घंटा शाम को मेडिटेशन भी करें। आपके परिवार में अच्छी स्थिति रहेगी। धन का भी अभाव नहीं रहेगा। आपकी जो तबीयत खराब रहती है वो भी ठीक रहेगी। वायब्रेन्स बहुत अच्छे हो जायेंगे। योग अभ्यास में अभ्यास करना है कि परमात्मा की किरणें सीधे मुझ पर आ रही हैं। हम गॉडली एनर्जी को रिसिव कर रहे हैं। बीच-बीच में आप कर सकते हैं, ये नहीं कि आप घंटों बैठे रहें। बीच-बीच में एक-एक मिनट, दो-दो मिनट, तीन-तीन मिनट ऐसा अनुभव करें। और जो आपने बताया कि आपके घर में किसी के पास अभी जॉब नहीं है तो उसके लिए आपको विघ्नविनाशक का अभ्यास करना है। दूसरा 21 दिन के लिए स्पेशल अभ्यास मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है, इस स्वमान के द्वारा एक घंटा अच्छा योग करेंगे। तो सब ठीक हो जायेगा। बहुतेकों के अनुभव रहे हैं कि 21 दिन के अभ्यास से उनको एक अच्छी जॉब मिल गई।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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





जिस क्षण से बच्चा जन्म लेता है, उसी क्षण से उसके सम्बन्ध जुड़ना शुरू हो जाते हैं। जिसकी गोद से वह जन्म लेता है, वह उसकी 'माता'

जोल और लेन-देन अलग तरह के होते हैं।

दफ्तर या कारखाने, या व्यापार-व्यवसाय में जिनके साथ हम काम करते हैं, उनके साथ

सम्बन्धों के अनुरूप ही हम कर्म करते हैं और कर्मों पर आश्रित ही हमारे सम्बन्ध होते हैं। हमारे वर्तमान कर्म हमारे भविष्य के सम्बन्धों के निर्माता होते हैं। कर्म और सम्बन्ध हमारे जीवन के मौलिक सत्य हैं और हमारे सुख-दुःख भी इन्हीं से जुड़े हुए हैं। इनके अस्तित्व को ही न मानना अथवा इन्हें मिथ्या मानना वास्तव में मिथ्या दर्शन है। अतः जो दार्शनिक यह कहते हैं कि जगत मिथ्या है अभी संसार बना ही नहीं है अथवा यह दृश्यमय विश्व भ्रान्ति मात्र है, वे स्वयं ही भ्रान्ति में हैं। भ्रान्त अथवा मिथ्या मत से समस्या का हल नहीं होने वाला है।

जो चाहते हैं कि हमें मुक्ति प्राप्त हो, उनकी इस इच्छा से ही स्पष्ट है कि बन्धन सत्य है। बन्धन सत्य होने से संसार भी सत्य है। संसार सत्य है तो कर्म और सम्बन्ध भी सत्य हैं क्योंकि इनके बिना तो संसार भी संसार नहीं। यदि कर्म और सम्बन्ध सत्य हैं और उन्हीं से हमारे सुख-दुःख जुड़े हुए हैं तो व्यवहार का महत्व है क्योंकि जीवन-यात्रा प्रवृत्ति मार्ग पर होती है। अतः दुःख या समस्या का यह हल नहीं है कि हम यह मिथ्या बात मान लें कि संसार बना ही नहीं है बल्कि हमें तो अपनी प्रवृत्ति को दिव्य एवं पवित्र बनाना होगा।

फिर, यदि हम कर्म करते हैं और कर्मों के आधार पर ही हमें शरीर और सम्बन्ध मिलते हैं तो हमें अपने कर्मों का हिसाब-किताब चुकता करना होगा और आगे के लिये कर्म-खाता न बने, उसके लिये साधन अपनाना होगा या साधना करनी होगी। इसी कारण कहा गया है कि 'न्यारे और प्यारे बनें' क्योंकि सम्बन्ध हैं तो उनमें 'प्यार' भरना पड़ेगा और उस प्यार तथा सम्बन्ध के परिणामस्वरूप कर्मों का हिसाब-किताब न बने, उसके लिये 'न्यारा' (साक्षी) होकर व्यवहार कर्म करना होगा।

कई लोग कर्म को मानते हैं और सम्बन्ध को भी मानते हैं तथा संसार एवं सुख-दुःख के अस्तित्व को भी स्वीकार करते हैं परन्तु वे इस तथ्य पर गम्भीरता से विचार नहीं करते कि कर्मों का कर्ता और सुख-दुःख का भोक्ता शरीर से अलग है। शरीर तो कर्मन्द्रियों का संघात है अथवा साधन समुच्चय है। शरीर द्वारा तो कर्म किया जाता है और सुख-दुःख भोगा जाता है परन्तु इस साधन अथवा माध्यम का 'प्रयोक्ता' तो इससे भिन्न है। शरीर तो 'प्रयोग की चीज' है, 'प्रयोजन' तो शरीर से अलग ही किसी सत्य चेतना का है। शरीर तो 'ज्ञेय' (जानने के योग्य) है, इसका भी 'ज्ञाता' तो इससे अलग है। शरीर तो हमारे चिन्तन अथवा चेतना का एक विषय है परन्तु 'चिन्तक' या चेतन तो इससे अलग, इसका

स्वामी है। शरीर तो भोग्य अथवा भोगने का साधन है, भोक्ता तो अलग है। शरीर तो उपकरणों का संघात है, उपभोक्ता इससे अलग है। शरीर अनुभव एवं सूचना का माध्यम है, अनुभव-कर्ता भिन्न है। शरीर की स्वस्थता-अस्वस्थता, युवा या वृद्ध अवस्था अथवा उसकी बनावट और सजावट पर ध्यान देने वाला तो उससे अलग चेतन ही है। संसार के अस्तित्व को न मानना तो भ्रान्ति अथवा अज्ञानता है ही परन्तु स्वयं के अस्तित्व को न मानना तो अज्ञानता की पराकाष्ठा ही है। इस घोर अज्ञान के परिणामस्वरूप घोर पाप और कलह-युग (कलियुग) है। शरीर ही सब-कुछ है अथवा केवल मात्र सत्ता है' - ऐसा मानने से ही तो लूट-खसूट, फरेब और झूठ तथा झगड़ा और फूट है। इससे ही यह दुनिया जर्जरीभूत हो गई है और विनाश की ओर बढ़ रही है। अब बेहतर दुनिया बनाने के लिये नया ज्ञान मिल रहा है जोकि अब तक के युग-युगान्तर के दर्शनों से पूर्णतया भिन्न है।

उस दर्शन का मूल सूत्र यह है कि जगत् सत्य है, आत्मा भी सत्य है, सम्बन्ध तथा कर्म जीवन से जुड़े ही हुए हैं और इनको श्रेष्ठ बनाना ही ज्ञान है। नैतिक, सामाजिक या आध्यात्मिक मूल्य इसी के लिये हैं। दिव्य गुणों की धारणा की जरूरत भी सम्बन्धों और कर्मों में दिव्यता लाने के प्रयोजन से है। योगाभ्यास की आवश्यकता भी इन्हें ही सात्विक, स्नेह-युक्त और शक्तिशाली बनाने के लिये तथा कर्म-बन्धन से मुक्त होने के लिये है। इन्हें सीख कर तथा इनका अभ्यास करते हुए हमें यह ध्यान रखना है कि हमारे सम्बन्ध 'बन्धन' न बनें और हमारे कर्म 'विकर्म' की श्रेणी के न हों। सम्बन्ध और कर्म तो सतयुग में भी होते हैं परन्तु तब ये 'बन्धन' और 'विकर्म' नहीं होते। कर्मों की गुह्य गति को जानकर इन्हें दिव्य बनाना ही देवता बनना है। इस ज्ञान या पुरुषार्थ के लिये ये बहाना बनाना कि मेरे पास समय ही नहीं है, महा भूल है। लगातार ही इस भूल में रहना मोह-निद्रा है। लगातार मोह-निद्रा तो एक प्रकार की मूर्छा है। लगातार मूर्छा घातक है। इसलिए, जाग सके तो जाग, अब मोह-निद्रा को त्याग और भूल को छोड़कर भाग।



डॉ. कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

## महा भूल और मोह-निद्रा

कहलाती है और उस (माता) का पति उस शिशु का 'पिता' कहलाता है। फिर तो सम्बन्धों की श्रृंखला-सी बन जाती है। कोई भी ऐसा 'शिशु' नहीं होता जिसकी 'माता' न हो।

अतः 'सम्बन्ध' ही से जीवन का प्रारम्भ होता है। इस प्रकार के सम्बन्ध तो दैहिक सम्बन्ध हैं। ये लौकिक परिवार में व्यक्ति के नाते हैं और वह इनके आधार पर मेल-मिलाप और लेन-देन करता है। इनका अपने प्रकार का महत्व है और उत्तरदायित्व तथा अधिकार भी। परन्तु इनके अलावा भी कई प्रकार के सम्बन्ध होते हैं।

उदाहरण के तौर पर जिनके साथ व्यक्ति खेलता, हंसी-विनोद करता या मेल-मिलाप या मित्र-भाव से लेन-देन का नाता तथा आना-जाना रखता है, वे दोस्ताना सम्बन्ध कहलाते हैं। वे हमारे 'सुहृद्', 'मित्र', 'दोस्त', 'सखा' इत्यादि कहलाते हैं। इसी प्रकार जो एक-साथ पढ़ते हैं या एक गुरु के शिष्य होते हैं, वे 'सहपाठी' या 'गुरु-भाई' कहलाते हैं। इन नातों के ठहर-ठहराव और लेन-देन या शिष्टाचार अलग प्रकार के होते हैं। जो हमारे आवास के निकट या आस-पास रहते हैं, वे इस निकटता के नाते के कारण 'पड़ोसी', 'पार्श्ववर्ती', 'प्रतिपार्श्विक' या 'हमसाये' कहलाते हैं। हमसायेपन के नाते से मेल-

हमारे अलग प्रकार के नाते होते हैं। उनमें से कई अधीन या सहायक, कई सहायक या सहकर्मी, वरिष्ठ, प्रधान या मुख्य, कई संयुक्त अधिकारी, कई भागीदार और सहकर्मचारी इत्यादि होते हैं। ये नाते का 'य', यो 'ग' या आ 'र' अधिकार के आधार पर होते हैं। इनका दैहिक जन्म से कोई नाता नहीं होता।



कोई मकान हम किराये पर लेते या देते हैं तो 'स्वामी' और 'किरायेदार' का नाता होता है और एक ही नगर के निवासी होने के नाते एक नगर-निवासी का नाता होता है।

कहने का भाव यह है कि कोई भी व्यक्ति संसार में अकेला या सदा के लिये अकर्मण्य तो रह नहीं सकता, अतः अन्य लोगों से उसके किसी-न-किसी प्रकार के सम्बन्ध होते ही हैं। सम्बन्धों के बिना कर्म या जीना ही असम्भव-सा होता है। मनुष्य का कर्तव्य, उत्तरदायित्व या अधिकार इत्यादि भी इन्हीं नातों पर जुड़े होते हैं। उदाहरण के तौर पर पुत्र को पिता से पैतृक सम्पत्ति का प्राप्त होना, पत्नी को पति से रक्षा तथा सुख-सुविधा मिलना इत्यादि इन्हीं सम्बन्धों पर आश्रित हैं।

हम किराये पर लेते या देते हैं तो 'स्वामी' और 'किरायेदार' का नाता होता है और एक ही नगर के निवासी होने के नाते एक नगर-निवासी का नाता होता है। कहने का भाव यह है कि कोई भी व्यक्ति संसार में अकेला या सदा के लिये अकर्मण्य तो रह नहीं सकता, अतः अन्य लोगों से उसके किसी-न-किसी प्रकार के सम्बन्ध होते ही हैं। सम्बन्धों के बिना कर्म या जीना ही असम्भव-सा होता है। मनुष्य का कर्तव्य, उत्तरदायित्व या अधिकार इत्यादि भी इन्हीं नातों पर जुड़े होते हैं। उदाहरण के तौर पर पुत्र को पिता से पैतृक सम्पत्ति का प्राप्त होना, पत्नी को पति से रक्षा तथा सुख-सुविधा मिलना इत्यादि इन्हीं सम्बन्धों पर आश्रित हैं।

### कुछ इस तरह.....

- पेज 10 का शेष...

है। अब हमको करना क्या है? अपने आप को थोड़ा-सा बैठकर समझाना है कि मेरा मन मेरा है, मेरी बुद्धि मेरी है, फिर मैं दूसरों को अपना आईना बनाने की कोशिश क्यों कर रहा हूँ! मैं जो हूँ, अपने आप को स्वीकार क्यों नहीं कर पा रहा हूँ! तो आध्यात्मिकता हमें हमारे ओरीजनल स्वरूप के साथ जीना सिखा देती है। हम दिन-रात एक ही प्रैक्टिस करते हैं कि हम अपने आप को सही रीति से पहचान लें। अंग्रेजी में कहते हैं, एजुकेशन गिव्स अस गोल्ड मेडल, बट स्पीरिचुअलिटी गिव्स अस गोल्डन मोमेन्ट्स। क्योंकि गोल्ड मेडल हमेशा तो नहीं मिलेगा, जब तक आप हैं, कुछ कर रहे हैं, तो मिल जायेगा। लेकिन गोल्डन मोमेन्ट हर पल हम बना सकते हैं, अपनी सोच से, अपने संकल्पों से।

तो हे मानव! जागो, खुद को पहचानो, परमात्मा को अपना आईना बनाओ, उस आईने में अपने आप को निहारो, खुद को गुणों से संवारो और बन जाओ हीरो। यही है जीवन का अंतिम सत्य कि सबकुछ भूलना पड़ेगा, तब ही जाकर हम सही जीवन जीने लग जायेंगे। तो भूलने से शांति है, यही जीवन का वो पहलू है जिसे हम नजरअंदाज करते आये हैं। तो चलो, जी लेते हैं जिन्दगी, जी भरके।



सिधौली-उ.प्र.। महाशिवरात्रि के पावन पर्व पर ईश्वरीय मर्यादाओं पर चलने की प्रतिज्ञा करते हुए ब्र.कु. योगेश्वरी, ब्र.कु. रश्मि तथा अन्य भाई-बहनें।



वरिया-उ.प्र.। 'प्रभु दर्शन भवन' के उद्घाटन अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए राज्यमंत्री आनंदस्वरूप शुक्ल, विधायक सुरेन्द्रनाथ सिंह, ब्र.कु. रुक्मिणी दीदी, मा. आबू, ब्र.कु. संगीता दीदी, पटना, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. पुष्पा दीदी तथा अन्य।



भरतपुर-राज.। 84वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव के अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए हेदर अली जैदी, आई.पी.एस., पुलिस अधीक्षक, नागेश चौधरी, जॉइंट डायरेक्टर, प्रशुपालन विभाग, कृष्ण कुमार खंडेलवाल, असिस्टेंट कमिश्नर, देवस्थान विभाग, गिरीश चौधरी, डिप्टी मेयर, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. बबिता तथा अन्य।



रोहतक-हरियाणा। त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव में महंत श्री बालकनाथ जी एवं वरिष्ठ उद्योगपति राजेश जैन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रक्षा।



मथुरा-गोपालपुरा(उ.प्र.)। महाशिवरात्रि के निमित्त आयोजित पंद्रह दिवसीय कार्यक्रम के दौरान जन-जन को परमात्म संदेश देने तथा व्यसन और बुराईयों को छुड़ाने के लिए शिव की मनमोहक बारात की झांकी निकाली गई। इस अवसर पर उपस्थित रहे स्थानीय संचालिका ब्र.कु. कृष्णा दीदी तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



# महाशिवरात्रि पर शहर में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा भव्य आयोजन



कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. सुनंदा, ब्र.कु. सुमंगला, कलेक्टर डॉ. एच.आर. महादेव, ब्र.कु. डॉ. दीपक हरके, ब्र.कु. गंगाधर, पूज्य श्री गोविंद महाराज, ज्ञानी दरबार सिंह, मैनेजर, गुरूनानक झीरा साहेब तथा अन्य।

**बीदर-कर्नाटक**। महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज़ के शिव शक्ति भवन द्वारा शहर में आयोजित पाँच दिवसीय कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए माउंट

ने कहा कि मोबाइल से मोबाइल डायरेक्ट कनेक्ट नहीं होता, बल्कि साइटेलाइट के थ्रू ही कनेक्ट होता है, ठीक उसी तरह हम सभी मनुष्य भी परमात्मा से कनेक्टेड

परिवार है। इस तरह हम विश्व में शांति स्थापित कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि हर मनुष्य को दुःखों से मुक्ति दिलाने के लिए परमात्मा का अवतरण होता है, जो हो चुका है। इसी की यादगार रूप में हम शिवरात्रि मनाते हैं।

राजयोगी ब्र.कु. मंजुनाथ ने 'वर्तमान समय में मन शुद्धि की आवश्यकता' विषय पर अपने विचार रखते हुए कहा कि अलग-अलग बातों में विभाजित होने से ही मन कमजोर, अशांत और दुःखी होता है। मन को सशक्त करने का राजयोग ही कारण

## मेले में आकर्षण का केन्द्र

- ओमशान्ति मीडिया के शिव अवतरण न्यूज़पेपर के लार्जस्ट होर्डिंग
- होलोग्राफिक शिवलिंग दर्शन
- वंडर बुक ऑफ रिकॉर्ड्स में बीदर का नाम दर्ज
- विभिन्न कलाकारों द्वारा रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन

आबू से आये ओमशान्ति मीडिया के संपादक राजयोगी ब्र.कु. गंगाधर

हैं। उसी नाते से हम एक के हैं, विश्व एक है और एक विश्व



बिगगेस्ट न्यूज़ पेपर के वर्ल्ड रिकॉर्ड का सर्टिफिकेट ब्र.कु. सुमंगला तथा ब्र.कु. सुनंदा को देते हुए डॉ. गुरूरामस्वर्ण श्री। साथ हैं कलेक्टर डॉ. महादेव, ब्र.कु. गंगाधर, डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके तथा अन्य।

माध्यम है। इस अवसर पर इंटरनेशनल वन्डर बुक ऑफ रिकॉर्ड्स के मुख्य संयोजक डॉ लयन नरेंद्र गौड, राष्ट्रीय संयोजिका बहन डॉ गुरुराम स्वर्ण श्री, ब्र.कु. सुमंगला, ब्र.कु. सुनंदा, डॉ. ब्र.कु. दीपक हरके, जिलाधिकारी डॉ. एच.आर. महादेव, पूज्य श्री गोविंद महाराज आदि गणमान्य अतिथियों की उपस्थिति में विश्व के सबसे बड़े

समाचार पत्र तथा होलोग्राफिक शिवलिंग का उद्घाटन किया गया। कार्यक्रम में वंडर बुक ऑफ रिकॉर्ड्स की राष्ट्रीय संयोजिका डॉ. गुरुरामस्वर्ण श्री के द्वारा बिगगेस्ट न्यूज़ पेपर के वर्ल्ड रिकॉर्ड के लिए ब्र.कु. सुमंगला तथा ब्र.कु. सुनंदा को मेडल तथा बैज देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में आगे बीदर के विविध क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्यक्रम करने

के लिए जिला प्रशासन द्वारा सम्मानित 14 व्यक्तियों को ईश्वरीय सौगात तथा शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया गया। ब्र.कु. सरस्वती ने कार्यक्रम का संचालन किया। इस अवसर पर महाराष्ट्र, तेलंगाना, कर्नाटक के मुख्य समाचार पत्रों के प्रतिनिधि तथा सामाजिक एवं राजनीतिक क्षेत्र से जुड़ी विशेष हस्तियां भारी संख्या में उपस्थित रहीं।

## श्रीमद्भगवद्गीता महासम्मेलन का सफल आयोजन



**महेशाणा-गुज.**। श्रीमद्भगवद्गीता ज्ञान में कोई भी असम्भव बात नहीं है। हम जिस क्षेत्र में हैं, उसमें धर्म से कर्म करें, अधर्म के मार्ग को त्याग कर धर्म के मार्ग पर चलेंगे तभी हमें श्रेय मिलेगा। उक्त विचार गीता विदुषी राजयोगिनी ब्र.कु. वीणा ने गॉडली पैलेस में आयोजित "श्रीमद्भगवद्गीता महासम्मेलन" में व्यक्त किये। आनर्त संस्कृत-संस्कृति स्वध्याय संस्थान के अध्यक्ष मणि भाई प्रजापति ने कहा कि जब मनुष्य सच्चा आत्म ज्ञान प्राप्त करता है तब मनुष्य के अंतःकरण में व्याप्त आसुरी संपदा पर दैवी संपदा की विजय होती है और मानव चरित्रवान, गुणवान बनता है। बाकी हिंसक युद्ध की बात गीता

में कहीं नहीं लिखी हुई है। विश्व हिन्दू परिषद् गुजरात के प्रमुख दिलीप त्रिवेदी ने कहा कि सर्व दार्शनिकों, चिंतकों, विद्वानों ने गीता को सर्वोपरि कहा है। जिसमें भगवान अर्जुन की आत्मा को कहते हैं, मामकम शरणम ब्रज। अर्थात् हे अर्जुन रूपी आत्मा, मुझ एक की शरण में आने से संसार की सर्व समस्याएं दूर हो जाती हैं। ब्रह्माकुमारीज़ के एडिशनल सेक्रेटरी ब्र.कु. बृजमोहन ने 'गीता में वर्णित युद्ध हिंसक या अहिंसक' विषय को स्पष्ट किया। ब्रह्माकुमारीज़ की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि आत्मा के अन्दर ऐसी शक्ति है जो इस कर्मेन्द्रिय रूपी शरीर को चलाती

### गीता सम्मेलन में...

कृष्णचंद्र वर्ल्ड योगा पूर्ण संस्थान के अध्यक्ष एवं मैनेजिंग ट्रेट्री कृष्णकांत बारोट एवं मौलवी जनाब हजरत साहब सादुल्लाखान दादा ने दादी रतनमोहिनी जी को मोमेंटो देकर एवं शॉल पहनाकर सम्मानित किया। इस कार्यक्रम में विद्वानों, चिंतकों, संत, महासंत, मौलवी, विभिन्न युनिवर्सिटी के कुलपति, अधिकारीगण, जजेज़, वकील, उद्योगपति, बिज़नेसमैन, शैक्षणिक संस्था के ट्रेट्री, आचार्य, शिक्षक, एवं इस क्षेत्र से जुड़े 300 महानुभाव शामिल हुए।

है। हम स्वयं को आत्मा समझ निराकार परम शक्ति परमात्मा के साथ बुद्धि का तार जोड़ेंगे तो अनेक बुराईयां एवं अवगुण पर विजय प्राप्त कर सकेंगे। महेशाणा के एडिशनल एवं सेशन जज हेमन्त रावल ने कहा कि भारत भूमि धर्म क्षेत्र है, न्याय क्षेत्र है, कर्म क्षेत्र है, भारत विश्व गुरु है। ग्राम विकास प्रभाग की अध्यक्ष ब्र.कु. सरला दीदी ने सभी मेहमानों का स्वागत किया।



**लखनऊ-गोमती नगर।** 'कॉल ऑफ टाइम' विषयक कार्यक्रम का जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्र.कु. शिवानी के साथ दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मुकेश मेश्राम, आई.ए.एस., आलोक रंजन, आई.ए.एस., पूर्व मुख्य सचिव, उ.प्र. सरकार, दीपक त्रिवेदी, आई.ए.एस., चेयरमैन, बोर्ड ऑफ रेवेन्यू, ब्र.कु. राधा दीदी तथा अन्य गणमान्य लोग।

## ब्रह्माकुमारीज़ भ्रातृत्व का पाठ पढ़ाने वाली एकमात्र संस्था

**नेपाल-बीरगंज।** महाशिवरात्रि के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'सर्व धर्म सद्भाव स्नेह मिलन' कार्यक्रम में माननीय सांसद हरिनारायण रौनियार ने कहा कि आज यत्र-तत्र धर्म और सम्प्रदाय के नाम पर दंगा-फसाद तथा हिंसा की आग जल रही है। वर्तमान समय की स्थिति को बदलने व विश्व को एकता, भातृत्व तथा सहिष्णुता का पाठ पढ़ाने वाली एकमात्र ब्रह्माकुमारी संस्था है। नेपाल की निर्देशिका राजयोगिनी ब्र.कु. राज दीदी ने कहा कि संसार में कोई भी चाहे जाति, वर्ग, धर्म और रंग में आबद्ध मानव हों, लेकिन वे सभी एक ही ईश्वर पिता की संतान हैं। शांति, अहिंसा, प्रेम और एकता में ही मानव का उज्वल भविष्य निहित है। इस



अवसर पर प्रदेश सभासद रमेश प्रसाद पटेल, प्रदेश सभासद राजेश्वर प्रसाद साह, प्रदेश सभासद प्रहलाद गिरी, प्रदेश सभासद अब्दुल रहिम अंसारी, प्रदेश सभासद भिमा यादव, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक ब्र.कु. रामसिंह ऐर, मुख्य संचालिका ब्र.कु. रविना तथा लगायत के विशिष्ट अधिवक्तागणों ने भी कार्यक्रम को सम्बोधित किया।

## शिवदर्शन आध्यात्मिक मेले में उमड़ा जन सैलाब



**रायपुर-छ.ग.**। शिव जयंती के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'शिव दर्शन आध्यात्मिक मेला' का उद्घाटन करने के पश्चात् गृह सचिव अरुण गौतम ने कहा कि ये मेला सभी लोगों के लिए रोचक एवं दर्शनीय है। मेले से जीवन

प्रसन्न एवं हर्षित अनुभव कर रहा है। यह सभी के लिए दर्शनीय है। क्षेत्रीय निर्देशिका ब्र.कु. कमला दीदी ने कहा कि यह मेला सभी के लिए प्रेरणादायी सिद्ध होगा। साथ ही उन्होंने सभी को मेले का अवलोकन कर लाभ लेने को कहा।