# ज्ञानामृत

वर्ष 48, अंक 3, सितम्बर, 2012 (मासिक)
मूल्य 7.50 रुपये, वार्षिक शुल्क 90 रुपये

**1.नई दिल्ली-** भारत के राष्ट्रपतिमहामहिम भ्राता प्रणव मुखर्जी को राखी बाँधती हुई राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी। साथ में ब्र.कु. आशा बहन तथा ब्र.कु.नीलू बहन। **2.आबू पर्वत (ज्ञान सरोवर)-** 'माइंड-बॉडी मेडिसन' विषयक राष्ट्रीय सम्मेलन का उद्घाटन करते हुएराजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी, ओमान से पधारी डॉ.बहन राधा शर्मा, नई दिल्ली, एम्स के कारडिएक न्यूरो सेन्टर के अध्यक्ष डॉ.बलराम ऐरन, ब्र.कु. डॉ.बनारसी भाई, ब्र.कु.डॉ.निरंजना बहन, डॉ.प्रताप मिड्ढा भाई, ब्र.कु. डॉ. अशोक मेहता तथा डॉ.गिरीश पटेल।

1.हरिद्वार- महामण्डलेश्वर मोहन दास रामायणी को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. प्रेमलता बहन। **2.रायपुर-** छ.ग.के राज्यपाल महामहिम भ्राता शेखर दत्त को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. कमला बहन। **3.देहरादून-** उत्तराखंड के राज्यपाल महामहिम डॉ.अजीज कुरैशी को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. मंजू बहन। **4.मुम्बई (नेपियन्सी रोड)-** महाराष्ट्र के राज्यपाल महामहिम भ्राता के.शंकरनारायण को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. रुक्मिणी बहन। **5.चण्डीगढ़-** पंजाब के राज्यपाल महामहिम भ्राता शिवराज पाटिल को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. अचल बहन। **6.कटक-** उड़ीसा उच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश भ्राता वी.गोपाल गौड़ा को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. कमलेश बहन। **7.कोलकाता-** पश्चिमी बंगाल के राज्यपाल महामहिम भ्राता एम.के. नारायणन को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. कानन बहन। **8.शिलांग-** मेघालय के राज्यपाल महामहिम भ्राता रणजीत शेखर मुशाहारी को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. नीलम बहन। **9.रांची-** झारखंड के राज्यपाल महामहिम डॉ.सैयद अहमद को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. निर्मला बहन। **10.भुवनेश्वर-** उड़ीसा के मुख्यमंत्री भ्राता नवीन पटनायक को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. लीना बहन। **11.मुम्बई (विले पार्ले)-** सांसद भ्राता गुरुदास कामथ को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. योगिनी बहन। **12.दिसपुर-** आसाम के स्वास्थ्य, शिक्षा मंत्री भ्राता हेमन्त विश्व शर्मा को आत्म-स्मृति का तिलक लगाती हुई ब्र.कु. सुप्ता बहन।

संजय की कलम से ..

# सहानुभूति

सहानुभूति नाम की वृत्ति मनुष्य की एक अच्छी वृत्ति है। इससे मनुष्य में सहयोग देने, सेवा करने, सौहार्द से व्यवहार करने तथा सहन करने का भाव जाग्रत होता है। यह वृत्ति मनुष्य में दयालुता, कल्याण-भावना, अहिंसा इत्यादि सद्गुणों को सुदृढ़ करती है।

**सहानुभूति का दिव्यार्थ**

सहानुभूति का यह अर्थ नहीं है कि हम दूसरे को दु:खी देख कर स्वयं भी दु:खी हों। यदि हम स्वयं भी दु:खी होंगे तो हमारी अपनी योग्यताओं का क्षय होगा और हम सन्तुलित मन से तथा पूरी शक्ति से दूसरे की सेवा-सुश्रुषा या मदद नहीं कर पायेंगे बल्कि हम स्वयं भी सहानुभूति एवं दया के पात्र बन जायेंगे।

सहानुभूति का अर्थ यह भी नहीं है कि हम किसी व्यक्ति द्वारा दु:खाभिव्यक्ति को देख कर उसके गलत तकाजे या आग्रह को मान लें। यदि बच्चा माँ से विष का आग्रह करे और उसके लिये दीवार से अपना सिर मारने लगे या फर्श पर हाथ पीटने लगे तो 'सहानुभूति' का यह अर्थ नहीं है कि माँ उसके हाथ में विष का प्याला थमा दे। यदि बच्चा शराब के लिए माँ से पैसे माँगे तो 'सहानुभूति' या 'सहयोग' का यह अर्थ नहीं है कि माँ उसे पैसे दे दे। यह सहयोग 'पाप' ही नहीं बल्कि अपराध भी है।

यदि किसी का कोई निकट सम्बन्धी मर जाये और वह रोने लगे तो उसके साथ मिलकर आँसू टपकाना सही अर्थ में 'सहानुभूति' नहीं है बल्कि उसे सान्त्वना देना, उसे शान्ति की स्थिति में लाना ही सही अर्थ में सहयोग है।

याद रहे कि **योग में रहकर सहायता करना ही सहयोग है।** परमात्मा का साथ (सह) अनुभव करते हुए किसी के कल्याण के लिये कोई कार्य करना ही सहानुभूति है। स्वयं आनंद का अनुभव करते हुए दूसरों को भी अपने साथ मिलाकर उन्हें ईश्वरीय आनन्द का अनुभव कराना ही सह+अनुभूति है। नहीं तो स्वयं भी दु:ख का अनुभव करना तथा औरों को भी दु:ख का अहसास कराना तो संसार में दु:ख की वृद्धि करना तथा इसे 'शोक सागर' बनाना है।

संक्षेप में हमारे लिये सही रूप में सहानुभूति यह है कि हर नर-नारी की ऐसी सेवा करें कि वह सदा के लिये सभी प्रकार के दु:खों व अशान्ति के सभी रूपान्तरों से छूट जाये। यह तभी हो सकता है कि जब हम उसे शान्ति में स्थित होने, समस्याओं का सामना करने, प्रभु से नाता जोड़ कर उनसे सहयोग एवं सामर्थ्य लेने तथा बुरी आदतों को छोड़कर अच्छे कर्म करने का मार्ग दिखा दें और उस पर चलने की विधि भी बता दें तथा उसके लिये उत्साह भी भर दें। किसी को अपने पाँव पर खड़ा करना ही सबसे बड़ी सेवा है।

## अमृत-सूची


- जीवन के चार पहलू *(सम्पादकीय)* ..... 4
- सबला नारी...*(कविता)* ..... 6
- प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी.....7
- ईश्वरीय कानून और.....9
- 'पत्र' संपादक के नाम .....12
- बाबा ने निर्व्यसनी और.....13
- विघ्न विनाशक...*(कविता)*... 14
- राजनीतिज्ञों का सम्मान क्यों? 15
- राही! गा न ...*(कविता)* ..... 17
- तनावमुक्त जीवन की युक्ति ..18
- फिर वैसा होगा.....20
- आहार और आचरण .....22
- जिस्मानी सेना के निमित्त .....24
- महानता भीतर से प्रकट .....28
- सचित्र सेवा समाचार..... 30
- ग्लोबल हॉस्पिटल..... 32
- भविष्य में ताकत किसके पास होगी? .....33
- सूचना..... 34



शुल्क केवल '**ज्ञानामृत**' अथवा '**द वर्ल्ड रिन्युअल**' के नाम से ड्राफ्ट या मनीऑर्डर द्वारा भेजने हेतु पता है- संपादक, ओमशान्ति प्रिंटिंग प्रेस, ज्ञानामृत भवन, **शान्तिवन- 307510 (आबू रोड) राजस्थान।**

**शुल्क के लिए सम्पर्क करें - 09414006904, 09414154383**
**hindigyanamrit@gmail.com**


ईश्वरीय शक्तियों और वरदानों से भरपूर अनेक मनभावन राखियाँ ज्ञानामृत कार्यालय में प्राप्त हुई हैं। स्नेही प्रेषक बहनों को हार्दिक आभार और दिल की दुआयें!

सम्पादकीय ..✍

# जीवन के चार पहलू

जब हम किसी से पूछते हैं, आप कौन हैं तो वह इस प्रकार उत्तर देता है कि मैं कालेज में प्राध्यापक हूँ, व्यापारी हूँ, किसान हूँ, अधिकारी हूँ, शिक्षक हूँ आदि-आदि। यदि कोई प्राध्यापक है तो अधिकतम 5 घन्टे पढ़ाता होगा, यदि अधिकारी है तो 8 घन्टे ड्यूटी करता होगा, शेष घन्टों में भी कई कार्य करता है, कई नाते निभाता है पर परिचय में अपने को प्राध्यापक या अधिकारी आदि ही बताता है, क्यों?

**धन वाले पहलू**
**पर ज्यादा ध्यान**

देखने में आता है कि हम अपना परिचय उस कार्य या उस क्षेत्र से जोड़कर देते हैं जहाँ से हमें धन की प्राप्ति हो रही है। आज के युग में हम सारा दिन चिन्तन भी सबसे अधिक धन का ही करते हैं। धन जीवन रूपी कुर्सी का केवल एक पाँव ही है। ठीक तरह से कुर्सी पर बैठने के लिए तो चारों पांव ठीक होने चाहिएँ। इसका दूसरा पाँव है स्वास्थ्य, तीसरा है परिवार और चौथा है नैतिक, आध्यात्मिक, सामाजिक मूल्य। इन चारों में से हम धन वाले पाँव की सम्भाल सबसे ज़्यादा करते हैं। यदि एक पर ज़्यादा ध्यान देंगे तो शेष तीन को जंक तो लगेगा, उपेक्षा तो झेलनी पड़ेगी।

**बहुत महत्त्वपूर्ण है**
**स्वास्थ्य वाला पहलू भी**

कई बार शरीर में कहीं दर्द होता है, हम अनदेखी कर देते हैं, सोचते हैं, आजकल काम ज्यादा है, महीने बाद काम कम हो जाएगा, छुट्टियाँ आने वाली हैं तब डाक्टर के पास जाएंगे। शरीर ने तो दर्द के रूप में अपनी मांग पेश कर दी पर हमने सुनी-अनसुनी कर दी। एक दिन जब शरीर अकड़के बैठ गया, साथ देने से मना कर दिया, हम भागे डाक्टर के पास और पता पड़ा कि हृदय रोग या अन्य कोई रोग भयंकर बढ़ गया है। शरीर तो इशारा दे रहा था, हमने उसी समय सुना होता तो रोग वश में आ जाता, कुछ हज़ार रुपयों में इलाज हो जाता पर अब तो रोग का विस्फोट हो गया, लाखों रुपये लगेंगे। हमने शरीर पर ध्यान इसलिए नहीं दिया क्योंकि धन कमाने में लगे थे। शरीर ने कहा, ठीक है, मत दो ध्यान, कमा लो धन, लगाओगे तो मुझ पर ही। हमने इसी की उपेक्षा कर के, इसी से कमाया, वह इसने अपने पर लगवा लिया, हिसाब बराबर हो गया। लोगों से सेवा लेनी पड़ी, दर्द झेलना पड़ा, समय लगाना पड़ा वह अलग हिसाब रहा। इसलिए जीवन रूपी कुर्सी के धन वाले पाँव के साथ-साथ स्वास्थ्य वाले पाँव की तरफ भी ध्यान देना ज़रूरी है। शरीर रूपी घोड़ा भी बहुत महत्त्वपूर्ण है, इसके बिना भी तो कमाई नहीं हो सकती ना!

**धन कमाकर देते**
**पर समय नहीं देते**

हम मनुष्यों के लिए हमारे परिवार जन भी बहुत महत्त्वपूर्ण हैं, हम उन्हीं के लिए तो कमाते हैं, उनको सुखी रखना चाहते हैं। परन्तु देखने में आता है, हम धन कमाकर तो दे देते हैं पर उन्हें समय नहीं देते। पुत्र को, पत्नी को, माता को यदि हमारे साथ की आवश्यकता है तो हम झल्ला कर किनारा करके चले जाते हैं। इसका अर्थ यह हुआ कि हममें ना स्नेह है, ना भावनाएँ हैं, हम तो मात्र पैसे की मशीन बनकर रह गए। बटन दबाओ, पैसा निकल आएगा। परिवार वाले भी समझ जाते हैं, ठीक है, पैसा तो मिल ही जाता है पर इन्हें कुछ मत कहो।

**मशीनी जीवन**

फिर कई बार हम इस व्यवहार से भी असन्तुष्ट हो कर शिकायत करते हैं कि तुम लोग कोई बात बताते ही नहीं हो कि घर में क्या हो रहा है। अरे, बताके क्या करें, आपको केवल और केवल पैसा कमाने में रुचि है, एक-दो बार कोई-कोई बातों पर ध्यान खिंचवाया, आपने कहा, मुझे परेशान मत करो, बताना छोड़ दिया। धीरे-धीरे मशीनी जीवन बन गया।

शाम को आओ, खाना खाओ, विश्राम करो, सुबह नाश्ता करके फिर चले जाओ। ना किसी से मिलना, ना किसी से दुआ-सलाम। फिर बच्चे भी सोचने लगते हैं, पापा हमारे लिए ही तो कमाते हैं, हम खर्च नहीं करेंगे तो धन का ढेर लग जाएगा। वे अपना खर्च बढ़ा लेते हैं, नित नई मांगें ले आते हैं, खर्च करने के नए-नए तरीके ढूंढ लेते हैं।

**जैसे विचार, वैसे प्रकम्पन**

रोज़-रोज़ की नई-नई मांगें सुनकर कई बार क्रोध भी आ जाता है कि ये तो हमारे धन के पीछे ही पड़ गए हैं पर वे भी क्या करें। आप हमेशा धन के बारे में सोचते रहते हैं तो आपका चेहरा देखकर उन्हें धन ही याद आता है। उनकी नज़रें हमेशा आपकी जेबों पर ही रहती हैं। कभी सामने और कभी पीठ पीछे वे जेबों में ही हाथ डालने की कोशिश करते हैं। हम जैसा सोचते हैं उसके प्रकम्पन वातावरण में फैलते रहते हैं। घर में बड़े व्यक्ति के जैसे संकल्प होते हैं वे सब पर प्रभाव डालते हैं। सार रूप में हम कह सकते हैं कि धन जीवन के लिए आवश्यक है, परन्तु स्वास्थ्य और परिवार या नाते-रिश्ते उससे भी ज्यादा महत्त्वपूर्ण हैं।

**आध्यात्मिकता रहे जीवन के साथ-साथ**

जीवन रूपी कुर्सी का चौथा पाँव है आध्यात्मिकता। इसके होने से ही नैतिक मूल्य और सामाजिक मूल्य उबर पाते हैं। इस चौथे पाँव को तो बहुत-से लोगों ने यह कहकर उपेक्षित कर रखा है कि जब बूढ़े हो जाएंगे तब इसकी देखभाल कर लेंगे। तीन पाँव वाली कुर्सी पर बैठकर जीवन चला रहे हैं। जो तीन पाँव वाली कुर्सी पर बैठेगा वह सीधा तो रह नहीं सकता, थोड़ा लुढ़क तो अवश्य जाएगा। इसीलिए जब कोई पूछता है, भाई, क्या हाल है, तो उत्तर मिलता है, शेष सब कुशल है बस शान्ति नहीं है, थोड़ा बेटे या बेटी की ससुराल में कहा-सुनी है, थोड़ा परिवार में अनबन रहती है, बस एक मुकदमे के चक्कर में उलझे हैं..... आदि-आदि। यह लुढ़की हुई-सी स्थिति उस चौथी टांग के अभाव में है। यदि आध्यात्मिकता जीवन के साथ-साथ होती तो मन में शान्ति और परिवार में स्नेह-सहयोग अवश्य होता।

जो लोग मृत्यु तक अध्यात्म से अर्थात् स्वयं की पहचान से मुख फेरे रहते हैं उनसे वे लोग कई गुणा समझदार हैं जो कम से कम वृद्ध होने पर तो स्वयं की पहचान और ईश्वर की पहचान पाने को उत्सुक हो जाते हैं **परन्तु सवाल यह भी है कि जवानी की ऊर्जा भरी ज़िन्दगी में जो राहें कठिन लगीं, क्या वृद्धावस्था की ऊर्जाहीन ज़िन्दगी में वो सरल लगेंगी? जीवन भर जो नहीं किया उसे एकदम वृद्धावस्था में कैसे कर पाएंगे?** इसलिए कहावत बनी, आप भए बूढ़े तृष्णा भई जवान! शरीर अवश्य वृद्ध और अशक्त हो गया पर मन की कुलाँचें नहीं थम सकीं।

**क्या मनचाहे बच्चे बना पाए?**

और फिर आध्यात्मिकता इतनी निरर्थक बात भी तो नहीं कि उसे आगे से आगे टालते रहें। वास्तव में कई लोगों की सोच इस गलत विचार से प्रभावित है कि हम आध्यात्मिक बनेंगे तो विकास की दौड़ में पिछड़ जाएंगे। आज का ज़माना तो विकास का ज़माना है। दौड़ो, भागो, आगे बढ़ो। बच्चा अगर ईश्वरीय ज्ञान-ध्यान करने लगे तो अधिकतर माता-पिता कह देते हैं, बेटा पढ़ले, इन बातों के लिए समय पड़ा है। ठीक है, विकास जीवन के लिए अनिवार्य है, हमने बहुत विकास किया भी है। जब भारत आज़ाद हुआ, देश में सूई तक बाहर से आती थी पर आज यहाँ मिसाइल भी बन रही है। बड़े-बड़े बाँध, बड़े-बड़े कारखाने, ये सब हमने बना लिए पर क्या हम अपने बच्चों को मन अनुसार बना पाए। हमने मनचाहे रूप-रंग, आकार-प्रकार के भवन बना लिए, कपड़े सिलवा लिए, बाल बनवा लिए, पर क्या हमारे बच्चों का बोल-चाल, भाषा, कर्म, व्यवहार, खान-पान, उठना-बैठना हमारे अनुकूल है? हम उनसे खुश हैं? हम अपनी कार और फर्नीचर पर गौरवान्वित हैं पर क्या बच्चों पर भी हैं? यदि नहीं तो इसका कारण है आध्यात्मिक मूल्यों

की उपेक्षा। भौतिक विकास ने जड़ चीज़ों को मनचाहा आकार दे दिया पर चेतन आत्मा के स्वभाव-संस्कार को आकार देने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान चाहिए, आध्यात्मिक बल चाहिए। वह तो हमने बुढ़ापे के लिए एक किनारे रख छोड़ दिया। जब बूढ़े हुए तो उपदेश करने लगे, अरे बेटा, धैर्य रख, सहना सीख, धीरे बोल। बेटा कहता है, बापू जी, आपकी तरह 80 वर्ष का हो जाऊँगा तब ही मैं भी यह सब कर लूँगा, अभी आप चुप रहें। उसने भी अपनी कुर्सी से यह आध्यात्मिक पाँव उतार कर रख छोड़ा है।

### दिनचर्या के कुछ पल आध्यात्मिक शक्ति जमा करने में लगाएं

इसका समाधान क्या है? समाधान यह महसूस करने में है कि ज़ीवन की मूलभूत चीजें कभी पुरानी नहीं होती। शान्ति, प्रेम, पवित्रता..... आदि गुण हमें हमेशा चाहिएँ इसलिए ये जीवन के साथ-साथ रहें। इनको देने वाली आध्यात्मिकता जीवन के साथ-साथ चले। दिनचर्या के कुछ पल आध्यात्मिक ज्ञान, गुण, शक्तियाँ जमा करने और भरने में अवश्य लगें। दिनचर्या की शुरूआत और अन्त आत्म-चिन्तन, आत्म-अवलोकन और ईश्वर चिन्तन, ईश्वर दर्शन से हो। **लम्बे सफर से पहले जैसे गाड़ी को पेट्रोल या डीजल से भर लेते हैं इसी प्रकार हर दिन का सफर शुरू करने से पहले आत्मा को भी आध्यात्मिक ऊर्जा से भर लें।** जैसे गाड़ियों में ईंधन भरने के केन्द्र जहाँ-तहाँ खुले हैं इसी प्रकार आत्मा की बैटरी चार्ज करने के लिए भी प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की शाखाएँ जहाँ-तहाँ खुली हैं, उनका लाभ उठाएँ।

**– ब्र.कु. आत्म प्रकाश**

## सबला नारी

**ब्रह्माकुमारी नीरू, गुड़गाँव**

अबला कहलाने वाली ने सबल संसार बना डाला।
इस विघ्नहरण के जन्म पर, क्यों तूफान मचा डाला।।

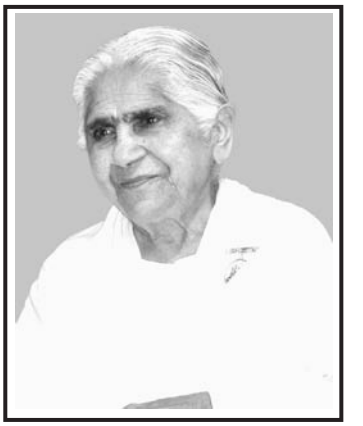
विद्या की देवी नारी है और धन की देवी नारी है,
शक्ति की देवी नारी है, धरती माता भी नारी है,
मंत्र गायत्री नारी है, शास्त्रों में गीता नारी है,
पावन नदियाँ सब नारी हैं, भारत माता भी नारी है,
मानव समाज की रचता का, क्यों अस्तित्व मिटा डाला।
इस विघ्नहरण के जन्म पर, क्यों तूफान मचा डाला।।

नारी झांसी की रानी है, नारी मीरा दीवानी है,
करुणा और प्रेम की दानी है, आंखों में पल-पल पानी है,
वरदान भरी वरदानी है, यह शिव की प्रीत भवानी है,
जिंदा भी एक कहानी है, पर जग परिवर्तन ठानी है,
उत्पीड़न-ताड़न-त्रासद से, कांटों का झाड़ बना डाला।
इस विघ्नहरण के जन्म पर, क्यों तूफान मचा डाला।।

आज भी भारत में सीता, अग्नि पे चलाई जाती है,
आज भी भारत में द्रौपदी, नंगी नचवाई जाती है,
आज भी भारत में होलिका, होली पे जलाई जाती है,
आज भी भारत में 'कलियाँ' जिंदा चिनवाई जाती हैं,
तेरी करुण पुकारों ने, सिंहासन भू का हिला डाला।
इस विघ्नहरण के जन्म पर, क्यों तूफान मचा डाला।।

ये नेता, ये अभिनेता, सब तेरे रुधिर की लाली हैं,
यह जगत जो चल रहा, पीए तेरे दूध की प्याली है,
ये चित्रकार, ये कलाकार, तू सब फूलों की माली है,
ईश्वर की सर्वोत्तम रचना, तू जग की ऊंची डाली है,
तेरे एहसानों के तले दबे, फिर भी तुझको ही रुला डाला।
इस विघ्नहरण के जन्म पर, क्यों तूफान मचा डाला।।

# प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के



दिव्य बुद्धि के वरदान से विभूषित आदरणीया दादी जानकी जी, हर प्रकार के प्रश्नों के उत्तर देकर आत्मा को संतोष से भर देती हैं। बुद्धिवानों की बुद्धि बाबा ने उन्हें ऐसी कला प्रदान की है कि वे उलझे कर्मों की गुत्थियाँ सुलझाकर समाधानस्वरूप बना देती हैं। प्रस्तुत हैं भाई-बहनों द्वारा पूछे गए प्रश्नों के दादी जानकी द्वारा दिये गये उत्तर ...

– सम्पादक

**प्रश्नः- की हुई कमाई चट कब हो जाती है?**

**उत्तरः-** बाबा ने हमारे में बहुत उम्मीदें रखी हैं। हम बाबा की उम्मीदों के सितारे हैं। एक-एक में बाबा ने उम्मीद रखी है। हर एक की अपनी-अपनी विशेषता है, सबमें एक जैसी विशेषता नहीं हो सकती। ऐसे नहीं सोच सकते कि जो इसमें है वह दूसरे में भी आ जाए। बाबा ने किसी में कोई छोटी विशेषता देखी, उसे सेवा में लगा दिया। सेवा में लगने से उसे पता चला कि मैं भी यज्ञ की कोई सेवा कर सकती हूँ। विशेषता का कभी अभिमान आया कि मेरी विशेषता विशेष है तो कमाई चट। बड़ा खिसकने वाला मार्ग है, जल्दी बुद्धि रूपी पांव खिसक जाता है। हम भी अपनी और सबकी विशेषता देखें। यह भी विचार न आये कि यह ऐसे क्यों करता! यह अच्छा क्यों नहीं बनता। अरे धीरज धर। बाबा ने बहुत धीरज रखा है। बाबा ने हम सबमें बहुत उम्मीदें रखी हैं लेकिन हिम्मत बच्चे की, मदद बाप की, इस बात को कभी नहीं छोड़ा है। मन को कभी चिन्ता में उलझने नहीं दिया। जैसे बाबा करेगा, जैसे ड्रामा करेगा.. तू शान्त रह। बीती को बीती करना यह रायॅल्टी है रॉयल बाप के बच्चों की, जो हुआ ठीक है। ऐसे नहीं कह सकते कि यह तुमको नहीं करना चाहिए।

**प्रश्नः- सच्चे और निर्भय कैसे बनें?**

**उत्तरः-** एकाग्रता की शक्ति जमा करो। सत्य बातें वही सुना सकेंगे जो निर्भय होंगे। निर्भय वही होंगे जिनसे कोई गलती न हुई हो। गलती हो तो फौरन सच बतावे। ऐसे नहीं, औरों से भी होती है, ऐसा जवाब मुख से निकलता है तो अन्दर में क्या होगा। जो मुख पर आता है वही अन्दर होता है। इसलिए किसी से भी कोई गलती हुई है, कुछ भी हुआ, ड्रामा पूरा हुआ। अभी तो सम्पन्न-सम्पूर्ण बनने की घड़ियां हैं। ईश्वरीय परिवार है ना। बाबा ने हर एक को चुन-चुन करके अपना बनाकर रखा है। भले थोड़ी माया आती है, आखिर उसे कौन खत्म करेगा! महारथी ही करेगा ना।

**प्रश्नः- आपके तीन बार ओमशान्ति बोलने का क्या अर्थ है?**

**उत्तरः-** मैं तो तीन बार ओम् शान्ति करती हूँ। पक्का हो गया है तीन बार। एक मैं आत्मा शांत स्वरूप हूँ। दूसरा मेरा बाबा सर्वशक्तिवान, कहते हैं तू मास्टर सर्वशक्तिवान है। तीसरा ड्रामा कहता है, धीरज रखो। बाबा की दृष्टि सदा सुखकारी है। एक सेकण्ड भी बुद्धि कहीं नहीं जा सकती। लंगड़ा चलने लग पड़ता, अंधा देखने लगता, ऐसी है बाबा की मुरली और दृष्टि। बाबा हमारी माँ और बाप है।

**प्रश्नः- किस इन्द्रिय की बहुत-बहुत संभाल करनी है?**

**उत्तरः-** रूहानियत में अपनी सुरक्षा है। कई प्रकार की सेवायें बाबा कराते हैं पर करने वाला निमित्त भाव में रहता है। वो बाबा-बाबा करता है। बाबा को बच्चों की प्रालब्ध बनानी है क्योंकि बाबा कहता है, मैं राज्य में आऊँगा नहीं। निमित्त बनकर सतोगुणी बनना

है, फिर हर बात सहज हो जाती है। हमारे में सच्चाई, धैर्य, नम्रता, मधुरता चाहिए। दिल भी साफ हो, तब मजबूत है। माया चींटी की तरह भी आती है। माया चींटी महारथी को भी गिरा देती है। हाथी के कान में भी चींटी जाती है तो बेहोश कर देती है। कान में चटपटी, खटपटी बातें आईं, बस। कानों को बड़ा संभालना है।

**प्रश्नः- दादी जी, आपकी मानसिक, शारीरिक ऊर्जा का राज़ क्या है?**

**उत्तरः-** कितने रास्ते हैं शक्ति के? रास्ता साफ होगा तो शक्ति आयेगी। मधुबन से निकल रही थी तो देख रही थी, अगर अपने ऊपर अटेन्शन नहीं होता तो बाबा शक्ति नहीं देता। याद इतनी हो जिससे स्थिति सदा अचल-अडोल हो। परिस्थिति अपना काम करे, स्थिति अपना काम। परिस्थिति आती रहेगी, अनेक दृश्यों के रूप में। कोई आकर्षण, उलझन न हो, सुरक्षित रहना है। कोई भी दृश्य सामने आये, मैं आगे बढ़ती जाऊँ, यात्रा पर हूँ। कहीं नहीं देखना है, पीछे भी नहीं देखना है तो बाबा मदद करता है। पीछे देखूँ तो बाबा कहते हैं, यात्रा पर नहीं हूँ। कितना भी माथा मारो, कहीं से भी शक्ति नहीं मिलेगी पर बाबा से मिलेगी। बाबा सबको एक ही दृष्टि से देखते हैं। आँखों में सच्चाई और प्रेम नहीं है तो शक्ति नहीं मिलती है।

**प्रश्नः- मनन, चिन्तन, मंथन, सिमरण में क्या फर्क है?**

**उत्तरः-** मनन, चिंतन, मंथन, सिमरण में भी फर्क है। ज्ञान पहले मन में बहुत अच्छा लग जाये, तब मनन चलेगा। मन के लिए कहा ही है मनमनाभव। जब बात मन में लग गई तो उसका चिंतन चलता रहेगा। व्यर्थ चिंतन बन्द हो जायेगा, फिर गहराई में जायेंगे तो मंथन होगा। फिर धीरे-धीरे ज्ञान का सिमरण होता रहेगा, फिर बन जायेगी स्मृति। भावना से सेवा करते हैं तो खुशी होती है, इससे शक्ति बढ़ती है। हमारे ऊपर बड़ों ने उम्मीद रखी है कि बाबा का हर कार्य अच्छा हो, तो अच्छा हो ही जाता है। हमारा जीवन बाबा की श्रीमत प्रमाण होना चाहिए। श्रीमत मुरली से मिलती है। मैं सारी दुनिया को कहती हूँ, कल किसने देखा, जो करना है अब कर लें। विनाश के पहले स्थापना का काम स्वयं भगवान धूमधाम से करा रहा है। जो करना है अब करेंगे, उसका कई गुणा फायदा मिलेगा। अब नहीं तो कब नहीं।

**प्रश्नः- हमारा सुन्दर सुरक्षा कवच कौन-सा है?**

**उत्तरः-** मीठे बाबा ने हम सबको नम्रता का कवच पहनाया है, यही कवच हमारी सुरक्षा कर रहा है। सभी यह कवच पहनकर रहना, इससे ही ब्राह्मण परिवार में सुरक्षा है, इससे ही सबका स्नेह और सहयोग मिलता है। सबकी विशेषतायें देखते, सबको स्नेह सहयोग देते, सरल स्वभाव रख सबकी दुआयें लेते चलो। दुआयें ही समय पर बहुत साथ देती हैं। कोई भी भूले-चूके भी बद्दुआ न दे। न कभी किसी की टक्कर में आना, न कभी किसी के चक्कर में आना। कोई गाली भी दे, अपमान भी करे तो आप सेन्ट बन जाना। कोई न कोई स्वभाव हर एक में ऐसा है जो खुद को भी परेशान करता है तो दूसरों को भी परेशान कर देता है। कभी किसी स्वभाव वश नहीं होना। भावना वश न तो किसी के पीछे बहना और न किसी से वैरभाव रखना। सबसे समान प्यार रख सबको सम्मान देते चलो। कभी किसी की कमियां नोट करके अपने मन को भारी नहीं करना। अपने को बहुत-बहुत सम्भालना। कोई की बीती बातों को अन्दर रिवाइज नहीं करना, उन्हें कभी मुख से रिपीट भी नहीं करना। कर्म में आना तो दूर अन्दर में रिवाइज भी न हों, इतना ध्यान देना होगा। प्लीज इन्टरनेट की माया से बचकर रहो। आजकल कई ब्राह्मणों में यह ऐसी माया लगी हुई है जो रात-रात को जागकर भी मायावी चित्र देखते हैं। टाइम वेस्ट, मनी, एनर्जी सब वेस्ट.. फिर अमृतवेला क्या करेंगे! अपने आपको इससे बचाओ। अपने आपको इन्टर (अन्दर) जाकर देखो और स्वयं पर स्वयं कृपा करो। ❖

# ईश्वरीय कानून और उनके बारे में शुरूआती दिनों की चर्चा

● ब्रह्माकुमार रमेश शाह, मुंबई (गामदेवी)

मैंने पिछले लेख में लिखा था कि ब्रह्मा बाबा ने नवम्बर, 1968 में आदरणीया दादी प्रकाशमणि जी और मुझे मधुबन में बुलाया और वर्ल्ड रिन्युअल स्प्रीच्युअल ट्रस्ट (World Renewal Spiritual Trust) स्थापन करने का निर्णय लिया गया। फिर जब मैं मुम्बई गया तब से बाबा मुझे रोज़ इसके बारे में मार्गदर्शन देते थे क्योंकि मैंने बाबा को कहा था कि मुझे ट्रस्ट चलाने का अनुभव नहीं है। मैं उनके मार्गदर्शन के अनुसार कार्य करने लगा। इस प्रकार 16 जनवरी, 1969 को मुम्बई के सब-रजिस्ट्रार (Sub-Registrar) के कार्यालय में वर्ल्ड रिन्युअल स्प्रीच्युअल ट्रस्ट रजिस्टर्ड हुआ और उसी रात मैं ब्रह्मा बाबा की श्रीमत के अनुसार अहमदाबाद गया और ट्रस्ट के नाम पर नक्की लेक के पास का भवन खरीदने की बात की।

जब आबू में ट्रस्ट की बात चल रही थी कि ट्रस्ट का नाम क्या रखा जाये तो हमने ब्रह्मा बाबा के साथ चर्चा की। हमने सोचा था कि ट्रस्ट के नाम में ब्रह्माकुमारी शब्द आना चाहिए परंतु ब्रह्मा बाबा ने मना किया क्योंकि ऐसा अगर हम करते तो ब्रह्मा बाबा के मुताबिक लोग यह समझते कि ब्रह्माकुमारीज़ का नाम परिवर्तित होकर वर्ल्ड रिन्युअल स्प्रीच्युअल ट्रस्ट बन गया है अर्थात् ब्रह्माकुमारियों ने नाम बदली करके कार्य शुरू किया है। इससे सबके मन में भ्राँति या उलझन हो सकती है। इसलिए ब्रह्माकुमारीज़ शब्द ट्रस्ट में नहीं लिया गया परंतु गुप्त रीति से यज्ञ का नाम इसमें शामिल हुआ क्योंकि शीलइन्द्रा दादी का नाम उसमें ब्रह्माकुमारी शीलइन्द्रा के नाम से लिखा गया।

नाम की बात चल रही है तो एक रोचक बात याद आती है। सन् 1957 में यज्ञ के नाम के अंत में यूनिवर्सिटी शब्द रखने का विचार चल रहा था। भारत सरकार ने हमें कहा कि कानूनी दृष्टि से आप यूनिवर्सिटी शब्द इस्तेमाल नहीं कर सकते क्योंकि यूनिवर्सिटी तो केन्द्र सरकार या राज्य सरकार द्वारा स्थापन की हुई संस्था है। लेकिन आपकी शैक्षणिक संस्था है इसलिए आप विश्व विद्यालय शब्द इस्तेमाल कर सकते हैं और इसी आधार पर यज्ञ का नाम प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय प्रस्थापित हुआ।

बाद में सन् 1974 में भारत सरकार ने यूनिवर्सिटी शब्द का भाषांतर विश्वविद्यालय और विश्व-विद्यालय इस प्रकार से किया और बाबा के विश्व विद्यालय को नोटिस मिला कि आप अब अपने नाम में परिवर्तन करो क्योंकि विश्वविद्यालय शब्द अंग्रेजी शब्द यूनिवर्सिटी का हिंदी में भाषांतर है। फिर हमने प्यारे बापदादा से पूछा तो बाबा ने कहा कि विश्व विद्यालय शब्द चालू रहेगा और इसके लिए आप सरकार से पत्र-व्यवहार करो। हमने एक अच्छे वकील द्वारा सरकार को सूचित किया कि आप का भाषांतर किया हुआ शब्द विश्वविद्यालय / विश्व-विद्यालय जुड़ा हुआ शब्द है परंतु हमने तो 1957 से ही विश्व विद्यालय शब्द अलग-अलग लिखा है। विश्व और विद्यालय का अर्थ होता है कि यह विश्व का विद्यालय है। इस प्रकार 8-10 वर्ष तक दिल्ली में सरकार के साथ यह पत्र-व्यवहार किया और अंत में सरकार ने इसे मान्य किया कि विश्व विद्यालय यह यूनिवर्सिटी शब्द का भाषांतर नहीं है और आप विश्व विद्यालय शब्द अपने नाम में इस्तेमाल कर सकते हैं।

बाद में कई स्थानों पर ट्रस्ट के नाम पर मकान खरीदे गये। पहले ब्रह्मा बाबा ने जो संकेत दिया था कि ब्रह्माकुमारीज़ के बारे में भ्रांति होगी,

वह अवश्य हुई कि अभी ब्रह्माकुमारीज़ ने अपना नाम बदली किया है परंतु धीरे-धीरे सबको इस बात की महसूसता हुई कि ब्रह्माकुमारीज़ के ऑरिजनल नाम और काम में कोई फर्क नहीं हुआ है। ये ट्रस्ट जो है वह अलग संस्था है। यह बापदादा की कमाल थी।

सन् 1971 में हम विदेश गये और लन्दन और हांगकांग में सेवाकेन्द्रों की स्थापना की। सन् 1974 में जब मैं और ऊषा जी विदेश सेवार्थ जा रहे थे तब अव्यक्त बापदादा ने बताया कि वहाँ पर यज्ञ के कारोबार को कानूनी दृष्टि से रजिस्टर्ड कराना होगा और इसके लिए अव्यक्त बापदादा ने मार्गदर्शन एवं श्रीमत दी कि क्या करना है, कैसे करना है और उसका नाम भी वर्ल्ड रिन्युअल स्प्रीच्युअल ट्रस्ट से संबंधित होना चाहिए।

तब मैंने अव्यक्त बापदादा से प्रश्न पूछा कि आप इतना जल्दी संस्था को विदेश में रजिस्टर्ड कराने की बात क्यों कहते हो? तो बापदादा ने कहा कि वह पराया देश है इसलिए वहाँ के कानून के हिसाब से काम होना चाहिए ताकि बहनों को सेवा करने में कानून का संरक्षण और सहयोग मिले।

लन्दन में हमने वहाँ के ट्रस्ट के कानून के अनुसार ट्रस्ट डीड (Trust Deed) बनाया और बी.के. सतीश मोहन भाई को उसका स्थापक (Settler Trustee) नियुक्त किया और वहाँ की ही एक नागरिक (Citizen), जो बाबा की बच्ची थी, को ट्रस्टी भी बनाया। वहाँ के चैरिटी कमिश्नर को भारतीय सॉलिसिटर (Solicitor) के द्वारा वहाँ के कानून के हिसाब से इस ट्रस्ट को रजिस्टर्ड करने के लिए अर्ज़ी (Application) दी थी परंतु हमारी अर्जी मंजूर नहीं हुई। तब हमने लन्दन से ही अव्यक्त बापदादा को संदेश दिया कि अब हम क्या करें, हमारी क्या गलती है तो बाबा ने हमें कहा कि आप वहाँ के वकील द्वारा अर्जी दो तो कार्य सहज होगा और हमने मुरली दादा (जयंती बहन, लन्दन के लौकिक पिताजी) के अंग्रेज सॉलिसिटर द्वारा अर्जी दी और उन्होंने ही हमारी ईश्वरीय सेवा की प्रवृत्ति तथा वहाँ के कानून के साथ तालमेल का एक पत्र वहाँ के चैरिटी कमिश्नर को लिखा। परिणामस्वरूप, वहाँ पर ट्रस्ट रजिस्टर्ड हो गया। बाद में हम अफ्रीका में जांबिया (Zambia) गये तो वहाँ भी श्रीमत के आधार पर नई संस्था बनाने के लिए बापदादा से मार्गदर्शन लिया और स्थानीय सॉलिसिटर की राय से एप्लीकेशन दी और संस्था का नाम रखा वर्ल्ड रिन्युअल स्प्रीच्युअल सोसायटी (World Renewal Spiritual Society)।

इसके बाद ऑस्ट्रेलिया गये, वहाँ भी उसी नाम से संस्था को रजिस्टर्ड करने का कारोबार हुआ। समय के साथ-साथ लोगों के मन में जो भ्रांतियाँ थीं उनमें परिवर्तन होता गया और सबको पता चल गया कि ट्रस्ट और ब्रह्माकुमारीज़ दोनों अलग-अलग संस्थायें हैं। उसके बाद अव्यक्त बापदादा ने हमें छुट्टी दी कि अब हम ब्रह्माकुमारी शब्द यज्ञ द्वारा प्रस्थापित संस्था में शामिल कर सकते हैं और इसलिए भारत में Brahma Kumaris Educational Society नाम से एक अलग संस्था बनाई जिसका लक्ष्य था कि जैसे भूतकाल में भारत में नालंदा और तक्षशिला जैसे बड़े-बड़े विश्वविद्यालय थे तथा वर्तमान में विदेश में ऑक्सफोर्ड, कैम्ब्रिज तथा हार्वर्ड जैसे प्रसिद्ध विश्वविद्यालय (Universities) हैं वैसे ही यज्ञ द्वारा प्रस्थापित इस सोसायटी के द्वारा बाबा के कार्य की महानता और महिमा को प्रसिद्ध किया जाये।

अव्यक्त बापदादा से ब्रह्माकुमारी शब्द प्रयोग करने की स्वीकृति मिलते ही हमने लन्दन में संस्था का नाम परिवर्तन करने का आवेदन किया। चैरिटी कमिश्नर ने Brahma Kumaris World Spiritual University (U.K.) इस प्रकार का नाम स्वीकृत किया। मॉरिशियस

(Mauritius) में वहाँ की संसद के द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ नाम स्वीकृत किया गया।

आदरणीया दादी प्रकाशमणि जी और मैं 1977 में अमेरिका गये तो वहाँ पर टेक्सास (Texas) में अपने विश्व विद्यालय की सेवाओं को मधुबन से स्वीकृति मिलने के बाद Brahma Kumaris World Spiritual Organization के नाम से रजिस्टर्ड करवाया गया।

फिर वहाँ पर भी मकान खरीदने की बात आई और वहाँ के कानून में तो Mortgage पर या बैंक से लोन लेकर ही मकान खरीदने का नियम था। परंतु भारत में साकार बाबा और अव्यक्त बापदादा Mortgage पर या लोन लेकर दोनों ही रूप से मकान खरीदने की स्वीकृति नहीं देते थे। शिवबाबा की श्रीमत थी कि मकान खरीदने का पूरा पैसा हो तो ही मकान खरीदा जाये।

अमेरिका में पहला मकान खरीदने की स्वीकृति मिली तो वहाँ के नियमानुसार लोन पर मकान लेने का सोचा गया। अव्यक्त बापदादा से पूछा कि विदेश में हम रहन (Mortgage) पर या लोन पर मकान ले सकते हैं तो बापदादा ने कहा, हाँ, तो मैंने तुरन्त बाबा से पूछा कि आप भारत में तो स्वीकृति नहीं देते और विदेश में देते हो, ऐसा क्यों? बाबा ने कहा कि विदेश का कारोबार द्वापरयुग से और भारत का कारोबार सतयुग से शुरू होता है इसलिए सतयुगी दुनिया के कारोबार और द्वापरयुग की दुनिया के कारोबार में अवश्य फर्क होगा। बाबा ने यह छूट केवल विदेश के लिए ही दी।

बड़े-बड़े औद्योगिक घराने अलग-अलग नाम से कंपनियों को बनाते हैं अर्थात् अलग-अलग संस्थायें बनाते हैं। इसी प्रकार बाबा ने भी अलग-अलग संस्थाओं का निर्माण करने की स्वीकृति दी है। प्यारे बाबा की श्रीमत के आधार पर ही ग्लोबल हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर स्थापित हुआ, Rajyoga Education & Research Foundation का निर्माण हुआ। अहमदाबाद में श्री शिव आध्यात्मिक फाउण्डेशन और दिल्ली में मानव कल्याण आध्यात्मिक संस्थान का निर्माण किया गया अर्थात् विभिन्न नामों द्वारा विभिन्न संस्थायें बनायी गईं और सेवा की वृद्धि अनेक प्रकार से होती रही जैसे कि फाउण्डेशन के द्वारा विंग्स (Wings) का निर्माण हुआ जिससे विभिन्न वर्गों की सेवायें हो रही हैं।

इसका मतलब यह नहीं है कि अव्यक्त बापदादा ने हरेक कार्य के लिए अलग संस्था का निर्माण करने की स्वीकृति दी है और हम बच्चे नई-नई संस्थाओं का निर्माण करते रहें। जब सौर ऊर्जा द्वारा बिजली के निर्माण कार्य की बात आई तब बाबा ने अलग संस्था बनाने से मना किया परंतु ट्रस्ट रूपी जो संस्था बनी हुई है उसके ही नाम पर कार्य करने की स्वीकृति दी। उसी प्रकार जब गॉडलीवुड स्टूडियो बनाने की बात आई तब भी बाबा ने अलग संस्था बनाने की स्वीकृति नहीं दी और कहा कि इसका कारोबार ट्रस्ट के द्वारा ही किया जाये। इस प्रकार शिवबाबा ने ज्यादा कानूनी कारोबार न बढ़ाते हुए, कानून की मर्यादा में रहकर कारोबार करने की शिक्षा दी। मुख्य संस्था प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय को सभी संस्थाओं से अलग और सुरक्षित रखा और आज भी यह ईश्वरीय विश्व विद्यालय अलग रूप से ईश्वरीय सेवा का कार्य सारे भारत में कर रहा है।

मैंने यह लेख इसलिए लिखा है कि हमारे सभी ब्रह्माकुमार/ब्रह्माकुमारी भाई-बहनों को मालूम हो कि किस प्रकार से प्यारे बाबा ने हमारे सामने आदर्श सिद्धांत रखा है कि सब प्रकार के लौकिक अलौकिक कानूनों का पालन करते हुए कार्य किया जा सकता है। इस आधार पर शिवबाबा के मैनेजमेन्ट की महानता हम सबको समझ में आई, सीखने को मिली और हम सब इस सेवा में तत्पर रहे और रहेंगे। ❖

# 'पत्र' संपादक के नाम

ज्ञानामृत पत्रिका के सभी लेख प्रेरणादायक और आत्मबल बढ़ाने वाले होते हैं। आज लगभग प्रत्येक मनुष्य तनाव में जीवन जी रहा है। मई अंक में प्रकाशित लेख ''तनावमुक्त जीवन के सूत्र'' बहुत ही प्रभावशाली है। ''शरीर से न्यारा होने की अनुभूति'' लेख बहुत अच्छा लगा। सम्पादकीय ''आत्मिक प्रेम'' और लेख ''सशक्त कलम'' मन की गहराइयों को छूने वाले हैं। जुलाई, 2010 अंक में प्रकाशित लेख ''मृत्यु अनिवार्य परिवर्तन'' पढ़कर काफी हद तक लोगों के मन से मृत्यु का भय कम हो जाएगा। लेख में बताया गया कि कैसे परमधाम में आत्मा को बाबा के पास बार-बार ले जाकर अभ्यास करने से अन्तिम समय मृत्यु का भय कम हो जाएगा। प्रेरणादायक लेख के लिए कोटि-कोटि धन्यवाद।

**– एम.एल.अरोड़ा, करनाल**

---

ज्ञानामृत पत्रिका के फरवरी, 2013 अंक में दादीजी द्वारा दिए गए प्रश्नों के उत्तर जीवन व परिस्थितियों में बहुत ही उपयोगी हैं। उनमें परिस्थितिवश मजबूर न होकर व्यक्तित्व को पूर्णत: विकसित करने का ज्ञान है। इन्सान की हर दिन की समस्याएँ किसी न किसी कमज़ोरी के कारण होती हैं। दादीजी के उत्तरों में मुझे जीवन की, मन की उलझनों का समाधान मिला। खुशी भी मिली जो कभी-कभी ढूँढ़ने से भी नहीं मिलती है।

**– शांतन महाबलेश्वर फडते, बांदिवडे, फोंडा, गोवा**

---

कैसी भी परिस्थिति हो, मनुष्य को घबराने और पलायन करने के स्थान पर साहस व मनोबल के साथ उस मुसीबत का सामना करना चाहिए – यह संदेश देने वाला जून अंक का प्रेरक लेख 'भागें नहीं, बदलें' पढ़कर नया उत्साह, नवल ऊर्जा व जोश की प्राप्ति हुई। मुसीबत को बड़ा मानने से ही वह हम पर इतनी हावी हो जाती है कि हम घबराकर धराशायी हो जाते हैं। लेखक ने जो संघर्ष का संदेश दिया, उसके लिए वे अभिनंदन के पात्र हैं।

**– प्रो.(डॉ.) शरद नारायण खरे, मण्डला (म.प्र.)**

---

जून अंक में 'चक्रव्यूह से सावधान' लेख बहुत ही प्रभावशाली है। टी.वी., इंटरनेट और मोबाइल का प्रयोग किस प्रकार करना है, इनके सदुपयोग और दुरुपयोग के बारे में उदाहरण सहित जो शिक्षा इस लेख में है वह बहुत ही सराहनीय है तथा लेखक के ऊँचे विचारों की योग्यता को दर्शाती है। लेख में इस चक्रव्यूह से बचने का हल भी सुझाया है कि सदा अर्जुन बन कर रहना है अर्थात् यह दृढ़ प्रतिज्ञा करनी है कि 'इन साधनों का सिर्फ ईश्वरीय सेवा और लौकिक, अलौकिक जिम्मेदारी निभाने मात्र ही इस्तेमाल करेंगे, न कि मनोरंजन के लिए, न कि मन में छिपी हुई कामनाओं को तृप्त करने के लिए।' इस समाधान का मैं तो उपयोग करूँगा ही, आशा करता हूँ, अन्य पाठकगण भी इस पर ज़रूर अमल करेंगे।

**– कुँवर ज्ञानेन्द्र सिंह, कसौली (हिमाचल प्रदेश)**

---

ज्ञानामृत पत्रिका आत्मा की पिपासा को शान्त कर अलौकिक अनुभूति कराती है। इसके लेख गूढ़ और सत्य आत्मिक ज्ञान से भरे हुए होते हैं जो जीवन को शिक्षित करने के साथ-साथ सतयुगी सृष्टि का मार्ग भी प्रशस्त करते हैं। जून, 2013 अंक में प्रकाशित लेख 'आखिर संगठन की आवश्यकता क्यों?' अद्भुत है, जो खरगोश और कछुए के माध्यम से, कमजोरी से पार जाकर संगठन के महत्व को दर्शाता है। 'रहम करें पेट पर' लेख भी कमाल का है जो कहता है, माल पराया हो सकता है पर पेट तो अपना ही है। 'पके बाल' लेख में पिरोये गए मोती जीवन के अनुभवों की महत्ता को दर्शाते हैं।

**– ब्रह्माकुमारी सीमा कांसल, कांगड़ा (हि.प्र.)**

# बाबा ने निर्व्यसनी और निर्विकारी बनाया

● ब्रह्माकुमार परमानंद, वर्धा (महाराष्ट्र)

सन् 1985 का एक दिन मेरे जीवन में नयी रोशनी लेकर आया। उस दिन हमारे शहर में विशाल मेला लगा था, मैं भी उसे देखने गया था।

**मुझमें थे सारे विकार**

वहाँ उद्घोषणा हो रही थी कि सात दिन का कोर्स करो और नर से नारायण तथा नारी से श्री लक्ष्मी बन जाओ। यह सुनकर मैं विचार में पड़ गया कि यहाँ ऐसी क्या जादू की छड़ी है जो जल्दी ही नर से नारायण बन जायेंगे। विश्वास नहीं हो रहा था। फिर भी मेला देखना शुरू किया। मेले की हर चीज़ देखने और घूमने में आनंद आ रहा था। जुआ छोड़कर बाकी सब विकार मेरे अंदर थे। खान-पान शुद्ध नहीं था। मैं मांस खाता था। सिग्रेट, बीड़ी, तंबाकू, पान, शराब आदि का भी सेवन करता था।

**लगा पहला तीर**

मेला घूमते-घूमते एक स्टॉल पर पहुँचा। वहाँ चित्रों सहित दिखाया गया था कि मांस खाने वाला, काटने वाला, बनाने वाला, ये सभी दोषी हैं। खाने वाला खाए नहीं तो काटने वाला काटेगा नहीं, बनाने वाला बनायेगा नहीं। यह चित्र देखकर मुझे पहला तीर लगा। मैंने वहीं पर मन में प्रण कर लिया कि आज से मैं मांस नहीं खाऊंगा।

**परिवार बना सात्विक आहारी**

फिर मैंने सात दिन का कोर्स किया और सेवाकेन्द्र जाना शुरू किया। सेवाकेन्द्र मेरे घर के पास ही है। धीरे-धीरे मेरा लगाव इस विद्यालय की ओर बढ़ने लगा। मैं नियमित क्लास करने लगा। उन्हीं दिनों मधुबन (पाण्डव भवन) में विशाल सिंधी सम्मेलन बुलाया गया था। निमित्त बहनजी ने मुझे सम्मेलन में जाने का अनुरोध किया। हम दो युगल नियोजित समय पर पहुँच गये। वहाँ दादियों और निमित्त भाई-बहनों का प्यार, सेवा, शुद्ध खान-पान और शुद्ध वातावरण देख हम बहुत प्रभावित हुए। वहाँ से लौटने के बाद दोनों परिवारों ने नियमित मुरली सुनना शुरू कर दिया। मेरी पत्नी ने, बड़े लड़के और बहू ने भी मांस खाना छोड़ दिया। ऐसा करते-करते चारों बेटों और बहुओं ने शाकाहारी भोजन अपना लिया। इस प्रकार हमारा पूरा परिवार सात्विक आहारी हो गया।

**उपवास बुरी लत का**

गुरुवार का दिन आया तो सेवाकेन्द्र पर भगवान को भोग लगा। हम नये थे, कुछ और भाई-बहनें भी नये थे। बहनजी भोग बांट रही थी। एक बहन ने कहा, मैं भोग नहीं खाऊंगी क्योंकि मेरा उपवास है। भोग में अन्न का प्रयोग किया गया था। यह सुनकर निमित्त बहन ने कहा, अन्न का उपवास करने से क्या फायदा? यदि उपवास करना ही है तो किसी बुरी लत का करो। यह सुनकर उस बहन पर असर हुआ या नहीं, पता नहीं पर मुझ पर बहुत असर हुआ। मैं पान-तम्बाकू खाता था, मैंने वहीं पर प्रण कर लिया और पान-तम्बाकू खाना छोड़ दिया। ऐसा करने पर मेरे दोस्तों ने मुझे बहुत गालियाँ दीं। मैंने कहा, आप कुछ भी कहो मगर मैं पान नहीं खाऊंगा। इस प्रकार मेरे सब व्यसन छूट गये। अब मैं बिल्कुल निर्व्यसनी हो गया हूँ।

**भगवान से किया वायदा**

मेरे से मुख्य धारणा नहीं होती थी इसलिये कुछ निश्चय में कमी आने लगी थी, मगर मैंने क्लास में जाना नहीं छोड़ा। बाबा हमेशा मुरली में कहते हैं, आप जैसे भी हो मेरे सिकीलधे, लाडले बच्चे हो। यह सुनकर हिम्मत बढ़ जाती थी कि बाबा हमें इतना प्यार देते हैं फिर बुराई क्यों न छोडूँ। मुझे क्रोध भी बहुत आता था। छोटी-छोटी बातों पर हम पति-पत्नी में झगड़ा होता था। फिर आठ दिन तक आपस में बातचीत नहीं करते थे। मैंने अनुभव किया कि क्लास में जाना छोड़ने से पुराने पाप

फिर होने लगे। इसलिए पुन: नियमित सेवाकेन्द्र पर जाना शुरू किया। पिछले 26 साल से मैं नियमित मुरली सुनने जा रहा हूँ और आगे भी जाता रहूँगा। मैंने बाबा से वायदा किया है कि बाबा, मैं आपका साथ कभी नहीं छोडूंगा। इस बीच पांच बार बाबा से मिलने मधुबन (शांतिवन) आना हुआ। बड़ा लड़का और बहू भी ज्ञान में चल रहे हैं। पूरा परिवार बहुत सहयोगी है। तन-मन-धन से बाबा को सहयोग करते हैं, परिवार में कोई भी विरुद्ध नहीं है। बाबा हमसे सारी कॉलोनी को परिचय दिलाकर सेवा करवा लेते हैं। अब तो हमारे घर पर गीता-पाठशाला भी चलती है।

करीब डेढ़ माह पहले मैं दुर्घटनाग्रस्त हुआ, मेरा पैर फ्रॅक्चर हुआ। वह भी सूली से कांटा बन गया है। बुद्धि की तार ज्ञान सागर शिवबाबा से जुड़ने से अपने अंदर की गंदगी किनारा कर लेती है। जिसका साथी खुद भगवान है, उसका जीवन कीमती बन जाता है। प्रभु-प्रेम के एवज में अविनाशी खजाने की चाबी मिलती है। जहाँ परमात्मा का सकाश है वहाँ दु:ख-दर्द की लहर तक नहीं आ सकती।

अनुभव पढ़ने वाले आप पाठकों में से कोई भी यदि प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय से अभी तक नहीं जुड़े हैं या सेवाकेन्द्र पर रोज़ाना ईश्वरीय ज्ञान सुनने नहीं जाते हैं तो आज से ही प्रारम्भ करें। मेरी तरह आपके भी कड़े संस्कार और विकार पूर्णत: नष्ट हो जायेंगे और मुझे पूरा भरोसा है कि तीव्र पुरुषार्थ द्वारा आप भी अपने जीवन को सफल बनाकर वर्तमान के साथ-साथ आगे के जन्मों की प्रालब्ध पा सकेंगे। ❖

# विघ्न विनाशक बन जायें

**ब्रह्माकुमारी अनुभा, अलवर**

सिद्धि विनायक हे गणेश जी, होता आपका प्रथम वंदन,
न्यारी-प्यारी आपकी छवि में, छिपे ज्ञानी-योगी के लक्षण।
ये लक्षण धारण करे जो, शिव बालक वो कहलाये,
जग में बढ़े आदर-मान, विघ्न विनाशक बन जाये।

विशाल बुद्धि शक्ति सामर्थ्य दिखाने, हाथी का सिर लगाया,
सूझ-बूझ, चतुराई, कुशलता दर्शाने, एक दंत है दिखलाया।
बड़ा पेट प्रतीक समाने की शक्ति, निंदा-परचिंतन से रिक्त,
हानि-लाभ, ऊँच-नीच परिस्थिति में, योगी रहे सदा शांतचित्त।

कान खोलकर सुनें ज्ञान, हर बात पर पूरा ध्यान,
ज्ञानीजन की यह पहचान, इसलिए दिये हाथी के कान।
नेत्र हाथी के छोटे पर चीज़ें देती बड़ी दिखाई,
ज्ञानी की भी दृष्टि महान, देखे छोटे में बड़ाई।

हाथी की सूंड बड़ी विशेष, करती सभी तरह के काम,
वृक्ष को गिराना सहज तो, सूई उठाना भी आसान।
ज्ञानवान भी उखाड़ फेंके बुराइयाँ जो बलवान,
सूक्ष्म गुणों को ग्रहण करे, बेहद दे सबको सम्मान।

एक हाथ में कुल्हाड़ा, काटे मोह-माया के बंधन,
दूजे में रस्सी दी है, बांधे नियम-मर्यादा का कंगन।
हाथ में मोदक, मुदित स्थिति और सफलता का सूचक,
अविवेक को रखे वश में, इसलिए वाहन दिया मूषक।

एक पाँव रहता उठा हुआ, सर्व आकर्षणों से उपराम,
दूजा पाँव दृढ़ता का प्रतीक, करे समस्याओं का समाधान।
गणपति की तरह जो ज्ञानयुक्त, बुद्धि-सिद्धि उनकी अनुगामी,
लक्ष्मी रहे सदा साथ में, पवित्रता सुख-शांति की स्वामी।

# राजनीतिज्ञों का सम्मान क्यों ?

● ब्रह्माकुमारी उर्मिला, शान्तिवन

ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय से जुड़े बहन-भाइयों से, एक सवाल अक्सर पूछा जाता है कि आप इन राजनीतिज्ञों को अपने पास बुलाकर ऊँचा सम्मान क्यों देते हो, आप पवित्र हैं, आपके पास इन भ्रष्ट लोगों का क्या काम? ज्ञानामृत पत्रिका में इन लोगों से ज्ञान-चर्चा या ईश्वरीय सौगात या इनके भाषण आदि के चित्र देखकर भी लोग इसी प्रकार के सवाल उठाते हैं और कई तो यह सलाह भी देते हैं कि आपको इनके स्थान पर गरीबों को उठाना चाहिए।

### उच्च वर्ग का अनुसरण करता है निचला वर्ग

इस प्रकार के प्रश्न पूछने वाले भाई-बहनों से नम्र निवेदन करते हुए हम यह कहना चाहते हैं कि ईश्वरीय ज्ञान का उद्देश्य मानव के संस्कारों को शुद्ध कर उसमें दैवी संस्कार भरना है। जैसे स्नान करते हैं तो शरीर का शुद्धिकरण हो जाता है, इसी प्रकार ज्ञान द्वारा मन का शुद्धिकरण हो जाता है। स्नान करते समय पानी का लोटा सबसे पहले सिर पर डालते हैं, सिर पर डाला गया पानी फिसलते-फिसलते सारे शरीर को स्वत: भिगो देता है। इसी प्रकार समाज के शुद्धिकरण में भी यदि उच्च वर्ग का ज्ञान द्वारा शुद्धिकरण किया जाए तो नीचे के वर्ग तक ज्ञान स्वत: पहुँच जाता है। नीचे का वर्ग, उच्च वर्ग का ही अनुसरण करता है। पानी ऊपर से नीचे बहता है, नीचे से ऊपर नहीं। पाँव पर पानी डालें तो ऊपर का सारा शरीर सूखा रह जाएगा। इसी प्रकार केवल समाज के गरीब और पिछड़े वर्ग का ज्ञान द्वारा शुद्धिकरण करें तो ऊपर वाला वर्ग तो ज्ञान-प्रसाद से वंचित ही रह जाएगा।

### ज्ञान है सम्पूर्ण मानव जाति के लिए ईश्वरीय वरदान

जब बरसात पड़ती है तो भी सिर पर बूंदें पहले गिरती हैं और वहाँ से गुज़रती हुए पाँवों तक पहुँचती हैं। बरसात मानवीय कृत्य नहीं है। यह मानव जीवन के लिए प्रकृति का वरदान है । इसी प्रकार ईश्वरीय ज्ञान भी ऊंचे से ऊंचे, परमधाम निवासी परमात्मा शिव का मानव जाति के लिए वरदान है। पानी की बरसात की तरह ही यह ज्ञान-बरसात भी समाज रूपी शरीर के सिर पर सबसे पहले गिरनी चाहिए अर्थात् वर्तमान समाज जिन्हें अपने वोटों द्वारा चुनकर, अपने नेतृत्व की बागडोर सौंपता है या जिन्हें समझदार, बुद्धिजीवी मानता है उन अग्रगण्य लोगों तक इसे सबसे पहले पहुँचना चाहिए ताकि उनसे होता हुआ यह पूरे समाज रूपी शरीर में फैल जाए।

### राज शक्ति द्वारा कल्याणकारी बात का सहज प्रसार

पुराने समय में किसी भी देश का एक राजा होता था। यदि कोई नई चीज़ बनाता था, नई शोध करता था तो दरबार में राजा के सामने पेश करता था। यदि राजा उसे प्रजा के लिए कल्याणकारी समझता था तो उसे राज्य में प्रचलित करवा देता था, इस प्रकार वह सुखदाई चीज जन-सामान्य तक पहुँच जाती थी। आज कोई राजा नहीं है परन्तु चुने हुए प्रतिनिधि, अनेक सहयोगियों के साथ मिलकर राजकार्य चलाते हैं। आज भी अनेक क्षेत्रों में आविष्कार होते हैं। उनका फैलाव करने के लिए राज-शक्ति अर्थात् लौकिक हाइएस्ट अथॉरिटी का सहयोग लिया जाता है। अध्यात्म के क्षेत्र में भी प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा नई-नई शोध और समाज के विभिन्न क्षेत्रों को सशक्त करने की नई-नई योजनाएँ बनती रहती हैं। इन योजनाओं से समाज के हर वर्ग का उन्नयन हो सकता है। राज्य या केन्द्र सरकार से मिलकर इस प्रकार की योजनाओं के कार्यान्वयन के दोनों तरफ के सम्मिलित प्रयास हों तो कार्य तीव्रगति से और सरलता से पूर्ण हो सकता है।

### राजनीति और अध्यात्म का मेल सोने में सुहागा

भारत सरकार युवाओं के चरित्र उत्थान के लिए कई योजनाएँ बनाती है। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय का युवा प्रभाग भी इसी उद्देश्य से सेवारत है और बहुत से दिशाहीन युवाओं को सही दिशा देने में सफल भी हुआ है। इस संस्थान से जुड़े 3 लाख से भी अधिक युवा हर प्रकार के व्यसन, भ्रष्टाचार, विकार, हिंसा से पूर्णतया मुक्त हैं। ऐसे में युवा विकास मन्त्री तथा उसके मन्त्रालय की योजनाओं से ब्रह्माकुमारीज़ का जुड़ाव राज्य की और हमारी शक्ति को द्विगुणित करके हमें और अधिक युवाओं को सही राह दिखाने में सक्षम बना सकता है। युवा उत्थान की तरह ही महिला सशक्तिकरण, ग्राम सशक्तिकरण आदि-आदि सभी क्षेत्रों से सम्बन्धित सरकारी मन्त्रालय हैं। सरकारी प्रयासों के साथ आध्यात्मिक प्रयास मिलने से सोने में सुहागा हो सकता है। ईश्वरीय विश्व विद्यालय को किसी भी राजनीतिज्ञ या मन्त्री से अपने लिए कोई अनुदान या धन नहीं लेना होता, केवल जन-सेवा अर्थ उनकी अनुकूल योजनाओं में सहयोगी बनने का लक्ष्य रहता है।

### सूर्य की धूप और हवा की तरह सबके लिए उपलब्ध

उपरोक्त कथन का अर्थ यह भी नहीं है कि राजनीतिज्ञों और बुद्धिजीवियों की सेवा करने से ही मध्यम वर्ग या गरीबों की आध्यात्मिक सेवा हो सकेगी। इस तथाकथित उच्च वर्ग की व्यस्तताएँ भी बहुत होती हैं। इनके व्यस्त जीवन के कारण, रुचि रखने वाले मध्यम और गरीब वर्ग भी वंचित हों, ऐसा नहीं है। गाँवों, कस्बों, छोटे शहरों में तो ब्रह्माकुमारीज़ शाखाओं द्वारा लाभ लेने वाले अधिसंख्य लोग इन्हीं वर्गों के हैं। **सारांश यह है कि बिना किसी भेदभाव के जैसे सूर्य की धूप और हवा सबके लिए उपलब्ध हैं इसी प्रकार यह ईश्वरीय ज्ञान भी सबके लिए उपलब्ध है, जो चाहे ले ले।**

### हर मानव सम्मान का पात्र

अगर आपत्ति यह है कि इन्हें ऊँची गद्दी क्यों दी जाती है तो इसका उत्तर यह है कि समाज के लोगों ने ही इन्हें ऊँचा स्थान राज्य विधान सभाओं और संसद में अपने वोटों द्वारा दे रखा है। जिसे समाज ऊँचा आसन दे, उन्हें हम भी सम्मानीय समझेंगे, सम्मान देंगे, यह तो शिष्टाचार का साधारण-सा और सर्वमान्य नियम है। सम्मान देने से ही सम्मान मिलता है। भगवान के महावाक्य हैं, **रिगार्ड देंगे तो रिगार्ड मिलेगा।** भगवान का हर बच्चा सम्मान का पात्र है।

### कर्त्तव्यपरायण बनाना ईश्वरीय ज्ञान का उद्देश्य

जहाँ तक भ्रष्ट आचरण की बात है, तो कहा जाता है, 'कख का चोर सो लख का चोर' अर्थात् चोरी चाहे एक पैसे की हो या करोड़ों की, करने वाला चोर ही कहलाता है। इस अर्थ में यदि दूध वाला दूध में मिलावट करता है, डेयरी वाला घी में मिलावट करता है, दुकानदार मिर्च, हल्दी में मिलावट करता है, फल-सब्जी बेचने वाला कम तोलता है, यातायात के क्षेत्र में बिना टिकट दिए पैसे ले लिए जाते हैं, चिकित्सक नकली दवाई बेचता है, इन्जीनियर घटिया मैटिरियल लगाता है, तो ये सब भी तो भ्रष्ट हुए ना। समाज के अन्य वर्गों पर नज़र दौड़ाएँ तो वे भी अपनी पहुँच के स्तर तक अवैध तरीके से धन या अन्य पदार्थ इकट्ठे करने की कोशिश करते हैं। भ्रष्ट आचरण छोटे स्तर पर हो या बड़े स्तर पर, भ्रष्ट ही कहलाता है। छोटे से बढ़कर ही बड़े स्तर तक पहुँचता है। ऐसे परिदृश्य में ईश्वरीय ज्ञान सीखने के लिए पवित्र आत्माएँ कहाँ से आएँ। भगवान ने कहा ही है, धर्मग्लानि के समय मैं अवतरित होकर ज्ञान देता हूँ, तो धर्मग्लानि का अर्थ ही है जब हर व्यक्ति निजी कर्त्तव्य (धर्म) से परे हो जाए। ऐसा कर्त्तव्य-विमुख चाहे राजनीतिज्ञ हो या अन्य कोई, उसे कर्त्तव्य की याद दिलाना और कर्त्तव्य पर दृढ़ करना ही ईश्वरीय ज्ञान का उद्देश्य है।

### ज्ञान-स्नान में भेद क्यों?

गंगा या कोई भी नदी किसी स्नान करने वाले में भेद नहीं करती। वह तो

सबको अपने में गोता मारने की छूट देती है। यदि नदी कहे कि यह ज्यादा पतित है, यह गोता ना मारे तो वह पतित-पावनी क्या हुई? इसी प्रकार यदि यह कहा जाए कि राजनीतिज्ञ ज्यादा भ्रष्ट हैं, ये ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के ज्ञान में गोता मारने क्यों जाते हैं तो यह भी तो समदृष्टि नहीं हुई ना। नियम प्रमाण तो ज्यादा भ्रष्ट को, ज्ञान-स्नान ज्यादा करना चाहिए और बार-बार करना चाहिए। यदि कोई यह कहता है कि ईश्वरीय ज्ञान सुनकर भी इनका सुधार क्यों नहीं होता, तो इस विषय में तो हम सभी अनुभवी हैं कि यदि फोड़े पर केवल एक बार मल्हम लगाई जाए तो वह ठीक नहीं हो जाता। लगातार कई दिनों तक नियमित दवा का प्रयोग ही उसे ठीक कर सकता है। इसी प्रकार, ईश्वरीय ज्ञान रूपी औषधि का भी धीरे-धीरे असर होता है।

पिछले दिनों उत्तर प्रदेश की महिला कल्याण राज्यमंत्री बहन रीबू श्रीवास्तव जी का माउन्ट आबू में आगमन हुआ। राजनीतिज्ञों के लिए आयोजित त्रिदिवसीय रिट्रीट में भाग लेकर वे बहुत भाव-विभोर हुई। उन्होंने कहा, हर वर्ग के लिए प्रशिक्षण का प्रावधान है परन्तु राजनीतिज्ञों को प्रशिक्षण देने जैसा दुर्लभ कार्य करने वाली यह एकमात्र संस्था है। मैं यहाँ से बहुत कुछ सीखकर जा रही हूँ।

### शान्ति सबके लिए जरूरी

कोई भी व्यक्ति डॉक्टर, न्यायाधीश, सन्त, राजनीतिज्ञ होने से पहले एक मानव है। मानव के लिए शान्ति उतनी ही ज़रूरी है जितनी कि आक्सीजन। अत: अन्य वर्ग के लोगों की तरह राजनीतिज्ञ भी राजनैतिक जीवन की आपाधापी से थककर यहाँ शान्ति अनुभूति के लिए आते हैं और हम उनका स्वागत करते हैं तो इसमें बुराई क्या है। जैसे हम अन्य सभी की सेवा में तत्पर हैं, इस वर्ग की सेवा पर भी तत्पर हैं, इसमें किसी को एतराज़ क्यों?

### जैसी प्रजा वैसा राजा

कोई भी राजनीतिज्ञ, चाहे केन्द्र में हो या राज्य में, जन्म तो किसी परिवार में ही लेता है। उसी परिवार के संस्कारों और मूल्यों को सीखता है और बड़े होने पर उन्हीं का प्रदर्शन करता है। पहले कहते थे, 'जैसा राजा, वैसी प्रजा' पर आज प्रजातन्त्र में, प्रजा में से ही कोई राजा बनता है तो कहावत पलट गई। अब कहेंगे, 'जैसी प्रजा, वैसा राजा।' यदि हम चाहते हैं कि जन प्रतिनिधि अच्छे बनें तो हम भारतवासियों को अपने परिवारों का वातावरण मूल्य प्रधान बनाना होगा ताकि उस अच्छे वातावरण में पले-बढ़े हमारे बच्चे, अगली पीढ़ी में हमें मूल्य प्रधान प्रशासन दे सकें। ❖

### राही! गा न निराशा गान

महंत दीनबन्धु दास, झलाय
(टोंक, राजस्थान)

राही! गा न निराशा गान।
कभी दुखों के तिमिर-घनों का
आयेगा अवसान।
हर पल तेरा बने 'साक्षी'
हर क्षण में मुसकान।।
दुख-सुख में समभाव हो तेरा,
कंचन माटी जान।
काम-क्रोध के वश ना हो,
नहीं लोभ, अभिमान।।
भूतकाल की लाश न ढो रे,
भविष्य की कर नहीं आश।
वर्तमान के पल-पल क्षण में,
स्वर्ण-क्षणों को तलाश।।
हर क्षण है आनंद उमंग का
बाँटे जा उल्लास।
सारी वसुधा साथ दे रही,
क्यों हो रहा उदास।।
जीवन के स्वर्णिम-पथ पर राही,
बढ़ता चल अविराम।
स्वर्ग की मंजिल पा लेगा तू,
मत कर कहीं विराम।।

**मनुष्य जीवन की महानता महान कर्म करने में है**

# तनावमुक्त जीवन की युक्ति

● ब्रह्माकुमार उदयवीर सिंह तोमर, एडवोकेट, मेरठ

संपूर्ण विश्व में कोई विरला व्यक्ति ही होगा जो तनावमुक्त जीवन जी रहा हो। किसी का तनाव कर्मों से दिखाई पड़ता है, किसी का शकल वा हाव-भाव से तो किसी का उसके बताने पर मालूम पड़ता है। कुछ ऐसे भी हैं जो अपने तनाव का वर्णन नहीं करते परंतु मानसिक तनाव उन्हें भी है अवश्य। सभी रोगों का मूल कारण तनाव ही है, ऐसा चिकित्सक भी बताते हैं। वे परामर्श देते हैं कि जिस प्रकार भी हो, आप तनावमुक्त रहिये, अवश्य ही निरोगी हो जायेंगे परंतु तनावमुक्त कैसे रहें, यह नहीं बताते। कभी-कभी किसी न किसी न्यायाधीश से भी हमारी एकान्त में बातचीत होती रहती है। हम उनको सलाह देते हैं कि आप अपने निर्णय स्वतंत्र होकर अर्थात् बिना किसी दबाव के दें। वे भी स्वीकार करते हैं कि हम न्याय देने के लिए चुने गये हैं, हमारा परम कर्त्तव्य न्याय देना ही है परन्तु फिर भी हम फैसला ही देते हैं, न्याय नहीं दे पाते क्योंकि हम पर भी किसी न किसी प्रकार का दबाव रहता है। जब दबाव रहता है तो उससे तनाव भी उत्पन्न हो जाता है।

### तनाव का मूल कारण देह अभिमान

तनाव का कारण है तन का बीच में आना जिसको आध्यात्मिक भाषा में देह अभिमान कहा गया है। देह अभिमान सबसे बड़ा विकार है और सभी विकारों का जन्मदाता है। देह अभिमान नहीं तो तनाव भी नहीं। विनाशी तन तो एक दिन समाप्त हो जाता है परंतु तन के रहते चिन्ता समाप्त नहीं होती और यह चिन्ता चिता की ओर ले जाने में बहुत सहयोग देती है। चिन्तामुक्त होना ही तनावमुक्त होने का आधार है। परमपिता परमात्मा शिव ने हमको बताया है कि जैसे-जैसे विश्व का सम्पूर्ण परिवर्तन समीप आता जा रहा है, तो दुनिया में तनाव और भी बढ़ता जा रहा है। मुख्य रूप से चार प्रकार के तनाव हैं -

1. प्रकृति की आपदाओं से नुकसान का तनाव, 2.सरकार के कड़े नियमों का तनाव, 3. व्यवहार में कमी का तनाव, 4.लौकिक सम्बन्धी आदि से स्नेह और स्वतंत्रता होने के कारण अल्पकाल के लिए खुशी की भासना रहती है वह भी समाप्त होकर भय की अनुभूति का तनाव।

### केवल बोला, किया नहीं

उपरोक्त तनावों से आत्माएँ तड़प रही हैं। जहां भी जाती हैं वहां ही तनाव पाती हैं। तनावमुक्ति के लिए गुरु, साधु, सन्त, चिकित्सक, योगी आदि के पास जाने पर भी मुक्ति का मार्ग दिखाई नहीं पड़ता है। राह बताने वाले भी तनाव में हों तो वे दूसरों का तनाव समाप्त या कम करने की युक्ति कैसे बता सकते हैं। तनाव कम करने का रास्ता तो वही बता सकता है जिसका तन संबंधी विचार ही न चलता हो। अब देखना यह है कि ऐसा कौन है। ऐसा तो एक परमात्मा ही है, उसका दिया ज्ञान और उससे सच्चा संबंध ही तनावमुक्त बना सकता है। संसार में जितनी भी आत्माएँ हैं उन सबको अपना-अपना तन पार्ट बजाने को मिला हुआ है और उस तन का ही उनको फिक्र भी रहता है कि इसको दुरुस्त कैसे रखा जाये, सुन्दर कैसे बनाया जाये आदि-आदि। ऊँचे से ऊँचे पद वाले को भी चिन्ता तो नीचे से नीचे पद वाले को भी चिन्ता, धनी को भी, निर्धन को भी, शिक्षित को भी, अशिक्षित को भी यही चिन्ता सताती है। मंदिर में भगवान तथा देवताओं के सम्मुख जाकर कहते हैं कि तन भी तेरा, मन भी तेरा, धन भी तेरा, तेरा तुझ पर अर्पण क्या लागे मेरा। लेकिन विचार कीजिए, यदि वास्तव में तन भगवान को अर्पित कर दिया होता तो फिर उसकी चिन्ता क्यों रहती? वह तो भगवान का हो गया, भगवान को ही उस तन की चिन्ता होगी, यदि नहीं भी होगी तो इसमें हमारा क्या जाता है परन्तु वास्तविकता यह है कि हमने केवल मुंह से बोला है, अर्पण किया नहीं इसलिए तो हमने

तनाव ले रखा है।

### प्रभु की शरण है तनावमुक्ति की दवा

मानव जानता तो है कि तन, मन, धन व संबंध को भगवान को अर्पण करने में ही सुख व आनन्द की अनुभूति हो सकती है और कहता भी है परन्तु कहकर पलट जाता है और दी हुई वस्तु को वापस लेकर अपनी मर्जी अनुसार उपयोग में लाता है। फिर अमानत में खयानत हो जाती है और उसका दंड भी भुगतना पड़ता है और दंड के रूप में सबसे पहले तनाव ही मिलता है। इसलिए तनाव से मुक्त होने का आधार है तन को परमात्मा के हवाले दिल से कर दें तो तन को चलाने वाला वह स्वयं होगा तथा तत्सम्बन्धित हर पदार्थ वह अवश्य ही उपलब्ध करायेगा। कहते भी हैं कि 'फिक्र से फारिग किन्दा स्वामी सत्गुरु।' केवल परमात्मा ही है जो बेफिक्र बना सकता है। प्रभु-शरण में चले जाना ही तनावमुक्ति की दवा है और उसकी दुआएं ही औषधि है। लोग कहते भी हैं, रामबाण औषधि चाहिए। राम अर्थात् शिव परमात्मा की वाणी सुनना, समझना तथा उस पर चलना ही ऐसी औषधि सिद्ध होगी।

### प्राकृतिक आपत्तियों के तनाव से मुक्ति की युक्ति

परमपिता परमात्मा ने अपनी वाणी में सुनाया है कि आप सब आत्माएँ हो, तन आपका रथ है जो पार्ट बजाने अर्थात् कार्य करने हेतु मिला है और एक दिन यह छूटना ही है। इसलिए अपने को आत्मा समझ तन से न्यारे रहो और अपने बाप निराकार परमात्मा को याद करते रहो तो तनावमुक्त हो जायेंगे। प्रकृति के पांचों तत्व हमारी रचना हैं, हम रचयिता हैं इसलिए हमको प्रकृतिजीत बनना है। जब प्रकृतिजीत बन जायेंगे तो प्रकृति हमको नुकसान नहीं पहुंचायेगी बल्कि मदद करेगी। यादगार शास्त्रों में उल्लेख है कि जब वासुदेव जी जेल से श्रीकृष्ण को टोकरे में लेकर चले तो रास्ते में यमुना नदी पूरे उफान पर थी, पार होने का कोई साधन नहीं था परंतु श्रीकृष्ण के पैर से छूते ही पानी नीचे हो गया और वासुदेव को पार होने में कोई कठिनाई नहीं हुई। इससे सिद्ध है कि प्रकृति योग-तपस्या करने वालों की हर प्रकार से मदद करेगी।

### कड़े सरकारी नियमों और व्यवहार में कमी के तनाव से मुक्ति की युक्ति

विधाता द्वारा निर्मित मर्यादाओं का पालन करने वालों को इस दुनिया की सरकार के कानून नुकसान पहुंचा ही नहीं सकते इसलिए कानूनों से तनाव होना ही नहीं चाहिये। परिवर्तन कुदरत का नियम है। व्यवहारिक जीवन कभी नीचे, कभी ऊपर होता है, तो इसमें तनाव की क्या बात है? हमको श्रेष्ठ कर्म करते रहना है, हमारे पेट का प्रबंध करने वाला पिता परमात्मा है। हाँ, शौक अथवा इच्छाएँ पूरी करने की ज़िम्मेदारी पिता परमात्मा की नहीं है।

### लौकिक संबंध प्रति भय से मुक्ति की युक्ति

सबसे बड़ा तनाव लौकिक संबंधियों के बारे में रहता है कि इतना धन इकट्ठा कर दें जो चार पीढ़ी तक चले। इससे स्पष्ट है कि हम स्वयं को ही योग्य तथा कमाने वाला समझ बैठे हैं और सोचते हैं कि पता नहीं वे बेचारे कर पायेंगे या नहीं। हमको श्रेष्ठ चिंतन यह करना है कि मेरी रचना, मेरे से भी बहुत उत्तम होगी, मुझे उनका फिक्र बिल्कुल नहीं करना है। दूसरा तनाव यह भी होता है कि मेरे लौकिक संबंधी मुझसे प्यार नहीं करते, मेरा जीवनयापन कैसे होगा, बुढ़ापे में सहारा कौन होगा। हम भगवान पर विश्वास नहीं करते इसलिए लौकिक संबंधियों की ओर देखते रहते हैं। यदि हम दिल से उस भगवान को सर्वसंबंधी बना लें तो वह मां की ममता, प्यार पिता का, सहयोग सहोदर का, साथ साजन का, मीठी-मीठी बातें मित्र की देने को बंधा हुआ है। जब ऐसा सर्वसंबंधी मिला है तो काहे की चिन्ता, काहे का तनाव।

उपरोक्त सभी युक्तियों के अनुसार हम चलते रहें तो तनावमुक्त बनना अति सहज हो जायेगा। बस बाबा-बाबा कहते रहो, अपने को आत्मा समझते रहो। राजयोग ही तनावमुक्त जीवन बनाने वाली संजीवनी बूटी है।

❖

# फिर वैसा होगा, जैसा यह था

● ब्रह्माकुमार राजेश मिश्रा, महमूदाबाद (सीतापुर)

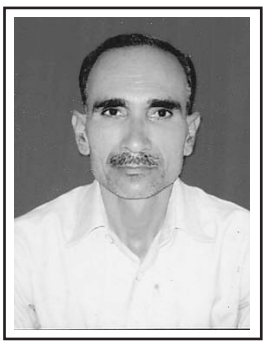
मेरे गाँव में आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का आयोजन ब्रह्माकुमारीज़ की तरफ से किया गया था। ईश्वरीय ज्ञान सीखकर मैं परिवार सहित इसे धारण करने लगा और मेरे घर पर ईश्वरीय पाठशाला प्रारम्भ हो गई। कई प्रश्न ऐसे थे, जो मैंने बड़े-बड़े सन्तों से पूछे पर वे उत्तर देकर सन्तुष्ट न कर सके। ईश्वरीय ज्ञान पाकर मेरे सारे प्रश्न सुलझ गए, मैं धन्य हो गया। ज्ञान के प्रारम्भ काल से ही बाबा अमृतवेले मुझे जगाते रहे। एक दिन तो बाबा ने मुझे उठाकर बैठा ही दिया, उस दिन से मेरा अलबेलापन बिल्कुल गायब हो गया और अमृतवेला पक्का हो गया। सन् 2007 में लौकिक बच्ची और युगल सहित बापदादा से मिलन मनाया। बच्ची सेवाकेन्द्र पर समर्पित हो ईश्वरीय सेवा कर रही है। मुझे मधुबन-शान्तिवन में बड़े सुन्दर अनुभव हुए। सफेद वस्त्रधारी बाबा मुझे कह रहे थे, बच्चे, अपने पिता के घर पहुँच गए हो, भटकने से और सभी दुखों से छूट गए हो।

### बाबा के साथ ने किया कमाल

मेरा लौकिक पुत्र पुषेंद्र कुमार है, बाबा पर पूरा निश्चय रखता है, बाबा से अव्यक्त मिलन मना चुका है, लखनऊ उच्च न्यायालय में एडवोकेट है। घर से बाहर निकलता है तो बाबा का फोटो जेब में रखकर और बाबा को साथ लेकर चलता है। अप्रैल 23, 2012 को वह घर से न्यायालय के लिए निकला, वहाँ अपना कार्य किया, 2 बजे मोटर साइकिल से किसी कार्य अर्थ सड़क पर जाते हुए को तेज रफ्तार से आते एक ट्रक ने टक्कर मार दी। ट्रक के अगले-पिछले पहिए उसकी कमर के ऊपर से निकलते चले गए। मोटर साइकिल चूर-चूर हो गई। पुषेंद्र की कमर तथा कूल्हे की हड्डियाँ अपने स्थान से हट गई। यातायात पुलिस ने उसे ट्रोमा सेन्टर पहुँचाया और तुरन्त इलाज शुरू हो गया। मुझे समाचार मिला तो मैंने बाबा को कहा, बाबा, यह क्या हो गया। मुझे तुरन्त टचिंग आई, आपका बच्चा ठीक है। मैंने अपने को सम्भाल लिया। हॉस्पिटल पहुँचा तो देखा कि बच्चा आपात-कक्ष में था। उसके कपड़े सारे फट चुके थे, दो जेबों से बाबा के दो फोटो निकले थे। मेरे मन में आया, बाबा, आपके साथ ने किया कमाल जो यह जिन्दा बचा है।

### मुख से केवल 'बाबा' शब्द निकला था

बच्चे की हालत देखकर कुछ ने कहा, जीवन भर उठना, बैठना, चलना, फिरना मुश्किल हो जाएगा।



डाक्टरों ने कहा, नौजवान है, आप्रेशन द्वारा कमर की हड्डियों को जोड़कर कस दिया जाएगा। मैंने बाबा को कहा, बाबा, क्या यह कलंक लगेगा कि ये तो भगवान को बहुत मानते हैं, फिर ऐसा क्यों हुआ? बाबा, इस कलंक से बचा लो। बाबा ने पुकार सुन ली। मैं दो दिन का जगा हुआ था, वार्ड में बच्चे के बेड के नीचे लेट गया और बाबा से बातें करके सो गया। मैंने क्या देखा कि सफेद धोती-कुर्ता पहने कोई बुजुर्ग मेरे पीछे लेटा है। मैं थोड़ा आगे खिसक गया। सुबह तीन बजे (अमृतवेले) वही बुजुर्ग मुझे हिलाते हैं और कहते हैं, बच्चे, अब मैं जा रहा हूँ, तुम परेशान थे इसलिए पास आ गया था। यह बच्चा मेरा है, तू चिन्ता मत कर, यह फिर वैसा होगा, जैसा यह था। जब यह गिरा था तब इसके मुख से केवल बाबा शब्द निकला था, मैंने झट पहुँचकर गोदी में उठा लिया था, यह फिर स्वस्थ होगा। बच्चे का

इलाज कराते रहना, बाबा आपके साथ है।

मैं झट उठकर बैठ गया, मुड़कर देखा तो कोई नहीं था। घड़ी पर नजर गई, चार बजे थे। मेरी आँखों से आँसू बहने लगे, बहते रहे, पाँच बजे फ्रेश होने के लिए उठा। सारा दिन ऐसा लगता रहा, बाबा मेरे साथ है। मैंने किसी को कुछ नहीं बताया सिवाय युगल के। वह सुनकर खुश हो गई, बहुत दुखी थी वह।

अगले दिन अमृतवेले के समय बाबा ने अनुभव कराया कि बच्चे, कल आपने बहुत आँसू बहाए। मैंने कहा, बाबा, मैंने आपके प्यार और अहसान में आँसू बहाए, बाबा, इस दुनिया में इतना प्यार कौन करेगा? बाबा ने मेरे सिर पर हाथ फिराया, हाथ फिरा रहे थे तो मैं उठकर बैठ गया, मुख से निकला, वाह बाबा, वाह। जीवन में कभी नहीं सोचा था, भगवान से मिलन होगा, वाह, आप तो साथी बनकर साथ निभा रहे हो। प्यारे भाइयो, बहनो, आप बाबा पर निश्चय रखें, सर्व सम्बन्ध जोड़ें, बाबा रूहानी डॉक्टर भी है।

### रूहानी डॉक्टर के रूप में बाबा

बच्चे की कमर को राड़ों से कसकर डॉक्टरों ने घर भेज दिया और कहा, जब-जब दर्द हो, दर्द निवारक गोली (पेन किल्लर) खिला देना। एक दिन बच्चा दर्द से तड़पने लगा, दवाई का असर नहीं हो रहा था। बाबा को कहा, बाबा, अब आपके अलावा इस दर्द को कौन ठीक कर सकता है, आप रूहानी सर्जन हो, हर आत्मा के दुख-दर्द को ठीक कर देते हो, इस बच्चे का दर्द भी दूर करो, यह बहुत व्याकुल है। बाबा से बातें करते-करते मैं लेट गया, सो नहीं पा रहा था, बच्चा भी रो रहा था। मैंने उसे कहा, बेटा, बाबा को याद करो। रात 2.30 बजे क्या देखा कि सफेद वस्त्र, सिर पर पगड़ी बंधी हुई, बाबा कह रहे हैं, बच्चे, इस बच्चे को बाबा के कमरे में ले आओ, इसका इलाज करूँ। मैंने कहा, बाबा, यह बच्चा न तो उठ सकता है, न चल सकता है, कैसे आपके कमरे में ले चलूँ। तभी देखा, बाबा के कमरे से एक सफेद वस्त्रधारी बहन निकली, कहा, एक तरफ से आप पकड़ो, एक तरफ से मैं पकडूँ और इस तरह बच्चे को बाबा के कमरे में ले गया। बाबा ने बच्चे को बैन्च पर लिटाया, एक स्टील का बॉक्स खोल, उसमें से रूई, मलहम और पट्टी निकाली, अपने हाथों से मलहम का लेप कर रूई चिपका दी और कहा, बच्चे, अब बच्चे को ले जाओ, यह बिल्कुल ठीक हो जाएगा।

अमृतवेले चार बजे याद में बैठा तो सारा दृश्य पुन: सामने आ गया। बच्चे की तरफ देखा, वह मस्त निद्रा में था। जगने पर उससे पूछा, तो बोला, रात्रि तीन बजे दर्द बिल्कुल गायब हो गया, यह कैसा चमत्कार है। मैंने सारा दृश्य उसे तथा युगल को बताया, सबने बाबा के रूहानी डॉक्टर के रूप का अनुभव किया।

छह महीने बीत जाने तक बच्चा ऐसा हो गया, जो कोई नहीं कह सकता था, इसको इतनी भयानक चोट लगी होगी। बाबा ने कहा था, जैसा था, वैसा ही हो जाएगा, वैसा ही हो गया। अब भी वही न्यायालय के कार्य करता हुआ बाबा को साथ रखता है। इस तरह बाबा अपने बच्चों की मदद करते हैं। ❖

### लेखकों से निवेदन

- जीवन-अनुभव के लेखों को निमित्त शिक्षिका के हस्ताक्षर के साथ भेजें।
- लेख और कवितायें साफ-साफ लिखें। यदि टाइप कराके भेजना चाहें तो आप पोस्ट द्वारा या ई-मेल gyanamritpatrika@bkivv.org पर भेजें।
- अपनी रचना के साथ अपना पूरा पता, फोन नंबर, ई-मेल, संबंधित सेवाकेन्द्र का नाम, जोन तथा टीचर का नाम भी अवश्य लिखें।
- जो भी रचना भेजें, उसकी एक कॉपी अपने पास अवश्य रखें।

# आहार और आचरण

● ब्रह्माकुमार के.एल.छाबड़ा, रुड़की

सेठ कर्मचन्द पिछले पन्द्रह दिनों से अपने आप को बड़ा असहज महसूस कर रहे थे। अपनी मानसिक उलझन को उन्होंने सेठानी को भी बताया परन्तु सेठानी, सेठ जी की उलझन दूर करने में कोई मदद नहीं कर पा रही थी। उलझन का कारण था, लगभग प्रत्येक रात में स्वप्न में वे भिन्न-भिन्न बस्तियों में, छोटी संकरी गलियों में अपने लिए एक अलग छोटे-से मकान की तलाश में भ्रमण करते थे। चूँकि सेठ जी विरासत में प्राप्त एक बहुत सुन्दर और बड़ी हवेली में रहते थे, कई नौकर-चाकर उनकी सेवा में उपस्थित रहते थे, ऐसे में, सेठ जी को अपने लिए एक मकान की भला क्यों कर आवश्यकता होगी?

शुरू में पाँच-सात दिन उन्होंने इस पर कोई विशेष ध्यान नहीं दिया क्योंकि दिन में अपने कारोबार में बहुत व्यस्त रहते थे परन्तु जब यही सिलसिला लम्बा चला तो सेठ जी परेशान रहने लगे। यह कोई ऐसी बीमारी भी नहीं थी कि किसी चिकित्सक से उसका इलाज कराते। अत: उस मनोदशा को सहने के अतिरिक्त कोई रास्ता नहीं सूझ रहा था।

उनके यहाँ भोजन, बाहर से आने वाली एक माई बनाया करती थी। वह जिस मकान में गुज़र-बसर करती आ रही थी वह मकान मजबूरन उसे छोड़ना पड़ रहा था। वह काम से फारिग होकर रोज़ मकान की तलाश में शहर के गली-मोहल्लों में भटकती फिरती थी। मकान खाली करने के लिए दिया गया एक मास का समय उसका पूरा होने को था। रोज़-रोज़ की किल्लत से बचने के लिए वह हैसियत न होते हुए भी छोटा-मोटा पुराना मकान खरीद लेना चाहती थी। वह सेठ जी के यहाँ पिछले बीसियों सालों से सेवा करते हुए विश्वासपात्र बन चुकी थी। अंत में एक मकान उसे जब जंच गया तो उसने अपने साहूकार सेठ कर्मचन्द से 25 हजार रुपये देने की प्रार्थना की। सेठ जी ने किसी प्रकार की हील-हुज्जत न करते हुए माई को 25 हजार रुपये दे दिये। माई ने मकान ले लिया। मकान के लिए उसका भटकना बन्द हो गया तो सेठ जी को वह स्वप्न आना भी बन्द हो गया।

भोजन बनाने वाले की सोच भोजन पर प्रभाव डालती है (उपरोक्त वर्णन सत्य घटना पर आधारित है, वर्णित व्यक्तियों और स्थान के सही नाम नहीं दिये गये हैं)। भोजन बनाने वाले की मानसिक स्थिति के, भोजन खाने वालों के मन पर पड़ने वाले प्रभाव की अन्य भी अनेक घटनाएँ हैं, जो संकेत करती हैं कि योगी जीवन के उत्तरोत्तर आगे बढ़ने के लिए भोजन की शुद्धता का अत्यंत महत्व है।

योग मार्ग पर चलने वाले, कई बहन-भाई मनचाही सफलता न मिलने पर, निराश होकर कहते हैं कि पवित्रता का भी पालन करते हैं परन्तु योग नहीं लगता, मन लगातार एक मिनट भी स्थिर नहीं होता। ऐसे साधक भोजन पर अवश्य ध्यान दें। परमात्म स्मृति में रहकर बनाया गया और परमात्मा को अर्पित कर उनकी स्नेहयुक्त याद में ग्रहण किया गया भोजन मन को शुद्ध और शान्त बनाता है। इससे एकाग्रता में खूब सहायता

मिलती है।

यूनान के गणितज्ञ पाइथागोरस ने कहा है, 'तुम मुझे बताओ, कौन आदमी क्या खाता है तो मैं तुमको बताऊँ कि वह क्या सोचता है'। परमपिता परमात्मा (शिवबाबा) की हर श्रीमत बहुत उचित और तर्कयुक्त है, चाहे वह खान-पान के सम्बन्ध में हो या पढ़ाई या अमृतवेले के सम्बन्ध में। स्थूल भोजन के साथ-साथ हम निरंतर सूक्ष्म भोजन भी ग्रहण करते हैं।

**नेत्रों द्वारा देखना**

हम नेत्रों द्वारा जो भी देखते हैं वह मस्तिष्क पटल पर अंकित होता रहता है और विचारों को उसी गहराई में प्रभावित करता है। दृश्य के ओझल हो जाने के पश्चात् भी उसका प्रभाव काफी समय तक मन:क्षेत्र में बना रहता है और संकल्पों की गुणवत्ता को निर्धारित करता है। यदि दृष्टि आत्मिक न होकर शरीरों को ही देखने में लगी रहती है तो निश्चित ही देह अभिमान के चंगुल में फंसे रहेंगे। देह अभिमान ही सभी विकारों का अधिपति है। क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि उसके वफादार मित्र हैं। कहते हैं, सूरदास ने आँखों की चंचलता से बचने के लिए अपने आप को नेत्रविहीन कर लिया था। इसका मतलब यह नहीं कि हम भी यह रास्ता अपना लें। ज़रूरत है शुद्ध अन्न से, शुद्ध मन बनाने की, फिर कर्मेन्द्रियाँ चंचलता नहीं करेंगी। पढ़ा-लिखा व्यक्ति कुछ न कुछ पढ़ता ज़रूर है। जो कुछ पढ़ा जाता है वह भी विचारों को प्रभावित करता है। अत: आध्यात्मिक उन्नति के उपासक को व्यर्थ-अनावश्यक पढ़ने से बचना चाहिए, फिर वो चाहे पुस्तकें हों, अखबार हों अथवा इन्टरनेट की पठन सामग्री हो।

**कानों द्वारा सुनना**

सुने गये शब्दों का अन्त:करण से सीधा सम्बन्ध है। मीठी आवाज़ से उपयुक्त साज, सुर और ताल के साथ गाये गये गीतों, भजनों आदि को सुनकर श्रोता आत्मविभोर हो जाते हैं। वीररस की कविताओं, गीतों को सुनने से स्नायुओं में अनोखा अदृश्य बल आ जाता है। इसी तरह श्रृंगार रस प्रधान रचनाएँ रजो-तमोगुण की अभिवृद्धि करती हैं। किसी महान विद्वान के प्रेरणाप्रद उपदेश जीवन को महानता की ओर ले जाने में मदद करते हैं। कुछ समय रोज़ प्रेरणाप्रद वाक्य सुनने से वे चित्त में गहरे प्रवेश कर जीवन की दिशा ही बदल देते हैं। ऐसा आत्मबल जाग्रत होता है कि कठिन से कठिन काम भी सहज अनुभव होने लगते हैं।

गांधी जी ने अपनी पुस्तक: 'सत्य ही ईश्वर है' में लिखा है, 'ब्रह्मचारी साधक को अपनी जीभ ज़रूर काबू में कर लेनी चाहिए। उसे जीने के लिए, न कि भोग के लिए खाना चाहिए। उसे केवल पवित्र वस्तुएँ ही देखनी चाहियें और हरेक गन्दी चीज़ के सामने आँखें बन्द रखनी चाहियें (अर्थात् देखते हुए भी नहीं देखना चाहिए अथवा किनारा कर लेना चाहिए)। यह कुलीनता का चिन्ह है कि वह आँखें नीची रखकर चले और इधर-उधर न देखे। इसी तरह एक ब्रह्मचारी कोई अश्लील वा अपवित्र बात नहीं सुनेगा और न ही कोई तेज़ उत्तेजक पदार्थ सूंघेगा। साफ मिट्टी की सुगन्ध, बनावटी इत्र-फुलेल की सुगन्ध से कहीं मीठी होती है। ब्रह्मचारी को सारे समय अपने हाथ-पैरों को भी उपयोगी कार्यों में लगाये रखना चाहिए। वह कभी-कभी उपवास भी करे।'

राजयोग के अभ्यास से चित्त की तामसिक वृत्तियों का उन्मूलन होता है। कर्मेन्द्रियों की चंचलता शनै: शनै: कम होती जाती है। राजयोग के अभ्यास से आत्मा का सम्बन्ध केवल दुनिया के पदार्थों व व्यक्तियों से ही न होकर साथ-साथ पवित्रता, प्रेम, शान्ति, आनन्द आदि गुणों के स्त्रोत परमात्मा से भी हो जाने के कारण मन की स्थिति श्रेष्ठ हो जाती है। दुनिया को देखने के नज़रिये में अभूतपूर्व परिवर्तन हो जाता है। संसार के झमेले खेल अनुभव होने लगते हैं। बड़ी-बड़ी बातें छोटी अनुभव होती हैं। दृष्टिकोण आशावादी हो जाता है। तामसिक आहार के स्थान पर सात्विक आहार भाने लगता है क्योंकि संग श्रेष्ठ हो जाता है। ❖

गतांक से आगे...

# जिस्मानी सेना के निमित्त रूहानी सैनिक

भारतीय नौसेना के एक अधिकारी के सुपुत्र कर्नल सती भाई नैनीताल जिले के रानीखेत के रहने वाले हैं। लखनऊ में हॉस्टल में रहकर पढ़ाई करते-करते आपको जुलाई, 1983 में ईश्वरीय ज्ञान, हनुमान जी की भक्ति के फल के रूप में मिला। एम.एस.सी. के बाद आप सेना में अधिकारी के रूप में चुने गए और पदोन्नत होते-होते अब कर्नल के रूप में सेवारत हैं। सेना में रहते हुए एक तरफ कर्त्तव्य पालन तथा दूसरी तरफ ईश्वरीय नियमों, मर्यादाओं के प्रति दृढ़ता–यह अनोखा सन्तुलन आपके जीवन से झलकता है। हिंसा और बदले की भावना से बढ़कर शान्ति की शक्ति कैसे दिलों का मिलन कर देती है, कर्मों को यादगार कर्म बना देती है, सीमा पर हुए इस प्रकार के उनके अलौकिक अनुभवों की कहानी को हम यहाँ प्रस्तुत कर रहे हैं – सम्पादक

बाबा का सुंदर ज्ञान-बिंदु, जो मैंने मुरली से उठाया है, यह है कि हमें हरेक को आत्मा रूप में देखना है। आत्मा रूप से सब भाई-भाई हैं, चाहे नागा है, चाहे हिन्दू है, चाहे मुस्लिम है। बाबा ने कहा है, ये सब मेरे बच्चे हैं। चाहे रंग सबका अपना-अपना है पर सबको ही शान्ति, सुख, आनंद चाहिए। मैंने इस बात का बहुत अच्छे से अनुभव किया जब मैं उनके बीच में रहा। इस सोच को अपनाने से मेरा पब्लिक रिलेशन बहुत अच्छा रहा। मेरे वरिष्ठ अधिकारीगण मुझे कहते थे, आप बहुत जल्दी सबमें घुलमिल जाते हो, सबको अपना बना लेते हो, कैसे करते हो? मैं कहता, मुझे यह शिक्षा मिली हुई है कि सब अपने हैं।

### शान्ति की शक्ति का कारगिल में प्रयोग

भारत और पाकिस्तान के बीच कारगिल युद्ध जब हुआ उस समय मैं आगरा में था। युद्ध समाप्ति के करीब एक साल बाद मेरी कारगिल में पोस्टिंग हुई, 17100 फीट ऊँचाई पर मेरी पोस्ट (स्थान) थी। मैं वहाँ गया तो मेरा स्वागत किया गया भारी गोलाबारी से। पाकिस्तान की पोस्ट तकरीबन 17500 फीट ऊँचाई पर थी। हुआ यूँ कि पाकिस्तान अपनी पोस्ट में कुछ बना रहा था, उनको रोका गया कि आप मत बनाइये, वो नहीं माने। हमारे पक्ष वाले ने देखा कि ये नहीं रुक रहे हैं तो उसने गोली चलाई। पाकिस्तान ने जवाब में गोली चलाई। उनकी पोस्ट ऊपर थी, ज़बरदस्त फायर हम पर कर रहे थे। हमारा ऑफिसर नया था, घबरा गया। उसने हमारे कमांड अधिकारी को बताया कि सर, मैं स्थिति को कंट्रोल नहीं कर पा रहा हूँ। वह पोस्ट मेरे अंडर थी। उस समय कारगिल में 13 पोस्ट मेरे अंडर थी, 10000 से लेकर 17100 फीट तक। मैं 15000 फीट ऊँचाई वाली पोस्ट में बैठा हुआ था। वह मेरा हेड क्वार्टर था। मुझे रात को 9 बजे कहा गया कि आप 17100 वाली पोस्ट को अभी ले लीजिए और अभी ही आगे बढ़िए क्योंकि स्थिति थोड़ी खराब है। रात के 9 बजे बाबा को याद करके अपनी टीम को लेकर हम चले 15000 से 17100 की तरफ। अगली रात 11.45 पर पहुँचे थे मंजिल पर। उस दिन बर्फ भी गिर रही थी। रात को जब हम चल रहे थे तब विरोधी पार्टी एक ऐसा रोशनी वाला बम हवा में फायर कर रही थी जिससे 50,000 कैन्डल (मोमबत्ती) की रोशनी 30 सेकण्ड तक पैदा होती है। जैसे ही वह बम फायर करे हम ज़मीन पर लेट जाते थे। बड़ा अच्छा दृश्य था। हम तो यही सोच रहे थे, हमारे साथ बाबा है। बाबा को बोझ दे दिया, मन हलका है, बस निमित्त बन के जवाबदारी निभानी है। लीडरशिप भी दिखानी है, काम भी करना है, साथ में सुप्रीम कमांडर (शिवबाबा) भी है।

हम वहाँ पहुँचे तब तक फायरिंग चल रही थी। फिर रुक गई। मैं वहाँ नियुक्त अपने अधिकारी से मिला और कहा, आपने बहुत अच्छा काम किया है, अब आप निश्चिंत हो के 16800 फीट वाली पोस्ट पर सुरक्षित चले जाइये। फिर बाबा को कहा, बाबा, नया रोल प्ले करना है, तो आप संभाल लेना। अगले दिन के एक बजे तक कोई फायर नहीं आया। मेरे ग्रुप के एक जवान ने पूछा, सर, अब आप हमारे कमांडर हो, क्या हम इन पर फायर कर दें? मैंने कहा, नहीं, फायर नहीं करना है, हम आज देखेंगे कि विरोधी क्या करता है। तकरीबन एक बजे विरोधी पार्टी ने हम पर फायर करना शुरू किया। थोड़ी देर में फायरिंग बहुत तेज हो गयी। हम उनके फायर का जवाब दे रहे थे लेकिन वे ऊपर बैठे थे, हम नीचे थे, हमारा असर उन पर नहीं हो रहा था, उनका असर हम पर हो रहा था और दूरी मात्र साठ मीटर थी। मेरा मन एकदम शांत था, दो-तीन जवान घबरा रहे थे। मैंने कहा, चिंता नहीं करो, उनको हम जवाब देंगे।

वहाँ 6 फुट ऊंची एक पथरीली गुफा थी, उसमें जाकर मैंने स्थान लिया और अपने कमांडर से कहा, सर, विरोधी पार्टी की तरफ से बहुत जबरदस्त फायरिंग हो रही है। हमें उसके ऊपर तोप का गोला डालना है। तो कमांडर ने कहा कि एक तोप का गोला 100 मीटर के दायरे को बर्बाद कर देता है। तुम्हारी तो दूरी ही साठ मीटर है, गोला गिरेगा तो तुम्हारा भी नुकसान हो जायेगा। मैंने कहा, सर, एक गोला फेंक कर देखते हैं, कहां गिरता है। उन्होंने स्वीकृति दे दी, वो पहला गोला हमारी बाउन्ड्री वाल पर जाकर गिरा और उसे तोड़ दिया। उन्हों को बताया, तो बोले, कहा था ना कि नुकसान हमारा होगा। मैंने कहा, सर, आप निश्चिंत रहिए, अभी इस गोले को आप ऊंचाई देते रहना, देखते हैं, कहाँ गिरेगा। उन्होंने जब दो-तीन बार गोले गिराये तो चौथा गोला विरोधी पार्टी की पोस्ट के बिल्कुल बीच में गिरा। मैंने कहा, सर, हमारे पास आठ तोपें हैं, पूरी आठ तोपें खोल दीजिए और कम से कम 100 गोले विरोधी पर डाल दीजिए। जैसे ही 100 गोले गिरे, शाम के 5.30 बजे विरोधी पार्टी ने फायरिंग रोक दी। उसके बाद हम भी चुप हो गये। फिर पूरा दिन विरोधी पार्टी ने फायर नहीं किया।

### शान्ति की पहल की तैयारी

वहाँ पर एक समस्या बहुत बड़ी थी। पथरीले रास्ते थे, सर्च लाइट थी नहीं, ट्यूब लाइट भी नहीं थी, कोई टॉर्च भी इस्तेमाल नहीं कर सकते थे। टॉर्च की लाइट भी दूर से दिख जाती थी और ठंड भी बढ़ रही थी। दस दिन हमने ऐसे बिताये। इन दिनों मैंने शान्ति की शक्ति का प्रयोग किया, मैं छुपकर विरोधी पार्टी को प्यार भरे वायब्रेशन देता था कि ये भी अपने ही लोग हैं, बाबा (भगवान) के बच्चे हैं, यह तो मात्र गलतफहमी है कि इन्होंने कुछ बनाया और हमने फायर कर दिया, फिर उन्होंने फायर किया। मैंने अपने सर से, दस दिन बाद कहा, हमारी सब कार्य प्रणाली रात में होती है, दिन में हम कुछ नहीं कर पाते हैं, हमारी रहने-सहने की व्यवस्था बहुत खराब होती जा रही है, दुश्मन की गोली से तो कोई नहीं मरेगा पर अन्धेरी रात में कोई जवान फिसल गया तो अवश्य मर जायेगा क्योंकि खाई इतनी गहरी है। पहले विरोधी पार्टी और हमारे बीच शान्ति थी। वो कुछ बना रहा था, हमने फायर किया, फिर उसने फायर किया तब यह अशान्ति की स्थिति आई है। हम क्यों ना शान्ति फिर से स्थापन करें। हम तो लाइन ऑफ कन्ट्रोल में बैठे हैं। एक इंच भी हम उनको लेने नहीं देंगे, हम पूरी तरह अलर्ट हैं, एक कमांडर के नाते आप हमें निर्णय दें। उन्होंने पूछा, शान्ति की पहल कौन करेगा? मैंने कहा, हम करेंगे, आप बताइये कि आप इस बात पर सहमत हैं? उन्होंने कहा, इसके फायदे क्या हैं? मैंने कहा, सर, फायदे ही फायदे हैं, नुकसान कुछ है नहीं। उन्होंने कहा,

ठीक है, आप शान्ति की पहल करो। मेरे मन में था, जो कार्य शान्ति की शक्ति से हो सकता है उसके लिए शस्त्र क्यों उठाया जाए। शस्त्र तो अन्तिम प्रयास होता है पर उससे पहले बातचीत, प्रेम, शुभभावना के द्वारा यदि हल निकलता है तो क्यों ना निकाला जाए। भगवान ने सिखाया है, अच्छे कार्य में पहल करने में हमेशा तैयार रहना चाहिए। मैं शान्ति की पहल के लिए तैयार हो गया।

**मन द्वारा प्रेषित स्नेह का असर**

मैंने अपने सेन्ट्री को बुलाकर कहा, जैसे आपकी पहले आपस में बातचीत होती थी, वैसे ही आप रात को आठ बजे के बाद जोर-जोर से ''साथी'' कहके बोलना और कहना कि हमारे पोस्ट के टायगर (कमांडर को टायगर बोलते हैं) आपके पोस्ट के टायगर से कल शाम चार बजे बात करेंगे। उसने आगे सन्देश दिया और उधर से हाँ में उत्तर आया। अगला दिन सत्गुरुवार था, मैं बाबा की याद में चल पड़ा। स्विट्जरलैंड से मिला हुआ एकदम सफेद ड्रेस पहना। मन में सोचा, आज ब्रह्माकुमार बन कर बात की जाएगी। शाम के चार बजे मैं बाउंड्री वाल के पास खड़ा हो गया। मेरी छाती दीवार के ऊपर से दिख रही थी। मेरे जवान भी साथ खड़े थे। फिर मैंने हाथ हिलाया। मुझे मन में था कि दस दिन से मैं इनको बाबा की याद में मनसा सेवा रूपी स्नेहयुक्त दृष्टि की गोली जो फायर कर रहा हूँ, तो बाबा सब ठीक करा देगा। उस तरफ से छोटा-सा हाथ हिलने लगा। मैं समझ गया, टायगर यही है। मैंने कहा, टायगर, बहुत दिनों से हमारे बीच में फायरिंग हो रही है और मैं समझता हूँ कि यह गलतफहमी से हुआ है। अब से आप की पोस्ट पर कोई फायर नहीं आयेगा, आपको जो बनाना है बनाओ, मेरी तरफ से आप ताजमहल बना लो। उनका जवाब आया, मैं भी एक शान्तिप्रिय सैनिक हूँ, मैं भी आश्वासन देता हूँ कि आपकी पोस्ट पर अब एक भी गोली फायर नहीं होगी। आप भी अपनी पोस्ट पर निश्चिंत होकर कार्य करें।

फिर उसने पूछा, सर, आप कहाँ के रहने वाले हो? मैंने कहा, मैं आगरा का रहने वाला हूँ और मैं यह चाहूँगा कि आप परिवार सहित आगरा घूमने आइये। कहने लगा, मैं पेशावर का रहने वाला हूँ, आप परिवार सहित पेशावर आइये। एक घंटे पहले तो हम मरने और मारने को तैयार थे और अब हमारे न्यौते चल रहे थे। बाद में हमारी काफी बातचीत हुई। अगले दिन भी हमारे जवान विरोधियों के प्रति शंकालु रहे। मैं तैयार होकर कमरे में बैठ मुरली पढ़ रहा था, बाहर निकला तो देखा, पाकिस्तान का सेन्ट्री खड़ा था। मैंने स्नेह से हाथ हिलाया। उसने भी स्नेह से हाथ हिलाया। उसके बाद हमारी सीमा में ही 25 मीटर का एक रास्ता था, जिस पर विरोधियों की पूरी नजर थी, मैं उसके ऊपर करीब तीन-चार बार आया-गया। मेरे जवान मुझे चुपके से देख रहे थे। मैंने कहा, देख लिया आपने, कुछ हुआ? कहते हैं, नहीं सर। मैंने कहा, आप निश्चिंत हो जाइये, यह कुछ नहीं करेगा। इसके बाद हम वहाँ पर डेढ़ साल तक रहे, सब कुछ बहुत अच्छा रहा।

उन्होंने गोली मार-मार कर हमारे बैंकरों को तोड़ दिया था। बस दो-चार ही बंकर शेष बचे हुए थे। हमने सब नये बनाये। जब हम बंकर बनाते थे, तो वे हमें बोलते थे, सर, एक बात सुन लेना, काम तो कर रहे हो पर जिस दिन हमारे सिनियर कमांडर पोस्ट का सर्वेक्षण करेंगे उस दिन आप काम मत करना, जिस दिन वे नहीं होंगे, आप काम ही काम करना। तो देखो शुभभावना का कमाल जो विरोधी ऐसा बोल रहा था। हमने उस शान्तिकाल में अच्छे-अच्छे बंकर बना दिये। मुझे मेरे कमांडर द्वारा बहुत प्रलोभन दिये गए कि बहुत दिन से फायर नहीं किया, हम फिर 200 गोले गिरा देते हैं। मैंने अपने वरिष्ठ कमांडर को समझाया, नहीं सर, आप 200 गोले गिरा देंगे, फिर वही स्थिति आ जायेगी जिसकी जरूरत नहीं है।

शान्तिकाल में आपको एल.सी. (लाइन ऑफ कन्ट्रोल) सुरक्षित चाहिए ना। उसी के लिए आपने मुझे बिठाया है। जब वह सुरक्षित है तो गोलाबारी की क्या जरूरत है। वे सोचते थे, यह शान्ति का पंडित पता नहीं हमारे बीच में कहाँ से आ गया, हमेशा शान्ति की बातें करता है।

**विरोधी द्वारा स्नेह सन्देश**

उसके बाद फरवरी, 2003 में मैं चला गया देहरादून और भूल गया उस क्षेत्र को। देहरादून में एक पार्टी हो रही थी, वहाँ पर कारगिल की पलटन के एक कमांड अधिकारी आये हुए थे। हम मिले आपस में। उन्होंने बताया, मेजर सती, आपको विरोधी पार्टी वाले याद कर रहे थे। मैंने कहा, क्या हुआ सर, क्यों याद कर रहे थे? उन्होंने कहा, तुम्हारे जाने के बाद जब हमारी पलटन ने सेवा सम्भाली तो एक घटना घट गई थी। हमारा एक जवान रात को बाथरूम जाते फिसल गया और 200 फीट गहरी खाई में गिर कर मर गया। उसकी डेड बॉडी पाकिस्तान के इलाके में चली गई जो हम उठा नहीं सकते थे। फिर भारत सरकार ने पाकिस्तान सरकार से बात की। मैं कमांड अधिकारी के रूप में अपनी टीम लेकर गया और विरोधी कमांड अधिकारी अपनी टीम लेकर आया। जहाँ डेड बॉडी थी वहाँ हम मिले। फिर उन्होंने डेड बॉडी हमें सौंपी। उसके बाद काफी देर तक हमारी बातचीत हुई। उनके कमांड अधिकारी ने आपके बारे में पूछा कि मेजर सती जो आपकी पोस्ट में थे, वो कहाँ हैं आजकल। हमने कहा, क्या बात हो गई? कहते हैं, वह अधिकारी जब तक उस पोस्ट में था, उसने बहुत ध्यानपूर्वक पोस्ट को सुरक्षित संभाला। अपनी परिपक्वता का परिचय दिया। हमें लगता है, ऐसे ऑफिसर बहुत कम मिलते हैं। नहीं तो ऐसे ऑफिसर हमने देखे हैं, जो सोचते हैं, कब हम गोला फेंके और यह एक ऑफिसर था, डेढ़ साल का रिकार्ड रहा, एक भी फायर नहीं किया, सुरक्षित भी रहा और पोस्ट भी सुरक्षित रही। वह ऑफिसर हमको बड़ा अच्छा लगा, ऐसा कहकर तुमको याद कर रहे थे। बाबा के ज्ञान में कितनी ताकत है, रूहानियत है, विरोधी भी आपको याद करते हैं।

**कश्मीर में ईश्वरीय सेवा हेतु पुन: आगमन**

अप्रैल, 2011 में मुझे दुबारा कश्मीर भेजा गया। जैसे ही मैं श्रीनगर पहुँचा, ब्रिगेडियर साहब ने इन्टरव्यू लिया। उन्होंने पूछा, आपका परिवार कहाँ है? मैंने कहा, हमारा परिवार तो भगवान ही है, सेना की सेवा में, देश की सेवा में लगे हैं। कहने लगे, मैं समझा नहीं। मैंने कहा, एक ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय है, मैं उससे जुड़ा हूँ। कहने लगे, फिर तो आप मुरली पढ़ते होंगे? मैंने कहा, हाँ सर, मैं रोज़ मुरली पढ़ता हूँ लेकिन आपको कैसे पता चला? बोले, मैं भी तो बाबा का बच्चा हूँ, जब साऊथ अफ्रीका में तीन साल के लिए टूर पर गया था तो वहाँ हम बोर हो रहे थे। तभी बाबा का एक सेंटर दिख गया। उस पर लिखा था 'पीस सेंटर।' मैं और मेरी पत्नी चले गये। वहाँ इतने स्नेह से हमारे साथ व्यवहार किया गया कि हम प्रेममुग्ध हो गये। हमें लगा कि यह तो बहुत अच्छी संस्था है, बहुत अच्छा ज्ञान है। फिर एक साल तक हमने नियमित वहाँ फॉलो किया। वो ज्ञान हमारे जीवन में आ गया। मैंने कहा, सर, मुझे एक होमवर्क मिला है कि यहाँ कश्मीर, श्रीनगर में सेवाकेन्द्र खोलना है। उन्होंने कहा, आप चिंता मत करो, आप लगे रहो, मैं भी इस ईश्वरीय कार्य में तुम्हारे साथ हूँ। यह सुनकर मेरी हिम्मत बढ़ गई। उसके बाद माह सितंबर, 2011 में सर्व के शुभ प्रयासों द्वारा पुन: श्रीनगर, कश्मीर में बाबा का सेवाकेन्द्र खुल गया। वर्तमान समय मेरा स्थानान्तरण दिल्ली में हो गया है। *(समाप्त)*

*संयम और नियम ही मनुष्य की शोभा है*

# महानता भीतर से प्रकट होती है

● ब्रह्माकुमारी संगीता, सूरत

सफलता कोई इत्तफाक नहीं है या लॉटरी की टिकट में निहित नहीं होती है, इसे तो स्वयं हमें ही सृजन करना होता है। कष्ट, विपदाएँ, संकट ही मस्तिष्क के संतुलन की कसौटी हैं। यदि हम अपने कार्य में ईमानदार हैं तो यह समस्त संसार पुरस्कार के रूप में मिल जायेगा। हमें अपने मनोबल को मजबूत रखना है। इस पर एक कहानी याद आती है –

एक बार एक सैनिक वीरगति को प्राप्त हुआ। घर में नवविवाहिता पत्नी थी। लोगों ने सोचा, लंबा जीवन है, वैधव्य भोगने के बजाय वह पुनर्विवाह कर ले। लेकिन ऐसा नहीं हुआ। देखने में आया कि वह स्त्री हमेशा खुश रहती। गृहस्थी के काम में खुद को व्यस्त रखती। लोगों को कुछ दाल में काला नज़र आने लगा। ऐसे ही दिन बीत गये। एक दिन एक युवक उसके पास जाकर बोला, बहन, असमय ही तुम्हारे ऊपर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा है। आपने स्वयं को संतुलित और संयमित रखा है। हर समय प्रसन्न रहती हो। पड़ोस में ही मेरा घर है। मन में जिज्ञासा उठी कि तुम्हारी प्रसन्नता का रहस्य क्या है?

वह विधवा कुछ क्षण मौन रही। फिर बोली, मैं एक सैनिक की पत्नी हूँ। जीवन को रणक्षेत्र मानकर चलती

हूँ। जीवन की लड़ाई में पीठ दिखाकर यदि मैं आसान राह चुनती तो उनका अपमान होता। आँख और कान ये दो दरवाजे हैं, मैं इन्हें बंद रखती हूँ। कौन क्या कहता है, सुनती नहीं। मेरा मनोबल मजबूत है। यही मेरी प्रसन्नता और सफल जीवन का कारण है। उसकी बात सुनकर युवक उसके सामने नतमस्तक हो गया।

संकटकाल में शान्तचित्त व स्थिर मन से कार्य एवं चिंतन करने से हम संकटों से जूझने में सफल रहेंगे। हम कोई भी निर्णय हठ से, अन्धविश्वास से, दुर्बलता, दुराग्रह अथवा पूर्वाग्रह से ग्रस्त होकर नहीं करेंगे और तभी हम जीवन को महका सकेंगे।

हम अपने वर्तमान दुख से उत्पन्न चिन्ताओं को मन में स्थान न देकर केवल यही सोचते रहें कि मेरा यह जो कठिन समय है, वह केवल थोड़े दिनों का है। शीघ्र ही यह समय समाप्त होने वाला है और इसके बाद सब कुछ ठीक हो जायेगा। सुख का जीवन अब आने ही वाला है। इस प्रकार की सोच से हम अपने मस्तिष्क को संतुलित रखें एवं आत्मविश्वास, आत्माभिमान व आत्म-सम्मान से साहस की भावना को अपने अंदर विकसित करें। उस विधवा औरत की तरह ही यदि हम सच्ची लगन, आत्मविश्वास, साहस एवं कर्त्तव्यनिष्ठा से कर्मक्षेत्र में जुट जायें तो जीवन में आने वाले काँटे खुद ही नतमस्तक हो जायेंगे।

महाराज भतृहरि ने कहा है – संसार में तीन प्रकार के मनुष्य हैं – नीच, मध्यम और उत्तम। नीच मनुष्य बाधाओं के डर से काम शुरू ही नहीं करते, मध्यम काम शुरू तो कर देते हैं लेकिन बाधा पड़ने पर उसे बीच में ही छोड़ देते हैं और केवल उत्तम मनुष्य ही, जिस कार्य को शुरू करते हैं, हजार बाधाएँ आने पर भी उसे पूरा करके ही छोड़ते हैं।

हम हरेक अपने भाग्य के निर्माता हैं। अत: जीवन को महकाने के लिए सफलता रूपी मंदिर के द्वार हमें अपने ही हाथों से खोलने पड़ते हैं, ये कभी भी खुले हुए नहीं मिलते हैं। कामयाबी की बुनियाद है हमारा नजरिया। हमारा नजरिया इस बात को तय करता है कि हम हार को किस तरह देखते हैं। सकारात्मक सोच वालों के लिए हार सफलता की एक सीढ़ी हो

सकती है, नकारात्मक सोच वालों के लिए यह बाधा। महानता हमेशा भीतर से प्रकट होती है। यह बाहर से थोपी गई चीज़ नहीं है। महानता स्थायी है, क्षणिक नहीं। नैतिकता ही हमारे जीवन को महकाती है।

चक्रवर्ती राजा भरत को भ्रम था कि वृषभ पर्वत पर पहुँचने वाले वे ही एकमात्र चक्रवर्ती हैं। वे उस पहाड़ पर अपना नाम अंकित करना चाहते थे। शिखर पर पहुँचकर उन्हें यह देखकर आश्चर्य और निराशा हुई कि इतने नाम वहाँ लिखे हुए हैं कि तीन अक्षर के नाम 'भरत' के लिए भी कोई जगह नहीं बची है। भरत के अहंकार को धक्का लगा। विवशता में उन्होंने एक नाम वहाँ से मिटा दिया और उस स्थान पर अपना नाम अंकित करवाया। लौटने पर उनके राजगुरु ने कहा, राजन्! आपने नाम मिटाकर नाम लिखने की परंपरा तो शुरू कर दी लेकिन किसको मालूम है कि कल कोई आपका लिखा नाम मिटा दे और अपना लिख दे। राजगुरु की बात सुन भरत को अमरता का विचार बहुत खोखला लगा।

**बड़ा कौन? बड़ा वही, जिसका दिल बड़ा, जिसकी दृष्टि विशाल और जिसकी आत्मा निष्कलुष।** श्रेष्ठता से ही हम अपने जीवन को महका सकते हैं। श्रेष्ठ होने की कोशिश करना तरक्की है। **दिन की शुरूआत किसी अच्छे विचार को सुनने या पढ़ने से करें।** यह दिनभर के लिए सही लय देता है और सोच को सही ढाँचे में ढाल देता है।

कभी हम शांति से एक जगह बैठकर विचार करें, क्या दुनिया में कोई भी ऐसा व्यक्ति है जिसने कभी भी हार का सामना ना किया हो, जिसने कभी भी दुख न सहा हो, जिसके रास्ते में कभी भी काँटे न आये हों? विचार करने पर हम देखेंगे कि एक भी व्यक्ति ऐसा नहीं है। सभी व्यक्तियों को अपनी-अपनी परेशानियाँ हैं। रुकावटों से उबरने का एक ही हल है – हिम्मत न हारना। तभी हम मंज़िल पर पहुँच सकेंगे।

आपने बच्चों को गेंद से खेलते देखा होगा। गेंद को जब वे ज़ोर से ज़मीन पर मारते हैं तो वह फिर से ऊपर उछलती है। यह जीवन की बहुत बड़ी सीख है। भले ही हम धड़ाम से गिरें परंतु उतनी ही झड़प से उठने की कोशिश करें। गिरकर उठना सीखें, हारकर जीतना सीखें। हारने का मतलब यह नहीं कि हम वो काम कर ही नहीं सकते हैं। इसका मतलब यह है कि जिस काम को हमने किया है, उसको और सुधार सकते हैं। उसको दूसरे तरीके से भी किया जा सकता है। **हरेक हार से हमें कुछ सीखना चाहिए। अपनी कमियों को लिखकर उन्हें दूर करना चाहिए। अपनी कमियों को जानते हुए, अपनी ताकत पर ध्यान केन्द्रित करना चाहिए। हमें अपनी क्षमताओं की तुलना में, हम क्या कर रहे हैं, उसका निरीक्षण करना चाहिए। हम खुद से ही मुकाबला करते रहें व अपने ही काम में सुधार लाते रहें। भूल फिर से न हो, उससे बचें।**

कई बार हम अति आत्मविश्वासी (ओवरकॉनफिडेन्ट) हो जाते हैं और समझने लगते हैं कि हमें सब कुछ आता है। जिस कारण से हमारा ध्यान उस काम के प्रति कम हो जाता है, परिणामस्वरूप हमें असफलता का सामना करना पड़ता है। हर असफलता के बाद हम स्वयं से पूछें, इस घटना से मैंने क्या सीखा? तभी हम रास्तों की रुकावटों को सफलता की सीढ़ियों में बदल सकेंगे। असफलता हमें नम्रता सिखाती है। हालात का शिकार होने के बजाय उससे ऊपर उठें। अगर हमने सौ टका अपने कार्य में दिया है तो हो सकता है किसी ने 101 टका दिया हो और इसी कारण से उसने सफलता प्राप्त की हो। सफलता और हमारे बीच इसी एक टके का फर्क है। इस फर्क को हमें दूर करना है। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि जिन लोगों ने मुसीबतों को झेला है, वे लोग उन लोगों की तुलना में कहीं ज्यादा आत्मविश्वास से भरे हैं जिन्होंने मुसीबतों का सामना नहीं किया है। ❖

# ग्लोबल हॉस्पिटल : वरदानी हॉस्पिटल

● ब्रह्माकुमारी कृष्णा, अम्बाला कैन्ट (हरियाणा)

पिछले कुछ समय से मेरे दोनों घुटने बिल्कुल जवाब दे चुके थे। ठीक से चल भी नहीं सकती थी। दर्द, उच्च रक्तचाप आदि अन्य बीमारियों ने भी घर कर लिया था। अम्बाला व चण्डीगढ़ के कई नामीगिरामी हड्डी रोग विशेषज्ञों को दिखाया। सभी ने आयु तथा अन्य कारणों से घुटनों के ऑपरेशन के लिए असहमति जताई।

मैं मन ही मन शिवबाबा से बातें करती, सोचती, संगमयुग तो सेवा का जीवन है, अब इस शरीर से सेवा कैसे करूँ? दिल की गहराइयों से निकली आवाज़ उस सर्वशक्तिवान, प्यारे शिवबाबा के पास पहुँची। अचानक प्यारी जानकी दादी जी का ई-मेल आया, लिखा था, ''मीठी-मीठी कृष्णा, बहुत समय से आपका न कोई समाचार, न ही कोई पत्र आया है, आओ, प्यारे बापदादा और सबसे मिलन मनाओ।''

दादी जानकी जी के इस प्यार भरे पत्र ने मेरा हृदय छू लिया। भरे मन से दादी जी को उत्तर दिया, ''दादी जी, आप आने की कहते हो, मैं तो ठीक से खड़ी भी नहीं हो सकती।'' उन्होंने तुरन्त निर्वैर भाई जी एवं डॉ. बनारसी भाई जी से फोन करवा दिया। वे बोले, ''जहाँ बैठी हो, जैसी बैठी हो, एक बार मधुबन पहुँच जाओ। यहाँ तो नया जीवन मिल जाता है।''

प्यारे बाबा का वायदा है -

''जब कोई मुश्किल आ जाये,
कोई राह नज़र न आये।
कहो दिल से, मेरे साथी आ जा,
वो दौड़ा-दौड़ा आ जाये।
हाजिर वह, हज़ार भुजा उसकी,
हर मुश्किल तेरी मिटा जाये।''

मुझे लगा कि वह हज़ार भुजा वाला स्वयं बुला रहा है। न गई तो श्रीमत का उल्लंघन होगा। साथी बहनों ने बहुत अच्छी तरह प्रबन्ध करके मुझे मधुबन पहुँचा दिया।

निर्वैर भाई जी ने मेरी सारी बात सुन तथा डॉ. प्रताप मिड्ढा जी से विचार विमर्श कर मुझे ग्लोबल हॉस्पिटल भेज दिया। वहाँ बहुत अच्छा कमरा एवं अन्य सभी सुविधायें प्राप्त हो गईं। ऑस्ट्रेलिया तथा जर्मनी से प्रशिक्षित कुशल एवं अनुभवी डॉक्टर नारायण खण्डेलवाल से विचार विमर्श उपरान्त मेरे घुटने प्रत्यारोपण (Knee Replacement) का निर्णय लिया गया। ऑपरेशन की तिथि निश्चित कर ली गई परन्तु थायरॉइड ग्रंथि के असन्तुलन के चलते ऑपरेशन स्थगित कर दिया गया। कठिन परिश्रम उपरान्त थायरॉइड पर नियन्त्रण कर लिया गया तथा 14 अप्रैल को घुटनों का सफल ऑपरेशन किया गया। मैं भी मन ही मन बाबा का बहुत धन्यवाद कर रही थी।

विशेष परीक्षा तो अभी बाकी थी। घुटनों के ऑपरेशन के तीन दिन बाद मेरी छाती में तीव्र दर्द हुआ, जो मुझे पहले कभी नहीं हुआ था। यह छोटा हृदयाघात था। सभी डॉक्टर्स तुरन्त हरकत में आये। मेरी छाती मसली जाने लगी, इसके बाद मुझे कोई भान नहीं रहा, सब शान्त। मुझे अहसास हुआ जैसे कि गहरे लाल रंग के प्रकाश में प्यारे बाबा अपनी किरणों की बाँहों में मुझे समाकर बोल रहे हैं, ''बच्ची, मैं तुम्हारे साथ हूँ।''

जब होश आया तो मैं अहमदाबाद के एक हॉस्पिटल में थी। डॉ.बनारसी भाई ने बताया कि ग्लोबल हॉस्पिटल के डॉक्टर्स ने आपको मौत के मुँह से निकाल लिया है। इसके पश्चात् मुझे लगभग एक मास तक ग्लोबल हॉस्पिटल में रख पूरी देखरेख की गई। ठीक होकर अब मैं सेवास्थान अम्बाला कैन्ट पहुँच गई हूँ। अब चल फिर सकती हूँ। थायरॉइड और वजन नियन्त्रण में आता जा रहा है।

सुप्रीम सर्जन प्यारे बाबा का जितना शुक्रिया करूँ, थोड़ा ही लगता है। दादी जानकी जी, निर्वैर भाई जी, डॉ.प्रताप जी, डॉ.बनारसी जी, हॉस्पिटल के अन्य सभी डॉक्टर्स तथा सारे स्टाफ के लिए दिल की गहराइयों से स्वत: ही दुआयें निकलती हैं। ❖

# भविष्य में ताकत किसके पास होगी ?

भ्राता निजार जुमा नैरोबी के एक व्यवसायी एवं उद्योगपति हैं। आपका जन्म युगांडा में हुआ था। आपने वेल्स, कार्डिफ के विश्वविद्यालय से अर्थशास्त्र, कानून एवं लेखा में संयुक्त डिग्री प्राप्त की है। आप ''द फ्यूचर ऑफ पावर'' कार्यक्रम के सृजक व मेजबान हैं एवं ब्रह्माकुमारीज से पिछले 20 वर्षों से जुड़े हुए हैं। आप 51 कंपनियों के निदेशक बोर्ड के अध्यक्ष भी हैं जिनमें से एक आदिदास (अंतर्राष्ट्रीय स्पोर्ट्स ब्रांड) भी है जो अफ्रीका महाद्वीप के 49 देशों में खेल सम्बन्धी उपकरणों का निर्माण करती है। आप कसेना इंटरनेशनल लिमिटेड तथा ऑर्बिट स्पोर्ट्स लिमिटेड के प्रबंध निदेशक और केन्या के डायमंड ट्रस्ट बैंक के निदेशक भी हैं। आप विश्व व्यापार अकादमी के सृजक व अफ्रीका देश में इस के उपाध्यक्ष के रूप में कार्य कर रहे हैं। रशिया के पूर्व उपराष्ट्रपति श्री मिखाइल गोर्बाचेव के नेतृत्व में आपने ''द स्टेट ऑफ वर्ल्ड फोरम'' में अपना योगदान दिया। पिछले 27 वर्षों से आप ''दि आगा खान विकास नेटवर्क'' में स्वैच्छिक क्षमता से निदेशक बोर्ड के अध्यक्ष के रूप में कार्य भार संभाल रहे हैं। इस नेटवर्क के अनेक विकास सम्बन्धित क्षेत्रों जैसे ऊर्जा उत्पादन, कृषि, फार्मास्युटिकल्स, बैंकिंग, होटल्स, इंश्योरेन्स, प्रॉपर्टी डेवलपमेंट आदि में की जा रही गतिविधियों में आपने सहज रूप से योगदान दिया है। राष्ट्र को उत्कृष्ट सेवा प्रदान करने के सन्दर्भ में केन्या के राष्ट्रपति ने आपको ''द सिल्वर स्टार अवार्ड'' से सम्मानित किया है। ''द फ्यूचर ऑफ पावर'' कार्यक्रम की मूल मान्यता क्या है, इसका लक्ष्य क्या है, प्रस्तुत है इसकी विस्तृत जानकारी उन्हीं के शब्दों में – संपादक

सृष्टि के आदिकाल के 2500 वर्षों तक (सतयुग और त्रतायुग में) भारत विश्व-शक्ति था। बहुतों को इस बात का सही-सही ज्ञान नहीं है परन्तु इतना सभी जानते हैं कि भारत विश्व-गुरु रहा है। उसके बाद यह शक्ति भारत से बाहर चीन, मिश्र, स्पेन, रोम, यूनान आदि देशों में चली गई। वर्तमान समय यह शक्ति अमेरिका और ग्रेट ब्रिटेन के पास है। जब यह शक्ति भारत में थी तो यह आत्मा की शक्ति (Soft Power) थी। इसका अर्थ यह है कि भारत के वो बादशाह पवित्र और सच्चे थे। उन्हें अपनी प्रजा से बहुत प्यार था। वे स्नेह से राज्य चलाते थे, किसी भी प्रकार की ज़बरदस्ती से नहीं।

जब यह शक्ति भारत से बाहर गई तो यह बाहुबल (Hard Power) बनने लगी। आज इस शक्ति की परिभाषा इस प्रकार दी जा रही है कि हमारे पास कितनी मिसाइल्स और बम आदि हैं और कितना आर्थिक बल है। सन् 2007 के बाद आप देख रहे हैं कि दुनिया में आर्थिक मन्दी बढ़ती जा रही है। यूरोप के हर देश का जी.डी.पी. नीचे उतर रहा है। मृत्युदर बहुत बढ़ती जा रही है। अब ये देश इसका कारण और निवारण खोज रहे हैं। अमेरिका की भी यही समस्या है। दिखाई दे रहा है कि यह शक्ति वापस पूर्व की ओर लौट रही है। चीन का जी.डी.पी.7 से 9 तक है, भारत का 6 से 8 तक है। हमें श्रद्धा और विश्वास है कि यह शक्ति भारत वापस आती जा रही है।

हम अपने से सवाल पूछते हैं, जब यह शक्ति भारत में आ रही है तो क्या हम इसे पुन: आत्म शक्ति (Soft Power) बना सकते हैं। भारत में अहिंसा का दर्शन लम्बे समय से मान्य रहा है। आज भी जितनी आध्यात्मिकता भारत में है, इतनी और किसी देश में नहीं है। फ्यूचर ऑफ पावर कार्यक्रम में हम अलग-

अलग प्रकार के 40 से भी अधिक व्यवसायों से जुड़े लोगों को एकत्रित करके डायलॉग करते हैं। इसमें हम विचार विमर्श करते हैं कि सॉफ्ट पावर हमें चाहिए या नहीं और यदि चाहिए तो इसे हम कैसे वापस लाएँ। इसमें राजनीतिज्ञ, व्यापारी, डॉक्टर्स, कलाकार आदि सभी क्षेत्रों से जुड़े लोग शामिल होते हैं।

अब तक भारत के 19 बड़े शहरों में यह कार्यक्रम हो चुका है। अगले वर्ष और 13 शहरों में इसे आयोजित करने का लक्ष्य है। इसके बाद इसमें भाग लेने वालों का एक राष्ट्रीय डायलॉग आयोजित करने का भी विचार है जिसमें सब खुले दिल से बताएँ कि भविष्य में सॉफ्ट पावर को भारत में लाने के लिए क्या तरीका अपनाएँ। अनुभव कहता है कि सबसे प्रभावी तरीका यह है कि हम रोजाना की दिनचर्या में आध्यात्मिकता को अपनाएँ, इसे अपनाना बड़ा सरल है। यदि हम यह निर्णय कर लें कि हमें किसी को दुख नहीं देना है, यही तो आध्यात्मिकता है परन्तु ऐसा दृढ़ संकल्प सारे भारतवासियों को लेना है।

डायलॉग में शक्तिशाली लोग भाग लेते हैं। शक्तिशाली का अर्थ है कि जब वह बोलता है तो लोग उसको सुनते हैं। जितने ज्यादा लोग उसे सुनते हैं उतनी उसकी शक्ति ज्यादा है। इन शक्तिशाली लोगों को निर्णय करके अपने जीवन में परिवर्तन लाना है। अपने परिवर्तन से अपने स्नेहीजनों में परिवर्तन लाना है।

जिन-जिन शहरों में हमने कार्यक्रम किए हैं वहाँ भाग लेने वालों के जीवन में और उनसे जुड़े लोगों के जीवन में परिवर्तन आ रहा है। अत: हमारा दृढ़ निश्चय है कि इस सॉफ्ट पावर को भारत में लाना है और इसे लाने के लिए अपनी जीवन पद्धति को आध्यात्मिक बनाना है।

आज हम गांधी जी, नेल्सन मण्डेला, मदर टेरेसा को इसलिए याद करते हैं कि उन्होंने आध्यात्मिकता का जीवन में समावेश किया तथा नि:स्वार्थ बने। हमें भी ऐसा बनना है और आत्मबल को जीवन में भरना है। यही फ्यूचर ऑफ पावर कार्यक्रम का उद्देश्य है। ❖


## सूचना

**ग्लोबल हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर, माउंट आबू**
**सुविधाओं में विस्तार**

अनुभवी दूरबीन शल्य चिकित्सा विशेषज्ञों की सेवायें प्रतिदिन उपलब्ध

- दूरबीन द्वारा पित्ताशय की पथरी, विभिन्न प्रकार के हर्निया, अपेन्डिक्स, पेट की गांठ आदि के ऑप्रेशन प्रतिदिन
- ऑन डिमांड कास्मेटिक सूचर (हल्के से हल्के निशान वाले टांके)
- डे केयर सर्जरी की सुविधा – सुबह ऑप्रेशन शाम छुट्टी
- अन्य सभी प्रकार की सर्जरी सुविधा प्रतिदिन

संपर्क करें: 9413775349 (फोन करने का समय सुबह 9 से 1 तथा शाम 4 से 6 बजे) फैक्स नं.: 02974-238570

## सूचना

आबूरोड, तलहटी में स्थित शिवमणि होम के निकट, ग्लोबल हॉस्पिटल के नर्स स्कूल के लिए एक ब्रह्माकुमारी वार्डन बहन की आवश्यकता है जिसकी आयु 35 वर्ष से अधिक हो और कोई बन्धन न हो। गृह विज्ञान में स्नातक हो। कम से कम तीन साल का कन्या छात्रावास में वार्डन रूप में सेवा करने का अनुभव रखने वाली को प्राथमिकता दी जाएगी।

सम्पर्क के लिए – फोन नं. 02974-228950,70
मो. नं.9782772595 ई–मेल: ghsn.abu@gmail.com


ब्र.कु. आत्मप्रकाश, सम्पादक, ज्ञानामृत भवन, शान्तिवन, आबू रोड द्वारा सम्पादन तथा ओमशान्ति प्रिन्टिंग प्रेस, शान्तिवन -307510, आबू रोड में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के लिए छपवाया। संयुक्त सम्पादिका - ब्र.कु. उर्मिला, शान्तिवन
**E-mail : omshantipress@bkivv.org Ph. No. : (02974) - 228125 gyanamritpatrika@bkivv.org**

**1.चैन्नई-** तमिलनाडु के राज्यपाल महामहिम डॉ. भ्राता के.रोसैय्या को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. कलावती बहन। **2.पणजी-** गोवा के राज्यपाल महामहिम भ्राता भरत वीर वान्चू से ज्ञान चर्चा करती हुई ब्र.कु. शोभा बहन। **3.पांडिचेरी-** पांडिचेरी के लेफ्टि.गवर्नर डॉ.इकबाल सिंह को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. कविता बहन। **4.बैंगलोर-** कर्नाटक के मुख्यमंत्री भ्राता जगदीश शेट्टार को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. पदमा बहन। **5.दार्जिलिंग-** पश्चिमी बंगाल के विधानसभा अध्यक्ष भ्राता त्रिलोकचंद्र देवान को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. मुना बहन। **6.जबलपुर-** म.प्र. के पशुपालन मंत्री भ्राता अजय विश्नोई को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. बिमला बहन। **7.इन्दौर (श्रीनगर)-** म.प्र. के उद्योग, व्यापार मंत्री भ्राता कैलाश विजयवर्गीय को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. नगीना बहन। **8.अहमदाबाद (प्रेम आनंद भवन)-** गुजरात के मुख्य सचिव भ्राता के.कैलासनाथन को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. नन्दिनी बहन। **9.नैरोबी (केन्या)-** किंग्जवे ग्रुप लि. के प्रबंध निदेशक भ्राता मनोज शाह (डॉक्टरेट से सम्मानित) को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. उर्मिला बहन। साथ में ब्र.कु.विजया बहन तथा ब्र.कु. वेदान्ती बहन। **10.देहरा-** हि.प्र.के खाद्य आपूर्ति मंत्री भ्राता रमेश चंद धवाला को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. कमलेश बहन। **11.कुरुक्षेत्र-** कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय के उपकुलपति भ्राता देवेन्द्र दयाल सिंह सन्धु को आत्म-स्मृति का तिलक लगाती हुई ब्र.कु. राधा बहन। **12.जम्मू-कश्मीर-** केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री भ्राता गुलाम नबी आजाद को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. सुदर्शन बहन।

Regd. No. RAJHIN10563/65, Postal Regd. No. RJ/SRO/9559/2012-2014
Posted at Shantivan-307510 (Abu Road) on 1-6 of the month.

**1.जगन्नाथपुरी-** जगद्गुरु शंकराचार्य स्वामी निश्चलानन्द सरस्वती को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. प्रतिमा बहन। **2.पूना-** भारत के पूर्व राष्ट्रपति डॉ.ए.पी.जे. अब्दुल कलाम को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. राजश्री बहन। साथ में ब्र.कु. सुप्रभा बहन तथा ब्र.कु. दीपक भाई। **3.नई दिल्ली-** वरिष्ठ भाजपा नेता भ्राता एल.के.आडवानी, बहन कमला आडवानी को राखी बांधने के बाद ब्र.कु. सपना बहन, ब्र.कु. ममता बहन एवं अन्य समूह चित्र में। **4.नई दिल्ली (पांडव भवन)-** उच्चतम न्यायालय के न्यायाधीश भ्राता ए.के.पटनायक को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. पुष्पा बहन। **5.पटना-** बिहार के मुख्यमंत्री भ्राता नीतिश कुमार को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. मीना बहन। **6.लखनऊ-** उ.प्र. के मुख्यमंत्री भ्राता अखिलेश यादव को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. राधा बहन। **7.दसुआ-** पंजाब के मुख्यमंत्री भ्राता प्रकाश सिंह बादल को राखी बाँधती हुई ब्र.कु. ज्ञानी बहन तथा ब्र.कु.सुमन बहन। **8.शिमला-** हि.प्र. के मुख्यमंत्री भ्राता प्रेम कुमार धूमल को राखी बाँधती हुई ब्र.कु.बहनें।