

शिव आमंत्रण

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण

वर्ष 07 अंक 72 हिन्दी (मासिक) जनवरी 2019 सिरोंही पृष्ठ 16 मूल्य ₹ 9.50

07

हमें सतयुगी रास्ते पर
चलना ही होगा...

09

ब्रह्माकुमारी का जीवन
दिखता है फरिश्ते समान...

दादी के 103वें जन्म दिवस पर विशेष...

मात्र चौथी कक्षा तक पढ़ी, 46 हजार बहनों की अलौकिक मां, 103 साल की उम्र में एक साल में की 50 हजार किमी की यात्रा, आज भी 12 घंटे विश्व की सेवा में सक्रिय

दादी जानकी एक अद्भुत व्यक्तित्व...

- 1916 में हैदराबाद सिंध प्रांत में जन्म
- 1970 में पहली बार विदेश सेवा पर निकलीं
- 2007 में ब्रह्माकुमारी की मुख्य प्रशासिका बनीं
- 100 देशों में अकेले पहुंचाया राजयोग का संदेश
- 140 देशों में संस्थान के सेवाकेंद्र
- 21 वर्ष की आयु में जुड़ी संस्थान से

भारतीय संस्कृति के विदेश में रोपे बीज...

वर्ष 1970 में दादी जानकी पहली बार विदेशी जमीं पर मानवीय मूल्यों का बीज रोपने के लिए निकलीं। दादी ने भले ही चौथी तक पढ़ाई की थी परन्तु प्यार, स्नेह, अपनापन और मूल्यों की भाषा ने विदेशी जमीं पर भारतीय संस्कृति को स्थापित कर दिया। धीरे-धीरे यह कारवां बढ़ता रहा। आज विश्वभर में लोग भारतीय आध्यात्म और राजयोग मेंडिटेशन को दिनचर्या में शामिल कर जीवन को नई दिशा दे रहे हैं। आज भी दादी पूरे विश्व का चक्कर लगाती हैं। दादी अभी भी प्रातः 3 बजे उठ जाती हैं। राजयोग मेंडिटेशन के साथ आध्यात्मिक मूल्यों का मंथन, लोगों से मिलना-जुलना आदि अपने तय समय पर ही करती हैं। इसके बाद दिन में कुछ आराम कर वापस सायंकालीन ध्यान मेंडिटेशन और फिर रात्रि 10 बजे तक सो जाती हैं। करीब 10 से 12 घंटे तक आज भी सेवा में संलग्न रहती हैं।

एक साल में 50 हजार किमी की यात्रा

दादी उम्र के इस पड़ाव पर भी इतनी ऊर्जावान हैं कि पिछले एक वर्ष में उन्होंने भारत सहित दुनिया के कई देशों का चक्कर लगाते हुए 50 हजार किमी की यात्रा तय की है। जो अपने आप में एक विश्व रिकार्ड है। इतनी यात्रा के बाद भी उनमें आज भी युवाओं जैसा उत्साह देखा जा सकता है।

स्वच्छ भारत मिशन की हैं ब्रांड एंबेसेडर

ब्रह्माकुमारी की पूरे विश्व में साफ-सफाई और स्वच्छता को लेकर विशेष पहचान रही है। देश में स्वच्छता को बढ़ावा देने के लिए भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने दादी जानकी को स्वच्छ भारत मिशन का ब्रांड एंबेसेडर भी नियुक्त किया है। हाल ही में दादी के नेतृत्व में पूरे भारतवर्ष में विशेष स्वच्छता अभियान भी चलाए गए।

हजारों बहनों समाजसेवा में जुटीं...

दादी को विश्व की मां का दर्जा हासिल है। वे ब्रह्माकुमारी संस्था में समर्पित 46 हजार से अधिक बहनों की अभिभावक के साथ मां भी हैं। आपके सान्निध्य में इतनी बहनें प्यार-स्नेह के साथ दिन-रात समाजसेवा में जुटी हुई हैं। दादी के एक आह्वान पर संस्थान से जुड़े 12 लाख से अधिक भाई-बहनें जुट जाते हैं।



12 लाख से अधिक भाई-बहनें जुड़े विद्यालय से

46 हजार बहनों की हैं नायिका

14 वर्ष तक की गुप्त योग-साधना

12 घंटे रोजाना समाज कल्याण में सक्रिय

80 फीसदी चीजें आज भी याद रहती हैं

नववर्ष पर दादी का आमजन को संदेश...

हर दिन मनाएं
नववर्ष का उत्सव



नववर्ष का उत्सव हर दिन मनाएं। सुबह उठते ही परमात्मा का धन्यवाद दें। हर दिन को नववर्ष मानते हुए कुछ नया करें, कुछ समाज कल्याण के लिए और समाज के लिए समय दें। अच्छी सोच के साथ अच्छे कर्म करें। फिर आपके जीवन का एक-एक दिन खुशियों से भरा होगा और हर दिन मंगलमय, आनंदमय और सुखमय बन जाएगा। नए साल में नव संकल्प लें कि अपने जीवन में नवाचार के साथ आगे बढ़ते हुए सदा मन में नव विचारों, श्रेष्ठ और सकारात्मक विचारों का ही सृजन करेंगे। पुराने वर्ष के साथ जीवन में तरक्की के मार्ग में बाधक बन रहे बुरे विचारों, बुरी आदतों और बुरी सोच का विसर्जन कर देंगे। वक्त के साथ बदलाव जरूरी है। यदि समय रहते हम खुद को नहीं बदलते हैं तो वक्त हमें बदल देता है। नव वर्ष में संकल्प लें कि योग को जीवन का हिस्सा बनाएं। वर्तमान समय में जिस तेजी से तन एवं मन से जुड़ी समस्याएं बढ़ रही हैं इनका समाधान राजयोग में समाया है। राजयोग हमारे विचारों को पवित्र और शुद्ध बना देता है। अपनी भागदौड़ भरी जिंदगी में कुछ समय अपने लिए भी निकालें। एकांत में बैठकर खुद से बातें करें, आत्म चिंतन, मनन करें। कुछ समय प्रभु पिता परमात्मा के साथ भी बैठकर जीवन के सुख-दुःख सांझा करें। एक बात हमेशा याद रखें कोई भी कर्म करने के पहले उसके परिणाम पर गौर अवश्य करें। हमारा जीवन लक्ष्य हो कि नए साल की तरह रोजाना नया सीखेंगे, नया करेंगे और मन में नए विचारों का सृजन करते हुए अपने मन को मंदिर बनाने में पूरा पुरुषार्थ करेंगे। हम संकल्प तो करते हैं पर कुछ ही दिन बाद वह नया संकल्प कमजोर हो जाता है, इसके लिए हमें अपने अंदर दृढ़ता लानी होगी। दृढ़ता और सच्चाई-सफाई के साथ कार्य करने में ही सफलता है। सभी भाई-बहनों को नववर्ष की हार्दिक, कोटि-कोटि बधाइयां...

अलसुबह ब्रह्ममुहूर्त में 4 बजे से हो जाती है ध्यान मग्न

विश्व की सबसे स्थिर मन की महिला का है वर्ल्ड रिकार्ड

शिव आमंत्रण आबू रोड। मात्र चौथी कक्षा तक पढ़ाई। उम्र 103 साल। 46 हजार बहनों की अभिभावक। 12 घंटे जन की सेवा में सक्रियता। अलसुबह 4 बजे से जागरण और ध्यान, आज भी युवाओं जैसा उत्साह, 80 फीसदी चीजें मौखिक याद... ऐसे अद्भुत व्यक्तित्व की धनी हैं दादी मां जानकी। दुनियाभर के 140 देशों में फैले प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी का जीवन आध्यात्म का प्रेरणापुंज है। यही नहीं विश्व की सबसे स्थिर मन की महिला का वर्ल्ड रिकार्ड भी दादी के नाम है। बता दें कि ब्रह्माकुमारी विश्व की एकमात्र ऐसी संस्था है जो नारी शक्ति द्वारा संचालित है। दादी जानकी का जीवन साक्षात् में योग की जीती-जागती मिसाल है। उन्होंने राजयोग के अभ्यास से खुद को इतना परिपक्व, शक्तिशाली, महान और आदर्शवान बना लिया है कि उनका एक-एक वाक्य महावाक्य होता है। योग से मन इतना संयमित, पवित्र, शुद्ध और सकारात्मक बना लिया है कि वह जिस समय चाहें, जिस विचार या संकल्प पर और जितनी देर चाहें, स्थिर रह सकती हैं। यही कारण है कि जीवन के 103 बसंत पार करने के बाद भी आज भी आपकी ऊर्जा और उत्साह देखते ही बनता है। केवल भारत ही नहीं बल्कि विश्व के 140 देशों में अपनी मौजूदगी से दादी ने लाखों लोगों की जिंदगी में एक सकारात्मक संचार किया है। लोग देखकर, सुनकर, मिलकर प्रेरित हुए हैं जो आज एक अच्छी जिंदगी के राही हैं। उनका एक-एक शब्द लाखों भाई-बहनों के लिए मार्गदर्शक और पथप्रदर्शक बन जाता है।

हैदराबाद सिंध प्रांत में 1916 में हुआ था जन्म...

अविभाज्य भारत के हैदराबाद सिंध प्रांत (अब पाकिस्तान) में 1916 में जन्मी दादी जानकी ने मात्र चौथी कक्षा तक ही पढ़ाई की है। भक्ति भाव के संस्कार बचपन से ही मां-बाप से विरासत में मिले। लोगों को दुःख, दर्द और तकलीफ, जातिवाद और धर्म के बंधन में बंधे देख आपने अल्पायु में ही समाज परिवर्तन का दृढ़ संकल्प किया। साथ ही अपना जीवन समाज कल्याण, समाजसेवा और विश्व शांति के लिए अर्पण करने का साहसिक फैसला कर लिया। माता-पिता की सहमति के बाद 21 वर्ष की आयु में आप ओम् मंडली (ब्रह्माकुमारी का पहले यही नाम था) से जुड़ गईं।

14 वर्ष तक की गुप्त योग-साधना...

ब्रह्माकुमारी के साकार संस्थापक ब्रह्मा बाबा के सान्निध्य में आपने 14 वर्ष तक गुप्त तपस्या की। इन 14 वर्षों तक कराची में एक साथ 300 भाई-बहनों ने प्रेम और स्नेह से रहते हुए खुद को इस विश्व विद्यालय के चार सब्जेक्ट (ज्ञान, योग, सेवा और धारणा) में परिपक्व बनाया। ब्रह्ममुहूर्त में सुबह 4 बजे से उठना और घंटों तक योग-साधना और सतसंग ये दिनचर्या रही। वर्ष 1950 में संस्था कराची से माउंट आबू, राजस्थान स्थानांतरित हुई। जहां से विश्व सेवाओं का शंखनाद हुआ और आध्यात्म का विश्व के कोने-कोने में पहुंचाया।

राजयोगिनी दादी जानकी से शिव आमंत्रण के संपादक बीके कोमल की विशेष बातचीत...

सदा एक ही बात याद रखती हूँ मैं कौन और मेरा कौन...

शिव आमंत्रण ▶ आबू रोड। दादी जानकी ने योग की शक्ति से खुद को इतना सशक्त और सकारात्मक ऊर्जा से भरपूर कर लिया है कि जो भी आपके सान्निध्य में आता है वह प्रभावित हुए बिना नहीं रह पाता है। योग का ही कमाल है कि आप उम्र को भी मात देते हुए जीवन के 102 बसंत पार करने के बाद भी युवाओं जैसा उत्साह बना हुआ है। यही कारण है कि लाखों लोगों की प्रेरणास्रोत दादी मां का एक-एक कर्म, व्यवहार और एक-एक वाक्य अनुकरणीय और प्रेरणादायी है।

आपकी कथनी और करनी का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि आप जो कहती हैं वह आपके जीवन में झलकता है। फिर चाहे वह अलसुबह से ध्यान लगाना हो, सात्विक भोजन या दिव्य गुणों की धारणा। दादी मां 1 जनवरी को अपने जीवन के 103वें साल में प्रवेश कर जाएंगे। इस उपलक्ष्य में शिव आमंत्रण ने दादी से उनके व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन से जुड़े कई पहलुओं पर चर्चा की।

पेश हैं बातचीत के प्रमुख अंश...

सवाल दादी आप जीवन के 102 बसंत पार कर 103वें बसंत पूरी करने वाली हैं, इस सफर को कैसे देखती हैं, आपके अंदर इतनी ऊर्जा कहाँ से आती है?

जवाब सब बाबा का कमाल है। सदा एक ही बात याद रखती हूँ मैं कौन (एक आत्मा) और मेरा कौन (परमात्मा)। मन में हर पल एक ही संकल्प परमात्मा की याद का चलता है। बाबा देने के लिए बैठा है, दिया है दे रहा है। राजयोग मेडिटेशन तन एवं मन दोनों की दवा है। आज इसकी सभी की आवश्यकता है।

सवाल नए साल के लिए आपका लोगों को क्या संदेश है?

जवाब परिवर्तन संसार का नियम है। जैसे



कलियुग के बाद सतयुग आता है। वैसे ही रात-दिन का चक्र चलता है। यदि जीवन में नवीनता नहीं तो वह नीरस हो जाएगा। हर दिन, हर पल नया सोचें, नया करें और जीवन पथ पर आगे बढ़ते रहें। आने वाले समय में और समस्याएं बढ़ेंगी इसके लिए सभी को योगबल बढ़ाने की जरूरत है। सबका ड्रामा में अपना-अपना पार्ट है।

सवाल दादी जब आपको बाबा ने विदेश सेवा पर भेजा तो उस समय आपको अंग्रेजी भी नहीं आती थी फिर आपने कैसे लोगों को राजयोग का संदेश दिया?

जवाब करन करानहार एक शिव बाबा है। ड्रामा में जो होता है अच्छा ही होता है। कार्य सर्वशक्तिमान परमात्मा का है तो उसे पता है कि मेरे किस बच्चे से क्या सेवा कराना है। मैं तो खुद को निमित्त समझती हूँ। बाबा को ये जीवन दिया है उसे जो सेवा कराना हो वह जाने। बस

ईश्वरीय कानूनों का पालन प्रत्येक व्यक्ति के लिए जरूरी...

दादी कहती हैं कि यदि प्रत्येक व्यक्ति ईश्वरीय कानूनों का पालन करना प्रारंभ कर दे तो उसके मन में कौनों अराजकता और बुराइयों के लिए स्थान नहीं बच सकेगा। मैंने अपने जीवन में सीखा है कि हमें सदैव दूसरों को सुख देने का संकल्प रखना चाहिए उससे हमें स्वयं सुख मिलता रहता है। दुनिया में तमाम लोग हैं जिनके वचन तो हैं परन्तु कर्म उतने श्रेष्ठ नहीं हैं, जिनको देखने से व्यक्ति का व्यक्तित्व बदल जाए। समाज अथवा व्यक्ति का बदलाव तभी संभव हो पाता है जब उसे दूसरों से प्रेरणा के साथ शक्ति और साहस दोनों मिले।

यही याद रहता है मैं कौन और मेरा कौन।

सवाल दादी सिंध (अब पाकिस्तान) में जब ब्रह्मा बाबा सेवाओं को बढ़ा रहे थे उस समय का कोई अनुभव बताइए?

जवाब मैं कोई भी बातें विश्वास से इमर्ज करती हूँ। जब पहले-पहले शिव बाबा की ब्रह्मा बाबा में प्रवेशता हुई तो बाबा को देखा। उस समय मेरे लौकिक पिताजी वहां पर बैठे थे। जैसी ही मेरी बुद्धि लौकिक पिता जी की तरफ गई तो बाबा समझ गए और बुद्धि को अपनी ओर खींच लिया। शिव बाबा ने कहा तुम मेरी बच्ची हो। कभी-कभी बाबा को कहती हूँ बाबा अभी तक आपने मुझे क्यों बैठाया है।

सवाल दादी आपका विश्व की सबसे स्थिर मन की महिला का वर्ल्ड रिकार्ड है, अपने मन को कैसे नियंत्रित करें?

जवाब सदा मन में एक ही संकल्प चलता है मैं कौन और मेरा कौन। परमात्मा की याद बगैर एक कदम भी आगे नहीं बढ़ाती हूँ। हर संकल्प में उसकी याद समायी हुई रहती है। बाबा को याद नहीं करना पड़ता है बाबा स्वतः याद आता है। मन को मारो नहीं सुधारो। उसका भटकना बंद करो। एक शिव बाबा में सदा बुद्धि के तार लगे रहेंगे तो मन स्थिर हो जाएगा।

सवाल सदा एक परमात्मा की याद बनी रहे, इसके लिए क्या पुरुषार्थ करें?

जवाब सदा मुरली की बातें याद रखो। मुरली का एक-एक शब्द हमारे कानों में गूंजता रहे। जिसे मुरली से प्यार है, उसे मुरलीधर से प्यार है। आज की मुरली पढ़ी, बड़ा वंडर है, बाबा ने क्या कहा है? साकार की मुरलियां ऐसी हैं जो रिवाइज नहीं करनी पड़ती है।

सवाल विश्वभर में संस्थान से जुड़कर 46 हजार बहनें समर्पित रूप से आपके नेतृत्व में विश्व कल्याण में जुटी हैं, इतना बड़ा कारोबार कैसे संभालती हैं?

जिन्दगी में कभी भी झूठ नहीं बोला

दादी ने चर्चा में कहा कि आज मुझे यह बताते हुए हर्ष हो रहा है कि 102 साल की उम्र में भी मुझे ईश्वर और लोगों की दुआओं ने इतना भरपूर किया है कि मैं आज भी पूरी दुनिया का चक्कर लगाकर लोगों के साथ मानवीय मूल्यों को बांटती हूँ तथा उन्हें नए जीवन जीने की प्रेरणा के लिए प्रेरित करती हूँ। आज एक ऐसा आध्यात्मिक राज्य है जिसमें कभी सूर्य अस्त नहीं होता। मैंने पूरे जिन्दगी में कभी भी झूठ नहीं बोला है। इसी कारण आज मैं स्वस्थ हूँ। साथ ही लोगों को मानसिक और शारीरिक रूप से स्वस्थ रहने की प्रेरणा देती हूँ। कई देशों के प्रतिनिधियों ने मुझे अपने देश की नागरिकता देने की कोशिश की। परन्तु मुझे अपना देश भारत प्यारा है। नागरिकता देने वाले प्रतिनिधियों को भी मैंने भारत में आकर यहाँ की संस्कृति में घुलने और मिलने के लिए आमंत्रित करती हूँ। आज मुझे गर्व है कि लाखों लोगों की जिन्दगी में एक नई रोशनी भरने का जो ईश्वर ने मुझे कार्य दिया था उसे आज भी सफलतापूर्वक कर रही हूँ। मुझे यह पूर्ण विश्वास है कि एक दिन पूरे भारत को ही नहीं बल्कि सारे संसार को बदल कर ही छोड़ेंगे।

जवाब आज की मुरली है, न बस। वही जवाब है। सब बाबा संभालता है।

सवाल आज लोगों में तनाव बढ़ता जा रहा है, ये कैसे दूर होगा?

जवाब ज्यादा सोचने से तनाव बढ़ता है। राजयोग सभी समस्याओं का हल है।

दादी ने अकेले सौ देशों में दिया ईश्वरीय पैगाम

शिव आमंत्रण ▶ आबू रोड। दादी की कर्मठता, सेवा के प्रति लगन और अथक परिश्रम का ही कमाल है कि अकेले दादी ने विश्व के सौ देशों में भारतीय प्राचीन संस्कृति आध्यात्मिकता एवं राजयोग का संदेश पहुंचाया। दादी ने सबसे पहले लंदन से ईश्वरीय संदेश की शुरुआत की। यहाँ वर्ष 1991 में कई एकड़ क्षेत्र में फैले ग्लोबल को-ऑपरेशन हाऊस की स्थापना की गई। धीरे-धीरे यह कारवां बढ़ता गया और यूरोप के देशों में आध्यात्म का शंखनाद हुआ। दादी के साथ हजारों की संख्या में बीके भाई-बहनें जुड़ते गए। दादी जानकी ने वर्ष 1970 से वर्ष 2007 तक 37 वर्ष विदेश में अपनी सेवाएं दीं। इसके बाद वर्ष 2007 में संस्था की तत्कालीन मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि के शरीर छोड़ने के बाद आपको 27 अगस्त को ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका नियुक्त किया गया। तब से लेकर आज तक आप संस्था को कुशलतापूर्वक नेतृत्व करते हुए लाखों लोगों की प्रेरणापुंज बनी हुई हैं।

दादी को पसंद है ये खाना

दादी शरीर को ठीक तथा खुद को हल्का रखने के लिए सुबह नाश्ते में दलिया, उपमा और फल लेती हैं। दोपहर में खिचड़ी, सब्जी लेना पसंद करती हैं। रात में सब्जियों का गाढ़ा सूप पसंदीदा आहार है। दादी वर्षों से तेल-मसाले वाले भोजन से परहेज करती हैं। भोजन करने का भी समय निर्धारित है। दादी का कहना है कि हम जैसा अन्न खाते हैं वैसा हमारा मन होता है। इसलिए सदा भोजन परमात्मा की याद में ही करना चाहिए। हमारे मन का भोजन से सीधा संबंध है।



टेक्सस मेडिकल एवं साइंस इंस्टीट्यूट में वैज्ञानिकों द्वारा दादी जी के मोस्ट स्टेबल माइंड का परीक्षण किया गया।

कई राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय अवार्ड से नवाजा गया

दादी को विदेश में सेवा के दौरान कई देशों में अंतरराष्ट्रीय अवार्ड से भी नवाजा गया। इसके अलावा भारत में भी कई अवार्ड से पुरस्कृत किया गया। दादी के ही नेतृत्व में संस्थान के अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय माउंट आबू में हर वर्ष राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन किया जाता है। इसमें विश्वभर के कई देशों के प्रतिनिधि भाग लेते हैं।

लोगों में मानवीय मूल्यों को पुनर्स्थापित करने का कार्य कर रही है संस्था

ब्रह्माकुमारीज संस्थान का मुख्य उद्देश्य लोगों के जीवन को मानवीय मूल्यों से परिपूर्ण कर एक सभ्य, सुसंस्कृत और मूल्यनिष्ठ समाज का निर्माण करना है। साथ ही भारतीय प्राचीन संस्कृति राजयोग एवं आध्यात्मिकता का संदेश पूरी दुनिया के कोने-कोने में पहुंचाकर स्वर्णिम दुनिया बनाना है। पिछले 83 वर्षों से संस्थान निरंतर अपने उद्देश्य में प्रयासरत है।



मूल्यनिष्ठ शिक्षा एवं आध्यात्मिकता में विश्वभर में सराहनीय योगदान देने पर मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी को वर्ष 2012 में गीतम विश्वविद्यालय, विशाखापट्टनम ने डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किया।

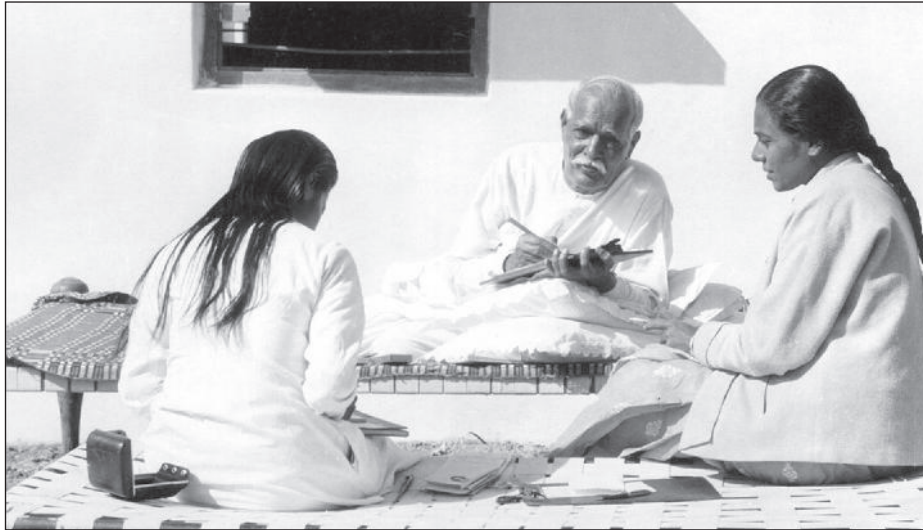
ब्रह्माकुमारीज संस्थान के साकार संस्थापक ब्रह्मा बाबा की 52वीं पुण्यतिथि पर विशेष....

विश्व शांति का संदेश लेकर आया एक 'अलौकिक फरिश्ता'

दादा लेखराज ने दिया दुनिया को नया विचार... हम बदलेंगे, जग बदलेगा, स्व परिवर्तन ही विश्व परिवर्तन का आधार है

वर्ष 1937 में शुरू किया गया विश्व शांति का यह अभियान आज बन चुका है जन आंदोलन

संस्थान से 12 लाख से अधिक लोग जुड़कर चल रहे आध्यात्म और मूल्यों की राह पर



मुफ्त में भी दे देते थे। इससे कई बार चाचा की डांट भी खानी पड़ जाती थी।

गेहूँ के व्यापारी से बने प्रसिद्ध जौहरी

लेखराज की बुद्धि बचपन से ही तीक्ष्ण व कुशाग्र थी। इससे वह कुछ ही समय में गेहूँ के एक छोटे से व्यापारी से प्रसिद्ध जौहरी बन गए। उन्हें हीरे-जवाहरातों की अचूक परख थी। वे हीरों की पुड़िया को देखते ही उसका मूल्य एक मिनट में बता देते कि व्यापारी दंग रह जाते थे। व्यापारी स्वयं जो हीरे आदि खरीदते थे, उसका भी मूल्य कराने के लिए वे दादा के पास ले आते थे। अपने ईमानदारी और सच्चाई के गुण के कारण लेखराज राजाओं-महाराजाओं से लेकर धनाढ्य व्यक्तियों में प्रसिद्ध हो गए। लेखराज का व्यक्तित्व इतना प्रभावशाली था जो एक बार उनके संपर्क में आता वह सदा उनका गुणगान करता। तत्कालीन वार्डसराय आदि से भी उनका मेल-मिलाप था और नेपाल के राज्यकुल तथा उदयपुर के महाराजा का उन्हें विशेष आतिथ्य प्राप्त था। वे उनके राज दरबार में भी आमंत्रित होते थे।

श्रीनारायण के थे अनन्य भक्त...

दादा लेखराज श्रीनारायण के अनन्य भक्त थे। खान-पान और रहन-सहन भी सात्विक था। उन्हें भगवान को पाने की चाह इतनी प्रबल थी कि उन्होंने 12 गुरु बनाए थे। वह अपने गुरुओं का बहुत ही सम्मान और आदर करते थे।

घर पर गुरुओं के आगमन पर वह स्वयं ही उनकी सेवा करते और उनके द्वारा बताई गई हर बात को मानते। उनका मानना था कि गुरु ही भगवान से मिला सकते हैं। बिना गुरु के भगवान को नहीं पाया जा सकता है। वे गुरु की हर आज्ञा को हर हालत में शिरोधार्य मानते थे। चाहे कुछ भी घटित क्यों न हो जाए लेकिन वो गुरु की आज्ञा नहीं टालते थे। एक बार उनके पोते के नामकरण संस्कार कार्यक्रम में शहर के नामी-गिरामी लोग मौजूद थे। तभी अचानक गुरु का तार आया कि तुरंत आओ। इस पर दादा ने अपनी पत्नी को कहा तुरंत कपड़े निकालो और ड्राइवर को बुलाओ क्योंकि मुझे जाना है। इस पर पत्नी ने कहा ऐसे मौके पर आप कैसे जा सकते हैं। तब दादा ने कहा गुरु का बुलावा गोया काल का बुलावा है। काल आए तो क्या हम उसे ऐसा कहकर रोक सकते हैं कि आज हमारे पोते का

नामकरण है। गुरु के प्रति ऐसी निष्ठा, भक्ति और सम्मान देखकर वहां उपस्थित लोग आश्चर्यचकित रह गए।

साक्षात्कार ने बदली जीवन की दिशा

वर्ष 1937 की बात है उन दिनों दादा के गुरु भी आए हुए थे। दादा ने उनके आगमन पर एक बहुत बड़ी सभा का आयोजन किया। उसमें शहर के प्रतिष्ठित लोग आए थे। गुरु का प्रवचन चल रहा था तभी अचानक दादा वहां से उठकर अपने कमरे में चले गए। जब पत्नी ने कमरे में जाकर देखा तो दादा ध्यान मुद्रा में बैठे थे और उनकी आंखों में ऐसी लाली थी जैसे कोई लालबत्ती जल रही हो। उनका चेहरा लाल था और कमरा दिव्य प्रकाश से प्रकाशमय हो गया था। तभी एक आवाज आई जैसे दादा के मुख से कोई बोल रहा हो। वह आवाज धीरे-धीरे तेज होती गई। वह आवाज थी-

**निजानन्द स्वरूप, शिवोहम् शिवोहम्
ज्ञान स्वरूप शिवोहम् शिवोहम्
प्रकाश स्वरूप, शिवोहम्, शिवोहम्।**

फिर दादा के नयन बंद हो गए। जब उनके नयन खुले तो वे ऊपर-नीचे कमरे में चारों ओर आश्चर्य से देखने लगे। उन्होंने जो कुछ देखा था वे उसकी स्मृति में लवलीन थे। पूछने पर उन्होंने बताया कि एक लाइट थी और नई दुनिया थी। बहुत ही दूर, ऊपर सितारों की तरह कोई था और जब वह स्टार नीचे आते थे तो कोई राजकुमार बन जाता था तो कोई राजकुमारी बन जाती थी। उस लाइट ने कहा ऐसी दुनिया तुम्हें बनानी है, लेकिन बताया नहीं कि कैसे बनानी है।

परमपिता परमात्मा शिव की प्रवेशता

अब दादा बहुत गहन विचार में लीन रहने लगे। वह कौन सी शक्ति है जो मुझे दिव्य साक्षात्कार कराती है और इनके पीछे रहस्य क्या है। आगे चलकर दादा को यह रहस्य स्पष्ट हुआ कि परमपिता परमात्मा शिव ने ही उनके तन में प्रवेश कर अपना परिचय दिया था। परमात्मा ने दादा को कलियुगी सृष्टि के महाविनाश तथा आने वाली सतयुगी सृष्टि का भी साक्षात्कार कराया और उस पावन सृष्टि की स्थापना के लिए उन्हें निमित्त अथवा माध्यम बनने का निर्देश दिया। साथ ही परमात्मा ने उन्हें विष्णु चतुर्भुज, मृत्यु दशा, गृहयुद्धों और प्राकृतिक आपदाओं का साक्षात्कार कराया और दिव्य चक्षु का वरदान दिया।

घर से की सत्संग की शुरुआत...

साक्षात्कार के बाद दादा ने सबसे पहले घर से ही सत्संग की शुरुआत की। घर के सभी सदस्य आंगन में बैठते और दादा आत्मा का ज्ञान देते। थोड़े ही दिनों में दादा के दूर के संबंधी भी आने लगे। अब दादा को गीता में और अधिक श्रद्धा हो गई थी। इसलिए वे गीता-ज्ञान सुनाया करते। गीता का ज्ञान सुनाते-सुनाते लोगों को साक्षात्कार होने लगे। किसी को श्रीकृष्ण का, किसी को कलियुगी सृष्टि के महाविनाश तो किसी को सतयुगी दैवी दुनिया का दिव्य साक्षात्कार होने लगा। इस बात की चर्चा सारे शहर में फैल गई कि दादा के पास जाकर सत्संग करने से साक्षात्कार होते हैं। इसके बाद बड़ी संख्या में लोग आने लगे। लोग मानते थे कि दादा ही साक्षात्कार कराते हैं। दादा को बाद में यह ज्ञान हुआ था कि उन्हें और उन द्वारा दूसरों को

साक्षात्कार कराने वाला स्वयं परमपिता परमात्मा शिव ही हैं। इस दौरान परमात्मा ने साक्षात्कार के माध्यम से दादा लेखराज को नई दुनिया की स्थापना के निमित्त बनने पर 'प्रजापिता ब्रह्मा' नाम दिया, जिन्हें हम सभी 'ब्रह्मा बाबा' नाम से पुकारते हैं।

...और व्यापार से उठ गया मन

भविष्य में होने वाले महाविनाश को देखकर दादा का मन अब अपने व्यवसाय से उठ गया। अतः उसे समेटने के लिए वे कोलकाता गए। उन्होंने अपने भागीदार से कहा- अब हमें छुट्टी दो। मैं किसी मतभेद के कारण नहीं जा रहा हूँ बल्कि इसलिए जाना चाहता हूँ कि अब यह धन्धा झूठा लगने लगा है। मुझे ईश्वरीय प्रेरणा आई है कि निकट भविष्य में कलियुगी सृष्टि का महाविनाश होना है। अतः अब यह धन ईश्वरीय सेवा में लगाना है। मैं अभी बैठकर आपसे कोई हिसाब-किताब नहीं करूंगा। आप बाद में अपने वकील द्वारा, जैसे भी ठीक समझे, हिसाब करा देना। वकील द्वारा हिसाब का फैसला करने से संबंधित जो कागज मिले, उन्हीं कागजों और उसी हिसाब-किताब को दादा ने ठीक मान लिया। बाद में भागीदार ने व्यापार का जो पैसा दिया तो बाबा ने अक्टूबर 1937 को आठ माताओं एवं बहनों की एक कार्यकारिणी समिति बनाकर अपना समस्त धन और सम्पत्ति समिति के नाम कर दिया। सत्संग में पूरी मर्यादाओं का पालन करने वाली ऊं राधे को इसका अवैतनिक संचालक नियुक्त किया गया। इसके बाद अब माताएं ही सारा कार्य संभालने लगीं।

विश्व शांति के मार्ग में बाधाएं

सत्संग में चूँकि ऊं की ध्वनि लगाई जाती थी इस कारण इसका नाम ऊं मंडली पड़ गया। धीरे-धीरे ओम मंडली में सत्संग करने वालों की संख्या बढ़ती गई। इसमें आने वाली माताओं और कन्याओं को ब्रह्मचर्य के नियम का दृढ़ता से पालन करना देखकर लोगों में हलचल शुरू हो गई। लोगों ने ओम-मंडली पर मुकदमा दायर कर दिया। लोग कहने लगे कि हमने ऐसा सत्संग कभी नहीं देखा। यदि माताएं ब्रह्मचर्य का पालन करने लगेगी तो इस सृष्टि की वृद्धि कैसे होगी? लोगों ने ओम मंडली का विरोध करने के लिए एक संगठन बनाया और अनेक तरह से ओम मंडली में आने वाली माताओं, बहनों, कुमारियों और भाइयों को डराना-धमकाना और मारपीट करना शुरू कर दिया। उन्हें तरह-तरह से परेशान किया गया और अत्याचार किए गए। जादू-टोने, टोटके करवाए गए। इतना सब होने पर भी ब्रह्मा बाबा सदा निश्चित, अडोल और साक्षी अवस्था में रहते थे। वे कहा करते थे कि हम तो परमपिता परमात्मा के सेवक हैं, वही सबठीक कर देगा। ओम मंडली अनेक प्रकार के विरोधों, विघ्नों और समस्याओं का सामना करते हुए निरंतर आगे बढ़ती रही।

छोटे बच्चों के लिए खोला बोर्डिंग

बाबा का विचार था कि यदि छोटे बच्चों को बचपन से ही आध्यात्मिक शिक्षा दी जाए और सच्चे गुरुकुल की तरह वातावरण हो तो उनका बहुत ही कल्याण हो सकता है। बाबा ने बालकों और बालिकाओं की शिक्षा के लिए भी एक बोर्डिंग खोल दिया। इसके बाद ओम मंडली कराची स्थानांतरित हो गई। वहां बाबा ने पांच अच्छे बंगले लिए। इनमें लगभग 300 भाई-बहनों और बच्चे कई वर्षों तक शांतिपूर्वक रहकर ईश्वरीय ज्ञान लेते रहे। इस दौरान पूरे 14 साल तक बाबा ने 300 भाई-बहनों को आध्यात्मिक ज्ञान के द्वारा योग-तपस्या कराई।

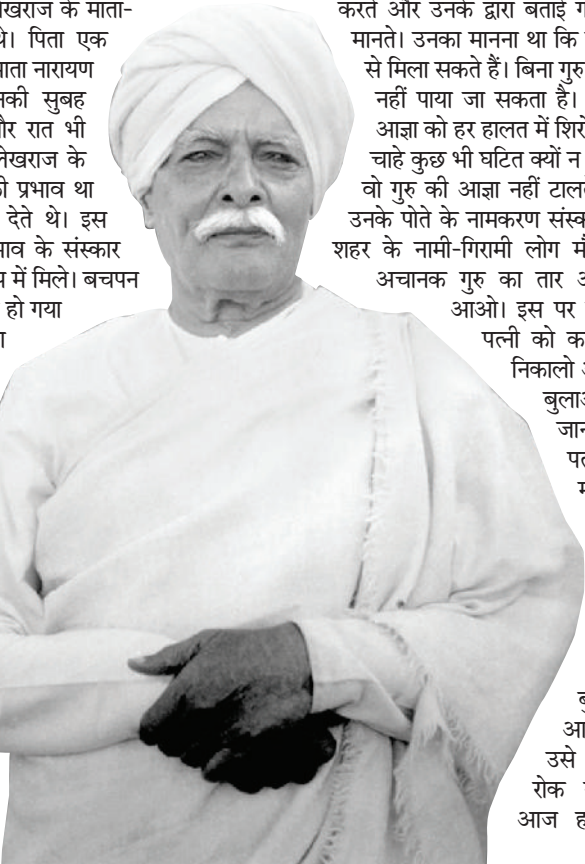
1950 में माउंट आबू से हुई शुरुआत...

अगस्त 1947 में देश के बंटवारे के बाद ओम मंडली तीन वर्ष तक कराची में ही चलती रही। परमात्मा के आदेशानुसार वर्ष 1950 में कराची से भारत स्थानांतरण हुआ। जब सिंध के मुसलमानों को यह पता चला कि सभी भाई-बहनों पाकिस्तान छोड़कर जा रहे हैं तो उन्होंने रुकने के लिए आग्रह और अनुरोध किया। बाद में हजारों लोगों ने सभी को माला पहनाकर विदाई दी। स्टीमर से करीब 400 भाई-बहनों भारत के ओखा बंदरगाह पहुंचे। वहां से वे रेलगाड़ी द्वारा आबू आए। ओम-मंडली का कार्य अब यही से शुरू हुआ। परमात्मा के आदेशानुसार माउंट आबू में ब्रह्मा बाबा ने ओम मंडली से संस्था का नाम प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय रखा।

सिंध प्रांत में हुआ था दादा लेखराज का जन्म

वर्ष 1876 में सिंध प्रांत (अब पाकिस्तान) के कूपलानी परिवार में जन्मे लेखराज के माता-पिता वल्लभाचारी भक्त थे। पिता एक स्कूल में प्रधानाध्यापक थे। माता नारायण की अनन्य भक्त थीं। उनकी सुबह भक्ति से शुरू होती थी और रात भी भक्ति में खत्म होती थी। लेखराज के माता-पिता का क्षेत्र में काफी प्रभाव था और लोग उन्हें आदरभाव देते थे। इस कारण लेखराज को भक्तिभाव के संस्कार बचपन में ही विरासत के रूप में मिले। बचपन में ही उनकी माता का निधन हो गया

और कुछ समय बाद पिता का साया भी सिर से उठ गया। उसके बाद उनकी पालना चाचा ने की। चाचा गेहूँ के व्यापारी थे। इस तरह लेखराज भी व्यापार में चाचा के साथ हाथ बंटाने लगा। लेखराज में ईमानदारी और दयाभाव इतना था कि वह गेहूँ तौलते समय ज्यादा तौलते थे। कोई गरीब ग्राहक आ जाता तो उसे





▶ प्रेरणापुंज

दादी जानकी
मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज

बाबा पढ़ा रहा है, मैं आज भी खुद को विद्यार्थी समझती हूँ...

जिसका मुरली से प्यार है वो मास्टर मुरलीधर है। सिर्फ मेरा संबंध सच्चाई का शक्तिशाली हो। मदद तो बाबा देता है लेकिन जो मदद बचपन में देता है वो अब तो नहीं देगा। बच्चा समझ के चलाएगा क्या? जब छोटे होते हैं तो बाबा बहुत मदद करता है। फिर बड़े होने पर तेरा-मेरा, स्वभाव-संस्कार आदि सब आता है। फिर आता है हमारी याद कहां तक है? जो बाबा ने हमें टीचर के रूप में पढ़ाया, वो हमारी स्टीडी कहां तक है?

आज दिन तक हमारी स्टूडेंट लाइफ है। दुनिया में ऐसी कोई जगह नहीं जहां हम लोगों जैसी दिनचर्या हो। जितना हमारे संकल्प शुद्ध, शांत, श्रेष्ठ हैं तो दृढ़ आटोमेटिक होते हैं। शुद्ध और शांत वाला संकल्प जरूर राइट आएगा, जिसमें हमारी कोई सेवा समाई होगी। सेवा दूसरों की है, लेकिन मैं संकल्प चलाऊं, यह आवश्यक नहीं है। उससे शुद्ध शांत रहूँ जिसको बाबा ने कहा-मनोबल। जितना मनोबल है उतना अच्छा और खुद के लिए जरूरी है। वो शक्ति जितना जमा करो उतना दिनभर में काम आती है। रूहानी राहत में रहने देती है। लेकिन अगर मैं कहीं भी एनर्जी वेस्ट करती हूँ तो किसी को भी अनुभव नहीं कर सकती हूँ। बुद्धि की लाइन क्लियर नहीं होगी तो दूसरी आत्मा को ऐसा अनुभव कैसे होगा। तो एक है बाबा के बच्चे हैं। छोटे हैं तो बाबा मदद करता है। दूसरा है जितना याद में रहते हैं उतना मदद करता है। जितना पढ़ाई में अच्छे रहेंगे, उतनी मदद है। कभी कोई भी स्टेज पर जाएंगे बाबा हमारी लाज रखेगा।

आजकल कई बातों में बाबा की सकाश मिल रही है। जैसे खुद का सांस रूक जाए तो ऑक्सीजन देते हैं। कभी हमारे से नहीं होता है तो बाबा सकाश देता है। कुछ बच्चे योग्य नहीं हैं फिर भी बाबा की सकाश कार्य करा लेती है। वो भी मिलती है अंदर की सच्चाई से। किसको सच्चा बनने में टाइम लगा है। सदा सच्चा होकर रहना आसान बात नहीं है। देह-अभिमान सच्चा बनने नहीं देता है। लेकिन कोई-कोई बच्चे अति सच्चे होते हैं जो जरा भी मिक्स नहीं कर सकते हैं। ऐसी बिरली आत्माओं को बाबा की अंदर गुप्त सकाश बहुत मिलती है। जितना पुरुषार्थ है उतनी मदद है। बाबा अपनी सेवा कराने अर्थ मदद करता है। मददगार जो बनते हैं उनको मदद मिलती है। बाबा ने हम बच्चों को निमित्त बनाकर हाथ में ग्लोब दे दिया है। अब फिर कहते हैं बेहद में ये सेवाएं फैलाओ। ग्लोब के ऊपर बैठो, साक्षी होकर देखो- क्या हो रहा है। वो तभी होगा जब छोटी-छोटी बातों से अपने को छुड़ाएंगे। छोटी-छोटी बातें ठीक हो जाएंगी- ये गैरंटी है, विश्वास है। विश्वास तभी बैठता है जब मेरी अपनी भावना प्यार हो, निश्चय हो। विश्वास बड़ी चीज है खुद में और भगवान में विश्वास हो। विश्वास होता है बुद्धि से और भावना होती है दिल से। दिल से भावना है तो बुद्धि भी काम करती है। संशय को खत्म करके निश्चय से करेंगे। पहले है भावना। खुद के पुरुषार्थ में भी अच्छी भावना अपने लिए हो। औरों के लिए भी भावना अच्छी हो, फिर करने से विश्वास अच्छा बैठता है। तो पहले ट्रस्टवर्दी बनना है, उसके लिए अपनी भावनाओं को एकदम शुद्ध बनाना - ये मेरा काम है।

व्यवहार किसी का कैसा भी हो, हमारा व्यवहार उसके प्रति न बदले। अपने लिए चाहे सर्व के लिए देखें भावना मेरी अच्छी है। भावना में फिर आधार विश्वास का भी है। बुद्धि घड़ी-घड़ी हिले नहीं कि होगा या नहीं होगा। ऐसे घड़ी-घड़ी हलचल में आ जाएं तो ट्रस्ट बैठता नहीं है। न किसी का मेरे में बैठेगा। ऐसे नहीं कि मेरा तेरे में ट्रस्ट नहीं है तो कोई आगे नहीं बढ़ेगा। जल्दी ट्रस्ट खत्म कर देना खुद से या दूसरों से कारण है भावना, फीलिंग सदा प्यार नहीं है। हमारी फीलिंग में कभी फर्क नहीं पड़ना चाहिए। बुद्धि में निश्चय है, विजय हुई पड़ी है। कार्य बाबा का है, सफल जरूर होगा। कभी भी बाबा के बच्चों का टाइम, मनी वेस्ट नहीं जा सकता है। समझदार योगी वह जो दूसरों को दोषी न बनाए। धीरज रखे, शांत व चुप रहे।

इस ज्ञान से बाबा ने हमको अंधकार से फिर अंधों की लाठी बनाया। नेत्रहीन को नेत्र देने के लिए बाबा से हमें तीसरा नेत्र मिला। भक्ति में सिर्फ भावना रही है। भावना में भी सतोगुणी, रजोगुणी, तमोगुणी ऐसे तीन प्रकार के हैं। कोई भूत पुजारी, कोई देह पुजारी, कोई विरले हैं जो ईश्वर का ध्यान करने वाले हैं और हम बाबा के बच्चों को कितनी समझ आ गई कि अभी हमको भूतों की पूजा नहीं करनी है बल्कि भूतों को भगाना है। फिर हम सबमें पांच विकार जो प्रवेश हैं उनको भी भगाना है।

गांव की मिट्टी का लाल देश-दुनिया में कर रहा कमाल...

जंग कोई भी हो, जीतने के लिए शारीरिक बल के साथ सकारात्मक मनोबल जरूरी



शख्सियत



पावरलिफ्टिंग में वर्ष 2013 से अब तक 14 से अधिक राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय गोल्ड मेडल अपने नाम कर चुके वीरेन्द्र सिंह मरकाम ने बताया अपनी सफलता के राज

वीरेन्द्र ने राजयोग मेडिटेशन और शाकाहार को बताया अपनी कामयाबी का राज

शिव आमंत्रण ▶ आबू रोड। कहते हैं जितना बड़ा संघर्ष हो, जीत भी उतनी ही बड़ी होती है। ये बात उप्र, वाराणसी के म्योरपुर ब्लॉक के एक छोटे से गांव कुंठाडीह के वेटलिफ्टर वीरेन्द्र सिंह मरकाम पर सटीक बैठती है। तमाम अभावों के बीच पले-बढ़े इस आदिवासी युवक ने अपनी प्रतिभा से यह साबित कर दिखाया है कि मन में लगन, जुनून और कुछ करने का जज्बा हो तो जिंदगी में कोई भी मुकाम पाया जा सकता है। जरूरत है तो सकारात्मक मनोबल के साथ सही दिशा में आगे बढ़ने की। बता दें कि वीरेन्द्र सिंह पावरलिफ्टिंग में वर्ष 2013 से अब तक 14 से अधिक राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय गोल्ड मेडल अपने नाम कर चुके हैं। अप्रैल 2019 में हांगकांग में होने वाली एशियन चैंपियनशिप के लिए चयनित हो चुके हैं। वीरेन्द्र सिंह अपनी सफलता का श्रेय सात्विक भोजन और राजयोग मेडिटेशन को देते हैं। वह पिछले पांच साल से नियमित राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कर रहे हैं। ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय आबू रोड पहुंचने पर शिव आमंत्रण के साथ चर्चा में उन्होंने अपने जीवन के अनछुए पहलुओं को उजागर किया। साथ ही अपनी सक्सेस की स्क्रिप्ट बताए। उन्हीं के शब्दों में जानिए कैसा रहा उनका सफर...

बचपन से है पावरलिफ्टिंग का शौक...

मेरा जन्म आदिवासी गरीब किसान परिवार में वर्ष 1998 में हुआ। मां गांव में आंगनवाड़ी सेविका हैं। प्राथमिक और जूनियर की पढ़ाई म्योरपुर ब्लॉक के कैमुर विद्यालय से हुई। कक्षा 9वीं से इंटर मिर्जापुर से किया। अभी फैजाबाद राममनोहर लोहिया यूनिवर्सिटी से फिजिकल एजुकेशन में स्नातक कर रहा हूँ। बचपन संघर्षों से भरा रहा। गांव में होने से खेल के लिए जरूरी साधन भी उपलब्ध नहीं हो पाते हैं। इसके बाद भी मैंने कभी हार नहीं मानी। मेरे माता-पिता चाहते थे कि मैं अच्छे से पढ़ाई कर कैरियर बनाऊं लेकिन मुझे बचपन से ही पावरलिफ्टिंग का शौक था। अपने स्कूल में होने वाली खेलकूद-दौड़ में हमेशा प्रथम स्थान प्राप्त किया। साथ ही दुनियाभर के बड़े-बड़े वेटलिफ्टर के बारे में पढ़ना अच्छा लगता था। मैंने इसी जुनून को बरकरार रखते हुए पावरलिफ्टिंग में अपना कदम रखा। इसकी बदौलत वर्ष 2013 से अब तक 14 गोल्ड मेडल प्राप्त कर चुका हूँ। वीरेन्द्र के पिता मंगल गौड़ गर्व से बताते हैं कि आज के समय में मेरा बेटा इतनी कर्म उम्र में आध्यात्मिक होने के साथ खेल में विश्वभर में अपना परचम फहरा रहा है।

एशियन चैंपियनशिप के लिए चयन

वीरेन्द्र बताते हैं कि पावरलिफ्टिंग में खिलाड़ियों के भार के अनुसार उनके वर्ग बनाए जाते हैं। अपने वर्ग के खिलाड़ी के साथ उनकी स्पर्धा होती है। खास करके पुरुषों के लिए प्रथम श्रेणी-56 किलो, द्वितीय-62, तृतीय-69, चतुर्थ-77, पंचम-85, षष्ठम-94, सप्तम-105, अष्टम-105 किलो से अधिक भार उठाने होते हैं। एक भार वर्ग श्रेणी में दो खिलाड़ियों को सम्मिलित किया जाता है। मैंने वर्ष 2013 में आयोजित इंटर स्टेट यूनिवर्सिटी पावरलिफ्टिंग चैंपियनशिप प्रतियोगिता में 59 किलो वर्ग में प्रथम स्थान प्राप्त किया। फिर सुब्रतो क्लासिक अंतरराष्ट्रीय पावरलिफ्टिंग चैंपियनशिप बेंचप्रेस में 85 किलो भार उठाकर स्वर्ण पदक पर कब्जा जमाया। प्रक्रम के डेडलिफ्ट में 170 किलो भार उठाकर

दूसरा स्वर्ण पदक जीता। वहीं गोरखपुर में 452.5 किलो भार उठाकर राष्ट्रीय चैंपियनशिप के लिए अपनी दावेदारी पेश की। फिर पटियाला में 457.5 किलो भार उठाकर अप्रैल 2019 में हांगकांग में होने वाली एशियन चैंपियनशिप के लिए दावेदारी पेश की है। अब तक मैं 11 राज्य स्तरीय, 1 राष्ट्रीय और 2 अंतरराष्ट्रीय गोल्ड मेडल प्राप्त कर चुका हूँ।

रेगुलर एक्सरसाइज और पौष्टिक भोजन जरूरी...

वीरेन्द्र सिंह ने चर्चा में बताया कि दाल-रोटी खाकर ही पावरलिफ्टिंग का अभ्यास करता था। कई लोगों का मानना है कि बिना मांसाहार भोजन के शारीरिक रूप से मजबूत नहीं हुआ जा सकता है। लेकिन यह बात सरासर गलत है। मांसाहार से जहां व्यक्ति में मनोबल की अस्थिरता रहती है, वहीं उसमें अशांति भी बढ़ती है। ऐसे व्यक्ति क्रोध भी देखे जाते हैं। इससे जीवन में सफलता पाना नामुमकिन है। भले मांसाहारी लोग दिखने में मोटे होते हैं लेकिन अंदर से उनका मनोबल कमजोर होता है। कोई भी जंग सिर्फ शारीरिक बल से नहीं जीती जा सकती है। उसके लिए सकारात्मक मनोबल की भी आवश्यकता होती है। पावरलिफ्टिंग एक ऐसा खेल है जिसमें पौष्टिक भोजन और रेगुलर एक्सरसाइज का सही ख्याल रखना बेहद जरूरी है।

रोज सुबह 4 बजे से करता हूँ राजयोग मेडिटेशन

मैंने शुद्ध शाकाहारी और आध्यात्मिकता के बल से स्वर्ण पदक जीते हैं। भोजन में प्रोटीन और कैल्शियम का बैलेंस बनाए रखने के लिए मैं अंकुरित मूंग, चना, बादाम, दूध, शहद, दाल, पनीर, फल, हरी-सब्जियां, सलाद जैसे सात्विक आहार लेता हूँ। साथ ही शारीरिक योगासन के साथ मेडिटेशन का अभ्यास करता हूँ। मेरी दिनचर्या सुबह 4 बजे से शुरू हो जाती है। ब्रह्ममुहूर्त में 4 बजे से नियमित राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करता हूँ। इससे अपने लक्ष्य पर केंद्रित होने के लिए एकाग्रता बढ़ती है।

मेरी सफलता में राजयोग की भूमिका महत्वपूर्ण..

वीरेन्द्र ने एक सवाल के जवाब में कहा कि बचपन से ही मुझे भगवान की तलाश थी। इसके लिए मुझे लगता था कि किसी को गुरु बनाकर ही यह तलाश पूरी हो सकती है। वर्ष 2014 में मुझे किसी ने ब्रह्माकुमारीज की प्रेरणादाई पत्रिका भेंट की। इसमें राजयोग का अभ्यास करने वाले भाई-बहनों के अनुभव पढ़कर मेडिटेशन सीखने के लिए प्रेरित हुआ। इसके बाद ब्रह्माकुमारीज के मेडिटेशन सेवाकेंद्र पर जाकर राजयोग का प्रशिक्षण लिया। सात दिन के निःशुल्क कोर्स के बाद मैंने इसका अभ्यास नियमित शुरू किया। मेरी सफलता में राजयोग मेडिटेशन की सबसे महत्वपूर्ण भूमिका है। आज मैं दुनिया में कहीं भी खेलने के लिए जाता हूँ तो वहां ब्रह्माकुमारीज के सेवाकेंद्र पर जरूर जाता हूँ। जहां मुझे सात्विक तरीके से रहन-सहन, भोजन आसानी से मिल जाता है। इसके साथ ईश्वरीय सेवा से अपना भाग्य बनाने का अवसर भी पाता हूँ। परमात्मा की कृपा से मुझे 15 वर्ष की उम्र में ही राजयोग की शिक्षा प्राप्त करने का सौभाग्य मिला।

युवाओं को संदेश...

युवाओं से गुजारिश करों कि वे सबकुछ करते हुए अपनी दिनचर्या में बेहतर बदलाव लाएं। जल्दी सोएं और सूर्योदय से पहले उठें। अपने नजदीकी ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र पर जाकर निःशुल्क राजयोग की शिक्षा प्राप्त करें। रोज शारीरिक व्यायाम के साथ मेडिटेशन का अभ्यास करें। शुद्ध शाकाहारी आहार ही सेवन करें। धूमपान और नशा से बचें। आज प्रायः युवा तनाव से ग्रसित पाया जाता है। उन्हें मैं विशेष रूप से यही कहना चाहूंगा कि आप किसी तरह के नशा और कुसंगति से दूर रहें। भौतिक साधनों का जरूरत से ज्यादा गुलाम न हों। अपने लक्ष्य पर खुद का ध्यान केंद्रित करें। सुखद आनंदमय संतुलित जीवन राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास से ही संभव है।

जेल में बदलाव का शंखनाद... पिछले पांच साल से जारी है राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण

अजमेर की केंद्रीय जेल में राजयोग से बदल रहा बंदियों का जीवन



कैदी रोजाना करते हैं सत्संग, राजयोग मेडिटेशन दिनचर्या में शामिल जेल में बना सामाजिक सद्भाव का माहौल, अधिकारी परिवर्तन देखकर खुश

शिव आमंत्रण अजमेर/राजस्थान। यदि समाज से अपराध खत्म करना है तो सभी को मिलकर अपराधियों की मनोवृत्ति और सोचने के नजरिए को बदलना होगा। हिंसक प्रवृत्ति, लड़ाई-झगड़ा की शुरुआत सबसे पहले हमारे मन में ही होती है। यदि हमारे विचारों में नकारात्मकता, गंदगी भरी है और दूषित हैं तो परिणामस्वरूप हम जो भी कर्म करेंगे वह भी उसी अनुरूप होंगे। वहीं यदि विचार सकारात्मक, पवित्र, शुद्ध, सद्भाव, दया और सहयोग की भावना से ओतप्रोत हैं तो हमारे कर्म भी उसी अनुसार होंगे। कोई भी विचार पहले हमारे कर्म में आता है और जब उस कर्म को बार-बार करते हैं तो वह हमारा संस्कार या आदत बन जाता है।

इसी को देखते हुए ब्रह्माकुमारी संस्थान ने जेलों के अंदर राजयोग मेडिटेशन केंद्रों की शुरुआत की है। भारतभर में सैकड़ों जेलों के अंदर संस्थान के भाई-बहनों द्वारा निःशुल्क और निःस्वार्थ रूप से बंदियों की मनोवृत्ति बदलने के लिए राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण दिया जा रहा है।

इसी के तहत राजस्थान, अजमेर के केंद्रीय कारागृह में भी पिछले पांच साल से राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण निरंतर जारी है। यहां रोजाना ब्रह्माकुमारी भाई-बहनों जाकर बंदियों को आध्यात्मिक ज्ञान के आधार पर मोटिवेट और मार्गदर्शन करते हैं। इसका नतीजा यह है कि आज जेल के अंदर 50 बंदी भाई और 20 से अधिक बंदी बहनें पूरी तरह से आध्यात्मिक हो गई हैं। उनके व्यवहार से



राजस्थान अजमेर के केंद्रीय कारागृह में बंदी भाई आध्यात्मिक सत्संग करते हुए।

- 02 दर्जन से अधिक बंदी जेल से निकलकर आज भी चल रहे आध्यात्म के मार्ग पर
- 05 साल से केंद्रीय जेल में राजयोग मेडिटेशन का चल रहा प्रशिक्षण
- 22 बंदी बहनें भी लगाती हैं ध्यान
- 50 बंदी भाई रोजाना करते हैं राजयोग का अभ्यास, सत्संग

लेकर सोचने, रहन-सहन और दिनचर्या पूरी तरह बदल गई है।

सुबह 4 बजे से शुरू हो जाती है दिनचर्या अब बंदी सुबह 4 बजे ब्रह्ममूर्त में जहां ध्यान लगाने में जुट जाते हैं वहीं 7 बजते ही सामूहिक रूप से मिलकर सत्संग और आध्यात्मिक महावाक्यों का श्रवण करते हैं। शाम को फिर 6.30 से 7.30 बजे तक रोजाना योग करना दिनचर्या में शामिल हो गया है। यह देखकर अन्य बंदी भाई-बहनें भी धीरे-धीरे जुड़ते जा रहे हैं। इसी का नतीजा है कि आज कारागृह का माहौल सकारात्मक, शांत और सद्भावपूर्ण हो गया है। इस बात को जेल के अधिकारी भी स्वीकारते हैं कि ब्रह्माकुमारी के प्रशिक्षण से जेल में आश्चर्यजनक रूप से बदलाव आ रहा है। इस कार्य में मुख्य रूप से वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक बीके रमेश, बीके जगदीश भाई और बीके रेणु बहन का भी विशेष सराहनीय योगदान रहा है।

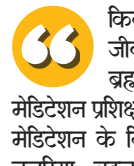
सुधार देखकर खुशी होती है



जेल में चल रहे राजयोग प्रशिक्षण से बंदियों की मनोवृत्ति में सुधार देखकर खुशी होती है। आध्यात्मिक ज्ञान, कर्म सिद्धांत, कर्मफल आदि के माध्यम से बंदी भाई-बहनों को अच्छी सोच, अच्छे कर्म और अच्छे व्यवहार के लिए प्रेरित किया जा रहा है। रोजाना सभी को सत्संग के माध्यम से अच्छे विचार सुनाए जाते हैं। राजयोग मेडिटेशन एक ऐसा मूलमंत्र है जिससे सभी प्रकार के मनोविकारों को दूर किया जा सकता है। भाई-बहन पूरी लगन से अपना सहयोग दे रहे हैं।

बीके अंकिता बहन, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब्रह्माकुमारी, अजमेर, राजस्थान

जेल में जीवन को मिली नई दिशा



किन्हीं कारणों से जेल जाना पड़ा। यहां से जीवन में नई दिशा मिल गई। जेल में मैंने ब्रह्माकुमारी संस्थान के राजयोग मेडिटेशन प्रशिक्षण का मैंने पूरा लाभ लिया। राजयोग मेडिटेशन के नियमित अभ्यास से मेरे सोचने का नजरिया बदल गया। ब्रह्माकुमारी लोगों के सकारात्मक जीवन परिवर्तन का महान कार्य कर रही है। इस आध्यात्मिक ज्ञान से कई कैदियों ने अपराध से नाता तोड़ आराधना और ध्यान से संबंध जोड़ लिया है।

रतनलाल जागीर, विजयनगर, अजमेर (एक साल जेल में रहे)

बंदियों का जीवन हुआ संयमित



केंद्रीय जेल में पांच साल से बंदी भाई-बहनों को राजयोग मेडिटेशन का कोर्स एवं प्रशिक्षण निःशुल्क दे रहे हैं। बंदियों को लगातार सकारात्मक मोटिवेशन, उत्साहवर्धन से कई बंदियों के जीवन में आश्चर्यजनक रूप से परिवर्तन आया है। जो बंदी पहले गाली-गलौच करते थे, झूठ बोलना आदि बुरी आदतें थी, अब उनका जीवन संयमित हो गया है। उनके व्यवहार से लेकर रहन-सहन और सोच में भारी बदलाव आया है। प्रेम-स्नेह से रहने लगे हैं।

बीके ओमप्रकाश कुमावत, सेवानिवृत्त, सांख्यिकी अधिकारी, योजना आयोग, भारत सरकार एवं वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक, केंद्रीय जेल अजमेर

अब दूसरों के जीवन को बदलना ही जीवन का उद्देश्य

जेल मेरे जीवन में तरक्की के नए रास्ते लेकर आया। क्योंकि यहां मुझे ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा सिखाए जा रहे राजयोग मेडिटेशन को जानने, समझने और जीवन में धारण करने का मौका मिला। अब सभी के प्रति करुणा, प्रेम, सद्भाव और सहयोग की भावना रहती है। मेरा प्रयास रहता है कि जैसे इस आध्यात्मिक ज्ञान से मेरा जीवन बदला है अब दूसरों के जीवन को भी बदलने में सहयोग कर सकूँ। अनेक कार्यक्रमों के माध्यम से समाज में लोगों को राजयोग का प्रशिक्षण दे रहे हैं ताकि सभी लाभान्वित हो सकें।

मोहन लाल शर्मा, किशनगढ़, व्यापारी (एक साल जेल में रहे)

आप भी कर सकते हैं संपर्क: यदि यहां भी जेल में राजयोग का प्रशिक्षण चल रहा है तो संपर्क करें: 9179018078, 9413384884

सकारात्मक हुआ जेल का माहौल



ब्रह्माकुमारी संस्थान के भाई-बहनों द्वारा पिछले पांच वर्षों से नियमित जेल में राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण बंदियों को दिया जा रहा है। इससे निश्चित रूप से बंदियों के आचार-विचार और व्यवहार में परिवर्तन आया है। कई बंदी तो पूरी तरह बदल गए हैं। इससे जेल का माहौल भी सकारात्मक हुआ है। आपस में बंदी अब स्नेह के साथ रहने लगे हैं। यह संस्थान के बीके भाई-बहनों की मेहनत से ही संभव हो पाया है। सभी के लिए साधुवाद।

शिव भगवान गोंदरा, जेल अधीक्षक, केंद्रीय जेल, अजमेर, राजस्थान

पांच साल से जारी है राजयोग का प्रशिक्षण



कोई भी व्यक्ति गलत नहीं होता है, उसके सोचने के नजरिए से ही वह अच्छा या बुरा बन जाता है। जिसकी जितनी महान सोच होगी, उसका व्यक्तित्व उतना ही महान होता है। जेल में वर्ष 2013 से राजयोग प्रशिक्षण की नींव रखी गई जो आज भी जारी है। राजयोग का ही कमाल है कि आज सुबह 4 बजे से बंदी भाई-बहन ध्यान में मग्न हो जाते हैं। बंदियों को संस्थान के बीके भाई-बहनों द्वारा लगातार मोटिवेशन से कई कैदियों का व्यवहार, रहन-सहन और सोचने का नजरिया पूरी तरह बदल गया है। जेल का माहौल भी सकारात्मक हुआ है। यह देखकर मन को बेहद खुशी होती है।

बीके शांता बहन, संचालिका, ब्रह्माकुमारी, अजमेर



गुड्डू पांडे

मंडल कारागार, गोरखपुर

राजयोग मेडिटेशन से जीवन में फिर से आई खुशियां

शिव आमंत्रण गोरखपुर। मेरा जन्म एक साधारण किसान परिवार में हुआ। पांचवीं तक शिक्षा गांव के स्कूल में लेने के बाद कक्षा 6 से दूसरे गांव के स्कूल में जाना पड़ा। इससे मेरे संग गलत लड़कों से हो गया। इससे पढ़ाई में ध्यान कम हो गया और तंबाकू, गुटखा खाने सहित अन्य गलत आदतें पढ़ गईं। धीरे-धीरे शराब, सिगरेट और जुआ की लत लग गई।

पलभर में छूट गया नशा, जेल से मिली जीने की नई राह

जब मैं 21 वर्ष का था तो उस दौरान एक दोस्त के घर गया था। उसके यहां किसी दूसरे पक्ष के झगड़े में गोली चल गई और चार लोग मारे गए। इस विवाद में मुझे एक पक्ष ने मुजरिम बना दिया जबकि मेरा कोई दोष नहीं था। बिना जुर्म के 9 महीने जेल में रहा और छूटा तो बदले की आग धधक रही थी। क्योंकि मैं बिना जुर्म के जेल गया। इस दौरान मैंने अपने आप को समझाया और बदला लेना छोड़ दिया लेकिन नशे की आदत नहीं छूटी। जिंदगी चलती रही फिर 7 साल बाद इसी केस में 2004 में सजा हो गई। 10 महीने बाद दोबारा जमानत मिल गई। इसी बीच जमानत के खिलाफ लोग सुप्रीम कोर्ट चले गए। वहां जमानत खारिज हो गई और 16 महीने बाद मुझे फिर जेल में जाना पड़ा। इस बार जब मैं जेल गया तो मुझे बहुत कष्ट हो रहा था। क्योंकि मामला सुप्रीम कोर्ट का था। मैं एक ऐसे केस

में बार-बार जेल की सजा काट रहा था जो जुर्म मैंने किया ही नहीं। मानसिक तनाव को कम करने के लिए मैंने जेल में शास्त्र पढ़ना और पूजा-पाठ करना शुरू कर दिया। लेकिन दूसरी ओर मुकदमा और घरवालों की चिंता सताती रहती थी। मेरी परेशानी और बढ़ रही थी। मुझे कुछ समझ में नहीं आ रहा था। एक दिन गीता में पढ़ा ईश्वर एक, मनमनाभव, मामेकम भव अर्जुन! जिस मन से तुम परेशान हो उस मन को मेरी में लगाओ। ये पढ़कर कुछ हद तक तनाव कम हुआ।

गोरखपुर जेल से बदली जिंदगी

इसके कुछ दिन बाद गोरखपुर जेल में मेरा ट्रांसफर हो गया। नई जगह और नया जेल होने से कुछ भी अच्छा नहीं लग रहा था। एक एक भाई ने मुझे बताया कि यहां ओम शांति का क्लास चलता है। वहां इसलिए अच्छा

लगेगा। मैं भाई के साथ 1 जनवरी 2012 को पहली बार क्लास करने पहुंचा। वहां आत्मा और परमात्मा के बारे में गहराई से जानकर बहुत खुशी हुई। इसके बाद ड्रामा का राज, सृष्टि का चक्र के बारे में जाना। इस तरह सात दिन का राजयोग मेडिटेशन कोर्स करने पर मुझे जीवन के कई महान रहस्यों के बारे में ज्ञान हुआ। मैंने जाना कि हम ही दैवी गुण धारण कर देवता बनते हैं। स्वर्ग में आकर राज करते हैं वहां सुख-शांति की दुनिया रहती है।

और शांति की अनुभूति होने लगी

जेल में राजयोग मेडिटेशन के प्रशिक्षण के बाद जैसे-जैसे मैं मेडिटेशन का अभ्यास करने लगा तो मुझे शांति की अनुभूति होने लगी। जैसे-जैसे आध्यात्मिक पुस्तकों और ज्ञान का श्रवण किया तो कर्मगति, कर्मफल और कर्मसिद्धांत का ज्ञान बढ़ता गया। इससे तनाव

और सब चिंता दूर हो गई। मेरा मानना है कि राजयोग एक ऐसी औषधि है जो भी मर्ज की दवा है। राजयोग मैं वह परमानंद समाया है जो और कहीं नहीं मिल सकता है। परमात्मा पिता ने अब तो मेरी पूरी जिंदगी की दिशा और दशा ही बदल दी है। चिंता छोड़ अब प्रभु चिंतन में सारा समय गुजारता हूँ। जेल में बैठे-बैठे बाबा से अविनाशी वर्षा लेकर सारी दुनिया को पहुंचाता हूँ। यहां बैठे दुनिया की हर आत्मा की सेवा करता हूँ। मन-बुद्धि से पवित्र रहकर सारी दुनिया को पवित्र बनाने की मन की सेवा करता हूँ। जेल में जो भी नए बंदी आते हैं तो उनको भी परमात्मा का परिचय देता हूँ। बाबा मिलने के बाद जीवन में कई हिसाब-किताब आए लेकिन एक बल, एक भरोसा के सहारे सब दूर हो गए। अब मन हरपल यही गीत गाता है किसी ने अपना बना के मुझको मुस्कुराना सिखा दिया....



नए संकल्पों के साथ मनाएं 'नया साल'

धीरे-धीरे पुराना साल बीत गया और नया आ गया। जब पुराना वर्ष भी नया था तो हमने नया वर्ष मनाया था। अब पुनः नया मना रहे हैं परन्तु क्या सोचा कभी आपने कि नया साल कैसे मनाना चाहिए। जिससे पूरा वर्ष हमारा यादगार रहे। हम हमेशा उसी उड़ान में उड़ते रहें। कहीं घूम लेना, दोस्तों के साथ पार्टी करना लेना, नए कपड़े पहन लेना ये सारी चीजें हम उस दिन करते हैं। ताकि हमारी खुशी बरकरार रहे। परन्तु



इससे कहाँ रह पाती हैं। अगले ही दिन कोई बात आई तो पहले जैसा हो गया। इसलिए हमेशा ये सोचें कि हमारा हर पल नया वर्ष है। नई सोच, नई उमंग और उत्साह के साथ नया साल का हर दिन शेड्यूल तय करें। इससे आपके जीवन में कभी भी निराशा के बादल टंक नहीं सकते। प्रतिदिन विकारों से मुक्ति का संकल्प लें। हर पल नया करने का सोचें। बस यही आपके लिए नया साल यादगार बना देगी।

बोध कथा जीवन की सीख

हमारी सोच पर निर्भर है जीवन



मैं पूरे दो करोड़ रुपए देने को तैयार हूँ। फिर भी उसने मना किया तो बोला बताओ जो कीमत मांगोगे वह दूंगा। आदमी ने सुनार से कहा- मेरे गुरुजी ने इसे बेचने से मना किया है। इसके बाद वह हीरा कारोबारी जौहरी के पास जाता है और पत्थर दिखाता है। जौहरी ने जब उस बेशकीमती रुबी को देखा तो पहले उसने रुबी के पास एक लाल कपड़ा बिछाया, फिर उसकी परिक्रमा लगाई, माथा टेका। फिर जौहरी बोला- कहाँ से लाया है ये बेशकीमती रुबी? सारी कायनात, सारी दुनिया को बेचकर भी इसकी कीमत नहीं लगाई जा सकती। ये तो अमूल्य है। वह आदमी हैरान-पेशान होकर सीधे गुरुजी के पास गया और अपनी आपबीती बताई और बोला - गुरुजी, अब बताइए, जीवन का मूल्य क्या है? इस पर गुरुजी बोले- वस् तुमने पहले पत्थर को संतरे वाले को दिखाया तो उसने इसकी कीमत देखा और संतरे वाले को दिखाया तो उसने इसकी कीमत 12 संतरे ले जाओ। वह आदमी संतरेवाले से बोला - गुरुजी ने कहा है, इसे बेचना नहीं है। फिर एक सब्जी वाले के पास गया और उसे पत्थर दिखाया। सब्जी वाले ने पत्थर को देखकर कहा- एक बोरी आलू दे सकता हूँ। इसके बाद एक सुनार के पास गया और पत्थर दिखाया। सुनार ने कहा मैं इसे 50 लाख रुपए में खरीद सकता हूँ। लेकिन वह व्यक्ति मना कर देता है। फिर सुनार बोला-

इसके बाद वह हीरा कारोबारी जौहरी के पास जाता है और पत्थर दिखाता है। जौहरी ने जब उस बेशकीमती रुबी को देखा तो पहले उसने रुबी के पास एक लाल कपड़ा बिछाया, फिर उसकी परिक्रमा लगाई, माथा टेका। फिर जौहरी बोला- कहाँ से लाया है ये बेशकीमती रुबी? सारी कायनात, सारी दुनिया को बेचकर भी इसकी कीमत नहीं लगाई जा सकती। ये तो अमूल्य है। वह आदमी हैरान-पेशान होकर सीधे गुरुजी के पास गया और अपनी आपबीती बताई और बोला - गुरुजी, अब बताइए, जीवन का मूल्य क्या है? इस पर गुरुजी बोले- वस् तुमने पहले पत्थर को संतरे वाले को दिखाया तो उसने इसकी कीमत 12 संतरे बताई। आगे सब्जी वाले के पास गए तो कीमत 1 बोरी आलू बताई। फिर सुनार ने दो करोड़ बताई और जौहरी ने इसे बेशकीमती बताया। इसी तरह वस्! तुम्हारा भी ऐसे ही मानवीय मूल्य है। इसे तुम 12 संतरे में बेच दो, 1 बोरी आलू में या 2 करोड़ में या फिर इसे बेशकीमती बना लो। ये तुम्हारी सोच पर निर्भर है कि तुम जीवन को किस नजर से देखते हो।

संदेश: हमें सदा अपने जीवन को गुणवान, संस्कारित और मूल्यनिष्ठ बनाने पर जोर देना चाहिए। आज हम जो हैं, जैसे हैं और जिस स्थिति में हैं उसके पीछे हमारी सोच का महत्वपूर्ण योगदान है। सदा प्रयास करते रहें कि हमारी सोच का दायरा नित बढ़ता रहे। मन में सकारात्मक और श्रेष्ठ विचार हों। जिसके जितने अच्छे विचार होते हैं, उनका जीवन उतना ही महान, बहुमूल्य और प्रेरक होता है।



मेरी कलम से

मेधावी शुक्ला

(अनुसंधान अध्ययता)

गांधी एवं शांति अध्ययन विभाग, महात्मा गांधी अंतरराष्ट्रीय हिंदी विश्वविद्यालय, वर्धा

सम्पूर्ण जीवनकाल में स्वयं को अच्छा बनाने की स्थितियाँ कई बार व्यक्ति के समक्ष उत्पन्न होती हैं और प्रायः प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से मनुष्य को स्वयं की अच्छाई एवं सच्चाई के प्रति आकर्षित भी करती हैं। स्वयं को अच्छा बनाने के परिदृश्य में स्वयं का एक तुलनात्मक अध्ययन व्यक्ति को आश्चर्यचकित स्थिति में परिवर्तित कर देता है। जिसके अंतर्गत सत्य और असत्य का ज्ञान होते हुए भी व्यक्ति सत्य की स्वीकारोक्ति को निजी गुण में परिवर्तित नहीं कर पाता है। धर्म-कर्म से जुड़े सिद्धांत व्यक्ति को लौकिकता निभाने हेतु बल प्रदान करते हैं। जिससे जीवन की निजता त्याग के लिए तत्पर हो जाती है। लेकिन स्वयं के अच्छे संस्कार व्यक्ति को कई बार श्रेष्ठता का वरण करने में सहयोगी बनते हैं तो अनेक स्थितियों में बुरे संस्कारों से असफलता भी प्राप्त होती है।

जब एक व्यक्ति स्वयं को आध्यात्मिक जगत के भीतर ले जाने का प्रयास करता है तब उसे ज्ञात होता है कि पुरुषार्थ की महत्ता क्या है? और स्वयं को आलौकिक बनाने समय वैराग्य की आवश्यकता क्यों

मानव जीवन में श्रेष्ठता की स्वीकारोक्ति

लोक व्यवहार की परिकल्पना...

मनुष्य होने के नाते अंतर्मन से ऊंचा उठने, आगे बढ़ने, खुश रहने कार्य के प्रति समर्पण, निःस्वार्थ भाव से मदद करने इत्यादि मनोभावों का जीवन में विशेष महत्व होता है जो समय - समय पर सभी मानव आत्माओं के भीतर मस्तिष्क एवं हृदय में उत्पन्न भी होते रहते हैं। मानव जीवन में सबकुछ श्रेष्ठ अर्थात् उत्तम रूप से संपन्न हो जाए यह मनोभाव होने के बावजूद भी एक मनुष्य बेहतर क्यों नहीं कर पाता है? यह अंतरद्वंद्व चिंतन के बड़े पक्ष पर काबिज होकर बैठा होता है। धर्म परायणता व्यक्ति को कुछ ऐसे मानदंड स्थापित करने के लिए प्रेरणा प्रदान करती है जिसमें व्यक्ति श्रेष्ठता के प्रति समर्पित होकर कर्मगत व्यवहार को संपन्न करता है। इससे त्याग-तपस्या की निरंतरता के साथ लोक व्यवहार की परिकल्पना साकार हो जाती है। सामान्य जीवन में स्वयं को श्रेष्ठता के उच्च आयाम पर विराजित करने हेतु अध्यात्म का अवलंबन करना कठिन होता है। क्योंकि आध्यात्मिक परिवेश के प्रति स्पष्ट जागृति मनुष्य आत्माओं में नहीं होती है। एक व्यक्ति आध्यात्म को समझने के लिए जब चेष्टा करता है तब उसे ज्ञात होता है पुरुषार्थ के द्वारा पुण्य आत्मा से देव आत्मा की ओर प्रस्थान किया जा सकता है।

होती है? मनुष्य स्वयं के उत्थान के लिए श्रेष्ठता का वरण करना चाहता है और वह अपनी क्षमता के अनुसार प्रयत्नशील भी रहता है। जिसके अंतर्गत स्वयं को राजयोगी बनाने की प्रक्रिया से गुजरना गहन मौन का परिणाम होता है। इसमें पारलौकिकता की पराकाष्ठा अनहद नाद की ओर अभिमुखित कर देती है।

मानव जीवन काल में धर्म की परम्पराओं के साथ कर्म के विभिन्न स्वरूपों का अध्ययन निरंतर करना होता है। ताकि स्वयं को श्रेष्ठ बनाने की प्रायोगिकता को व्यावहारिक जीवन से जोड़ा जा सके। एक मनुष्य के द्वारा स्वयं के लिए धार्मिक व्यवस्था से कुछ स्थूल प्राप्त करने की उत्कंठा रखना इस बात का प्रमाण है कि उसने स्वयं को त्याग-तपस्या के प्रति निष्ठवान बना लिया है और आवश्यकता पड़ने पर निजी जीवन के प्रति निष्ठुरता का अनुपालन करके महत्वाकांक्षा के मोती को हासिल करने की स्थितियाँ निर्मित की जा सकती हैं। किसी नियम के प्रति कठोरता का भाव स्वयं को संयमित बनाने में कितना योगदान दे सकेगा यह चिंतन का विषय हो सकता है। लेकिन आध्यात्मिक

जगत में पुरुषार्थ का सबल पक्ष जप एवं तप के द्वारा आत्मा की शक्तियों को बलवान बनाने में सहयोगी अवश्य बन जाता है। जीवन में अलौकिकता का प्रवेश मनुष्यता को उच्च कोटि के सम्मान से भरपूर कर देता है। इससे व्यक्ति ध्यान के साथ धारणा का अवलंबन करते हुए स्वाध्याय से बेहद के वैराग्य को प्राप्त कर लेता है।

मानव जीवन में श्रेष्ठता का वरण आत्मा का वह स्वर्णिम स्वरूप है जिसमें व्यक्तिगत चेतना से राजयोगी अवस्था को प्राप्त करके सत्य, प्रेम एवं अहिंसा को पुष्पित और पल्लवित किया जाता है। आत्मिक जगत के उजले पक्ष व्यक्ति को गुण एवं शक्ति संपन्न बना देते हैं, जिससे वह मौन स्वरूप रहते हुए श्रेष्ठता का वरण अत्यंत सहज, सरल एवं विनम्र भाव से स्वीकार कर लेता है। जब हम श्रेष्ठता के प्रति नतमस्तक हो जाते हैं तो राजयोग से आत्मिक शक्तियों एवं गुणों को विकसित करते हुए अंतर्मुखी स्वरूप से पारलौकिक संबंधों की संरचना को बेहद के विराट स्वरूप में प्राप्त किया जा सकता है।

सोते समय करें संकल्प... मैं महान आत्मा हूँ, मैं परम पवित्र आत्मा हूँ... मैं पूज्य आत्मा हूँ...



आध्यात्म की नई उड़ान...

डॉ. सचिन | मेंडिटेशन एक्सपर्ट

इसके पहले हमने दो अंक में जाना कि योग निद्रा क्या है, इसे कैसे कर सकते हैं। तीन स्टेप आप पहले ही जान चुके हैं, अब आगे....

चौथी स्टेप: सांस के तरफ थोड़ा सा ध्यान। सांस आ रही है, जा रही है। थोड़ा देर इस पर केंद्रित होना मुख्य स्टेप है। अब मानस पटल पर चित्र तैयार करना या विजुलाइजेशन करना। यदि हम यह रात को कर रहे हैं जो संकल्प हमने सबसे पहले शुरुआत में किया कि मैं आत्मा हूँ, मैं महान आत्मा हूँ... ये सोते सोते योग करते-करते नींद आ जाए। इससे जो संकल्प है वह सीधा सब-कॉन्शियस माइंड में चले जाएंगे। इसके साथ ही हमें पांच स्वरूपों के अभ्यास को विजुलाइज करना है।

पहला विजुलाइजेशन: मैं आत्मा परमधाम में हूँ... यह सारा कमरा परमधाम है... मैं आत्मा वहाँ पर निःसंकल्प हूँ... मैं शांत स्वरूप हूँ... मैं प्रेम स्वरूप हूँ... यहाँ पर योग चालू कर देना शिव बाबा की किरणें मुझ पर

पड़ रही हैं... यदि काम विकार के संकल्प आते हैं तो मैं परम पवित्र आत्मा हूँ... का संकल्प लेकर मैं आत्मा परमधाम में हूँ... नींद भी आ रही है। परमधाम में स्थित हूँ... और ऐसे में ही सो जाना।

दूसरा विजुलाइजेशन: मैं आत्मा देवकुल की आत्मा हूँ... मैं देख रहा हूँ सतयुगी आत्माएं विचारण कर रहे हैं... पुष्पक विमान से आ जा रहे हैं।

तीसरा विजुलाइजेशन: अपने मन की आंखों में चित्र बनाएं और विजुलाइज करें कि मैं वह पदमापदम भाग्यशाली आत्मा हूँ जिसकी मंदिरों में पूजा होती है। मैं फिर से वही पूज्य और पवित्र आत्मा बन गई हूँ। मैं आत्मा शिव बाबा की याद से फिर से पावन बन गई हूँ... मुझ आत्मा की सारी मलिनता दूर हो गई है... साथ ही महसूस करें कि मदद के लिए मेरे भक्त मुझे पुकार रहे हैं।

पांचवा स्टेप: विजुलाइजेशन एसी तकनीक है जो हम देखेंगे वह होगा। हमें किसी व्यक्ति को साक्षात् देना है तो उसे अपने सामने एक-एक चीज इतनी डिटेल में देखना कि जिसे मेंटल स्पीचुअल टेलीपैथी भी कहते हैं। जैसे किसी ने हमें दुख दिया या बहुत सता रहा है। हमने किसी को सताया तो माफ़ी मांगनी है और माफ़ करना है। दोनों ही स्थितियों में उस आत्मा को इमर्ज करना। इस स्थिति में माइंड गामा वेव में होता है। धीरे-धीरे वह बीटा में जाएगा। बीटा से अल्फा में, अल्फा से रिसेक्स और धीरे-धीरे वहां से थीटा और फिर डेल्टा में जाएगा। डेल्टा बहुत ऊंची स्टेज है। जिसमें कोई विचार नहीं होते। बिल्कुल साउंड लैस डीपरस्लीपलैस।

छठा स्टेप: अपोजिट इमोशंस भेजो। विजुलाइज करना हमारे जो अपोजिट इमोशंस हैं। जैसे किसी में क्रोध के संस्कार हैं। दिनभर संकल्प करता है मैं क्रोध नहीं करूंगा, नहीं करूंगा फिर क्रोधित हो जाता है। क्योंकि सब-कॉन्शियस माइंड में बैठा हुआ है। यहाँ पर और एक

चीज अपनी डायरी में नोट करके रखना है कि योग निद्रा में किए गए संकल्प सबसे शक्तिशाली संकल्प हैं जो संकल्प योगनिद्रा में किए गए उसके अपोजिट संकल्प में हम देखेंगे। क्रोध में आया हुआ जो क्षण है उसे भी विजुलाइज करेंगे और जब हम एकदम शांत हैं उसको भी विजुलाइज करेंगे। जब भी काम विकार का संकल्प उठता है या उठा हो तो उस समय पवित्रता का संकल्प करना यानी उस समय नेगेटिव क्षण के अपोजिट संकल्प करना अर्थात् पवित्रता के संकल्प करना।

सातवाँ स्टेप: सोते समय हमारी अवस्था ऐसी हो जैसे कोई योगी सो रहा हो। महात्मा बुद्ध सारी रात एक ही करवट पर सोते थे। उनका शिष्य आनंद जब सुबह देखता है कि महात्मा जी एक ही करवट पर सोए हैं। तो वह पूछता है आप रात में भी जागते हो क्या? महात्मा बुद्ध ने कहा मेरा मन शांत हो गया है, मुझे करवटें बदलने की जरूरत ही नहीं है। करवटें वह बदलते हैं जो अशांत हैं, बेचैन हैं, भयभीत हैं, चिंताग्रस्त हैं, उदास, दुखी और डिप्रेशन में हैं।

आठवाँ स्टेप: लास्ट विधि है एक्सटर्नलाइजेशन। फिर से शरीर की सारी चेतना धीरे-धीरे शरीर में घुमाना मतलब उससे हम बाहर निकल रहे हैं। एक स्टार्ट किया था फिर उसको एंड करना है। रात में सोते समय हम एंड ना कर पाए क्योंकि नींद आ जाती है लेकिन जब दिन में करेंगे तब उसको समाप्त भी करना है। सोते समय कोई अच्छा यूजिक भी लगा सकते हैं और फिर आवाज विलीन हो जाए। इसमें सारे योग के प्रयोग भी कर सकते हैं। यह सारे प्रयोग तब करने हैं जब हम बेड पर लेटे हुए हैं, खटिया पर क्योंकि बहुत सारी माया खटिया पर आती है। बेस्ट विचार, नेगेटिव व्यर्थ विचार, काम के विचार, ईर्ष्या के विचार रात में आते हैं। ये आठ स्टेप योगनिद्रा की हैं। इसमें हम जो चाहें उसको हम बदल सकते हैं। योगनिद्रा से हम जीवन में महान लक्ष्यों को पा सकते हैं।



प्रेरक विचार
Spiritual THOUGHTS



स्वामी दयानंद सरस्वती, आर्य समाज के संस्थापक

“ दुनिया को अपना सर्वश्रेष्ठ दीजिए और आपके पास सर्वश्रेष्ठ लौटकर आएगा ”



राजा राममोहन राय, समाज सुधारक

“ प्रत्येक स्त्री को पुरुषों की तरह अधिकार प्राप्त हों, क्योंकि स्त्री ही पुरुष की जननी है, हमें हर हाल में स्त्री का सम्मान करना चाहिए ”

जीवन प्रबंधन



बी.के. शिवानी
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ
अंतरराष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज की टीवी ऑइकॉन, गुरुग्राम, हरियाणा

हमें सतयुगी रास्ते पर चलना ही होगा...

अगर हम पुराने तरीके से सोचते रहें, बोलते रहें, करते रहें तो खुशी, सेहत और सुंदर रिश्ते संभव नहीं हैं

एक से ही होती है नव संस्कारों की उत्पत्ति

शिव आमंत्रण **माउंट आबू**। आने वाले समय में दुःख और बढ़ने वाला है। लोग झूठ बोलते हैं, गलतियां करते हैं, धोखा देते हैं, कहना नहीं मानते, वो कलियुग है। उसके बीच रहते हुए मैं आत्मा सतयुग बना रही हूँ। देखें अपने आपको मैं आत्मा सतयुग बना रही हूँ। मैं आत्मा अपनी बैटरी को चार्ज कर रही हूँ। खुद से पूछें मैं आत्मा कैसी हूँ? मेरी हर सोच, मेरा बात करने का तरीका, मेरा व्यवहार कैसा है? कुछ ऐसे लोगों को अपनी आंखों के सामने लेकर आएँ जो हमारे अनुसार नहीं हैं। जिनके व्यवहार के संग मैं आकर हम भी कलियुग वाले हो जाते हैं। वो तो कलियुग में हैं कलियुग वाला व्यवहार करेंगे ही हमारे सामने। जो उनके लिए सही वो सही है। अब देखें अपने आपको- मैं आत्मा सतयुग में हूँ। मेरा युग और उनका युग ही अलग है। मेरे संस्कार और उनके संस्कार ही अलग हैं।

हमें सतयुग बनाना है। अगर हम सतयुग बनाना है तो कलियुग के लोगों से बिल्कुल डिफरेंट होना पड़ेगा। जब आपके आस-पास के लोग फोटो खींच रहे हों तो उस क्षण हम क्या करेंगे? मोबाइल जेब में रहने देंगे। लेकिन ये भी ख्याल करना है कि हमें सतयुग बनाना है। एक तो हमें कलियुग की फोटो की जरूरत नहीं है। दूसरी उस दृश्य को हम इस तरह देख रहे हैं कि वह दृश्य सतयुग वाला हो जाए। फिर वो लोग उस दृश्य का फोटो खींचते रहें। हम उस सतयुगी दृश्य को बनाएंगे। वो लोग उस दृश्य का फोटो खींचकर खुशी मनाएंगे। अब हमारा तो रोल चेंज हो गया। अगर हमें सतयुग बनाना है तो दो बातें हैं- एक है सतयुग में जाना और दूसरा है सतयुग हमें बनाना है। दोनों बातों में बहुत फर्क है।

कलियुग में सतयुगी बनकर रहना ही राजयोग

जब हम पीसफुल, निःस्वार्थ, प्रेममयी, शुद्ध आत्मा, स्वभाव संस्कार से बिल्कुल स्टेबल होंगे तो सतयुग महसूस होगा। अगर सामने वाला कलियुग में है तो कलियुग में गुस्सा करना, झूठ बोलना, धोखा देना एलाउ है। लेकिन सतयुग में गुस्सा करना नाट एलाउड है। सतयुग में बुरा महसूस करना, रोना, उल्टा जवाब देना नाट एलाउड है। अब ये कलियुग और सतयुग इक्विवलेंट रह पाएंगे? सतयुगी संस्कार लेकर सतयुग में रहना ये तो कोई भी कर सकता है। हमारे साथ सब प्यार से बात करें तब हम भी प्यार से बात करें, तो उसमें क्या ताकत चाहिए? वो तो कोई भी कर सकता है। सतयुग में सतयुगी जैसा रहना सबसे आसान है। कलियुग में कलियुगी जैसे रहना बहुत आसान है। कोई भी कर सकता है। लेकिन कलियुग में सतयुगी होकर रहना वो राजयोग मेडिटेशन है।

मान लिया कि आपके आसपास लोग गलत प्रकार का भोजन खा रहे हैं। कोई जंक खा रहा, कोई सड़क पर बैठ कर पानी पुरी खा रहा है, कोई फ्राइड खा रहा, कोई सड़क पर बैठ कर नॉनवेज खा रहा है। आपको पता लग गया ये सब गलत भोजन है लेकिन 25-30 साल पहले आप भी वही खाना खा रहे थे। अब एक दिन जागृत आई कि मुझे ये सब भोजन नहीं चाहिए। क्योंकि मेरा शारीरिक-मानसिक रिजल्ट ठीक नहीं रहा तो मुझे आज से हेल्थ चाहिए। तो हमने निर्णय ले लिया मुझे नहीं

खाना। तो आसपास के लोग थोड़ी ही खाना बंद कर देंगे? क्योंकि उन्होंने निर्णय नहीं लिया है। निर्णय किसने लिया है? हमने लिया है। जिस दिन हमने निर्णय लिया आसपास के लोग कुछ और खा रहें हों और मुझे कुछ और खाना है ये संभव है। हां ये आसान है ऐसा संकल्प ले लेंगे तो हो जाएगा। ये बिल्कुल सहज है। ऐसे समय पर हम आसपास के लोगों से ज्यादा उम्मीदें नहीं करने हैं। लोग तो हमें वही खिलाने की कोशिश करेंगे जो वो खा रहे हैं। जब कई बार हम नहीं खाएंगे तो वो हमारा मजाक भी उड़ाएंगे, चिढ़ाएंगे भी खा लो-खा लो थोड़ा सा। लेकिन जिसने निर्णय ले लिया वो आत्मा क्या करेगी? अगर हमारे पास वो पावर है ये निर्णय लेने की तो मुझे कोई प्रलोभित नहीं कर सकता। भले मेरे आसपास चारों तरफ लोग अनहेल्दी खाना खा रहे हों, पी रहा हो। अगर कोई कुछ भी खा पी रहा है और हम नहीं खाएंगे ये तो कर सकते हैं ना। कोई कुछ भी बोल रहा है और हम वैसे नहीं बोलेंगे। अगर ऐसा नहीं कर सकते तो क्यों नहीं कर सकते? सिर्फ हमें अपने आप से पूछकर ये निर्णय लेना है। अगर निर्णय लेते हुए गलती से हमने अपने मन को कह दिया इतना सारा पढ़ने के बाद भी ये करना तो आसान नहीं है। तो मन क्या करेगा? फिर मन ये कहेगा आश्रम में बैठकर ये सब बातें करना बहुत आसान होता है। इतना समझने के बाद भी ये सब होने वाली नहीं है। फिर मन ये कहेगा ये सब बात इन बहनों को क्या पता? इन्होंने बच्चे पाले कभी? इनको मालूम है बच्चों को संभालने के लिए आज क्या-क्या करना पड़ता है? जैसे ही मन ने ऐसे वार्तालाप करना शुरू की तो हमने अपने आपको क्या छूट दे दी? छोड़ दो उनको बनाने दो सतयुग, जब सतयुग बन जाएगा तो हम उसमें चले जाएंगे।

हमें अपनी क्वालिटी ऑफ लाइफ सुधारना होगी

महत्वपूर्ण यह है कि इस कलियुग को कैसे पार करना है? दिन प्रतिदिन हमारी क्वालिटी ऑफ लाइफ क्या होती जा रही है? बाहर साधनों के हिसाब से क्वालिटी ऑफ लाइफ तो बहुत अच्छी होती जा रही है। लेकिन पर्सनल क्वालिटी ऑफ लाइफ बुरी और छोटी होती जा रही है। बुरी क्यों होती जा रही है? क्योंकि हम उसे होने देते हैं। सब लोग गुस्सा करते हैं तो गुस्सा तो करना पड़ता है। कलियुग के लोगों को नकल कर-कर के स्वतः हम लोग भी कलियुगी हो जाएंगे। कलियुग कैसे बनता है? कुछ लोग कलियुगी संस्कार क्रियेट करते हैं। बाकी सबलोग उनको नकल करते हैं।

एक से होती है कलियुग की शुरुआत

मान लिया आज तलाक आम बात हो गया है, लेकिन कभी न कभी किसी एक ने ही शुरुआत की होगी। सबने इक्कट्टे तो नहीं शुरू किया होगा। किसी एक ने शुरू किया होगा। जिस समय पहले एक ने जब तलाक दिया होगा तो उस समय समाज ने क्या कहा होगा? ऐसा कैसे कर सकते हैं? और ये कितने साल पुरानी बात होगी? लगभग 50 साल। 50 साल पहले हमारी मान्यता क्या थी? शादी हो गई या अब वहीं रहना है? चाहे कैसी भी परिस्थितियां हों। ऐसा थोड़ी ही है कि उससे पहले चुनौतियां नहीं थीं। बहुत चुनौतियां थीं बहुत परिस्थितियां थीं। हर तरह के संस्कार थे लेकिन यहां दिमाग में मान्यता थी कि शादी हो गई अब यहां ही रहना है। माता-पिता बेटी को क्या कह के भेजते थे, अब वहीं रहना है। आज क्या बोलते हैं? मुश्किल आ रही है तो वापस आ जाओ। तंग कर रहे हैं तो वापस आ जाओ। तो ये मान्यता क्यों चेंज हुई? किसी एक ने किया, दो ने किया, पांच ने किया बाकी ने नकल किया और धीरे-धीरे समाज ने क्या कहा? ये तो आम बात है। जैसे ही समाज ने इस बात को मुह्र लगा दी ये सब अब आम बात है फिर बहुतों ने किया। हमारे दादा-दादी की जो पीढ़ियां हैं उस समय बाहर भोजन नहीं करते थे। ऐसी कोई धारणा नहीं थी। कोई उस समय कहता बाहर खाना खाना जाना है तो अजीब लगता था। बाहर खाना खाने कौन जाता है? आज के बच्चे कहते हैं घर कौन खाना खाएगा? ये सारा खेल इस 50-100 सालों में बहुत कुछ हमने बदल दिया। एक ने किया, दो ने किया, पांच ने किया बाकी ने नकल किया। कलियुग इसी तरह नीचे गिरता गया।

अब हमें सतयुग बनाना है

सतयुग कैसे बनेगा और कहाँ बनाना है? इस सृष्टि पर नहीं बनाना है। हमें सतयुग सिर्फ अपने मन, बुद्धि और अपने घर में बनाना है। जहां हम काम करते हैं वहां बनाना है। ये हमारी जिम्मेदारी है, कैसे बनेगा? कोई एक शुरुआत करेगा न। अचानक सब तो एक साथ शुरुआत नहीं करने लग जाएंगे। कोई एक करेगा। धीरे-धीरे वो तरीका किसी और को अच्छा लगेगा, तो दूसरा करना शुरू करेगा। धीरे-धीरे बाकी लोग नकल करेंगे और कुछ समय में हमारा घर स्वर्ग बन जाएगा। लेकिन वो एक बहुत महत्वपूर्ण है जो इसकी शुरुआत करेगा। कौन है वो? जो पहले शुरुआत करेगा कि मैं जहां हूँ वहां ही सतयुग बनाऊंगा। अगर मान लिया कि कोई मुझे नकल नहीं करता, मेरे घर, ऑफिस में कोई नहीं बदलता। लेकिन मेरा तो सतयुग बन जाएगा न। इसी कलियुग में रहते हुए हमारी अंदर की एनर्जी कैसे हो जाएगी? वो सतयुग की एनर्जी वाली हो जाएगी। लेकिन उसके लिए अपने आपको बार-बार कहना होगा कि ये करना बहुत आसान है। आज निर्णय लेना है, संकल्प लेना है, चाहे जो भी हो जाए। आज का दिन बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि इस समय हम समय की जंक्शन पर खड़े हैं। आज हमारे पास च्वाइस है। अगर हम कलियुग के रास्ते जा रहे हैं तो कलियुग बहुत तीव्र गति से बढ़ता जा रहा है। मतलब एनर्जी बहुत ही तीव्र गति से घटती जा रही है।

हमें सतयुगी रास्ते पर चलना ही होगा

अगले पांच साल बाद हमारा जीवन वैसे नहीं होगा जैसा आज है। क्या सड़कों पर ट्रैफिक उतना ही है जितना पांच साल पहले था? बहुत बढ़ चुका है। इन पांच साल के अंदर और आने वाले पांच साल में क्या होगा? इसका मतलब है कि आज अगर हम ये ऑप्शन नहीं चुनते तो आने वाले पांच-दस साल में आत्मा की बैटरी और घटेगी। मतलब दुःख बढ़ेगा, सेहत बिगड़ेगी और रिश्ते बिगड़ेंगे। ये इसलिए होगा कि कलियुग मेरे अंदर है। लेकिन आज हम ये चुनें कि मुझे सतयुगी रास्ते चलना है। तो आज से ही बैटरी बढ़नी शुरू हो जाएगी। फिर भले बाहर चुनौतियां बढ़ेंगी लेकिन उसे फेस करने वाली आत्मा मजबूत होती जाएगी। हमें ये करना ही होगा। मेरे पास और दूसरा कोई च्वाइस नहीं है।



डॉ. अजय शुक्ला | बिहेवियर साइंटिस्ट
गोल्ड मेडलिस्ट, इंटरनेशनल इयुमन राइट्स मिलेनियम अवार्ड विजेता
डायरेक्टर (स्पीच)अल रिसर्च स्टीडी एंड ट्रेनिंग सेंटर, बंजारा, देवास, मप्र

सकारात्मक जीवन में पुरुषार्थ की यथार्थता

जीवन का मनोविज्ञान- 08



मनुष्य के द्वारा स्वयं के साथ सर्व आत्माओं के प्रति शुभ भाव से भरपूर रहने की स्थिति आत्मा के सशक्तिकरण का परिणाम होता है। किसी भी परिस्थिति में सकारात्मक बने रहने की सलाह व्यक्ति को प्राप्त होने का अर्थ है कि स्वयं के जीवन की स्थिति पुण्य से संपन्न है। यदि जीवन में सकारात्मक स्वरूप से स्वयं को परिवर्तित करने की प्रक्रिया के द्वारा एक नए बदलाव की सत्यता अनुभव में आती है तो यह सकारात्मकता जीवन की व्यावहारिकता से पूर्णतः जुड़ी रहती है। व्यक्तिगत परिवेश के अंतर्गत सम-दृष्टि को विकसित करने की प्रवृत्ति अंतर्मन को इतना समर्थ बना देती है कि सकारात्मक जीवन का आनंद सहजता से परिलक्षित होने लगता है। स्वयं की उपयोगिता को पुरुषार्थ की यथार्थता से कल्याणकारी स्वरूप प्रदान कर देने में आत्मिक कुशलता का मंगलकारी पक्ष सदा विद्यमान रहता है।

मानव उत्थान का संदर्भ एवं प्रसंग

जीवन की ऊंचाई का संदर्भ ऐतिहासिक पृष्ठभूमि में ईमानदारी के गुण मूल्य से सुसज्जित रहता है, जिसमें आत्मा की पवित्रता का प्रसंग संबद्ध होने से मानव के उत्थान की व्यापकता चहुँओर दृष्टिगोचर होने लगती है। गतिशील जीवन का उद्देश्य सकारात्मकता के परिदृश्य से होकर गुजरता है और व्यक्तित्व की सार्थकता को सिद्ध करने के संदर्भ एवं प्रसंग की व्याख्या का अनुमोदन संपूर्ण निष्ठा से व्यक्त कर देता है। सकारात्मक जीवन के प्रति अनुराग व्यक्ति को किसी भी मनोदशा में सार्थक जीवन के लिए पुरुषार्थ करने हेतु प्रेरणा प्रदान करता है। मानव के द्वारा स्वयं को विकसित करने की प्रक्रिया में श्रेष्ठ संकल्प एवं विकल्प की उपस्थिति व्यक्ति को सकारात्मक जीवन के प्रति अपनी जिम्मेदारी को स्पष्ट करती है। जीवन का विराट पक्ष व्यक्ति को स्वयं की उपयोगिता से परिचित भी कराता है तथा जगत में उसके योगदान को जवाबदेही के संदर्भ एवं प्रसंग में निरूपित भी करता है।

दृष्टिकोण की नवीनता का नैसर्गिक भाव

स्वयं के प्रति उच्चता का भाव एक व्यक्तित्व की गरिमा को इतना निखार देता है कि वह संपूर्ण सृष्टि के प्रति अपने दृष्टिकोण में सकारात्मकता से सुसज्जित हो जाता है। जब नव दृष्टि का नैसर्गिक बोध मानवता को शिखर पर स्थापित करने की चेष्टा करता है तब सकारात्मक जीवन में पुरुषार्थ की यथार्थता के लिए बड़ी गूढ़ता से जतन किए जाते हैं। व्यक्ति की आंतरिक दृष्टि स्व-मूल्यांकन से वर्तमान जीवन की अच्छाई को उपयोगी बनाने में इसलिए जुट जाती है ताकि स्वयं के सात्विक अस्तित्व को निर्मित करने में मदद प्राप्त हो सके। जीवन में ज्ञान एवं तत्व मीमांसा आत्मा को शुद्धता और मुक्ति के प्रसंग से जोड़ते हैं क्योंकि यह व्यक्ति के लिए स्वयं के दृष्टिकोण की नवीनता का वह नैसर्गिक भाव होता है जिसमें सार्थकता स्वमेव प्रतिबिम्बित हो जाती है। स्वयं के सकारात्मक जीवन को स्वीकार करते हुए सम्मानित कर देना अपने दृष्टिकोण का वह उजला पक्ष है जहां जीवन की सार्थकता नैसर्गिक रूप से गौरवान्वित होती है।

जीवन में मौलिकता का उपयोगी परिणाम

मानव जीवन के व्यवहार में जब सकारात्मक ऊर्जा अपनी वास्तविकता के साथ कार्यरत होती है तब व्यक्ति को यह अहसास होने लगता है कि आत्मिक जगत में गुण एवं शक्ति मौलिक स्वरूप में निहित है। वर्तमान जीवन में उपलब्ध सकारात्मकता पूर्णतः नैसर्गिक होती है और वह निजी स्तर पर उपयोगिता को सिद्ध करने के लिए तत्पर रहती है। व्यक्ति के जीवन का ऐसा सुखद संयोग जिसमें वह एक ओर स्वयं को सकारात्मक जीवन की सम्पूर्णता से समृद्ध करता है, वहीं दूसरी ओर समाजोपयोगी बन जाने के सुख को संरक्षित कर लेने की इच्छा शक्ति भी रखता है। स्वयं की अंतर्निहित सकारात्मकता को सर्व के भीतर दृढ़ता का शुभ-भाव व्यक्ति को इतने गहरे स्तर पर अभिप्रेरित कर देता है कि व्यक्ति जीवन की सार्थकता तक पहुंच जाता है। आत्मिक जगत की मौलिकता के परिदृश्य में सकारात्मक जीवन का यथार्थ सन्निहित रहता है जो व्यक्ति को समयानुसार यह बताता है कि आखिर जीवन की सार्थकता के कितने उपयोगी परिणाम होते हैं।

ब्रह्माकुमारीज के ग्वालियर सेवाकेंद्र की पहल...

मन के साथ तन की बीमारी का कर रहे निःशुल्क इलाज



शिव बाबा का धन्यवाद जो जरूरतमंद लोगों की सेवा का मौका दिया...



“

ब्रह्माकुमारीज संस्थान के साथ मिलकर हर महीने मरीजों का निःशुल्क उपचार करने का बीड़ा उठाया है। इसमें मरीजों के परीक्षण और दवाइयों के साथ जरूरी टेस्ट भी निःशुल्क कराते हैं। अन्य सुपर स्पेशलिस्ट डॉक्टर के साथ-साथ केमिस्ट की पूरी टीम साथ रहती है। कैंप के लगाने से गरीब-असहाय मरीज जो डॉक्टर की फीस और दवाइयों का खर्च नहीं उठा सकते ऐसे मरीजों को लाभ मिल रहा है। साथ ही हर महीने समय पर डॉक्टर मिलने से मरीजों का प्रॉपर इलाज हो जाता है। मरीज बाद में भी उन्हीं डॉक्टर से फ्री चेकअप करा सकते हैं। ब्रह्माकुमारीज में मन की बीमारी मेडिटेशन और तन की बीमारी डॉक्टर्स की टीम द्वारा ठीक की जा रही है। जबसे मैं संस्थान के संपर्क में आई हूँ तब से बहुत ही परिवर्तन महसूस करती हूँ। मेरे नकारात्मक विचार अब सकारात्मक होने लगे हैं। हमेशा ऐसा अनुभव होता है कि कोई अदृश्य शक्ति हमारे साथ रहती है। पहले कार्य से घर आते-आते इतना टेंशन हो जाता था कि हम कल्पना भी नहीं कर पाते थे कि कोई अपने काम के साथ खुश भी रह सकता है। पर शिव बाबा से जुड़ने के बाद सारी दुनिया ही बदल गई है। अब सभी अच्छे लगने लगे हैं और मेरी कार्य करने की क्षमता भी बढ़ गई है। धन्यवाद प्यारे शिव बाबा का जो मुझे जरूरतमंद लोगों की सेवा करने का मौका दिया।

डॉ. निर्मला शर्मा 'कंचन', स्त्री रोग विशेषज्ञ, ग्वालियर, मप्र

शहर में दूढ़कर आर्थिक रूप से कमजोर और जरूरतमंद लोगों को पहुंचा रहे लाभ

शिविरों में शहर के नामी डॉक्टर्स की टीम दे रही निःशुल्क सेवाएं

अब तक इतने मरीजों का किया इलाज

शिविर	मरीज
1	109
2	201
3	118
4	216

शिव आमंत्रण ग्वालियर, मप्र। इंसान की सबसे बड़ी पूंजी अच्छा स्वास्थ्य है। फिर चाहे वह मन का हो या तन का। हॉस्पिटलों में महंगे इलाज के चलते आर्थिक रूप से कमजोर लोग कई बार समय पर इलाज नहीं करा पाते और बीमारी बढ़ने पर असमय ही जान गंवा देते हैं। ऐसे में किसी को अपनों को न खोना पड़ेगा। इन्हीं उद्देश्यों को ध्यान में रखते हुए ब्रह्माकुमारीज के ग्वालियर लश्कर सेवाकेंद्र द्वारा निःशुल्क चिकित्सा परामर्श एवं दवाइयों वितरण शिविर की शुरुआत की गई है।

इन शिविर के माध्यम से शहर के गरीब और असहाय लोगों को दूढ़कर उनका इलाज निःशुल्क किया जा रहा है। इसमें मरीजों को जांच से लेकर दवाइयों और जरूरी टेस्ट भी कराए जाते हैं। संस्थान द्वारा अब तक नियमित अंतराल में चार शिविरों का आयोजन किया गया है, पांचवा शिविर 9 दिसंबर को आयोजित किया जाएगा। सबसे बड़ी बात इन शिविरों में शहर के नामी-गिरामी डॉक्टर्स निःस्वार्थ रूप से सेवाएं दे रहे हैं। साथ ही मरीजों को शिविर के अलावा भी फ्री चेकअप कर रहे हैं। लश्कर सेवाकेंद्र संचालिका बीके आदर्श बहन के मार्गदर्शन में संचालित किए जा रहे इन

शिविरों में एनेस्थीसिया स्पेशलिस्ट एवं वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक बीके डॉ. गुरुचरण सिंह, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक बीके प्रहलाद और स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. निर्मला शर्मा 'कंचन' की महत्वपूर्ण व सराहनीय भूमिका है।

ये डॉक्टर्स दे रहे निःशुल्क सेवाएं

चिकित्सा विशेषज्ञ डॉ. राकेश कंचन (पेट रोग विशेषज्ञ), डॉ. निर्मला शर्मा 'कंचन' (स्त्री एवं बांझपन रोग विशेषज्ञ), डॉ. पुखराज गौड़ (हड्डी एवं जोड़ रोग विशेषज्ञ), डॉ. जेपी गुप्ता (वरिष्ठ न्यूरो सर्जन), डॉ. प्रदीप त्रिवेदी (हड्डी एवं जोड़ रोग विशेषज्ञ), डॉ. गौरव त्रिवेदी (दंत रोग विशेषज्ञ), डॉ. शैलबाला धमेजा (होम्योपैथी) एवं टीम सोफिया होम्योपैथी मेडिकल कॉलेज के डॉक्टर मेडिकल शिविरों में अपनी निःशुल्क सेवाएं दे रहे हैं। वहीं मीनाक्षी एंजेंसी से जुगल गुप्ता, मंगल फार्मा से राजेंद्र कुमार मंगल एवं फॉर्मिडील कॉर्पोरेशन से मदन मोहन गुप्ता द्वारा निःशुल्क दवाइयों वितरित की जा रही हैं।

मन के साथ तन का इलाज कर रहे



“

ब्रह्माकुमारीज संस्थान की सहयोगी संस्था राजयोग एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन के मेडिकल विंग की ओर से शहर में स्वास्थ्य शिविर लगाए जा रहे हैं। इसका उद्देश्य लोगों को मन के साथ तन की बीमारी का इलाज करना है। यदि हम सुबह जल्दी जागें, मेडिटेशन और व्यायाम करें, सात्विक भोजन करें तो स्वस्थ रह सकते हैं। शिविर के माध्यम से विशेष रूप से जरूरतमंद लोगों को इलाज मुहैया कराया जा रहा है। इसमें शहर के नामी-गिरामी डॉक्टर निःशुल्क सेवाएं दे रहे हैं।

बीके आदर्श बहन

संचालिका, ब्रह्माकुमारीज लश्कर सेवाकेंद्र, ग्वालियर

सभी डॉक्टर्स का हृदय से धन्यवाद



“

हमारे लिए खुशी की बात है कि ग्वालियर शहर के अनेक सुपर स्पेशलिस्ट डॉक्टर्स ब्रह्माकुमारीज संस्थान द्वारा आयोजित कैम्प में निःशुल्क चिकित्सा परामर्श देकर सहयोग प्रदान कर रहे हैं। सभी चिकित्सकों को जिन्होंने इन शिविरों में अपनी सेवाएं दी हैं या देने वाले हैं संस्थान की ओर से मैं सभी को हृदय से धन्यवाद देता हूँ। हमारी शुभभावना है कि सामर्थ्यवान लोग अपनी योग्यता और क्षमता के अनुसार समाज की निःस्वार्थ सेवा के लिए आगे आए ताकि जरूरतमंदों को इसका लाभ मिल सके।

बीके प्रहलाद, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक, ग्वालियर

आध्यात्मिक स्वास्थ्य का भी प्रशिक्षण



“

बीमारियों के बढ़ते प्रकोप और इलाज के खर्च में निरंतर वृद्धि के नाजुक दौर में ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित निःशुल्क राजयोग शिविर जनमानस के लिए एक आशा की किरण के रूप में कार्य कर रहा है। इसमें शारीरिक स्वास्थ्य के लिए निःशुल्क चिकित्सा परामर्श के साथ श्रेष्ठ आध्यात्मिक स्वास्थ्य के लिए भी वरिष्ठ राजयोगी प्रशिक्षकों द्वारा मार्गदर्शन दिया जा रहा है। विशेषज्ञ परामर्श के साथ निःशुल्क दवा भी दी जाती है।

बीके डॉ. गुरुचरण सिंह

एनेस्थीसिया स्पेशलिस्ट व वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

पणजी

अंतरराष्ट्रीय योग सम्मेलन आयोजित, सीनियर राजयोगा टीचर बीके सपना ने कहा-

राजयोग के अभ्यास से बढ़ती है सकारात्मक ऊर्जा

शिव आमंत्रण पणजी/गोवा। आयुष मंत्रालय की ओर से पणजी में चौथे अंतरराष्ट्रीय योगा सम्मेलन का आयोजन किया गया। इसमें देश व विदेश से 762 योग विशेषज्ञ, गुरु, शोधकर्ता शामिल हुए। सम्मेलन में ब्रह्माकुमारीज संस्थान को भी विशेष रूप से आमंत्रित किया गया था। आयोजन में दिल्ली से सीनियर राजयोगा टीचर बीके सपना ने प्रतिनिधित्व किया। सम्मेलन का उद्देश्य सार्वजनिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में योग का कारण और योग अनुसंधान के क्षेत्र में नवीनतम शोध रूझानों पर प्रकाश डालना था।

सीनियर राजयोगा टीचर ब्रह्माकुमारी सपना ने तकनीकी सत्र में मानसिक स्वास्थ्य के लिए राजयोग पर अपना संबोधन देते हुए कहा कि प्राचीन राजयोगा व्यक्तिगत सशक्तिकरण के लिए एक शक्तिशाली और आसान आयाम है। एक योगी एक आदर्श नागरिक है। भगवत गीता का जिक्र करते हुए उन्होंने कहा गीता योग का ग्रंथ है जिसमें भगवान ने ज्ञान योग, भक्ति योग, कर्म योग और सान्या योग के बारे में बात की है। योग का अर्थ है भगवान के साथ मानसिक संबंध। सर्वोच्च आत्मा के साथ लिंक का अर्थ है ऊर्जा का प्रवाह उच्चतर स्थिति से आत्मा की ओर ले आना और आत्मा को ऊंचे कार्य की शक्ति के लिए प्रेरित करना। राजयोग के अभ्यास के साथ, आत्मा को सकारात्मक सोचने और सकारात्मक कार्य करने की शक्ति मिलती है। राजयोग आज के तनावग्रस्त दुनिया में बढ़ रहे मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों से



सम्मेलन में विचार व्यक्त करती बीके सपना।

निपटने के लिए एक प्रभावी आयाम है। एक पैलल चर्चा में उन्होंने स्कूल पाठ्यक्रम द्वारा योग शुरू करने पर जोर दिया। उन्होंने कहा समाज को मजबूत और शांतिपूर्ण बनाने के लिए योग अनिवार्य रूप से बचपन से सिखाया जाना चाहिए ताकि वे अपनी शिक्षा काल में आने वाली चुनौतियों का सामना कर सकें। प्रो. धिमान ने कहा 21 जून का योग दिवस योग उत्सव बन जाएगा जब वह जन आंदोलन का रूप लेगा। आयुष मंत्रालय के चेयरमैन पीके पाठक ने कहा

चार साल से योग के ऊपर आयुष मंत्रालय सेवा दे रहा है। एनसीडीआरटी, नवोदय, केंद्रीय विद्यालय जैसे स्कूलों में योग सम्मिलित है और बच्चे अच्छी तरह से उसमें निपुण बनते जा रहे हैं। बीके सपना ने इसके बारे में सुझाव दिया है वह सब स्कूलों में लागू हो जाए तो उसका सही परिणाम दिखाई देगा। समापन सत्र में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी का वीडियो संदेश दिखाया गया।

बैठक का आयोजन...

गोवा की राज्यपाल मृदुला सिन्हा के मुख्य आतिथ्य में बैठक आयोजित की गई। इसमें राज्यपाल सिन्हा ने कहा मैं 8 साल से योग कर रही हूँ। मेरे पिताजी ने मुझे हॉस्टल में भेज दिया तबसे मैं इससे परिचित हूँ। आज भी योग को अपनी दिनचर्या में प्रमुख स्थान देती हूँ। मुझे अपनी आयु 42 साल की लगती है। आज योग घर-घर में पहुंच रहा है। योग हमारी प्राचीन संस्कृति है। मन्सा, वाचा, कर्मणा अच्छा करना इसको ही योग बोलते हैं। इसमें विचार भी श्रेष्ठ होते हैं।

अमन-भाईचारा सम्मेलन आयोजित



शिव आमंत्रण वाराणसी/उप्र। कौमी एकता एवं सांझा संस्कृति मंच, वाराणसी के तत्वावधान में आयोजित अमन-भाईचारा सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें ब्रह्माकुमारीज के श्रीराम नगर कालोनी सेवाकेन्द्र से बीके सरोज बहन को भी विशेष तौर पर आमंत्रित किया गया। उन्होंने कहा आज हमें धर्म को धारणा के रूप में अपनाने की जरूरत है। हमें खुद को सामाजिक विविधता के अनुरूप ढालकर, दूसरे की भावनाओं एवं विचारों को भी सम्मान देना होगा। ब्रह्माकुमारी 82 वर्षों से विविध जाति, भाषा, सम्प्रदाय, देश और संस्कृति के लोगों को एक झंडे के नीचे समेटकर विश्व बन्धुत्व एवं भाईचारे को बढ़ावा देने का कार्य कर रही है।

ब्रह्माकुमारीज के समाज सुधार के कार्य प्रशंसनीय

शिव आमंत्रण शिमला।

हिमाचल प्रदेश के शिमला स्थित सुन्नी सेवाकेंद्र के प्रथम वार्षिक आध्यात्मिक उत्सव पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें मुख्य अतिथि ग्रामीण विकास एवं पंचायती राज्यमंत्री वीरेन्द्र कंवर, संस्था के मुख्यालय से आए बीके प्रकाश, पूर्व सांसद सुरेश चंदेल, विधायक हीरालाल, भाजपा बुद्धिजीवी प्रकोष्ठ के संयोजक डॉ. प्रमोद शर्मा, बीना ठाकुर, तहसीलदार राजेश वर्मा, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शकुंतला, बीके रेवादास उपस्थित रहे। राज्यमंत्री वीरेन्द्र कंवर ने कहा संस्थान युवाओं को नशामुक्त, अध्विश्वास के विरुद्ध जागरूकता, तनावमुक्त समाज आदि कार्यों में अपना योगदान दे रही है।

आनंद सरोवर रिट्रीट सेंटर की दादी जानकी और राज्यपाल गणेशी लाल ने रखी नींव

कुमारियों ने विश्व सेवा में अर्पण किया जीवन

शिव आमंत्रण  नवरंगपुर/उड़ीसा। नवरंगपुर सेवाकेन्द्र के सिल्वर जुबली समारोह पर आनन्द रिट्रीट सेंटर की नींव रखी गई। ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी एवं राज्यपाल गणेशी लाल ने रिबन काटकर रिट्रीट सेंटर का शुभारंभ किया। 103 वर्षीय राजयोगिनी दादी जानकी के उड़ीसा पधारने पर राज्य सरकार ने दादी को राज्य अतिथि का दर्जा देकर सम्मानित किया। गाजे-बाजे के साथ दादी की आगवानी की गई। कार्यक्रम में भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष बसन्त कुमार पंडा, कलेक्टर अजीत मिश्रा, उड़ीसा विश्वविद्यालय के उपकुलपति सच्चिदानन्द मोहंती, जिला योजना बोर्ड के अध्यक्ष मनोहर रंधारी, विश्वायक भुजबाला देबुगम, मेडिकल प्रभाग के कार्यकारी सचिव डॉ. बनारसीलाल शाह, ओआरसी की निदेशिका बीके आशा, सबजोन प्रभारी बीके नीलम, कटक की प्रभारी बीके कमलेश, संबलपुर प्रभारी बीके पार्वती, बीके नाथमल मुख्य रूप से उपस्थित रहे।




शिलान्यास समारोह के दौरान कुमारियों का अलौकिक समर्पण समारोह आयोजित किया गया।



आनंद रिट्रीट सेंटर का शिलान्यास करते राज्यपाल गणेशीलाल व ब्रह्माकुमार भाई-बहनें।

ब्रह्माकुमारीज का जीवन दिखता है फरिश्ते समान: राज्यपाल गणेशीलाल
कार्यक्रम में राज्यपाल गणेशी लाल ने कहा कि दुनिया में लोग हमेशा फरिश्ते को देखने के लिए उत्सुक रहते हैं। जबकि ब्रह्माकुमारीज का जीवन ही फरिश्ते समान दिखता है। कोई भी लड़की ब्रह्माकुमारीज के संपर्क में रहती है तो वह साधारण नहीं रहती, परी बन जाती है। दुनिया को सब ब्रह्माकुमारी केंद्रों द्वारा योग का सत्यज्ञान दिया जाता है माना आत्मा - परमात्मा का संबंध बताया जाता है। इससे श्रेष्ठ योग कोई नहीं है। प्रधान सचिव मधु सुदन पड़ो, कलेक्टर डॉ. अजीत कुमार मिश्रा, पुलिस अधीक्षक विवेकानंद शर्मा, सबजोन प्रभारी बीके नीलम, वरिष्ठ राज्योग शिक्षक बीके नाथमल ने दीप प्रज्वलन कर कार्यक्रम की शुरुआत की।


डुंडुनू डीएसपी ऑफिस में नशामुक्ति कार्यशाला आयोजित

शिव आमंत्रण  डुंडुनू/राजस्थान। इरेडिकेशन ऑफ स्ट्रेस एंड एन्हांसिंग इनर स्ट्रेंथ पर डीएसपी ऑफिस में एक दिवसीय कार्यशाला आयोजित की गई। डेप्युटी एसपी नरेन्द्र कुमार मीना 70 से अधिक अधिकारियों व जवानों ने भाग लिया। साथ ही राजयोग को जीवन में धारण करने की शपथ ली। दिल्ली से पधारे बीके संजीव ने तनाव प्रबंधन और आर्ट ऑफ हैप्पी लिविंग, बहादुरगढ़ से बीके संदीप ने सकारात्मक सोच और पिलानी से बीके आशा ने आत्म सशक्तिकरण और राजयोग ध्यान विषय पर विचार व्यक्त किए।



भोपाल में नए सेवाकेंद्र का उद्घाटन



शिव आमंत्रण  भोपाल/मध्य। भोपाल के करोंद में ब्रह्माकुमारीज संस्थान के नवनिर्मित दिव्य प्रकाश भवन का भव्य उद्घाटन समारोह आयोजित किया गया। इसमें भोपाल जोन की निदेशिका बीके अवदेश बहन ने कहा बीके अमर भाई और बीके ललिता बहन के अथक प्रयासों, लगन और समर्पण भाव से आज यह भवन बनकर तैयार हुआ है। आप दोनों ने अपना संपूर्ण जीवन ईश्वरीय सेवा में समर्पित कर दिया। साथ ही अपनी एकलौती बेटी को भी समाजसेवा और समाज कल्याण के कार्य में अर्पण कर दिया ये महानता और त्याग की निशानी है। इस मौके पर पीपुल्स ग्रुप के डायरेक्टर कमांडर खुराना, मध्यप्रदेश इलेक्ट्रीसिटी बोर्ड से डॉ. गोयल, बीजेपी के महिला प्रभाग की अध्यक्षा प्रीति पोरवाल, ईदगाह हिल्स सेवाकेंद्र की संचालिका बीके नीतू बहन, शिव आमंत्रण के संयुक्त संपादक बीके पुष्पेन्द्र, पीस न्यूज से बीके विनय, बीके अंजू, बीके जानकी, बीके रीना सहित बड़ी संख्या में पुरे जोन से पधारे भाई-बहन उपस्थित रहे। दिव्य प्रकाश भवन सेवाकेंद्र की संचालिका बीके मधु ने सभी अतिथियों को चुनरी और मुकुट पहनाकर स्वागत किया।


स्व चिंतन ही सकारात्मक चिंतन का आधार



शिव आमंत्रण  सागर/मध्य। जब हम स्व चिंतन करते हैं तो हमें अपनी कमी-कमजोरियों का आभास होने लगता है। स्व चिंतन से हमारे विचारों को एक दिशा मिलती है और सोच सकारात्मक होती है। राजयोग मेंडिटेशन हमें सिखाता है कि हम एक आत्मा हैं। आत्मा के अंदर सभी दिव्य शक्तियां विराजमान हैं लेकिन देहभान में आकर हम उन्हें भूल गए हैं। राजयोग से आत्मा के अंदर परमात्म शक्तियां आने लगती हैं। उक्त विचार सेवाकेंद्र संचालिका ब्रह्माकुमारी छाया दीदी ने व्यक्त किए। ब्रह्माकुमारीज की ओर से मकरोनिया स्थित एनसीसी 33वीं बटालियन में एक दिवसीय सेमीनार आयोजित किया गया। इसका विषय स्व चिंतन से सकारात्मक चिंतन था। राहतगढ़ सेवाकेंद्र संचालिका ब्रह्माकुमारी नीलम बहन ने भी विचार व्यक्त किए। कर्नल दीपक थोन्डे, सूबेदार रवीन्द्र, सूबेदार दीलवार, सूबेदार सुरेंद्र भी मौजूद रहे।

सार समाचार


असम का शिवसागर बनेगा आध्यात्मिक उन्नति का केंद्र: ऊर्जा मंत्री तपन गोगोई

शिव आमंत्रण  शिव सागर / असम। ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने शिव सागर के वर्ल्ड पीस रिट्रीट सेंटर का शिवध्वज फहराकर व रिबन काटकर शुभारंभ किया। इस दौरान ग्लोबल पीस फेस्टिवल का भी आयोजन किया गया था, जिसमें असम सरकार के ऊर्जा मंत्री तपन कुमार गोगोई, सेवानिवृत्त लेफ्टिनेंट जनरल पीके भरली, संस्थान के वैज्ञानिक एवं अभियंता प्रभाग के उपाध्यक्ष बीके मोहन सिंघल, कटक सबजोन प्रभारी बीके कमलेश, अहमदाबाद के अंबावाडी सेवाकेंद्र की प्रभारी बीके शारदा समेत कई गणमान्य लोग शामिल हुए थे। ऊर्जा मंत्री गोगोई ने कहा भविष्य में यह सेवाकेंद्र निवासियों के लिए आध्यात्मिक उन्नति का स्थान बनेगा।



तुकाई दर्शन में नए भवन का शुभारंभ



शिव आमंत्रण  पुणे। क्वार्टरगेट सबजोन द्वारा तुकाई दर्शन में नवनिर्मित भवन का उद्घाटन राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी के कर कमलों द्वारा किया गया। इस अवसर पर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके लता समेत सहित संस्थान से जुड़े तीन हजार से अधिक बीके भाई-बहनें मौजूद रहे। दादीजी के आगमन पर भाई-बहनों ने जोरदार स्वागत किया। दादी ने शिव ध्वजारोहरण कर एवं गुब्बारे उड़कर सेवाकेंद्र का शुभारंभ किया। शहर में निकाली गई शोभायात्रा में बड़ी संख्या में माताएं सिर पर कलश धारण कर शामिल हुईं। वहीं सुयश हॉल में दादीजी को हार एवं मुकुट पहनाकर सम्मान किया गया। लोक कल्याण प्रतिष्ठान के अध्यक्ष राजाभाऊ होले ने दादीजी को स्मृति चिन्ह भेंटकर सम्मानित किया।

मुख्यमंत्री पवन कुमार चामलिंग ने गंगटोक में किया शांतिकुंड भवन का उद्घाटन



शिव आमंत्रण  गंगटोक/सिक्किम। मुख्यमंत्री पवन कुमार चामलिंग ने गंगटोक में नवनिर्मित शांतिकुंड भवन का उद्घाटन बंगाल की जोनल हेड बीके कानन, सबजोन प्रभारी बीके केसर समेत वरिष्ठ-बहनों की उपस्थिति में किया। इसके बाद उन्होंने सेवाकेंद्र का अवलोकन किया और मेंडिटेशन कर शांति की अनुभूति की। गंगटोक सेवाकेंद्र द्वारा सिक्किम में ईश्वरीय सेवाओं के 25 वर्ष हो गए हैं। इस मौके पर सेवाकेंद्र पर भव्य समारोह आयोजित किया गया। इसमें नार्थ बंगाल, थाईलैंड, भूटान समेत भारत के कई स्थानों से आए एक हजार से अधिक लोग शामिल हुए। मुख्यमंत्री चामलिंग ने सभा को संबोधित करते हुए पिछले 25 वर्षों में संस्थान द्वारा की गई मानवता की सेवाओं की सराहना की। साथ ही भविष्य में सामाजिक उत्थान के लिए की जाने वाली सेवाओं के लिए शुभकामनाएं दीं। गंगटोक सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सोनम और अन्य वरिष्ठ बीके बहनों ने भी शुभकामनाएं दीं। सेवाओं की स्मरिका का उद्घाटन किया गया। बीके कानन ने शॉल ओढ़कर मुख्यमंत्री का सम्मान किया। नए भवन से अब सेवाओं को और विस्तार देते हुए लोगों को सकारात्मक चिंतन के साथ जीवन जीने की कला का प्रशिक्षण दिया जाएगा। साथ ही ईश्वरीय संदेश देते हुए राजयोग का प्रशिक्षण दिया जाएगा।

रियल लाइफ

विघ्न विनाशक प्रभु ने विघ्नों को किया पार प्रजापिता ब्रह्मा बाबा

संस्थापक

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

रियल लाइफ कॉलम में हम आपको प्रत्येक अंक में बताएंगे इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय के मार्ग में क्या बाधाएं आईं और उनका सामना ब्रह्मा बाबा ने कितनी सरलता से किया... जीवन को पलटने वाली अद्भुत जीवन कहानी पुस्तक से क्रमशः

आए दिन असामाजिक तत्वों द्वारा धरना-प्रदर्शन और विरोध के बाद शांति बनाए रखने के लिए अब पिताश्री ब्रह्मा बाबा प्रायः कराची में रहने लगे। साथ ही ओम मंडली ने सभी को स्पष्ट कह दिया कि कराची में वही चल सकते हैं जिनके पास पिता या अभिभावक का स्वीकृति पत्र हो। जिन माताओं-बहनों को अपने घर वालों से स्वीकृति पत्र मिले थे, अब वे भी कराची में रहने लगीं। कराची में बाबा ने सभी के आवास-निवास की व्यवस्था की। वहां छावनी में शांत वातावरण में पांच अच्छे बंगले लिए। इनमें से एक ओम निवास, दूसरा बेबी भवन, तीसरा ब्वाइज भवन, चौथा प्रेम भवन और पांचवा राधा भवन के नाम से जाना जाता था। बहुत छोटी आयु वाले बच्चों को अलग एक बंगले में लौकिक विद्या के साथ ईश्वरीय ज्ञान भी सरल रीति से दिया जाता था। भाई और बहनों सभी के रहने के लिए अलग-अलग प्रबंध किए गए थे।

कराची में ओम मंडली का प्रभाव...

कराची में भी दिनचर्या पहले की तरह ही चलती थी। प्रातः 3:30 बजे उठना और वैसे ही शांत समाधि, ज्ञान मुरली आदि का कार्यक्रम चलता था। एक दिन कन्याएं जब बस में जा रही थी तो रास्ते में बस दुर्घटनाग्रस्त होकर पलट गई। इसमें कुछ को थोड़ी बहुत चोट आई। इस दौरान लोगों ने देखा कि बस पलटने के बाद भी छोटी-छोटी कन्याएं रो नहीं रही थीं। किसी के चेहरे पर भी दुःख का नामो-निशान नहीं था। बाद में सभी को अस्पताल ले गए जहां प्राथमिक उपचार किया गया, वहीं जिन्हें ज्यादा चोट लगी थी उन्हें भर्ती किया गया। अस्पताल में डॉक्टर और नर्स कन्याओं की मानसिक स्थिति देख कर आश्चर्यचकित थीं कि इतनी बड़ी घटना के बाद भी ये बिल्कुल शांत और स्थिर हैं। न किसी के रोने-चिल्लाने की आवाज, न दर्द का दुःख। बाद में एक कन्या ने बाबा को हादसे की सूचना दी। इस पर बाबा ने कहा बच्ची जो भावी थी सो हुई। इसके बाद बाबा पहले दुर्घटनास्थल गए और फिर अस्पताल पहुंचे। यहां

अपनी मुस्कराहट, मधुर दृष्टि और मीठे वचनों से सभी को हर्षित किया। बाबा ने देखा कि सभी शांतिपूर्वक, सहनशील और आत्मा-निश्चय हैं। यह समाचार दैनिक समाचार पत्रों में भी प्रकाशित हुआ और लोगों में भी इसकी चर्चा थी कि यहां छोटे-छोटे बच्चे भी आत्मा निश्चय में स्थित और सहनशील हैं। इनकी धारणा भी बड़ी उच्च है।

ज्ञान लेने के लिए 15 कन्याएं पहुंचीं करांची

इधर, हैदराबाद निवासी ज्ञान की प्यासी माताओं-कन्याओं से बाबा की अनुपस्थिति सहन न हो सकी। वे ज्ञान और ज्ञान दाता को याद करके विलाप करती रहतीं। परमापिता परमात्मा के लिए और ज्ञानामृत के लिए उनकी विरह वेदना का दृश्य बड़ा मर्मस्पर्शी होता था। एक दिन 15 कन्याएं अपने बंधनों को तोड़कर कराची बाबा से ज्ञान लेने पहुंच गईं। वहां से ओम मंडली ने उनके संबंधियों को सूचना दी कि वे कुशलपूर्वक यहां पहुंच गई हैं। आप उनकी चिंता न करना।

अब एंटी ओम मंडली के सदस्यों व अन्य लोगों ने देखा कि इतना प्रयत्न करने पर भी ज्ञानाभिलाषी कन्याएं-माताएं हमारे बंधन को तोड़कर मुक्त हो गई हैं। तमाम विरोध के बाद भी कुछ नहीं हो पा रहा है। अतः मुखियों ने सिंध के तत्कालीन अल्लाह बख्श मंत्रीमंडल पर जोर डालना शुरू किया और मंत्रिमंडल के हिंदू मंत्रियों को इस बात पर बाध्य कर दिया कि वे मुख्यमंत्री को धमकी दें कि यदि उन्होंने ओम मंडली पर प्रतिबंध न लगाया तो वे त्याग-पत्र दे देंगे। इससे उनका मंत्रीमंडल टूट जाएगा। वे मुख्यमंत्री और विधि मंत्री पर जोर डालकर कुछ माताओं और सभी नाबालिग कन्याओं को ले गए और उन पर पहले से अधिक अत्याचार करना शुरू कर दिया।

यहां तक कि एक कन्या का सितम सहन करते-करते देहांत भी हो गया। दूसरी ओर उन्होंने समाचार पत्रों के संपादकों को भड़काया और उन पर पैसे तथा पद का दबाव डालकर उनसे मुख्य लेख लिखवाए। साथ ही शरारती लोगों को उकसा दिया कि उन्हें ओम मंडली की कन्याएं-माताएं जहां भी मिलें वे उन्हें अपमानित करें और उनके विरुद्ध हल्ला-गुल्ला करें। वहीं कुछ लोगों ने न्यायालयों में सहवास अधिकार के लिए मुकदमें चालू करा दिए।

क्रमशः....

वंडर्स ऑफ BRAHMAKUMARIS

हर बार हम आपको ब्रह्माकुमारीज के वंडर्स के बारे में रूबरू कराएंगे... 78^{वीं} त्रिमूर्ति शिव जयंती पर 2014 में मुंबई में 41.8 फीट का शिवलिंग बनाया गया जो वर्ल्ड रिकार्ड में शामिल किया गया, वहीं भारत-रूस के बीच सांस्कृतिक संबंध मजबूत करने पर बीके सुधा को सम्मानित किया गया।



2014 में 41.8 फीट का शिवलिंग बनाया, वर्ल्ड रिकार्ड में शामिल

शिव आमंत्रण ▶ चेंबूर/मुंबई। ब्रह्माकुमारीज संस्थान द्वारा हर वर्ष शिवरात्रि महापर्व को शिव जयंती महोत्सव के रूप में मनाया जाता है। इसके तहत संस्थान के विश्वभर में स्थित सेवाकेंद्रों पर धूमधाम से कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। इसमें जगह-जगह रैली, शोभायात्रा और महोत्सव के जरिए सभी को पांच भूत या विकार छोड़ने, अपने अंदर के अंधकार को मिटाकर जीवन को प्रकाशित करने का संदेश दिया जाता है। इसी उपलक्ष्य में 2014 में 78^{वीं} शिव जयंती महोत्सव पर मुंबई के चेंबूर सेवाकेंद्र की ओर से विशाल 41.8 फीट का शिवलिंग बनाया गया। इसे वर्ल्ड रिकॉर्ड इंडिया में शामिल किया गया। 27 फरवरी 2014 को वर्ल्ड रिकॉर्ड इंडिया के फाउंडर पवन सोलंकी ने यह प्रमाण पत्र सेवाकेंद्र संचालिका बीके सरला बहन को प्रदान किया।



भारत- रूस के बीच सांस्कृतिक संबंध मजबूत करने पर बीके सुधा को पर्सन ऑफ मिलेनियम अवार्ड

शिव आमंत्रण ▶ मास्को/रशिया। ब्रह्माकुमारीज विश्व विद्यालय द्वारा भारत सहित विश्व के 140 देशों में भारतीय आध्यात्म और राजयोग मेडिटेशन की शिक्षा निःशुल्क दी जा रही है। साथ ही विश्व शांति का संदेश लेकर बहनें जन-जन को जागृत कर विश्व कल्याण के कार्य में लगी हैं। द्वितीय विश्वयुद्ध में विजय की 65^{वीं} वर्षगांठ पर भारत-रूस के बीच सांस्कृतिक संबंधों को मजबूत बनाने के लिए रशिया की निदेशिका बीके सुधा बहन को 'आर्डर ऑफ द फास्ट क्लास' उपाधि एवं पर्सन ऑफ मिलेनियम अवार्ड से सम्मानित किया गया। उन्हें ये सम्मान 27 अप्रैल 2010 को प्रदान किया गया। बाद में कि रशिया में संस्थान से जुड़कर बड़ी संख्या में लोग राजयोग मेडिटेशन सीखकर अभ्यास कर रहे हैं। इससे कई लोगों का जीवन बदला है।

अगले अंक में आप जानेंगे संस्था की अन्य उपलब्धियों के बारे में... पढ़ते रहिए शिव आमंत्रण।

पिछले अंक में आपने जाना कि ओम मंडली बंद कराने के लिए किस तरह लोगों ने कई तरीकों से परेशान किया। साथ ही सत्संग में आने वाली माताओं-कन्याओं पर सितम ढाए।

हमारा खुदा से बड़ा कोई हमदर्द नहीं हो सकता है



बीके नीलम
राजयोग शिक्षिका,
ब्रह्माकुमारीज, सागर

जब मैं 10 वर्ष की थी तो ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र पर अपनी मां के साथ जाती थी। वहां दीदियों द्वारा आध्यात्म की बातें सुनकर बहुत अच्छा लगता था। बचपन में पढ़ा आध्यात्म का बीज बड़े होते जिंदगी बन गया। पिताजी ने पढ़ाई से लेकर कैरियर चुनने और दुनिया में जाने की पूरी आजादी दी। दौड़ में स्टेट लेवल प्रतियोगिता में भाग लिया। पढ़ाई में भी हमेशा अच्छे नंबर आए। कई प्रतियोगी परीक्षाओं में भाग लिया लेकिन बार-बार अंदर से आवाज आती रही कि तुम्हें तो सर्वोच्च शिक्षक, परम सद्गुरु परमात्मा पुकार रहा है। तुम्हें ज्ञान गंगा बनकर जगत का कल्याण करना है। समाज के लिए जीना है। इसी पुकार को सुनकर परमात्मा को अपना जीवनसाथी बनाने का निर्णय लिया। दीन-दुःखियों की मदद करने में दिल को सच्चा सुकून मिलता है। मेरा युवाओं से निवेदन है कि भागदौड़ भरी जिंदगी में कुछ समय अपने लिए और खुदा दोस्त से बातें करने के लिए जरूर निकालें। खुदा से बड़ा हमारा कोई हमदर्द और सच्चा राही नहीं हो सकता है।

समाज कल्याण के भाव को लेकर ब्रह्माकुमारीज से जुड़ी



बीके लक्ष्मी
राजयोग शिक्षिका,
ब्रह्माकुमारीज, सागर

जब मैं 3 वर्ष की थी तब मेरी दादीजी ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र पर लेकर जाती थी। बचपन से ही आध्यात्मिक ज्ञान को जाना-समझा। जैसे-जैसे बड़ी हुई तो राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करने लगीं। बचपन में दीदियां मुझे श्रीकृष्ण बनाकर झांकी सजाती थीं तो इसमें मुझे बहुत अच्छा लगता था। वर्ष 2007 में ब्रह्माकुमारीज की पूर्व मुख्य प्रशासिका दादी प्रकाशमणिजी ने जब शरीर छोड़ा तो उस समय मैं माउंट आबू में थी। उसी समय संकल्प किया कि अब नियमित परमात्मा के महावाक्य (मुरली) सुनना है। इसके बाद एक साल जॉब भी किया लेकिन अंदर से आवाज आती रही कि मुझे अपना जीवन समाज कल्याण के लिए लगाना है। औरों के लिए जीना है। इसके बाद पिताजी, मां और दादी की सहमति से पूरा जीवन समाज कल्याण में लगाने का निर्णय किया और इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय में समर्पित हो गई।



न्यायविदों के लिए तीन दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन

बेहतर विश्व के निर्माण में ब्रह्माकुमारीज़ की भूमिका महत्वपूर्ण: जस्टिस वी. ईश्वरैया

सामाजिक न्याय के लिए आध्यात्मिक मूल्य जरूरी : वेंकटरमानी

शिव आमंत्रण गुरुग्राम। ब्रह्माकुमारीज़ बेहतर विश्व के निर्माण में एक महत्वपूर्ण भूमिका अदा कर रही है। संस्था लव और लॉ का बहुत सुन्दर सन्तुलन रखना सिखाती है। उक्त विचार उच्च-न्यायालय, आन्ध्र प्रदेश के पूर्व चीफ जस्टिस वी. ईश्वरैया ने व्यक्त किए। उन्होंने ब्रह्माकुमारीज़ के भोड़ाकला स्थित ओम शांति रिट्रीट सेंटर में न्यायविदों के लिए आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन में बतौर मुख्य अतिथि शिरकत की।

‘खुशनुमा जीवन के लिए स्वयं की पहचान’ विषय पर संबोधित करते हुए उन्होंने कहा खुशी का असली स्रोत वास्तव में हमारे अंदर निहित है। भौतिकता की चक्काचौंध में हम अपनी मौलिकता को भूल चुके हैं। ब्रह्माकुमारीज़ संस्था हमें उन मूल्यों की पहचान करा रही है। स्थाई सुख-शांति प्राप्त करने के लिए आध्यात्मिक और नैतिक मूल्य जरूरी हैं।

ओआरसी की निर्देशिका बीके आशा ने कहा स्वयं की पहचान के लिए योग ही मुख्य आधार है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। योग चित्त की वृत्तियों को नियंत्रित करता है। योग ही हमें ईश्वर के समीप ले जाता है। योग से ही मन में शुद्धता



कानून बनाने से समस्याएं हल नहीं होती हैं। सामाजिक न्याय के लिए समरसता जरूरी है। कानून ऐसा होना चाहिए जो हमें जोड़े। कानून से समाज में खुशहाली आनी चाहिए। ये तभी संभव है, जब समाज में जागरूकता आए। आध्यात्मिक सशक्तिकरण ही जीवन को व्यवस्थित करने का मूल आधार है।

आर. वेंकटरमानी, वरिष्ठ वकील, सुप्रीम कोर्ट

आती है। इसलिए यदि हम न्याय प्रणाली को सुदृढ़ बनाना चाहते हैं तो योग को प्रमुखता देनी होगी। संस्था के अतिरिक्त सचिव बीके बृजमोहन ने कहा खुशी हमें तब होती है, जब हम किसी को देते हैं। हमारी संस्कृति दैवी संस्कृति रही है। प्रकृति की कोई भी चीज अपने लिए नहीं बनी है। हरेक का महत्व दूसरों को देने में है। इसी प्रकार मानव जीवन की सार्थकता दूसरों के काम आने में है। लेकिन वर्तमान समय

इसका उल्टा हो रहा है। मानव देवता के बदले लेवता बन गया। यही मानव जीवन के असली दुःखों का कारण है। कार्यक्रम में बैंगलुरु उच्च न्यायालय के पूर्व न्यायाधीश एएस पाच्छापुरे, बीके पुष्पा, बीके विद्या, बीके अमिता, बीके राजेन्द्र, अमर सिंह, रविन्द्र सिंह एवं वरिष्ठ वकील बाबूलाल ने भी अपने विचार रखे। संचालन बीके लता ने किया। बड़ी संख्या में न्यायाधीश, वकील एवं न्यायविद उपस्थित रहे।

तमिल यूनिवर्सिटी का प्रथम कॉन्वोकेशन...

चुनौतियों का सामना करने के लिए आत्म विश्वास जरूरी



शिव आमंत्रण मदुराई/तमिलनाडु। तंजावुर की तमिल यूनिवर्सिटी के मूल्य शिक्षा और आध्यात्मिकता पर आधारित डिप्लोमा का पहला कॉन्वोकेशन कार्यक्रम ब्रह्माकुमारीज़ के विश्व शांति भवन में आयोजित किया गया। कार्यक्रम में बीके मृत्युंजय ने कहा कि वर्तमान समय चुनौतीपूर्ण स्थितियों में युवाओं के समग्र जीवन का विकास करने के लिए गुणों के बारे में जागरूकता लाई जानी चाहिए, तभी युवाओं को गलत रास्ते में जाने से बचाया जा सकेगा।

उन्होंने कहा कि चुनौतियों का सामना करने के लिए आत्मविश्वास और सामना करने की आवश्यकता है। इस उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए मूल्य शिक्षा और आध्यात्मिकता पर आधारित डिप्लोमा कोर्स डिजाइन किया गया है, ताकि युवा वर्ग गुणों के प्रति जागरूक हो और अपने जीवन में इसका प्रयोग व अनुभव कर सकें। तमिल यूनिवर्सिटी में इस कोर्स की शुरुआत 2017 में की गई, जिसका पहला दीक्षांत समारोह यहां आयोजित किया गया।

उन्होंने कहा कि मूल्यों में गिरावट दुनिया की सभी समस्याओं का मूल कारण है। शांति और खुशी की दुनिया स्थापित करने के लिए हर व्यक्ति को मूल्यों को अपनाना चाहिए। इस दौरान उत्तीर्ण छात्रों को डिप्लोमा प्रमाण पत्र से नवाजा गया। इनमें 78 उम्र की महिला के प्रथम स्थान लेने पर बीके मृत्युंजय अन्य विशिष्ट सदस्यों ने प्रमाण पत्र दिया। वैल्यू एजुकेशन प्रोग्राम्स के निदेशक बीके डॉ. पांड्यामणी एवं राष्ट्रीय संयोजक बीके जयकुमार, मदुराई सबजोन की निर्देशिका बीके मीनाक्षी एवं संयोजिका बीके उमा, तमिल यूनिवर्सिटी में मूल्य शिक्षा और आध्यात्मिकता कोर्सिस की संयोजिका बीके ज्ञाना मुख्य रूप से मौजूद थीं।

भुवनेश्वर सेवाकेंद्र की 28वीं सालगिरह मनाई

आध्यात्मिकता के द्वारा ही धरती पर स्वर्णिम युग संभव

शिव आमंत्रण

भुवनेश्वर। यूनिट-8 में स्वर्णिम युग के लिए वैश्विक ज्ञान थीम के अन्तर्गत सेवाकेंद्र की 28वीं सालगिरह मनाई गई। इस विशेष अवसर पर महापौर अनंता नारायण जेना, 120 बटालियन के कमांडेंट कर्नल देवदत्त स्वैन, नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ साइंस एजुकेशन



एण्ड रिसर्च के रजिस्ट्रार डॉ. अभय कुमार नाईक, फॉर्मर इन्फार्मेशन कमिश्नर जगदानंद, भुवनेश्वर सबजोन प्रभारी बीके लीना, स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके दुर्गेश नन्दिनी ने दीप जलाकर एवं केक काटकर सभी को बधाई दी। अतिथियों के वक्तव्यों का यही निष्कर्ष था कि आध्यात्मिकता के द्वारा ही इस धरती पर स्वर्णिम युग की स्थापना संभव है और उसके लिए अपने आचरण में मूल्यों की समावेशता करनी होगी। इस अवसर पर आईएमएस एंड सम हॉस्पिटल के डीन प्र. गंगाचरण साहू समेत सैकड़ों की संख्या में बीके सदस्य मौजूद थे, जिनकी उपस्थिति में व्यसनमुक्ति पर ड्रामा की प्रस्तुति दी गई। इस दौरान प्रश्नोत्तर सेशन में बीके डॉ. निरंजन तथा डीआरडीओ के साइंटिस्ट-फसंजीव ने आए हुए अतिथि जगदानंद से एप्लीकेशन ऑफ नॉलेज एंड सर्विस पर सवाल किए।

जवानों एवं अधिकारियों को दिया सक्सेस मंत्र...

भगवान को साथी बना लो तो हर मुश्किल सहज हो जाएगी

शिव आमंत्रण

बेंगलुरु। सीमा सुरक्षा बल के जवानों को कड़ी इयूटी के दौरान अनिद्रा जैसी परेशानी होती है। जिससे तनाव और फिर आगे निराशा आती है जिससे निजात दिलाने के लिए ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा योग क्लास और स्ट्रेस मैनेजमेंट की कार्यशालाएं पूरे देश में आयोजित की जा रही हैं। इसी के तहत कर्नाटक में बैंगलुरु के येलहंका में तनाव मुक्ति शिविर का आयोजन एसटीएस के बीएसएफ में किया गया। इसमें माउंट आबू से पधारी वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका एवं मुख्य वक्ता बीके शीलू ने जवानों एवं अधिकारियों के कार्यों की सराहना करते हुए परमात्मा को अपना साथी बनाने की बात कही। इस मौके पर स्थानीय सेवाकेंद्र से बीके आस्था, आईजी डॉ. साबू जोसेफ, डीआईजी एम सुब्रमण्यम, डीआईजी अजीत सुदेवन मुख्य रूप से मौजूद थे। कार्यशाला का 350 से भी अधिक जवानों एवं अधिकारियों ने लाभ लिया।



स्व प्रबंधन

बीके रुषा

स्व प्रबंधन विशेषज्ञ, माउंट आबू

कालचक्र के रहस्य को जानने से जीवन की गुत्थियों को आसानी से सुलझा सकेंगे

बनाया और 60 मिनट का एक घंटा बना और इस तरह 24 घंटे में दिन-रात के चक्र को बांट दिया गया। परन्तु अगर 50 सेकेंड का एक मिनट बनाते और 50 मिनट का एक घंटा या 100 सेकेंड का एक मिनट और 100 मिनट का एक घंटा भी बनाया जा सकता था। इससे शायद घंटे बढ़ जाते या कम हो जाते। लेकिन दिन-रात चक्र की अवधि तो वही रहती। चाहे उसे 24 घंटे में बांटो, 25 या 20 घंटे में बांटो। दिन और रात का चक्र तो कम-ज्यादा नहीं होने वाला था, वह उतना ही रहना था। परन्तु यह प्रश्न कोई नहीं पूछता। बिना कोई सबूत मांगे हमने 24 घंटे को एक दिन की अवधि के रूप में स्वीकार कर लिया और अपने जीवन को उसमें ढाल लिया।

विज्ञान की बात को भी सभी स्वीकारते ही हैं- इसी तरह आधुनिक विज्ञान ने कहा कि पृथ्वी को सूर्य का एक चक्कर लगाने में 365 दिन लगते हैं। सारे संसार ने उसे स्वीकार कर लिया। वह 365 दिन को अंग्रेजी कैलेंडर के रूप में सेट कर साल चक्र बना दिया गया। परन्तु यदि आप प्राचीन भारतीय विज्ञान के आधार पर बने हिन्दू कैलेंडर को देखें तो साल में 354 दिन होते हैं। प्राचीन भारत का विज्ञान भी परिपूर्ण था क्योंकि भारत ने ही सारे विश्व को शून्य दिया था। उसी से आधुनिक विज्ञान भी विकसित हुआ। आज भी हिन्दू कैलेंडर के हिसाब से पूर्णमासी या अमावस्या पर पूरा समुद्र का पानी ज्वार-भाटे के रूप में उछलता है। सूर्य या चंद्रग्रहण कब है यह हिंदू कैलेंडर के आधार पर ही अच्छी तरह से जान सकते हैं। इंग्लिश कैलेंडर के आधार पर नहीं।


अब प्रश्न उठता है कि 365 दिन सही हैं या 354 दिन? भारतवासी दोनों कैलेंडर लेकर चल रहे हैं। दुनिया का कारोबार अंग्रेजी कैलेंडर पर चला रहे हैं और तीज-त्योहार, मुहूर्त आदि हिन्दू कैलेंडर के अनुसार चलते हैं। यह कभी नहीं कहते कि इंग्लिश कैलेंडर आधुनिक विज्ञान के आधार पर बना

है इसलिए हिंदू कैलेंडर को फाइवर फेंक दो और न कभी कोई सबूत मांगा, परन्तु स्वीकार कर लिया। कहने का भाव यह है कि सारी दुनिया में इस बात का कोई सबूत नहीं है कि दिन-रात की अवधि को 24 घंटों में क्यों बांटा गया और 24 घंटे की गणना किस आधार पर की गई है? साल के चक्र का कोई सबूत नहीं है कि 365 सही या 354 सही और 5000 वर्ष का सबूत चाहिए!! और पूछते हैं कि ये 5000 कहां से आए?

छोटी गिनती का सबूत नहीं और पांच हजार वर्ष का सबूत मांगते हैं- कमाल की बात तो यह है कि छोटी सी गिनती का हमारे पास सबूत ही न हो और 5000 का सबूत मांगें? कई लोग सोचते कैसे मान लें। सोचने की बात है अगर कोई कहे कि मैं 24 घंटे को कैसे मान लूं और दुविधा में रहे तो कौन परेशान होगा? वह व्यक्ति जो दुविधा में है, वह खुद परेशान होगा और अपने जीवन को 24 घंटे के हिसाब से सेट नहीं कर पाएगा। इसलिए वह परेशान स्वीकर करके चलता है और सेट कर लेता तो उलझेगा नहीं। ऐसे ही अगर 5000 साल के काल चक्र को जो व्यक्ति स्वीकार नहीं करता तो वह भी अपने जीवन को समझ नहीं पाएगा और जो जीवन में घटनाएं घटित हो रही हैं उसके लिए दूसरों को दोषी समझकर अपने जीवन में परेशान ही रहेगा।

कालचक्र को मानने से जीवन हो जाएगा आसान- जिस तरह बीज गणित के थियोरम को हल करने के लिए 'एक्स' मान लिया जाता है तब उसे सुलझा कर सही उत्तर मिलता है। वैसे ही जीवन की गुत्थियों को सुलझाने लिए कालचक्र या सृष्टि चक्र की अवधि को 5000 वर्ष मानकर चलें तो जीवन सरल हो जाएगा। यह जो सवाल है बीच-बीच में उत्पन्न होता रहता है कि मेरे साथ ही ऐसे क्यों होता है? उसका उत्तर सहज प्राप्त हो जाएगा। साथ ही हम जीवन की जिन घटनाओं को स्वीकार नहीं कर पाते उन्हें भी सहर्ष स्वीकार कर सकेंगे। इस तरह जीवन को जीने की कला आ जाएगी। वास्तव में यह 5000 साल का काल चक्र ईश्वर द्वारा बताया गया एक दिव्य रहस्य है और रहस्य के लिए कोई सबूत नहीं होता। उसे स्वीकार ही करना होता है।

42 हजार किमी का सफर तय कर मेरा भारत, स्वर्णिम भारत यात्रा पहुंची रायपुर... युवा अपनी ताकत पहचानकर स्वयं को सकारात्मक दिशा दें

शिव आमंत्रण  रायपुर। पूरे देशभर में निकाली जा रही तीन वर्षीय मेरा भारत, स्वर्णिम भारत यात्रा 42 हजार किमी का सफर तय कर छत्तीसगढ़ में प्रवेश कर गई है। इसके तहत जगह-जगह कार्यक्रम, नुककड़ नाटक और कार्यशालाएं आयोजित की जा रही हैं। इनमें युवाओं को नशामुक्त बनने और जीवन में सकारात्मक सोच को बढ़ाने देने के लिए प्रेरित किया जा रहा है। साथ ही कैरियर मार्गदर्शन से लेकर मोटिवेट किया जा रहा है।




यत्रा के रायपुर पहुंचने पर ब्रह्माकुमारीज के जोनल सेवाकेंद्र शांति सरोवर में विशाल कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता एवं जन संचार विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. मानसिंह परमार ने कहा कि अब वक्त आ गया है कि युवा अपनी असली ताकत को पहचानें और स्वयं को सकारात्मक दिशा दें। इस समय युवाओं में हिंसा, अपराध, नशाखोरी, आतंकवाद, मूल्यहीनता आदि दुर्गुण देखने को मिल रहे हैं। सफलता को जल्दी पाने की इच्छा और सही मार्गदर्शन के अभाव में युवक गलत मार्ग पर चल पड़ते हैं। आज यह सोचने का विषय है कि क्या देश की युवाशक्ति सही दिशा में जा रही है? बता दें कि यात्रा गुजरात से चलकर दस राज्यों का भ्रमण करते हुए 42 हजार किलोमीटर की यात्रा कर रायपुर आए युवाओं का अभिनन्दन समारोह आयोजित किया गया। डॉ. मानसिंह परमार ने युवाओं में अदम्य उत्साह, चुनौतियों का सामना करने की क्षमता, सपनों को पूरा करने का हौसला तथा मानसिक और शारीरिक ऊर्जा होती है। पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. केएल वर्मा ने कहा युवा राष्ट्र निर्माता होते हैं। उनकी ऊर्जा को सकारात्मक दिशा दे दी जाए तो वह स्वर्णिम भारत के निर्माण में मददगार बन सकते हैं। उन्होंने कहा शिक्षा मतलब सिर्फ लिखना-पढ़ना नहीं होता। लेकिन इसमें आदर्श मनुष्य बनने की प्रक्रिया भी शामिल है। ब्रह्माकुमारी संगठन की क्षेत्रीय निदेशिका बीके कमला बहन ने कहा कि सृजनशील युवाओं की

सहभागिता से ही देश में नैतिक मूल्यों की पुनर्स्थापना होगी तथा दहेज प्रथा, धार्मिक अन्धविश्वास, कुरीतियों और नशाखोरी जैसी बुराइयों का उन्मूलन होगा। छत्तीसगढ़ की धरती का परम सौभाग्य है कि इतने तपस्वी, निर्व्यसनी और सन्देश वाहक युवकों के कदम पड़े। यात्रा छत्तीसगढ़ में 25 दिन रहेगी और विभिन्न शहरों में जाकर आध्यात्मिक सन्देश देने का कार्य करेगी। इसका उद्देश्य युवाओं में आध्यात्मिक जागृति लाना है। बस यात्रा की टीम लीडर अहमदाबाद की बीके रश्मि ने कहा यह युवक मार्ग में समाज को दिशा देते चले आ रहे हैं जो कि बड़े ही गौरव की बात है। हरियाणा के बीके कमल ने भी संबोधित किया। संचालन रायपुर की राजयोग शिक्षिका बीके रश्मि ने किया।

आध्यात्मिकता के समावेश से अपने कार्यों को निश्चित रहकर कर सकते हैं युवा



शिव आमंत्रण  बिलासपुर/छग। जीवन में चुनौतियों का सामना करने के लिए हमें अपने मन को मजबूत बनाना होगा क्योंकि एक शक्तिशाली मन हर परिस्थिति में शांत और खुश रहता है। ये बात मेरा भारत स्वर्णिम भारत अखिल भारतीय आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी बस यात्रा के तहत बिलासपुर के टिकरापारा सेवाकेंद्र में आयोजित कार्यक्रम में युवाओं को संबोधित करते हुए बीके भारती ने कही। उन्होंने सभी से चिंताओं की पोटली बनाकर बस यात्रियों को देकर खुद हल्का होने के लिए

अनुरोध किया। बीके अनीषा ने यात्रा के नारे लगाते हुए संकल्प कराया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके मंजू ने राजयोग का अभ्यास करकर अभियान के सफलता की कामना की। वहीं नॉर्थ रेलवे इन्स्टीट्यूट के ऑडिटरियम में रेलवे सुरक्षा बल के जवानों के लिए कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें जवानों को चुनौतियों का सामना करने एवं अपने कार्यों को जिम्मेवारी को शांतिपूर्ण तरीके से निभाने के लिए आध्यात्मिकता का समावेश करने के लिए प्रेरित किया।

मन बहुत शक्तिशाली है



शिव आमंत्रण  इंदौर (न्यू पलासिया)/मप्र। हमारा मन बहुत शक्तिशाली है इसमें इतनी शक्तियां हैं जिसे हम जानते नहीं। इन शक्तियों को जागृत करने का मात्र एक ही तरीका है मन को शांत कर देना। जब मन में सकारात्मक विचार हैं तब संकल्प की गति बहुत कम है। गति के साथ संख्या भी कम है। जब मन में बहुत कम विचार हैं तब हमारा मन शांत है उस एक विचार में बहुत शक्ति समाई हुई है। उसी एकाग्र शांत मन से असाध्य रोगों को बीमारियों को समस्याओं को ठीक कर सकते हैं। यह विचार धार्मिक प्रभाव के राष्ट्रीय कार्यकारी सदस्य ब्रह्माकुमार नारायण भाई ने इंदौर के इंडेक्स मेडिकल व डेंटल कॉलेज में एमबीबीएस स्टूडेंट को माइंड पावर के तीन दिवसीय शिविर में व्यक्त किए। आरम्भ में कम्युनिटी मेडिसिन प्रो. डॉ. जयश्री ने संस्था का परिचय दिया। डिप्टी डायरेक्टर चित्रा बहन स्वागत करते हुए कहा मेडिटेशन के माध्यम से ही हम तनाव को कंट्रोल कर सकते हैं। इसके सकारात्मक परिवर्तन से मेरे जीवन में क्रोध कंट्रोल हुआ व चिंता कम हुई है। बीके प्रमिला बहन ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराया।

अलबिदा डायबिटीज



बीके डॉ. श्रीनंत साहू
ग्लोबल हॉस्पिटल, मार्डेट आबू

डायबिटीज में पेशाब ज्यादा क्यों?

शरीर रक्त में बढ़े हुए ग्लूकोज को कंट्रोल करने के लिए शक्कर को पेशाब के द्वारा बाहर निकालने की लगातार कोशिश करता रहता है। इसलिए बार-बार पेशाब आता है। डायबिटीज के कारण कमजोरी महसूस होने लगती है, बहुत अधिक प्यास लगती और वजन भी गिर सकता है। यदि ये सब लक्षण महसूस कर रहे हों तो डायबिटीज का टेस्ट करवा लेना चाहिए। जैसे ही रक्त में ग्लूकोज की मात्रा बढ़ती है, पैंक्रियास के बीटा सेल तेजी से काम करने लगते हैं और इन्सुलिन का स्राव बढ़ा देते हैं। इससे ग्लूकोज यानी शक्कर की मात्रा कम हो जाती है। इससे पेशाब ज्यादा होने लगता है।

इंसुलिन एक जरूरी चाबी

इन्सुलिन एक ऐसा हार्मोन है जिसके बिना रक्त में मौजूद शक्कर का उपयोग नहीं हो पाता है। हमारे शरीर की कोशिकाओं को काम करने के लिए ऊर्जा की जरूरत होती है। यह ऊर्जा ग्लूकोज यानी शक्कर से मिलती है। जब हम खाना खाते हैं तो खाने में मौजूद शक्कर रक्त में पहुंच जाती है। इस शक्कर को कोशिकायें सीधे तौर पर काम में नहीं ले सकती। इसके लिए इन्सुलिन जरूरी होता है। यानी एक तरह से इन्सुलिन शक्कर को काम में लेने की चाबी है। सेल्स जब ग्लूकोज को काम में लेते हैं तो रक्त में ग्लूकोज की मात्रा कम हो जाती है। अर्थात् रक्त में ग्लूकोज कम करने के लिए इन्सुलिन जरूरी है। डायबिटीज में खान-पान का विशेष ध्यान रखना बहुत जरूरी है। मुझे क्या खाना है? क्या नहीं खाना है? इस बात को अपनी बुद्धि में बिठा लें। हमेशा शुद्ध और शाकाहारी भोजन करें। सलाद खाएं।

रोज चेक करें अपने पांव को...

हम डिटेल्स चर्चा कर चुके हैं कि पैर कितना महत्वपूर्ण हैं, डायबिटिक लाइफ में। अगर पांव को जरा सा भी नेगलेट करोगे तो सारी जिन्दगी भर रोना पड़ेगा। देखें कि अपने पैर के तलवे पर लाल तो नहीं हो गया है। जो नंगे पांव में चलते हैं गर्मी के मौसम में एकदम हार्ड जूते-चप्पल पहनते हैं। उनके पैर लाल हो जाता है। फिर चमड़ी निकल जाती है, अल्सर हो जाता है, लाल हो जाता है। फिर घाव सालभर ठीक नहीं हो पाता है। आपके एड़ी फटे हुए तो नहीं हैं। ये केक हील बहुत डेन्जरस है। इसमें जर्मस घुसते हैं। फिर इन्फेक्शन हो जाता है। ऐसा नहीं होना चाहिए। नहाते समय एड़ी को अच्छी तरह घिसाई करें और इसमें पेट्रोलियम जेली लगाना है। या फिर एलोवेरा जेली लगा सकते हैं। मोस्चराईजिंग क्रीम भी लगा सकते हैं। एड़ी में ब्लिस अर्थात् फफोड़े तो नहीं हो गए हैं। हार्ड जूते-चप्पल पहनने से ऐसे फफोड़े हो जाते हैं। जब ये फट जाते हैं तो नॉर्मल व्यक्ति का तो हील हो जाता है। आपका हील होगा ही नहीं बहुत ही डेंजरस है। इन्फेक्शन हो जाता है। एकदम हार्ड जूते-चप्पल पहनने से एकदम कट जाता है। फिर उसमें बेन्डेट लगा देते हैं। इसलिए आप जूते-चप्पल बहुत ही साफ्ट पहनें। आपके तलवे में पत्थर जैसा गांठ तो नहीं हो गया है। ये बहुत ही खतरा है। इससे अल्सर हो जाता है। इसलिए नंगे पैर न चलें और ध्यान रखें। आपके पांव में ऊपर में भी गांठें हो जाते हैं। जिसको कार्नस कहते हैं। बहुत टाइट जूते-चप्पल पहनने से ऐसा होता है। इलफिटिंग शू से ऐसा होता है। अपनी पैरों की अंगुली फाड़ कर देखो कि सफेद-सफेद दाग तो नहीं हो गया है। इसको फंगलिन इन्फेक्शन कहते हैं। ये बहुत ही लंबे समय तक ठीक नहीं होता है। पानी में ज्यादा रहने से गीला होता है। इसमें एन्टी फंगल पावडर डालें। डॉक्टर को दिखाएं चाहे कोई गोली लें। पर इसे ठीक करें। पैर में देखें कि आपकी हड्डी बढ़ तो नहीं गई है। इसे बुनियन कहते हैं। ज्यादा हो जाता है। तो उसमें गांठें हो जाती हैं। कैलसिटीज हो जाती है। पैरों के नाखून अन्दर मुड़ तो नहीं गए हैं। इन्फेक्शन तो नहीं हो गया है। पैरोनिकिया तो नहीं हो गया है। कहने का सार है कि अपने पांव को रोज देखें। झाड़ें रखें। अच्छी तरह से पोछें। अगर तलवा नहीं देख पाते तो एक आइना रखें लेकिन चेक रोज करें। जितने बार आप आइना देखते हैं उससे दस गुना चेक करें।

हर हफ्ते चेक करें...

खासकर जो मोटे हैं वे अपना बॉडीवेट चेक करें। वजन मापने का मशीन सबके घरों में होना चाहिए। खासकर सबके घरों में चार मशीन अवश्य होनी चाहिए। एक शुगर मापने का मशीन, एक बीपी मापने का मशीन, वजन मापने का मशीन और एक बुखार मापने का मशीन, थर्मामीटर। वजन हर हप्ता चेक करें क्योंकि अगर एकाएक एक महीने बाद आप अपना वजन चेक करें तो हो सकता है दस किलो बढ़ जाए तो आप उस समय कुछ नहीं कर सकते हैं। इसलिए आप अपने खान-पान पर परहेज रख सकते हैं। अपना बॉडी वेट जो नॉर्मल बॉडी वेट है वो महीने में एक बार अवश्य चेक करें। ब्लडप्रेशर भी चेक करते रहें। अगर किसी को डायबिटीज है तो उसे ब्लडप्रेशर हो सकता है। महीने में एक बार बीपी अवश्य चेक करना चाहिए।


यहां करें संपर्क

बीके जगजीत मो. 9413464808, डॉ. सविता सोनर मो. 9461604139
पेशेंट रिलेशन ऑफिस, ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, मार्डेट आबू, जिला- सिरोंही, राजस्थान,

शुभारंभ

पुट्टपर्थी में शिव दर्शन आर्ट गैलरी का मुख्यमंत्री ने किया उद्घाटन...

ब्रह्माकुमारीज के सभी केंद्रों पर मिलेगी खुशी: सीएम नायडू

शिव आमंत्रण  पुट्टपर्थी। बतौर एक राजनेता के रूप में मैं पेंशन, राशन कार्ड और बीमा जैसी सभी भौतिकवादी खुशी प्रदान कर सकता हूँ, लेकिन यदि आपको स्थायी आध्यात्मिक खुशी चाहिए तो ब्रह्माकुमारीज संस्थान के सभी सेवाकेंद्र पर पा सकते हैं। हमें जीने के लिए भोजन और खुशी दोनों की जरूरत हैं। उक्त उद्गार आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री चंद्रबाबू नायडू ने पुट्टपर्थी में शिव दर्शन आर्ट गैलरी का उद्घाटन करते हुए व्यक्त किए।

उन्होंने कहा कि यह मेरे पिछले जन्म के अच्छे कर्मों का फल है जो मैं सत्य साईं बाबा का जन्म स्थान पुट्टपर्थी में ब्रह्माकुमारीज के सेवाकेंद्र का उद्घाटन कर रहा हूँ। शिव दर्शन आर्ट गैलरी 75 फीट ऊंची, 300 फीट चौड़ी है। जो पिछले 4 वर्षों से निर्माणाधीन थी। इसके अंदर 23 स्टाल हैं। यह पुनीत कार्य श्री सत्य साईं सेंट्रल ट्रस्ट के ट्रस्टी आरजे रत्नाकर, ब्रह्माकुमारीज संस्थान के मल्टी मीडिया चीफ बीके करुणा, कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय, बैंगलुरु में वीवी पुरम् सबजोन प्रभारी बीके अंबिका, शिव दर्शन आर्ट गैलरी की प्रभारी बीके लक्ष्मी की मौजूदगी में सम्पन्न हुआ।



मानसिक एकाग्रता से आएगी दुर्घटनाओं में कमी



शिव आमंत्रण ▶ अंबिकापुर (छग)। ब्रह्माकुमारीज के चोपड़ापारा सेवाकेंद्र द्वारा सड़क दुर्घटनाओं में पीड़ितों की स्मृति में विश्व यादगार दिवस पर विशेष मेडिटेशन का आयोजन किया गया। इसमें सड़क दुर्घटना में मृत आत्माओं को शांति एवं पीड़ितों तथा उनके परिवारजन को मानसिक बल मेडिटेशन द्वारा प्रदान किया गया। इस दौरान सरगुजा संभाग संचालिका बीके विद्या ने राजयोग की कामेंटी कराई। यातायात प्रभारी दिलबाग सिंह ने यातायात नियमों की जानकारी दी। पूर्व डिस्ट्रिक्ट गवर्नर लायंस क्लब डॉ. डीजी सिंह ने कहा हमें नैतिक मूल्यों का निर्वहन करना चाहिए। लायंस क्लब अध्यक्ष प्रहलाद कृष्ण गौयल, राजमोहिनी देवी कृषि महाविद्यालय के डीन डॉ. वीके सिंह ने भी अपने विचार व्यक्त किए। इस दौरान सभी ने मिलकर राजयोग के माध्यम से लोगों को शुभ संकल्प दिए।

सड़क दुर्घटना पीड़ितों को दी श्रद्धांजली



शिव आमंत्रण ▶ छतरपुर/मग। ब्रह्माकुमारी सेवाकेंद्र पर विश्व स्मृति दिवस पर सद्भावना संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इसमें सड़क दुर्घटना पीड़ित एवं परिजन ने दीप प्रज्वलित कर श्रद्धांजली अर्पित की। अतिथि के रूप में एडीजे पीके निगम, एडीजे नौरिन निगम, वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. केके चतुर्वेदी, प्लाटून कमाण्डर विनीत तिवारी उपस्थित रहे। सेवाकेंद्र संचालिका ब्रह्माकुमारी शैलजा ने कहा ब्रह्माकुमारी विद्यालय के यातायात प्रभाग द्वारा अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर इस कार्यक्रम का आयोजन किया गया है। सड़क दुर्घटना पीड़ित रिटायर्ड प्रो. डॉ. डीके शर्मा, रश्मि जैन एवं नंदिनी अग्रवाल ने अपने साथ हुए हादसों के अनुभवों को साझा किया। अंत में बीके माधुरी बहन ने योग कराया। सभी ने पीड़ितों को सकारात्मक संकल्प, शान्ति और सद्भावना की श्रद्धांजली दी। संचालन बीके कल्पना ने किया।

गॉडलीवुड स्टूडियो का दस हजार एपीसोड का कीर्तिमान

- दादी जानकी व अन्य भाई-बहनों ने केक काटकर दी शुभकामनाएं



शिव आमंत्रण ▶ आबूरोड/राजस्थान। ब्रह्माकुमारीज के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय आबूरोड के मनमोहिनी वन में स्थित गॉडलीवुड स्टूडियो ने 10 हजार एपीसोड पूरा कर नया कीर्तिमान स्थापित किया है। इस मौके कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी की दिव्य उपस्थिति ने चार चांद लगा दिया। इस दौरान दादीजी के आगमन पर गॉडलीवुड स्टूडियो के कार्यकारी निदेशक बीके हरिलाल ने स्वागत किया। कार्यक्रम में दूरदर्शन से आए वरिष्ठ पत्रकार नीरज सिंह, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके ऊषा, बीके गीता सहित पूरी गॉडलीवुड टीम की उपस्थिति में केक काटा गया।

दिंडोशी महोत्सव में मनाया गया विश्व यादगार दिवस



शिव आमंत्रण ▶ मुंबई। मलाड के दिंडोशी ग्राउंड में शिवसेना शाखा के प्रमुख सुभाष धनुका द्वारा दिंडोशी महोत्सव में ब्रह्माकुमारी बहनों को आमंत्रित किया गया। इस अवसर पर संस्थान के मलाड सेवाकेंद्रों तथा यातायात एवं परिवहन प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका बीके कुंती, ज्ञानधारा सेवाकेंद्र की प्रभारी बीके शोभा, बीके संजय ने बतौर मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। इस दौरान बीके कुंती ने विश्व यादगार दिवस के तहत सभी को यातायात के नियमों का पालन करने की सलाह दी। कार्यक्रम में शिवसेना शाखा प्रमुख सुभाष धनुका, शिवसेना उपशाखा प्रमुख संतोष धनावडे, शिवसेना कार्यकर्ता प्रदीप ठाकुर, महिला संगठन प्रमुख विशाखा मौरे समेत सैकड़ों की संख्या में मौजूद लोगों ने सड़क दुर्घटना के पीड़ितों को याद कर श्रद्धांजली दी।

शोक संतृप्त परिवारों को योग से दिए शुभ संकल्प

शिव आमंत्रण ▶ भोपाल/मग। यदि अचानक जीवन यात्रा में ब्रेक लग जाए, परिवार के किसी सदस्य की सड़क दुर्घटना में मृत्यु का समाचार आ जाए तब इस वास्तविकता को स्वीकार करना बहुत कठिन होता है। सड़क दुर्घटनाएं अधिकतर गैर आपराधिक इरादे से होती हैं। हमारी आधुनिक जीवन शैली में निहित उच्च प्रतिस्पर्धा, तेज गति, उच्च गति यंत्रों की उपलब्धता, तनाव और मादक द्रव्यों के सेवन ने सामूहिक रूप से सड़क दुर्घटनाओं के वंशज पैदा किए हैं। अब सड़क सुरक्षा के लिए सतर्क और जागरूक होने का समय आ गया है। उक्त विचार राजधानी भोपाल के होशंगाबाद रोड स्थित बी.108 प्रभु अनुभूति उपवन ब्रह्माकुमारीज रजत विहार दानिश



नगर में सड़क दुर्घटनाओं में जीवन गंवाने वालों के लिए आत्मिक शांति देने हेतु विश्व स्मृति दिवस तथा शोक संतृप्त परिवारों एवं सड़क दुर्घटना में पीड़ित व्यक्तियों को मानसिक संबल देने हेतु आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज गुलमोहर सेंटर की संचालिका बीके डॉ. रीना बहन ने व्यक्त किए। सड़क हादसों में जान गंवाने वालों की आत्मिक शांति तथा पीड़ित परिवारों की मानसिक शांति के लिए विशेष सामूहिक योग किया गया। इस दौरान यातायात संबंधी नियम एवं सुरक्षित यातायात की जानकारी दी गई। विश्व यादगार दिवस को मनाने का उद्देश्य सड़क दुर्घटना से पीड़ित लोगों व घायलों को उपयुक्त सेवाएं और सहयोग देने के प्रति संवेदनशीलता और गंभीरता बढ़ाना है। साथ ही सड़कों का उपयोग करने वाले के लिए खतरे कम करने के लिए प्रति सतर्कता बढ़ाना इसका मुख्य उद्देश्य है। कार्यक्रम में सैकड़ों लोगों ने सामूहिक योग में शामिल होकर शांति के प्रकंपन फैलाए एवं सड़क पर दीप जलाकर सड़क हादसों में जान गंवाने वाले की आत्मिक शान्ति के लिए प्रार्थना की।



समस्या समाधान

ब.कु. सूरज भाई
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

रोजाना बढ़ाते जाएं अपने योग का चार्ट

जब तक मन में नफरत है योगी नहीं बन सकते...

यदि हमारे मन में किसी के प्रति नफरत या द्वेष भाव है तो हम योगी नहीं बन सकते हैं। जब तक मनुष्य के मन में नफरत का अंश भी है वह योगी नहीं बन सकते। इसलिए अपने वृत्तियों को शुद्ध करना होगा। भावनाओं को श्रेष्ठ बनाना होगा। इसने मुझे दुःख दिया, तंग किया, मेरा जीवन बर्बाद किया यह सब नहीं चलेगा। अगर वह न होते तो हम बाबा के पास ही ना आते। सोचो कितना सुंदर भाग्य है हमारा कि मुझे भगवान मिला है। द्वापर काल से आपने सुना होगा बहुत सारी कहानियां। जो भी भगवान के मार्ग पर चला उसको किसी ने साथ नहीं दिया। जैसे साईं बाबा जब तक जीवित थे तब तक पत्थर मारा करते थे लोग उन्हें। कई दिन भूखे रहते थे। ईंट का तकिया बनाकर सोते थे और आज देखो संसार पूजाता है, ऐसा ही है। लोग क्या कहेंगे यह नहीं सोचना है। बाबा मुझे क्या कह रहा है वह करना है।

भगवान हमारा हैं...

हमें तपस्या करनी है। पहला आत्मअभिमान होने की, दूसरा आत्मिक दृष्टि की तपस्या, तीसरा संपूर्ण पवित्रता की तपस्या, चौथा बुद्धि को स्थिर करने की तपस्या और पांचवा स्वमान की तपस्या। योग की सबसे सुंदर स्थिति है मन बुद्धि को जब चाहो, जहां चाहो, जितना समय चाहो स्थिर कर सको। ऐसे योगियों को टाइल मिलेगा योगेश्वर का। बाबा के महावाक्य अत्यंत मुरली में तुम्हें मेहनत करनी है अपने जनम-जनम की मेहनत से छूटने की। जन्म-जन्म के पाप को मिटाना है। सफलता तुम्हारे आगे-पीछे घूमेगी। भगवान हमारा है। तपस्या ऐसी हो कि यह हमें अनुभव होने लगे।

रोजाना करें स्वमानों का अभ्यास

अपनी दिनचर्या में श्रेष्ठ स्वमानों का अभ्यास शामिल कर लें। रोज अपने स्वमानों के लिए 10 मिनट दें। मैं एक महान आत्मा हूँ... यह बात अंतर्मन में बिठा लें, यह सत्य है क्योंकि स्वयं भगवान ने मुझे कहा है कि तुम महान आत्मा हो। मैंने दो युग देवताई समय बिताया, मैं देवकुल की आत्मा हूँ... यह मेरा लक्ष्य है। स्वीकार कर लो मैं महान हूँ। ये सब अंतर्मन में समा लो बाबा ने मेरे सिर पर हाथ रखा है। मैं पूर्वज हूँ... मैं सुख स्वरूप हूँ... मैं आत्मा बहुत शांत हूँ... तो शांति बढ़ेगी। सच्चे दिल से स्वीकार करो कि बाबा आपको पाकर मैं बहुत सुखी बन गया हूँ। पवित्रता को बढ़ाने के लिए पानी चार्ज कर पीना है। मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।



बीके हरिलाल
कार्यकारी निदेशक
गॉडलीवुड स्टूडियो

गॉडलीवुड स्टूडियो में जुड़ा नया आयाम

गॉडलीवुड स्टूडियो के साथ एक नयी उपलब्धी जुड़ गई है। जो संभवतः कम ही हो पाती है। दुनिया का एकमात्र स्टूडियो है जो केवल मानव कल्याणार्थ आध्यात्मिक कार्यक्रमों के लिए समर्पित है। पिछले 6 वर्षों में स्टूडियो ने दस हजार एपीसोड पूरा कर पूरे विश्व में एक कीर्तिमान स्थापित कर लिया है। बहुत कम ऐसे देखने को मिलते हैं कि बहुभाषी वाले कंटेंट दस हजार एपीसोड बन गया है। यह अपने आप में बहुत बड़ी उपलब्धि है। इसके लिए सौ भाई-बहनों की टीम ने अथक प्रयास किया है। यही नहीं इस दस हजार एपीसोड के साथ हम पूरे विश्व के कोने में अपनी पहुंच बना चुके हैं। इनसे प्रेरित होकर लाखों-करोड़ों लोगों ने अपनी जिन्दगी को सकारात्मक मार्ग पर मोड़ दिया है। इसके लिए आप सभी का समस्त ईश्वरीय परिवार और परमात्मा के साक्षिद्वय में अपनी जिंदगी बिताने वाले धर्म प्रेमियों को धन्यवाद



सूचना

सामाजिक सेवाओं तथा आंतरिक सशक्तिकरण के प्रयास के साथ निकाला गया मासिक शिव आमंत्रण समाचार पत्र एक संपूर्ण अखबार है। इसमें आप सभी पाठकों का लगातार सहयोग मिल रहा है, यही हमारी ताकत है।
वार्षिक मूल्य ▶ 110 रुपए
तीन वर्ष ▶ 330
आजीवन ▶ 2500 रुपए

पत्र व्यवहार का पता

संपादक ▶ ब.कु. कोमल,
ब्रह्माकुमारीज मीडिया एवं पब्लिक रिलेशन
ऑफिस, शांतिवन, आबू रोड,
जिला- सिरौही, राजस्थान,
पिन कोड- 307510
मो ▶ 9414172596, 9413384884
Email ▶ shivamantran@bkivv.org
▶ amantran.punjab@gmail.com

Peace of Mind for peaceful life

Contact ▶ Brahma Kumaris, Shantivan, Talhetti, Abu Road (Raj.) - 307510

+91 8104777111 | info@pmbv.in | www.pmbv.in

91 9414172596 | 9413384884

Digitally Cabled

CABLE Network

hathway | DEN | Decable

GTPL | FASTWAY | UCN | JioTV

TATA Sky 1065 | airtel 678

VISALINK 497 | dishtv 1087

लखनऊ महोत्सव में ब्रह्माकुमारीज की ओर से लगाया गया जैविक-यौगिक खेती का स्टाल...

योग के शुभ संकल्पों से उत्पादित मटर की फसल महोत्सव में रही आकर्षण का केंद्र, मुख्यमंत्री योगी भी पहुंचे देखने

शिव आमंत्रण  लखनऊ। जैविक और शाश्वत यौगिक खेती को लेकर लोगों में तेजी से जागरूकता बढ़ रही है। इसके फायदों को देखते हुए लोग तेजी से इसकी ओर बढ़ रहे हैं। उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा आयोजित लखनऊ महोत्सव में ब्रह्माकुमारीज संस्थान द्वारा शाश्वत यौगिक खेती का प्रदर्शन किया गया। इसके लिए सरकार ने संस्था को सम्पूर्ण साज-सज्जा के साथ निःशुल्क स्टाल उपलब्ध कराए।



महोत्सव में यौगिक खेती के स्टाल का निरीक्षण करते सीएम योगी आदित्यनाथ।

यह पहली बार था जब इस प्रकार के आयोजन में ब्रह्माकुमारीज को आमंत्रित किया था। भारत के पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय अटल बिहारी वाजपेई के नाम पर समर्पित 'अटल गांव' इस महोत्सव का विशेष आकर्षण था, जिसमें शाश्वत यौगिक खेती का प्रदर्शन करने के लिए जिला प्रशासन ने ब्रह्माकुमारीज के त्रिपाठीनगर सेवाकेंद्र


को आमंत्रित किया था। इसमें 'सम्पूर्ण सुख शांति का आधार, शाश्वत यौगिक खेती' थीम पर आकर्षक और प्रेरणादायक प्रदर्शनी सजायी गयी।

प्रदर्शनी में दर्शाया गया कि अन्न की अशुद्धि के कारण आज अस्पताल मरीजों से भरे पड़े हैं और विचारों की अशुद्धि के कारण कचहरी मुकदमों से

रक्षा रसायन बनाने के तरीके, खेती में केंचुए का महत्व, देशी गाय का महत्व, रसायनिक खेती के दुष्प्रभाव तथा यौगिक खेती की प्रक्रिया को बखूबी दर्शाया गया।

ब्रह्माकुमारीज द्वारा उत्तर प्रदेश में की जा रही किसानों की बेहद सेवा के सफलता की कहानी भी प्रमुखता से दर्शायी गयी। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने महोत्सव का शुभारंभ करने के पश्चात मेले का अवलोकन किया। उन्होंने यौगिक खेती स्टाल का भी निरीक्षण किया। उद्घाटन से पूर्व महापौर संयुक्ता भाटिया ने भी यौगिक खेती की प्रक्रिया को समझने के बाद हर संभव सहयोग देने का आश्वासन दिया। दस दिन तक चले इस महोत्सव में प्रतिदिन लोगों का हजुम यौगिक खेती के स्टाल का अवलोकन करने उमड़ा।

एग्रोविजन एकजीबिशन में यौगिक खेती स्टाल बना सबके कौतूहल का विषय

शिव आमंत्रण  नागपुर। महाराष्ट्र के नागपुर में लगी एग्रोविजन एकजीबिशन में ब्रह्माकुमारीज की ओर से शाश्वत यौगिक खेती का स्टाल लगाया गया। जो राज्य सरकार द्वारा एलॉट किया था। एकजीबिशन का अवलोकन करने आए लोगों के लिए शाश्वत यौगिक खेती के बारे में जानना एक कौतूहल का विषय था। उन्होंने इसकी जानकारी लेने में काफी रूचि दिखाई। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके मनीषा ने बताया बीजों को पहले परमात्म शक्तियों के माध्यम से सशक्त बनाएं, जैविक द्रव्य के छिड़काव द्वारा पौधों का संरक्षण करें और फसलों पर शुभ भावना के प्रकल्पन फैलाएं ताकि उसे ग्रहण करने वाले का मन परिवर्तन हो जाए। वहीं गोंदिया के बीके महेंद्र ठाकुर ने शाश्वत यौगिक खेती की प्रणाली की बारीकियां बताई और अपने व्यक्तिगत अनुभव से लोगों को प्रेरित किया।



ब्रह्माकुमारीज के शाश्वत यौगिक खेती स्टाल का उद्घाटन करते महाराष्ट्र एग्रो इंडस्ट्रीज डवलपमेंट कॉर्पोरेशन के रीजनल मैनेजर डॉ. खुशाल चंद्र बोपचे।

बीके शकू बहन को 'यशोगाथा सम्मान'

शिव आमंत्रण  मुंबई। डोम्बिवली स्थित बैक्रेट हॉल में श्री स्वामी सखा पावन भूमि चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा विविध क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वाले महानुभावों को सम्मान देने के लिए यशोगाथा सम्मान पुरस्कार का आयोजन किया गया। इसमें ब्रह्माकुमारीज से बीके शकू को भी डायमंड इन योगा एंड स्त्रीचुआल्टी अवार्ड 2018 से सम्मानित किया गया। इस मौके पर विधायक निरंजन डाकखुरे, अपर पुलिस अधीक्षक डीडी गवारे, एसीपी राजेंद्र कुलकर्णी, सीईओ किशोर कुडव, पुलिस अधिकारी अविनाश पाटिल, डोम्बिवली सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शकू समेत कई गणमान्य अतिथियों ने अपने हस्तों से विजेताओं को पुरस्कार प्रदान किए।



बीके डॉ. सुधा को 'लोकमत सखी अवार्ड'

शिव आमंत्रण  पुणे/महाराष्ट्र। अहमदनगर की बीके डॉ. सुधा कांकरिया को राज्यस्तरीय लोकमत सखी अवार्ड से नवाजा गया। यह समारोह पुणे के वेस्टिन होटल में संपन्न हुआ। यह अवार्ड डॉ. सुधा कांकरिया को मेयर मुक्ता टिळक ने प्रदान किया। इस दौरान बिहार के सामाजिक कार्यकर्ता पद्मश्री सुधा वर्गीस, लोकमत एडिटोरियल बोर्ड के चेयरमैन विजय दर्डा, अभिनेत्री राणी मुखर्जी, राष्ट्रीय महिला आयोग की अध्यक्ष रेखा शर्मा उपस्थित रहीं। यूनाइटेड नेशंस सस्टेनेबल डेवलपमेंट गोलस और यूनिसेफ के साथ मिलकर लोकमत समूह द्वारा नेशनल वुमन्स समिट-2018 का आयोजन किया था।



बीके डॉ. दीपक को भारत शौर्यश्री पुरस्कार से नवाजा

शिव आमंत्रण  नई दिल्ली। जनपथ रोड स्थित आंबेडकर इंटरनेशनल सेंटर में आयोजित समारोह में 83 वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाने वाले पहले भारतीय बने बीके डॉ. दीपक हरके को भारत शौर्य फाउंडेशन की ओर से 'भारत शौर्यश्री' पुरस्कार से नवाजा गया। समारोह में अर्जुन पुरस्कार विजेता रेसलर वीरेन्द्र सिंह, सांसद राजेश कुमार दिवाकर की मौजूदगी में सन्देश यादव ने उन्हें यह पुरस्कार प्रदान किया। समारोह में विविध क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वाले अन्य 30 युवकों को भी इस पुरस्कार से नवाजा गया। बता दें कि डॉ. हरके लंबे समय से ब्रह्माकुमारीज से जुड़े हैं।



सार समाचार


दिव्यांग बच्चों को दिया उपकार, दया और सहयोग की भावना का संदेश



शिव आमंत्रण  छतरपुर/मध्य। विश्व दिव्यांग दिवस पर प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय सेवाकेंद्र पर दिव्यांग समानता एवं सशक्तीकरण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें दिव्यांग बालक-बालिकाओं ने बड़े ही उमंग-उत्साह से भाग लिया। साथ ही विभिन्न सांस्कृतिक प्रस्तुत किए। स्वागत नृत्य सीडबल्यूएसएन दिव्यांग छात्रावास की बालिकाओं ने दी। अतिथि के रूप में पथारे सामाजिक न्याय विभाग के प्रमुख कलाकार बीके पेटेरिया, आई.ए. खान, सी.डब्ल्यू.एस.एन दिव्यांग छात्रावास से सुजीत यादव, प्रातिशील छात्रावास से अनूता पटवारी, रचना राठौर एवं ब्रह्माकुमारी विद्यालय से बी.के. रमा, बी.के. कल्पना, बी.के. रूपा, बी.के. मोनिका, ओम प्रकाश अग्रवाल ने दीप प्रज्वलन कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। बीके रमा ने कहा मुख्य अपने आत्मबल के आधार पर जीवन के किसी भी लक्ष्य तक पहुंच सकता है, बशर्ते उसकी सोच सकारात्मक हो। हम सभी को ईश्वर ने एक विशेष कार्य के लिए इस सृष्टि पर भेजा है। परन्तु यह हमारे आत्मविश्वास पर निर्भर करता है कि हम अपने लक्ष्य तक किस प्रकार पहुंचें। साथ ही बच्चों को शिक्षाप्रद कहानी सुनाकर उपकार, दया और सहयोग की भावना का संदेश दिया। इसके बाद विद्यालय के बाल कलाकारों द्वारा नृत्य-नाटिका में दीया और तूफान की कहानी प्रस्तुत की गई। संचालन बीके कल्पना ने किया।

दिव्यांगों का शॉल-श्रीफल से किया सम्मान



शिव आमंत्रण  राजगढ़/मध्य। राजगढ़ नाका नं. 2 में सक्षम संस्था द्वारा विश्व दिव्यांग दिवस पर दिव्यांग सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। इसमें हड्डी रोग विशेषज्ञ डॉ. एके मल्ल, शिशु रोग विशेषज्ञ ओपी त्रिपाठी, सक्षम संस्था के अध्यक्ष प्रताप सिंह सिसौदिया, ब्रह्माकुमारीज की ओर से राजगढ़ सेवाकेंद्र की प्रभारी बीके मधु उपस्थित रहीं। इस अवसर पर अतिथियों ने दिव्यांगों को अपने उद्बोधन द्वारा प्रेरित किया व मन को सशक्त बनाने पर जोर दिया, वहीं मौजूद दिव्यांगों को शॉल, पुष्प हार और श्रीफल भेंटकर सम्मानित किया गया। इस दौरान एक दिव्यांग महिला ने अपना अनुभव सुनाया।

धन के साथ करें दुआओं का भी व्यापार



शिव आमंत्रण  फरीदाबाद/हरियाणा। शहर की जानी मानी एसोसिएशन डीएलएफ इंडस्ट्रीज एसोसिएशन द्वारा सेवथ डीएलएफ बिजनेस समिट-2018 का आयोजन किया गया। इसका विषय इज ऑफ डुइंग बिजनेस एण्ड इकोनॉमिक रीफॉर्मस - इम्पैक्ट ऑन एमएसएमई था। इसमें शहर के कई नामचीन उद्योगपति सहित ब्रह्माकुमारीज को भी विशेष रूप से आमंत्रित किया गया। फरीदाबाद एनआईटी सेवाकेंद्र से राजयोग शिक्षिका बीके पूनम बहन ने प्रतिनिधित्व करते हुए कहा कि धन कमाने के साथ-साथ दुआओं का बिजनेस भी कमाना आना चाहिए। इसके लिए जरूरी है कि व्यापार में हमारा व्यवहार सभी के साथ अच्छा हो। इस मौके पर डीसीपी विक्रम कपूर, एनएसआईसी के डायरेक्टर पी. उदय कुमार, दिल्ली रीजन के एसआईडीबीआई के जनरल मैनेजर डॉ. एसएस आचार्य, डीएलएफ के चेयरमैन जेपी मल्होत्रा सहित एनएसआईसी, एमएसएमई, फरीदाबाद इंडस्ट्रीज एसोसिएशन, एफआईसीसीआई के सदस्य भी मुख्य रूप से समिट में मौजूद थे।

है

पाठकों के मिल रहे अच्छे प्रतिसाद के चलते इस बार से शिव आमंत्रण की पेज संख्या 12 से बढ़ाकर 16 की गई है। इसके चलते मूल्य में आंशिक रूप से मात्र 10 रुपए वार्षिक की बढ़ोतरी की गई है। सहयोग के लिए धन्यवाद

इंदौर जोन के निदेशक ओमप्रकाश भाई की तीसरी पुण्यतिथि पर मीडिया संवाद का आयोजन...

'मूल्यां को जागृत करने में मीडिया का योगदान जरूरी'

शिव आमंत्रण ७ रायपुर/छग। इंदौर जोन के पूर्व निदेशक बीके आमप्रकाश भाईजी के तीसरे पुण्यतिथि दिवस पर संस्थान के शांति सरोवर में मीडिया संवाद का आयोजन किया गया। इसमें बड़ी संख्या में जाने-माने वरिष्ठ पत्रकार सहित संपादकों ने भाग लिया। साथ ही सभी ने मिलकर मीडिया की दिशा और दशा को लेकर मंथन किया। इसका विषय सामाजिक बदलाव में मीडिया की भूमिका था। कार्यक्रम में माउंट आबू से पधारी ज्ञानामृत की सह सम्पादिका ब्रह्माकुमारी उर्मिला दीदी ने कहा आज समय की मांग है कि मीडिया ऐसी सामग्री दे जो मानवीय मूल्यों को जागृत करे। तब ही समाज में बदलाव आएगा।



मीडिया संवाद में अपने विचार व्यक्त करतीं माउंट आबू से पधारी बीके उर्मिला दीदी।

कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता एवं जनसंचार विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. मानसिंह परमार ने कहा नैतिक मूल्यों की पुनर्स्थापना से ही समाज में बदलाव आएगा। माखन लाल चतुर्वेदी पत्रकारिता

विविध के पूर्व विभागाध्यक्ष प्रो. कमल दीक्षित ने कहा मीडिया की वर्तमान सामाजिक जरूरत के अनुरूप अपना एजेंडा पुनः निर्धारित करने की जरूरत है। वरिष्ठ पत्रकार रमेश नैय्यर, आकाशवाणी के समाचार सम्पादक विकल्प शुक्ला, आईबीसी 24

न्यूज चैनल के संपादक रविकान्त मित्तल, प्रेस कांसिल ऑफ इण्डिया के सदस्य प्रदीप जैन सहित अन्य वरिष्ठ पत्रकारों ने भी अपने विचार व्यक्त किए। क्षेत्रीय निदेशिका बीके कमला दीदी ने सभी का स्वागत किया।

शिविर में 50 यूनिट रक्त एकत्रित

शिव आमंत्रण ७ वित्तोड़गढ़ (राजस्थान) ब्रह्माकुमारीज के निम्बाहेरा सेवाकेंद्र द्वारा रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। इसमें 50 बीके भाई-बहनों ने रक्तदान किया। शिविर के समापन पर बीके शिवाली बहन ने एटीबीएफ के अध्यक्ष कुलदीप नाहर, पल्लवन संस्थान के अध्यक्ष कुलदीप, शेरीनी क्लब के अध्यक्ष वर्णा कृष्ण कृपलानी और डॉक्टरस की टीम को ईश्वरीय उपहार देकर सम्मानित किया।



मानव शृंखला से दिया यातायात नियमों के पालन का संदेश

शिव आमंत्रण ७ भीनमाल (राजस्थान)-सड़क यातायात पीड़ितों की स्मृति में विश्व स्मृति दिवस मनाया गया। इस मौके पर ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा माघ चौक से राजकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय तक सड़क दुर्घटना के प्रति जागरूकता के लिए मानव शृंखला विद्यार्थियों द्वारा बनाई गई। इसमें राउमाबा विद्यालय, कचहरी रोड विद्यालय, माघ कवि बाल मंदिर स्कूल ने भाग लिया। उद्घाटन चैयरमैन सावलराम देवासी ने हरी झंडी दिखाकर किया। यातायात प्रभारी करणाराम, यूथ फॉर नेशन के अध्यक्ष सतीश सेन, क्षेमकारी माताजी ट्रस्ट के संचालक चक्रवर्तीसिंह ओपावत, भारत विकास परिषद के ओमप्रकाश अग्रवाल ने



मुख्य रूप से उपस्थित रहे। पालिकाध्यक्ष सावलराम देवासी ने सड़क दुर्घटना के प्रति विद्यार्थियों को जानकारी दी। उन्होंने कहा कि यातायात नियमों की पालना नहीं होने से दुर्घटना होती हैं। ब्रह्माकुमारी राजयोग केंद्र की प्रभारी बीके गीता बहन ने वाहन चलाते

समय सीट बेल्ट लगाने, दुपहिया वाहन चलाते समय हेलमेट लगाने, नशे में सड़क दुर्घटना के प्रति विद्यार्थियों को जानकारी दी। उन्होंने कहा कि यातायात नियमों की पालना नहीं होने से दुर्घटना होती हैं। ब्रह्माकुमारी राजयोग केंद्र की प्रभारी बीके गीता बहन ने वाहन चलाते

यातायात नियमों के पालन की कराई प्रतिज्ञा

यातायात प्रभाग के हेड क्वार्टर को-ऑर्डिनेटर बीके सुरेश शर्मा ने सभी को प्रतिज्ञा कारवाई कि अपनी जीवन सुरक्षा के लिए यातायात नियमों का जरूर पालन करेंगे। इस मौके पर राउमाबा विद्यालय के प्रिंसिपल निंबाराम, व्याख्याता भवरसिंह, बीके अनिल भाई, बीके शैल बहन (मन्डार), बीके सुनीता बहन (रानीवाड़ा), बीके जगदीश भाई, कालू भाई, गणेश भाई, लक्ष्मण भाई, अशोक भाई, रायचंद भाई, गुमानसिंह भाई, अर्जुन भाई, पारस भाई भी उपस्थित रहे।



शिव आमंत्रण ७ अटलादरा-वड़ोदरा। सेवाकेंद्र के 15वें वार्षिकोत्सव पर भव्य कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रत्नमोहिनी ने शिव भोलेनाथ के भन्दारे का भूमिपूजन और निर्माणधीन चारधामों में शांति स्तम्भ व मम्मा के कमरे का उद्घाटन किया। इस दौरान बीके अरुणा बहन, बीके पूनम बहन, बीके शिवानी बहन और बीके दुर्गा बहन का समर्पण समारोह भी आयोजित किया गया। कार्यक्रम में सेवाकेंद्र संचालिका बीके अरुणा बहन, बीके पूनम बहन, उपायुक्त पंकज ऊंधियाजी सहित बड़ी संख्या में नागरिकगण उपस्थित रहे।

नई राहें

सच्चाई का मूल्य...

“सांव बराबर तप नहीं, झूठ बराबर पाप। जिस हिटदे में सांव है, ता हिटदे हरि आप।”

अर्थात् सत्य की तुलना में दूसरा कोई तप नहीं और झूठ के बराबर दूसरा पाप नहीं। जिसके हृदय में सत्य रम गया, वहां हरि का वास सदा रहेगा।



बीके पुष्पेन्द्र

संत कबीरदासजी ने इन दो लाइनों में जीवन की कड़वी सच्चाई को बखूबी बयां किया है। जीवन में सच कहने का साहस रखना अपने आप में एक महत्वपूर्ण और मानवीय मूल्य है। यह एक ऐसा गुण है जिसे अपनाने से अनेक सदगुणों की लाइन लग जाती है। जिन लोगों ने सच्चाई के मार्ग पर चलते हुए व्यक्ति, परिस्थिति और प्रकृति के आगे भी घुटने नहीं टेके हैं वही आगे चलकर देवात्मा, धर्मात्मा, पुण्यात्मा और महात्मा कहलाए। ये बात अलग है कि इसकी उन्हें कड़ी कीमत भी चुकानी पड़ी है।

जीवन में सच्चाई का मार्ग कांटों भरे रास्ते के समान है। लेकिन जो इस रास्ते में चुभने वाले कांटों के दर्द को सहन करते हुए सदा आगे बढ़ता जाता है, एक दिन उसे इस दर्द के बदले जीवन में आत्म संतोष, आत्म संतुष्टी और आत्म सम्मान की अनुभूति होती है। इसका वर्णन उस मार्ग का राही ही बता सकता है। क्योंकि उसने उन पलों को जिया होता है। वर्तमान परिवेश में हम देखें तो हर कोई चाहता है कि उसके आसपास के लोग सच्चाई सम्मत व्यवहार करें। उसके अपने नेक राह पर चलें। लेकिन जब यही बात खुद पर आती है तो नकार दिया जाता है। हम चाहते हैं कि समाज से भ्रष्टाचार, घूसखोरी खत्म हो पर शुरुआत पड़ोसी के घर से हो? हमें हर व्यक्ति राजा हरिश्चंद्र की तरह मिले, पर हम खुद नहीं बनना चाहते? बच्चों को सिखाते हैं सदा सच बोलो, पर हम ही उनके सामने झूठ बोलते हैं? हम चाहते हैं देश और समाज में भगत सिंह जैसे वीर पुरुष और हरिश्चंद्र जैसा ईमानदार बालक पैदा हो, पर पड़ोसी के घर में। हम सभी को ये सोच बदलना होगी। सच्चाई के रास्ते पर आप एक कदम बढ़ाएँ कारवां अपने आप बनता जाएगा।

हाल ही की एक घटना है जो सच्चाई के मूल्य को बखूबी बयां करती है। एक मल्टीनेशनल कंपनी में एक कर्मचारी पिछले 35 साल से अपनी सेवाएं दे रहा था। जब उसने कंपनी में अपनी सेवाएं देना शुरू की थी उस समय वह छोटे रूप में थी और अपनी आंखों के सामने कंपनी को नई ऊंचाइयों के शिखर पर पहुंचते देखा। उस कर्मचारी का कंपनी के प्रति समर्पण भाव, ईमानदारी और सच्चाई इस हद तक थी कि एक रुपए भी व्यर्थ खर्च होने से बचाता। बिना घंटे देखे दिन-रात अपनी सेवाएं देता। एक दिन उसे कंपनी के किसी बड़े अधिकारी पर गड़बड़ी के आरोप लगाने के आरोप में लिप्त पाया जाना बताकर सेवाएं समाप्त कर दी जाती हैं। मामला प्रबंधन के पास पहुंचता है और रफा-दफा कर दिया जाता है। ये बात अलग है कि प्रबंधन को मामले की तह तक पहुंचना था ताकि सच्चाई सामने आ सके। हो सकता है वह कर्मचारी सही हो। ये भी हो सकता है कि आरोप झूठे हों। पर एक संतुलित न्याय व्यवस्था के तहत सच्चाई को बिना जांचे-परखे कोई ठप्पा नहीं लगाया जा सकता है। हालांकि समय के साथ ईश्वर की अदालत में उसे न्याय मिलता है।

इतिहास के पन्ने पलटकर देखें तो सच्चाई की आवाज उठाने वालों को हर समय में तमाम विरोधों का सामना करना पड़ा है। यदि आप किसी तंत्र का हिस्सा हैं और सच्चाई की आवाज उठाते हैं तो यह जरूरी नहीं है कि आपकी बात आसानी से मान ली जाएगी। जिसने सिद्धांतों पर रहते हुए जीवन मूल्यों के साथ नेक रास्ते का वरण किया है उसे सच्चाई की कीमत चुकानी ही पड़ी है। कहते भी हैं सच की नाव हिलती-डुलती है पर डूबती नहीं है। यही वो पल या घड़ी होती है जब हमारे निश्चय, दृढ़ संकल्प और आत्म विश्वास की परीक्षा होती है। यदि जीवन में सच की नींव है तो कितना भी बड़ा भवन हो, उसे कोई भी आंधी-तूफान गिरा नहीं सकता है। वहीं झूठ की इमारत बाहर से कितनी भी सुंदर बनी हो उसकी नींव हमेशा कमजोर ही रहती है। वह हवा के एक झोंके में पत्तों की तरह बिखर जाती है।

खुद के प्रति और खुद के प्रति भी बनें सच्चे...

जीवन में खुद के प्रति भी सच्चे बनना जरूरी है। जब हमारे विचारों में, सोच में सच्चाई-सफाई और ईमानदारी की झलक होगी तो स्वाभाविक रूप से कर्मों में भी सच्चाई दिखेगी। वहीं खुदा, परमात्मा के प्रति, उनकी शिक्षाओं और श्रीमत् के प्रति भी सच्चाई का भाव होना जरूरी है। परमात्मा भी कहते हैं मुझे होशियार नहीं सच्चे बच्चे ज्यादा पसंद हैं। जीवन का मूल्य तभी है जब हमारे विचारों और कर्मों में कहीं न कहीं सच्चाई की झलक हो। बिना मूल्यों के जीवन पशु के समान है। यदि आपने कोई विशेष गुण अपनाने या धारण करने का संकल्प किया है तो उस पर अडिग बने रहें, दृढ़ निश्चय के साथ प्रभु पिता को साथी बनाकर बढ़ते जाएं। विघ्न, बाधाएं, परिस्थितियां रास्ते में रोड़े बनकर आएंगी, लोग मजाक बनाएंगे पर एक दिन वह भी आता है जब सच की रोशनी में झूठ का अंधकार विलीन हो जाता है। फिर ऐसे बच्चों पर परमात्मा को भी नाज होता है... वाह मेरे बच्चे... वाह।

बड़ी उपलब्धि... राष्ट्र प्रेमवर्क कन्वेंशन की 24वीं कॉन्फ्रेंस ऑफ पार्टीज की सालाना बैठक आयोजित, कई देशों से पहुंचे प्रतिनिधि

काँप-24 में ब्रह्माकुमारीज शामिल



ईयू पवेलियन में लाइफ स्टाइल चेंज पर अपने विचार व्यक्त करतीं बीके जयंती बहन।

शिव आमंत्रण > कातोविस/पोलैंड। संयुक्त राष्ट्र प्रेमवर्क कन्वेंशन- यूएनएफसीसीसी की 24वीं कॉन्फ्रेंस ऑफ पार्टीज (काँप-24) की शुरुआत कातोविस में अधिकारिक तौर पर की जा चुकी है। पर्यावरण बचाने के उद्देश्य से होने वाली इस सालाना बैठक में दुनिया के सभी देश अपने प्रतिनिधि भेजते हैं।

इस बार हो रही 24वीं बैठक में सबसे अहम मसला है पेरिस जलवायु समझौते को अमल में लाने के तरीकों पर सहमति बनाना। यह कॉन्फ्रेंस स्पेडोक कांग्रेस सेन्टर में आयोजित हुई, जिसमें ब्रिटेन के सर डेविड एटनबरो द्वारा नागरिक समाज का



एकजीबिशन बूथ में सोलार थर्मल पावर प्रोजेक्ट के सलाहकार गोलो पिल्लज, जर्मनी से कैरोलिन, पौलेण्ड से मेरेक, फ्रांसिस, बीके सोंजा।

प्रतिनिधित्व किया गया। इस दौरान ब्रह्माकुमारीज और आईएसएमयूएन के संयुक्त तत्वावधान में एकजीबिशन बूथ लगाया गया। इसमें संस्थान के इंडिया वन सोलार थर्मल पावर प्रोजेक्ट के सलाहकार गोलो पिल्लज, जर्मनी से कैरोलिन, पौलेण्ड से मेरेक, फ्रांस से बीके सोंजा ने भाग लिया। इस दौरान ब्रह्माकुमारीज द्वारा अन्य संस्थानों के साथ मिलकर सेंट स्टीफन चर्च में सम्मेलन के उद्घाटन का जश्न मनाया गया।

एकजीबिशन बूथ लगाया गया...

बीके जयंती के निर्देशन में ग्रीन टीम द्वारा सम्मेलन की कई तैयारियां की गईं जिसमें आईएसएमयूएन के संयुक्त तत्वावधान में एकजीबिशन बूथ लगाया गया। इसके अलावा, बीके गोलो और सिस्टर कैरोलिन ने जर्मन पवेलियन और संयुक्त राष्ट्र डेसा पवेलियन की साइड इवेंट्स को संबोधित किया। बीके जयंती ने लाइफ स्टाइल चेंज पर अपने विचार व्यक्त किए।

इंटरनेशनल तमिल रिट्रीट में कई देशों के प्रतिभागी हुए शामिल



शिव आमंत्रण > क्वालालंपुर/मलेशिया। ब्रह्माकुमारीज के एशिया रिट्रीट सेंटर में तीसरी इंटरनेशनल तमिल रिट्रीट का आयोजन डेवलपिंग वैल्यूज फॉर सेल्फ ट्रांसफॉर्मेशन एंड पॉजिटिव एम्पावरमेंट विषय पर किया गया। इस मौके पर संस्थान के स्थानीय सेवाकेंद्र से तमिलनाडु में बिजनेस एंड इंडस्ट्री विंग के कार्यकारी समन्वयक बीके सुंदरसन, श्रीलंका से बीके गणेश और मलेशिया से वरिष्ठ राजयोग शिक्षक बीके लक्ष्मी ने भी भाग लिया। साथ ही ब्रिटेन, श्रीलंका, ऑस्ट्रेलिया, भारत, सिंगापुर और मलेशिया से कई प्रतिभागियों ने भाग लिया।

राजयोग मेडिटेशन से ही आएगी विश्व में शांति और सद्भाव



शिव आमंत्रण > केन्या/नैरोबी। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के स्थानीय सेवाकेंद्र की ओर से एक बैठक का आयोजन किया गया। इसमें कई संगठनों ने प्रतिनिधियों ने भाग लिया। इसमें सभी ने मिलकर मंथन किया कि दुनिया में शांति कैसे आएगी। इसमें बहनों ने बताया कि शांति के सागर पिता परमात्मा से राजयोग के माध्यम से अपने तार जोड़कर हम जीवन में शांति का अनुभव कर सकते हैं। राजयोग मेडिटेशन से जीवन में सकारात्मकता आती है। इससे हमारा जीवन सुख-शांतिमय बन जाता है। इसके लिए जरूरत है तो हम सभी को अपने वास्तविक स्वरूप को पहचानने की। जब हम खुद को आत्मा समझकर उस सर्व शक्तिमान परमात्मा से अपना संबंध जोड़ते हैं तो आत्मा में परमात्मा की शक्तियां आने लगती हैं। आत्मा की जंग उतर जाती है। राजयोग से हमारे विचार शुद्ध और पवित्र बन जाते हैं।

दो दिनी सम्मेलन

ओवरकमिंग डायवर्सिटी, बिल्डिंग यूनिटी सम्मेलन में बीके पायल ने लिया भाग

राजयोग मेडिटेशन से कराई गहन शांति की अनुभूति

शिव आमंत्रण > न्यूयार्क/ अमेरिका। मैनेहटन के न्यू यॉर्कर होटल में इंटर रिलीजियस एसोसिएशन फॉर पीस एंड डवलपमेंट और यूनीवर्सल पीस फेडरेशन एंड अमेरिकन पीस फेडरेशन द्वारा 'ओवरकमिंग डायवर्सिटी, बिल्डिंग यूनिटी' विषय पर दो दिवसीय सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें 90 देशों से 278 संत-महात्मा, सरकारी अधिकारी और सिविल सोसाईटी लीडर्स शामिल हुए।

ब्रह्माकुमारीज संस्थान की ओर से ट्रिनिडाड की बीके पायल ने प्रतिनिधित्व किया। इस मौके पर यूपीएफ इंटरनेशनल के चेयरमैन डॉ. थॉमस जी वॉल्श, एसीएलसी के नेशनल को-चेयरमैन डॉ. माइकल डब्ल्यू जेनकींस, यूपीएफयूएसए के अध्यक्ष थॉमस पी मैकडविट मुख्य रूप से उपस्थित रहे। इसमें बीके पायल ने सभी प्रतिभागियों को राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से गहन शांति की अनुभूति कराई। साथ ही राजयोग के फायदे बताते हुए इसे जीवन में अपनाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि राजयोग सभी योगों का राजा व सर्वश्रेष्ठ योग है।



धर्मनेताओं के साथ बिल्डिंग यूनिटी सम्मेलन में शामिल बीके पायल।

सार समाचार

अल मुस्तफा महाविद्यालय में नशामुक्ति कार्यक्रम



शिव आमंत्रण > मालावा/श्रीलंका। ब्रह्माकुमारीज द्वारा ड्रग डि-एडिक्शन और सेल्फ एम्पावरमेंट के प्रति जागृति लाने के उद्देश्य से 'अल मुस्तफा महाविद्यालय' में कार्यक्रम आयोजित किया गया। बीके डॉ. मालरचेल्वी, बीके अरुण तथा विश्वा ने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को व्यसनों से दूर रहने की प्रेरणा दी। साथ ही सभी को राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास भी कराया गया।

टोरंटो में ब्रह्माकुमारीज के नए सेंटर का उद्घाटन



शिव आमंत्रण > टोरंटो। नवनिर्मित ब्रह्माकुमारीज सेंटर का उद्घाटन कनाडा और यूएसए से पधारे बीके भाई-बहनों एवं अमेरिका में ब्रह्माकुमारीज की निदेशिका बीके मोहिनी बहन की उपस्थिति में सम्पन्न हुआ। इसमें भारत के काउंसिल जनरल दिनेश भाटिया, काउंसलर एंथनी पेरुज्जा, स्कूल बोर्ड के पूर्व ट्रस्टी मिन्हास, अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अध्यक्ष सतीश ठक्कर, ब्रैम्पटन में मेयर-इलेक्ट के प्रतिनिधि कुलदीप गोली, सामुदायिक नेता नवल बजाज मुख्य रूप से शामिल हुए। समापन पर प्रजेंटेशन के माध्यम से अमेरिका में हुई सेवाओं को संक्षिप्त रूप में दिखाया गया।

कॉन्फ्रेंस में 15 देशों से पधारे प्रतिनिधियों को राजयोग से कराई शांति की अनुभूति



शिव आमंत्रण > जोहान्सबर्ग/दक्षिण अफ्रीका। जेनेले मबेकी फाउंडेशन द्वारा साऊथ अफ्रीकन युमन इन डायलॉग कॉन्फ्रेंस का आयोजन किया गया। इसमें 15 देशों से एक हजार से भी अधिक प्रतिनिधियों ने भाग लिया। सम्मेलन में समाज से जुड़े कई गहन विषयों पर मंथन हुआ। इसमें अफ्रीका में ब्रह्माकुमारीज की रीजनल को-ऑर्डिनेटर बीके वेदांती ने 'ब्रेकिंग बैरियर्स एंड मेडिटेशन' विषय पर संबोधित करते हुए सभी को राजयोग मेडिटेशन की गहन अनुभूति कराई। वुलिंगलेला के सीईओ माइक बून, बीबीसी में ओका बिजनेस रिपोर्ट की प्रेजेंटर लेरयटो मबेले ने भी विचार व्यक्त किए।

कनाडा: गुरुद्वारों में दिया ईश्वरीय संदेश



शिव आमंत्रण > वैकूवर/कनाडा। माउंट आबू से बीके डॉ. बिन्नी सारेन ने शहर के कई गुरुद्वारों में ईश्वरीय संदेश देकर ज्ञान चर्चा की। साथ ही राजयोग मेडिटेशन के फायदों से रूबरू कराया गया। इस मौके पर प्रकाश उत्सव के उपलक्ष्य में गुरुद्वारे के प्रतिनिधियों द्वारा उन्हें पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया।