ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -14 अंक - 2 अप्रेल -II, 2013 (पाक्षिक) माउण्ट आबू मूल्य 7.50 रु.

त्यागना होगा तेरा-मेरा : अन्ना

शान्तिवन। पद्मभूषण से सम्मानित प्रसिद्ध समाजसेवी अन्ना हजारे ने ब्रह्माकुमारी संस्था के विशाल डायमण्ड हाल में उपस्थित लगभग पच्चीस हजार ब्रह्माकुमार भाई-बहनों को सम्बोधित करते हुए कहा कि मेरे सामने एक प्रश्न खड़ा है कि आप सभी ज्ञानियों के सामने मैं अज्ञानी क्या बोलूँ लेकिन परमात्मा शिव बाबा के आशीर्वाद से जो मेरे शब्द निकलेंगे मैं वही बताऊँगा। सबसे पहले मैं प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के माध्यम से आप सब लोग जो सेवा कर रहे हैं उस सेवा की महिमा के लिए कोई शब्द नहीं है, उस सेवा की कोई कीमत नहीं हो सकती है। ऐसी सेवा को पहले मैं नमन करता हूँ।

आध्यात्मिक सेवाओं की मूर्ति ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी से आध्यात्मिक चर्चा करते हुए सामाजिक सेवाओं की मूर्ति अन्ना हजारे। साथ हैं दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.निर्वैर, ब्र.कु.रमेश शाह, ब्र.कु.सुनंदा, ब्र.कु शोभा संतोष भारती तथा अन्य।

'मैं और मेरे' की दृष्टि से उपर उठें

आज 'मैं और मेरे' के परे देखने की दृष्टि इन्सान में नहीं रही है। मैं और मेरा कई लोग तो मैं और मेरा कहकर भी नहीं रूकते, मेरा तो मेरा लेकिन तेरा वो भी मेरा ऐसी प्रॉब्लम बढ़ रही है ऐसी स्थिति में इतना बड़ा त्याग करना आसान नहीं है। क्या परमात्मा शिव बाबा की कृपा हमारे ऊपर हुई जो हम उनके सानिध्य में आ गये। यह सबके भाग्य में नहीं है। दुनिया में एक सौ बीस करोड़ जनता है यह सबके नसीब में नहीं होता उसके लिए प्रालब्ध होना चाहिए, हमारा पुण्य कर्म पूर्व संचित होना चाहिए। तभी हमें परमात्मा शिव बाबा के दरबार में आने का सौभाग्य मिलता है वो हमारा सौभाग्य है। सबके नसीब में नहीं है। दो अक्षर है राम-राम हरेक के मुख से नहीं निकलता, क्या बोझ उठाना पड़ता, कोई तकलीफ उठानी पड़ती सिर्फ राम कहना। वो भी हरेक के मुख से नहीं आता क्योंकि प्रालब्ध नहीं है, पूर्व संचित नहीं है, इसलिए हरेक के मुख से नहीं आता।

सुसंस्कृत इन्सान का निर्माण कर रही है ब्रह्माकुमारी संस्था

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के साथ हम सेवाधारी बनकर जो आये हैं। प्रालब्ध है, पूर्व संचित है इसलिए आये हैं। विद्यालय तो बहुत है, देश में है, विदेश में है, कम विद्यालय है क्या? उन सब विद्यालयों का एक ही उद्देश्य है इन्सान का निर्माण, सुसंस्कृत इन्सान का निर्माण, आज हमें क्या दिखाई दे रहा है? हमने बहुत लोग निर्माण किये है, डॉक्टर, इंजीनियर, वकील बनाये, क्या सुनते हैं हम आज, क्या पढ़ते हैं अखबार में, ब्रिज का ओपनिंग करने से पहले ब्रिज टूट गया, पानी की टंकी का ओपनिंग करने से पहले टंकी गिर गयी।

-शेष पेज 12 पर

समाजसेवी अन्ना हजारे डायमण्ड हॉल के सभागार में उपस्थित भारत तथा नेपाल से आए पच्चीस हजार से अधिक संख्या में उपस्थित जनसमूह को सम्बोधित करते हुए।

विकार-दहन का पर्व होली

होली चैत्र प्रतिपदा से प्रारम्भ वर्ष के समापन दिवस का महापर्व है। यह बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक है। साथ ही यह जीवन को रंगो से परिपूर्ण और उल्लासपूर्ण बनाने का संदेश देता है। भारत में दिवाली, दशहरा, राखी और होली प्रमुख पर्व है। होली इस बार २६ मार्च को पड़ रही है। यह हिंदू पंचांग के चैत्र से शुरू होकर फाल्गुन पर समाप्त होने वाले मास में यह चैत्र प्रतिपदा से प्रारम्भ वर्ष के समापन दिवस का पर्व है। यह रंगों का त्यौहार है, जो यह सन्देश देता है कि वर्ष का समापन यदि रंगों और उल्लास के साथ हो, तो नए वर्ष का प्रारम्भ भी उल्लासमय होता है। होली पर हम अपने भेदभाव भूलकर एक हो जाते हैं यही इस महापर्व का सन्देश है। पुराणों में इसे हिरण्यकश्यप की बहन होलिका और प्रह्लाद की कथा से भी जोड़ा गया है। यह कथा अच्छाई की बुराई पर जीत का भी प्रतीक है।

होली, धुलेंडी और रंगपंचमी-फाल्गुन मास का पूर्णिमा को लकड़ी कंडो से परंपरागत होली सजाने का विधान है। इसका सायंकाल पूजन होता है और फिर उसे अग्नि को समर्पित कर दिया जाता है। यह एक तरह से यज्ञ का भी प्रतीक है, जिसमें हम अपने भीतरी विकारों को जलाते हैं।

- ब्र.कु. गंगाधर

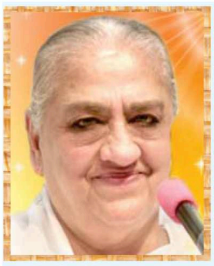
अगले दिन धुलेंडी के रूप में रंग-गुलाल का उत्सव होता है। कई स्थानों पर पांचवें दिन पंचमी रंगों के साथ मनाई जाती है। ये सारे प्रतीक बसंत से झूंडे हैं, जिसका आगमन होली के कुछ समय पहले ही होता है। बसंत प्रकृति को कई रंग के फूलों से सजा देता है। प्रकृति के साथ हम भी रंगे और जीवन को भी उल्लासमय बनाएं। यही होली का धर्म और कर्म है। मूल यह है कि समाज की बुराईयां और हमारे विकार अवश्य नष्ट किए जाएं।

हमारे भारत में जितने भी त्योहार है उन सबके पीछे कोई न कोई पुराण कथा जुड़ी है। प्राचीन काल में समाज पर धर्म की बहुत ज्यादा पकड़ थी। अत: सामाजिक उत्सवों को धर्म के साथ पिरोया जाता था ताकि सभी लोग त्योहार में शामिल हो। होली की कहानी भी इससे अलग नहीं है, लेकिन यह उत्सव धर्म की ऊँचाई से गिरकर अब लोगों के लिए अपनी-अपनी भड़ास निकालने का जरिया हो गया है। अन्य सामाजिक उत्सवों की भांति इसमें भी दो तल हो गए हैं। एक होलिका दहन और दूसरा सामाजिक हुल्लड़बाजी, जो कि भीड़ की मानसिकता की उपज है वैसे होली भारत की गहरी प्रज्ञा से उपजा हुआ त्योहार है उसमें पुराण कथा तो एक आवरण है, जिसमें लपेटकर मनोविज्ञान की घुट्टी पिलाई गई है। इसकी जो कहानी है उसकी भी कई गहरी परतें हैं। हिरण्यकश्यप और प्रह्लाद कभी हुए या नहीं, इससे प्रयोजन नहीं है। लेकिन पुराणों में जो आस्तिक और नास्तिक का सघर्ष दिखाया है, वह रोज होता है। पल-पल होता है। होली की कहानी का प्रतीक देखें तो हिरण्यकश्यप पिता है। पिता बीज है, पुत्र उसी का अंकुर है। हिरण्यकश्यप जैसे दृष्टान्त को भी पता नहीं कि मेरे घर भक्त पैदा होगा, उसके प्राणों से आस्तिकता जन्मेंगी। इसका विरोधाभास देखें। इधर नास्तिकता के घर आस्तिकता प्रगट हुई और हिरण्यकश्यप घबड़ा गया। हर पिता पुत्र से लड़ता है। हर पुत्र पिता के खिलाफ बगावत करता है। और ऐसा पिता और पुत्र का ही सवाल नहीं है - हर 'आज' 'बीते कल' कल के खिलाफ बगावत है। वर्तमान पुत्र है। हिरण्यकश्यप मनुष्य के बाहर नहीं है, न ही प्रह्लाद बाहर है। ये दोनों प्रत्येक व्यक्ति के भीतर घटने वाली दो घटनाएं हैं। जब तक मन में संदेह है, हिरण्यकश्यप मौजूद है। तब तब तुम्हारे भीतर उठते श्रद्धा के अंकुरों को तुम पहाड़ों से गिराओगे, पत्थरों से दबाओगे, पानी में डुबोओगे, आग से जलाओगे लेकिन तुम जला न पाओगे।

दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

सदा खुशी की खुराक खाते रहो तो विजयी रत्न बन जाएंगे

बाबा ने हमको चुन-चुन करके लाखों, बारो डों आत्माओं में से अपना बनाया है। उसके लिए हम माला के मणके सिमरण योग्य बन रहे हैं। माला सिमरी जाती है। बाबा कहते हैं ज्ञान का सिमरण करते-करते तुम सिमरणी में आ जाते हो। बाबा कितनी अच्छी पढ़ाई पढ़ाते हैं। माला का इतना जो महत्व है उसका आधार पढ़ाई है। बाबा हमको विश्व की बादशाही देता है, हम बाबा को क्या देंगे? हमारा तो सब कुछ खलास हो चुका है। सफल किया तो हमारा भाग्य बना। जब यह समझ आयी है कि सब कुछ खलास होने वाला है तो सफल कर रहे हैं। सोलह हजार में आने वालों में भी इतनी तो बुद्धि है-विनाश के पहले सब कुछ सफल कर लें। 108 में न आने का कारण क्या है? सदा परंतु, परंतु, परंतु कहते रहते हैं। पढ़ाई भी पढ़ते हैं, पुरूषार्थ भी करते हैं, सब कुछ करते भी 'परंतु' आ जाता है। मात-पिता को फालो करने की इच्छा है, परंतु... । भूल से भी 'परंतु' कहना माना अपना नम्बर पीछे कर लेना। गफलत मत करो, मतभेद में नहीं आओ। गफलत यानी अलबेलापन, अलबेला बनते तो पढ़ाई का कदर नहीं रहता, मतभेद में आते तो पढ़ाई में रूचि नहीं रहती, धारणा करने का लगन कम हो जाती है, ध्यान और बातों में चला जाता है। विजयी माला में आना है तो अपने पर पूरा ध्यान रखना है। खाना खाते समय ध्यान रहे कौन खिला रहा है। विजय माला में आने वाले सच्ची दिल से साहब को अपना बनाकर रखते हैं। साहब जिसमें राजी हो उसमें ही बुद्धि चलेगी। और किसी भी बात में बुद्धि नहीं चलेगी। मात-पिता को फालो करने के लिए सिर्फ आज्ञाकारी रहना है। आज्ञाकारी रहना कोई कठिन नहीं है। आज्ञाकारी रहने से मार्ग सहज हो जाता है, विजयी बन जाते हैं। आज्ञाकारी रहने में अच्छा लगता है। आज्ञा मिली माना आशीर्वाद मिली, शक्ति मिली। आशीर्वाद बाबा करता नहीं है लेकिन आज्ञाकारी बनेंगे तो आशीर्वाद स्वत: मिलेगी। सारा मदार पुरूषार्थ पर है। आज्ञाकारी बनने से बड़ी आशीर्वाद मिलती है। बाबा का हमारे पर अधिकार हो जाता है। माला में आना बड़ी बात नहीं है। जरा भी इधर-उधर के ख्यालातों में समय जाता है तो नम्बर कम हो जाता है।मधुबन स्वर्ग से भी प्यारा लगता है। यहाँ अच्छी स्टडी कर सकते हैं, सेवा भी अच्छी कर सकते हैं, सब कुछ अच्छा हो सकता है, सब कुछ अच्छा होते भी यह चिंतन हो कि हमें नम्बर पीछे नहीं जाना है। पूरा स्नेह के सूत्र में बंधकर रहना है। स्नेह के सूत्र में एक्यूरेट बंधना है। और बातों पर ध्यान न हो, नम्बर अच्छा आये। किसी से रीस नहीं करनी है। रीस करने से नम्बर अच्छा नहीं होगा। गुप्त सच्चा पुरूषार्थ करते-करते नम्बर अच्छा हो ही जाता है। आठ में आने वाले आदि से लेकर बीच में कहाँ भी रूके नहीं हैं। हार-जीत के खेल में नीचे ऊपर नहीं हुए हैं, उनका विजय जन्मसिद्ध अधिकार रहा है। बाबा हम बच्चों को जिस दृष्टि से देखता है हमें उसी स्वमान में रहना है। बाबा हमारे से क्या चाहता है वह भूलना नहीं है। पढ़ाई पर ध्यान माना पढ़ाने वाले की दृष्टि हमारे ऊपर हो और कुछ कान में आवाज पड़ेगा तो सुखकारी नहीं होगा। बात बड़ी नहीं है, जैसा पुरूषार्थ करना चाहें हमारे हाथों में है। भगवान ने पुरूषार्थ कराके हमारा हाथ अपने हाथ में ले लिया है। बाबा ने कहा-बच्चे, तुम्हारा भाग्य मेरे हाथों में है। एक भगवान के हाथ में हमारा भाग्य है, दूसरा हमारे हाथों में भी हमारा भाग्य है। जैसा करते हैं वैसा गुप्त भाग्य बनता जा रहा है। जमा होता जा रहा है। उसकी खुशी प्रत्यक्ष मिलती जा रही है। यदि खुशी नहीं है तो विजयी माला में नहीं आएंगे। जब बाबा की सेवा प्यार से, दिल से कर रहे हैं तो खुशी क्यों नहीं है? बाबा तो तुरंत खुशी देता है। लेकिन बुद्धि इधर-उधर है तो खुशी ले नहीं रहे हैं। बाबा छोड़ता नहीं है खुशी देता है। वो खुशी की खुराक हमको मजबूत बना रही है। बाबा से जो खुशी मिली वह कोई छीन नहीं सकता। खुशी की खुराक ही विजयी रत्नों में ले आती है। आदि से अंत तक किसी भी घड़ी बाप में या स्वयं में संशय नहीं आ सकता। भगवान मिला है तो सब कुछ अच्छा है। हमारी बुद्धि को कोई खींचे नहीं-यह भी बड़ा भाग्य है। इस आधार पर भी माला में नम्बर अच्छा ले सकते हैं।



दादी हृदयमोहिनी, अति.मुख्य प्रशासिका

ज्ञान का मनन करते हुए स्वदर्शन चक्रधारी बनो

कई हैं जिनको योग में बैठने के समय खुशी नहीं होती, योग में बैठते हैं अच्छा लगता है, अशरीरी बनते हैं, संकल्प-विकल्प खत्म होते हैं, शांति का अनुभव होता है लेकिन खुशी नहीं होती। क्योंकि सिर्फ यह समझकर बैठ जाते हैं कि मैं निराकार आत्मा हूं, लेकिन निराकार आत्मा होते भी मैं कौन-सी आत्मा हूं? पद्मापद्म भाग्यवान आत्मा हूं, डायरेक्ट बाबा से पैदा हुई ब्राह्मण आत्मा हूं, यह नशा भी रखो, यह खुशी की प्वाईंट भी रखो। सिर्फ निराकार आत्मा समझेंगे तो थक जाएंगे, नींद में चले जाएंगे, मजा नहीं आएगा। आपको दो घण्टा योग में बैठने के लिए कहेंगे तो कुछ समय तो निराकार होकर बैठेंगे फिर नींद में चले जाएंगे, खुशी नहीं होगी। जहां खुशी होती है वहां टाईम का पता नहीं होता है। अगर खुशी न हो, बिल्कुल सन्नाटा हो, नींद की स्टेज हो तो थकावट बहुत जल्दी आती है। कोई बात रमणीक हो रही हो, कल्चरल प्रोग्राम हो रहे हो उसमें दो घण्टे भी बैठेंगे तो पता नहीं पड़ेगा। और योग में बैठेंगे तो थकावट लगेगी। झुटके खाने शुरू हो जाएंगे। कारण क्या है? हमारा योग कोई सूखा योग नहीं है। निराकार हूँ, लेकिन निराकार की क्वालिफिकेशन बाबा ने जो भरी हैं वह भी याद रहे। तो मैं कौन सी आत्मा हूं? सिर्फ निराकार आत्मा हूं यह नहीं सोचो, लेकिन श्रेष्ठ ब्राह्मण आत्मा हूं। ब्राह्मण माना ऊंची चोटी। कभी यह सोचो कि मैं आत्मा पद्मापद्म भाग्यवान आत्मा हूं। मेरा भाग्य बनाने वाला डायरेक्ट भाग्यविधाता है। मैं भाग्यविधाता का बच्चा हूं। कभी यह सोचो कि मैं फरिश्ता सो देवता बनने वाली आत्मा हूं। तो कभी यह सोचो कि मैं विजय माला के मणके वाली आत्मा हूं। तो योग में कभी बोर नहीं होंगे। यदि एक घण्टा आप योग मैं बैठेंगे तो एक घण्टा बीज रूप नहीं हो सकते। स्टेजेज चेंज होती है। नीचे आ जाते हैं तो समझते हैं शायद मैं योगी आत्मा बनने वाली नहीं हूं। बीजरूप स्थिति में नहीं टिकते तो फरिश्ता रूप में रहो। बाबा ने एक बहुत अच्छी बात सुनाई थी कि योग में रहना है, भोगी नहीं बनना है, विस्मृति में नहीं आना है, स्मृति में रहना है। लेकिन बाबा ने योग की चार स्टेजेज की लकीर हमको खींचकर दे दी है, इससे बाहर नहीं जाना है। जैसे हमारे ब्राह्मण जीवन की जो चार धारणाएं हैं, पढ़ाई की चार सब्जेक्ट हैं, उसी अनुसार हमारी मर्यादाएं हैं। तो जैसे मर्यादा की लकीर हमारी बनी है। इसी तरह बुद्धि के लिए, योग के लिए भी मर्यादा की लकीर बनी हुई है। ऐसे नहीं बीजरूप स्थिति बनाने की मेहनत में ही पूरा समय चला जाए और युद्ध करते-करते ही सफेद लाईट हो जाए। फिर आप यही सोचते रहो कि आज तो योग लगा ही नहीं। यह तो ऐसा हो गया कि न माया मिली, न राम, दुविधा में टाईम चला गया। तो हमको ऐसा नहीं करना है। क्योंकि बीजरूप स्थिति में स्थित होने के लिए सारे दिन की दिनचर्या का कनेक्शन है, अगर सारे दिन की दिनचर्या शक्तिशाली नहीं होगी तो आप बीजरूप अवस्था में स्थित होने की कोशिश करेंगे तो भी नहीं हो सकते। जैसे समझो कोई बहुत कमजोर है, उसकी टांगे चल ही नहीं सकती, वह सोचे कि मैं चौथी मंजिल तक चढ़ जाऊं तो उसका क्या हाल होगा? जो थोड़ा बहुत चल सकता था वह भी बैठ जाएगा। इसी रीति से अगर मेरे सारे दिन की दिनचर्या शक्तिशाली नहीं है, योगयुक्त नहीं है और मैं अमृतवेले उठकर बीजरूप स्थिति की कोशिश करूंगी तो कभी नहीं होगी, युद्ध में ही टाईम चला जाएगा। यदि आपकी सारे दिन की दिनचर्या बहुत अच्छी रही है फिर आप अमृतवेले बीजरूप स्थिति की कोशिश करते हो लक्ष्य रखते हो तो हो जाएगी। लेकिन वो भी सारे टाईम नहीं होती है, स्थिति चेंज होती है। चेंज होकर फिर किस स्थिति में रहें उसके लिए बाबा ने हमको और भी तीन स्टेजज बता दी हैं। वह तीन स्टेजज कौन-सी है? पहला नम्बर है बीजरूप, दूसरा नम्बर है अव्यक्त फरिश्ता स्थिति, तीसरे नम्बर की स्थिति है ज्ञान का मनन। ज्ञान का मनन करते स्वदर्शन चक्रधारी बनो अर्थात् स्व को उस स्थिति में स्थित करो। मानो हम कहते हैं 'सतयुग' तो सतयुग की हमारी क्या स्टेज थी उस संस्कार को इमर्ज करो। आत्मा में रिकॉर्ड तो भरा हुआ है। देवता बनने का पार्ट हमने अनेक बार बजाया है, उसे स्मृति स्वरूप बन इमर्ज करो।

फूलों का 35 फुट ऊँचा बनाया शिवलिंग

बेलगाम। परमात्मा शिव की जयन्ति हम मना रहे हैं। हम जाने-अनजाने परमात्मा को याद करते हैं। लेकिन हमें उनका यथार्थ परिचय न होने के कारण हम उनसे शक्तियाँ प्राप्त नहीं कर सकते। परमात्मा के साथ हमारा सम्बन्ध क्या है? उनका महत्व जीवन में क्या है? इस ज्ञान का अभाव है। इसी के परिणाम स्वरूप हम आज अपने जीवन में अशांति-तनाव व अवसाद-निराशा का शिकार हो जाते हैं। शिवजयन्ति के पर्व पर हम यह जान लें कि परमात्मा हम सभी आत्माओं का परमपिता है और उनसे हम सहज राजयोग के द्वारा नाता जोड़ सकते हैं। इस आध्यात्मिक ज्ञान को सभी जानें व समझें इसके लिए संस्था द्वारा यह प्रयास किया गया है। यह फूलों से बना शिवलिंग विश्व में पहली बार इतना बड़ा बनाया गया। जहां लाखों लोग देख भी रहे हैं और चित्रों के माध्यम से समझ भी रहे हैं। परमात्मा का व आत्मा का सत्य परिचय प्राप्त किया। जीवन में सच्ची सुख शांति के लिए इस ज्ञान के महत्व को सभी ने अनुभव किया।

ब्र.कु. अंबिका बहन ने सबको शिवजयंति की शुभकामनाएं दी तथा सभी को परमात्मा का परिचय प्राप्त कर अपने जीवन को सुख-शांतिमय बनाने कामना की।

कोल्हापुर की मेयर ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान परमात्मा का संदेश सारे विश्व में फैला रही है और भारतीय संस्कृति को पुन: स्थापित कर विश्व में आध्यात्मिकता का झंडा लहरा रही है। मुझे खुशी है कि ऐसे शुभ अवसर पर मुझे आमंत्रित किया।

बेलगाम। शिव जयंति के अवसर पर 35 फुट ऊँचे व 20 फुट चौड़े शिवलिंग को 1500 किलो फूलों से बनाया गया। इस अवसर पर वर्ल्ड अमैजिंग रिकार्ड में अध्यक्ष पवन सोलंकी ने कार्यक्रम स्थल पर 'विश्व का सबसे बड़ा फूलों का शिवलिंग' को वर्ल्ड अमेजिंग रिकार्ड में शामिल किए जाने की घोषणा की तथा प्रमाणपत्र आयोजक -ब्र.कु. अंबिका, संयोजक -ब्र.कु.दीपक हरके को प्रदान किया। इस अवसर पर माउंटआबू से पधारे ओम शान्ति मीडिया के सम्पादक ब्र.कु.गंगाधर उपस्थित थे। इस शिवलिंग का उद्घाटन डीटीएमएफ द्वारा माउण्टआबू से स्वयं बापदादा ने रिमोट कन्ट्रोल द्वारा किया। पूरे विश्व के लोगों ने इसका प्रसारण देखा। अहमदाबाद के ब्र.कु.कश्यप तथा ब्र.कु.मुकेश ने मिलकर इसका संचालन किया। इस निर्माण में अहमदनगर के आर्ट डायरेक्टर नारायण बुरा तथा आर्किटेक्ट संतोष गायकवाड़ ने विशेष योगदान दिया।

वर्ल्ड अमैजिंग रिकार्ड में अध्यक्ष पवन सोलंकी ने वर्ल्ड अमेजिंग रिकार्ड का प्रमाणपत्र ब्र.कु.अम्बिका,ब्र.कु.दीपक, ब्र.कु.गंगाधार को प्रदान किया।

पवित्रता की मूर्ति - दादी निर्मलशान्ता का महाप्रयाण

जिन महानात्माओं ने धरा पर अवतरित भगवान को पहचानकर उनके दिव्य कार्य में साथ दिया। जिन्होने भगवान के एक इशारे पर धन्य, धान्य व वासनाओं का त्याग कर पवित्र व सादगी सम्पन्न जीवन अपना लिया, कितने महान थे वे और कितना महान था उनका बलिदान। उनमें से एक थी महान हस्ती दादी निर्मलशान्ता जी। वे बाबा की लौकिक पुत्री भी थी, बड़े लाड़-प्यार से पली थी, हीरे-जवाहरातों से खेली थीं। उन्हें देखकर बाबा की ही झलक मिल जाती थी। उन्होने 1936 में ही अपना सर्वस्व समर्पित कर दिया था।

हम उन्हें 45 वर्षों से देखते आए हैं। पिछले वर्ष तक भी वे सभी को अच्छी तरह पहचान पाती थीं। उनका त्याग व तपस्या तो एक इतिहास बन गया है। वे बहुत मधुर, शालीन, धैर्यवान व निर्मल थी। कभी किसी ने उन्हें क्रोध करते नहीं देखा। वे बाबा की ही तरह बहुत उदार भी थी। उन्हें देखकर लगता था कि ब्रह्मा बाबा भी कितने निरहंकारी रहे होंगे। बाबा की ही तरह वे भी छोटों के साथ छोटी व बड़ों के साथ बड़ी बन जाती थी। उनके बोल व व्यवहार से उनकी शालीनता झलकती थी। जब वे चलती थी तो मानो कि विश्व महाराजन चल रहा हो।

दादीजी ने 15-3-2013 को अमृतवेले 2.45 पर इस नश्वर देह का त्याग किया। उनके पार्थिव शरीर को अहमदाबाद से माउण्ट आबू में लाया गया और मधुबन के चारों धाम की यात्रा कराकर 16 मार्च को अंतिम संस्कार किया गया। उनके अंतिम दर्शनों के लिए समस्त भारत से कई हजार ब्राह्मण आत्माएं पधारी। यह उनके प्रति स्नेह व सम्मान का ही प्रतीक था। क्योंकि उन्होने सबको दिया ही दिया था। किसी से कुछ भी लिया नहीं।

दादी जी को हम सब परदादी कहते थे। जब कोई उनसे पूछता था कि आपको परदादी क्यों कहते हैं तो वे मुस्कुराकर बड़े सरल भाव से कहती थी कि मैं मान-शान, आसक्ति और तेरे-मेरे से परे रहती हूँ इसलिए सब मुझे परदादी कहते हैं। ऐसी महान व पुण्यात्मा को हम सब कोटि कोटि नमन करते हुए स्नेह व श्रद्धा के सुमन अर्पित करते हैं।

सकारात्मक सोच से आएगा बदलाव

दिल्ली। कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए सांसद मेनका गांधी, दिल्ली महिला आयोग की अध्यक्ष श्रीमती बरखा सिंह, ब्र.कु.शिवानी, ब्र.कु.चक्रधारी तथा अन्य।

दिल्ली (आर.के. पुरम)। आज की नारी को जो बात सुरक्षित रख सकती है वह है पुरूष वर्ग की सकारात्मक सोच। अगर हम अपनी सोच को नहीं बदलेंगे तो देश कैसे बदल सकता है।

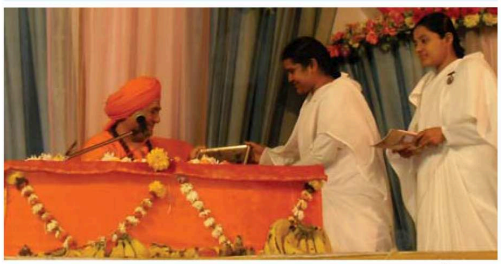
उक्त विचार दिल्ली महिला आयोग की अध्यक्ष एवं विधायक श्रीमति बरखा सिंह ने ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा आयोजित आध्यात्मिक कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। उन्होने कहा कि मैं और मेरा परिवार ब्र.कु.शिवानी के कार्यक्रम को बहुत रूचि से सुनते हैं। मैं काफी वर्षों से इस संस्था से जुड़ी हुई हूँ। ब्रह्माकुमारी बहनों की सादगी व पवित्रता की शक्ति से ही लोगों को बहुत शांति मिलती है। सभी ईश्वरीय ज्ञान लेकर अपने विचारों को बदले और नये भारत की रचना करें। सोच बदले-जग बदलें।

सांसद श्रीमति मेनका गाँधी जी ने कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर कहा कि आध्यात्मिक चेतना लाना ही ब्रह्माकुमारी संस्था की विशेषता हैं।

ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि आजकल हम कई अच्छी चीजें सुनते व देखते हैं पर हमें उन्हें अपने जीवन में धारण भी तो करना है। हम हर किसी चीज के लिए भगवान को जिम्मेदार मान लेते हैं और अगर हम अपने भाग्य के लिए भगवान को जिम्मेदार ठहरा देते तो क्या वो हमारा भाग्य परफेक्ट व समान ना लिखता। पर परमात्मा हमारा भाग्य नहीं लिखता, हमारा भाग्य हमारे कर्मों पर निर्भर करता है। अच्छा कर्म - अच्छा भाग्य, बुरा कर्म - बुरा भाग्य। आज हम अपनी शक्तियों को भूलकर अपने जीवन को डर में बिताते हैं। कर्म के हिसाब से जो भी स्थिति हमारे सामने आती है वो तो आनी ही है उससे ना डरकर, अपनी स्थिति को सकारात्मक और शक्तिशाली बना लेना है। जीवन में जो भी स्थिति आये उसे स्वीकार कर लेना है। स्वीकार करने से आपका उस स्थिति के प्रति रिएक्शन पॉजिटिव होगा तो वो स्थिति हल्की हो जायेगी। परमात्मा हमें ज्ञान, प्यार और शक्ति देते हैं परमात्मा से ज्ञान लेने से शक्ति मिलती है, सोच बदलती है। सोच से संस्कार बदलते हैं। संस्कारों से कर्म बदलते हैं और कर्मों से भाग्य बदल जाता है।

ब्र.कु. चक्रधारी ने बताया कि आज सारे शास्त्रों के अनुरूप आचरण नही हो रहा है, ऐसे में हम आत्माओं को परमात्मा से कनेक्शन लगाना बहुत जरूरी है जब तक हमारा उस परमात्मा से कनेक्शन नहीं होगा तो हम खुद को और जग को नहीं बदल सकते। आप माने या ना माने आज परमात्मा शिव, ब्रह्मा तन में अवतरित हो चुके हैं और हमें शक्तियों से भरपूर कर रहे हैं।

ब्र.कु. अनिता ने सभी अतिथियों का स्वागत किया। ब्र.कु. पुनीत मेहता, गायक, हिमाचल प्रदेश कार्यक्रम को गीतों, संगीत व नृत्य से सजाया)। मंच का संचालन ब्र.कु. ज्योति ने किया।



भिवंडी। स्वामी आत्मप्रकाश काशी वाले को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.बिन्दु तथा ब्र.कु.दीपा।

काठमाण्डौ (नेपाल)। नेपाल के नवनियुक्त प्रधानमंत्री खिलराज रेग्मी तथा उनकी धर्मपत्नी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.राज।

चित्तौड़गढ़। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.आशा एवं ब्र.कु.मीना।

धनास। शिव जयंति के पावन पर्व पर शिवध्वजारोहण करते हुए मेयर सुभाष, ब्र.कु.लाज, ब्र.कु.परमजीत तथा अन्य।

भदोई। शिव जयंती महोत्सव में विधायक जाहिद बेग, एसडीएम अमर हर्ष, ब्र.कु.विजय लक्ष्मी व ब्र.कु.बृजेश मंचासीन हैं।

मुम्बई (बोरिवली)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर शिवसेना प्रमुख साधना माने, एपीआई मधुलिका ठाकुर, ब्र.कु.दिव्यप्रभा तथा अन्य।

बिलीमोरा। डॉ. लीला रमैय्या, भीखू भाई, पूर्व विधायक लक्ष्मण, ब्र.कु. प्रभा, ब्र.कु.जयंती भाई, नगरपालिका अध्यक्षा संध्या बहन प्रभु स्मृति में।

सफलता

- ब्र.कु. गणेश

हर अनुभव एक सफलता है। आखिरि विफलता का अर्थ क्या है? क्या इसका अर्थ यह है कि कोई काम आपकी इच्छा या उम्मीद के अनुसार नहीं हुआ? अनुभव का नियम हमेशा सटीक होता है। हम अपने आंतरिक विचारों और आस्थाओं को बिल्कुल सही ढंग से बाहर प्रदर्शित करते हैं। आपने अवश्य कोई कमी छोड़ी होगी या आपके मन में किसी विश्वास ने आपको बताया होगा कि आप यह पाने के योग्य नहीं हैं या अयोग्य महसूस किया होगा।

ऐसा ही होता है, जब हम अपने कम्प्यूटर पर काम करते हैं। यदि कोई गलती होती है तो वह हमेशा हमारी होती है। मैंने कोई ऐसा काम किया होता है, जो कम्प्यूटर के नियमों के अनुकूल नहीं होता। इसका अर्थ सिर्फ यह होता है कि मुझे कुछ और भी सीखना है।

यह पुरानी कहावत बिल्कुल सच है, 'यदि आप पहली बार में सफल न हो पाएं तो फिर से कोशिश करना जारी रखें।' इसका अर्थ यह नहीं है कि खुद को प्रताड़ित करें और वही पुराना तरीका फिर से आजमाएँ। इसका अर्थ है कि अपनी त्रुटि को पहचानें और कोई और समाधान आजमाएँ -जब तक आप उसे ठीक-ठीक न कर पाएँ।

मुझे लगता है कि पूरे जीवन सफलता से सफलता तक जाना हमारा स्वाभाविक जन्मसिद्ध अधिकार है। यदि हम यह नहीं कर पा रहे हैं तो या तो हम अपनी अंदरूनी क्षमताओं से तालमेल नहीं बिठा रहे या हम नहीं जानते कि यह हमारे लिए सच हो सकता है, या हम अपनी सफलताओं को पहचान नहीं पाते।

जब हम ऐसे मानक निर्धारित करते हैं, जो हमारी वर्तमान स्थिति से बहुत अधिक ऊँचे होते हैं, ऐसे मानक जो सम्भवत: अभी हम प्राप्त नहीं कर सकते तो हम हमेशा विफल होंगे। जब एक छोटा बच्चा चलना या बोलना सीख रहा होता है तो हम उसे प्रोत्साहित करते हैं और उसके हर छोटे से छोटे प्रयास के लिए उसकी प्रशंसा (शेष पेज 10 पर)

अतीत में ना...

हमारा स्वास्थ्य सुधर जाता है, हमारे पास अधिक धन आता है, हमारे रिश्ते अधिक संतोषजनक हो जाते हैं और हम रचनात्मक रूप से, सार्थक तरीकों से खुद को अभिव्यक्त करना शुरू कर देते हैं। ऐसा लगता है कि यह सब हमारे प्रयास के बगैर हो रहा है।

खुद को प्रेम और उसे स्वीकार करना, सुरक्षित बनाना, भरोसा करना, योग्य बनना तथा स्वीकार करना आपके मन-मस्तिष्क को व्यवस्थित करेगा, आपके जीवन में अधिक स्नेहिल रिश्तों को जन्म देगा, नए कार्य और जीने का एक नया तथा बेहतर स्थान दिलाएगा, यहाँ तक कि आपके शरीर के वजन को भी सामान्य कर देगा। जो लोग खुद से और अपने शरीर से प्रेम करते हैं, वे न तो अपने साथ और न ही दूसरों का गलत करते हैं।

वर्तमान में आत्म-अनुमोदन और आत्म-स्वीकार्यता हमारे जीवन के हर क्षेत्र में सकारात्मक परिवर्तनों की मुख्य कुंजियाँ हैं।

मेरे लिए खुद से प्रेम करना किसी भी चीज के लिए कभी भी खुद की आलोचना न करने से शुरू होता है। आलोचना हमें उस व्यवहार में कैद कर देती है, जिसे हम बदलने की कोशिश कर रहे हैं। स्वयं को समझते हुए अपने साथ सौम्य रहना हमें उस कैद से निकलने में मदद करता है। याद रखिए, आप वर्षों से खुद की आलोचना करते आ रहे हैं और इससे कोई लाभ नहीं हुआ। अपना अनुमोदन करने का प्रयास कीजिए और देखिए कि क्या होता है।

इन वजहों से...

डाक्टर से सलाह जरूर लें -किसी रेडियोलॉजी प्रक्रिया जैसे सीटी स्कैन, कुछ खास किस्म के एक्सरे और एंजियोग्राम कराने से पहले फिजीशियन से किडनी के काम करने की स्थिति की जांच करा लें, क्योंकि इन परीक्षणों को करने के लिए जो डाई शरीर में इंजेक्ट की जाती है उससे किडनी की गंभीर बीमारी जैसे एक्यूट किडनी इंजरी यानी एकेआई हो सकती है। एकेआई के कारण किडनी के काम करने की गति में कमी आ जाती है।

संस्कृति का निर्माण हम स्वयं करते हैं

प्रश्न:- समाज में रहते हुए, मर्यादाओं में रहते हुए कुछ चीजें ऐसी हैं जिनके लिए कहा जाए कि ये सही हैं?

उत्तर:- :- मर्यादायें भी कौन बना रहा है? यदि आप पश्चिम और पूर्व की संस्कृति को देखेंगे तो आपको सामान्य विचारों में भी अंतर दिखाई देगा। जब मैं लंदन गयी थी तो हमने देखा कि वहां पर ट्राफिक बहुत स्मूथ चलता है। हम लोग रोड पार करने के लिए खड़े थे तो वो गाड़ी रूक गयी। हमने साथ वाली बहन से पूछा कि ये गाड़ी क्यों रूक गयी कहीं हमने कुछ गलत तो नहीं किया? वो बोली कि गाड़ी इसलिए रूकी है ताकि हम रोड पार कर दूसरी तरफ जा सके। यहां पर मुझे बहुत ही अलग प्रकार का अनुभव हुआ।

हर कोई अपने कल्चर का निर्माण स्वयं करता है। हम कहेंगे वहां ऐसा नहीं होता। अब हम ऐसा भी तो कह सकते हैं कि इंडिया में जो होता है वो सही है या वहां जो होता है वो सही है। हम तुरंत ही जजमेंटल होना शुरु हो जाते हैं और कहते हैं कि देखा ये सही है, वो गलत है। जैसे ही हम उसको सही और गलत के स्तर पर ले आते हैं तो सारी एनर्जी ही चेंज हो जाती है। हम ऐसा भी कह सकते हैं कि आप मुझसे अलग हो। यदि मैं कहती हूँ कि आप गलत हो तो यह एक अलग प्रकार की एनर्जी है, इससे हर किसी को अलग-अलग फीलिंग आयेगी और लोग कहेंगे कि बी.के. मुझसे मैच नहीं करता है, आपका संस्कार, आपका स्वभाव, आपका व्यवहार, लेकिन मैं

ऐसा थॉट क्रियेट कर सकता हूँ कि ये अलग हैं। इसे मैं पसंद नहीं करती हूँ। यदि मैं कहती हूँ कि यह गलत है, यह बुरा है तो मैं किस प्रकार की एनर्जी आपको भेज रही हूँ? निगेटिव एनर्जी। इसमें सम्मान और प्यार की कमी है जिसके कारण यह डिस्टर्बेंस पैदा करता है। एक्सेप्टेंस मिन्स, मैं तैयार हूँ। आप अलग हैं, मैं अलग हूँ, और मैं इस अंतर को स्वीकार कर लेता हूँ। जब हम जिद्द करते हैं डिफरेंस को तो दूसरे को हम अपनी तरह बनाने की कोशिश करते हैं। क्योंकि हमने जजमेंट ये पास की है कि मैं सही हूँ, आप गलत हैं। पिता और बच्चों के बीच में कौन सही है इसे चुनना बहुत ही कठिन हो जाता है क्योंकि दोनों तरफ अपनी मान्यता को सही माना जा रहा है।

प्रश्न:- पिता और बच्चों के साथ पति और पत्नी में भी?

उत्तर:- मैंने पिता और बच्चे क्यों कहा? क्योंकि पिता बहुत अधिकार से चलते हैं कि बच्चे गलत हैं। कई बार हमारा उद्देश्य बहुत अच्छा होता है। अगर हमें किसी को कुछ सिखाना है मतलब कि उसको सशक्त बनना है तो शुभ भावना से बोलें। यदि उसे हम नेगेटिव एनर्जी भेजते हैं कि तुम गलत हो, तुम खराब हो, तो यह प्रोसेस गलत है। इससे उसको हम सशक्त नहीं बना रहे हैं बल्कि उसे और ही मानसिक रूप से कमजोर कर रहे हैं।

प्रश्न:- अगर कोई ड्रग्स ले रहा है, स्मोकिंग कर रहा है या ड्रिंक कर रहा है तो हम उसको कैसे हैंडल करें? क्योंकि हमारा पहला थॉट यही आता है कि इसे चेंज करना है, इसे रोकने की जरूरत है।

उत्तर:- इसे बदलने की आवश्यकता इसलिए है क्योंकि यह एक अलग प्रकार की एनर्जी है। जो भी बच्चा ऐसा कुछ ले रहा है, बच्चे तो क्या बड़े भी ले रहे हैं। इससे घर का पूरा वायुमंडल ये बन जाता है कि आप गलत हैं, आप बुरे हैं, ये पाप है तो इस प्रकार की एनर्जी क्रियेट हो जाती है। (क्रमश:)

पेज 12 का शेष..

सेवा ही जीवन...

अनुभव कर रहा हूँ। क्या है मेरे पास मन्दिर में रहता हूँ, एक बिस्तर है, एक प्लेट है। करोड़ों रूपये की योजना अपनायी, एक पैसा बैलेन्स नहीं। मेरा घर है गाँव में पैंतीस वर्ष से घर गया नहीं, मेरे तीन भाई है, भाई के बच्चों का क्या नाम है पता नहीं। सोने के लिए एक बिस्तर है खाने के लिए एक प्लेट है लेकिन मैं जीवन में आनन्द अनुभव कर रहा हूँ कितना आनन्द है। अरे लखपति-करोड़पति को जो आनन्द नहीं मिलता मैं जीवन में वो अनुभव कर रहा हूँ। कहाँ से मिलता है ये आनन्द बाहर से नहीं अन्दर से मिलता है ये आनन्द। बाहर ये आनन्द है, क्षणिक। परमात्मा शिव बाबा ने बताया जो आनन्द बाहर है वह आनन्द सही नहीं है। ये मुझे भी जब पता चल गया तो मैंने छब्बीस वर्ष की आयु में निर्णय किया कि जो आनन्द मिलता है वो सेवा से मिलता है, इसलिए मैंने आपकी सेवा को नमन किया कि सेवा में आनन्द है, सेवा से जीवन में सफलता है। मैने अपने जीवन में स्वामी विवेकानन्द की एक पुस्तक पढ़ी। परमात्मा शिव बाबा की भी मैंने कई पुस्तकें पढ़ी है, उनसे भी मुझे ऊर्जा मिल रही है। और मैंने तय किया कि मेरा पूरा जीवन मेरे देश और देश की जनता के लिए समर्पण। खतरा लगने लगा कि अगर शादी कर लिया तो चूल्हा जलाने में सारा समय बीत जाएगा, इसलिए शादी नहीं करना। आज पचहत्तर वर्ष की उम्र हो गई, आज भी वही विचार है मेरा। कई बड़े-बड़े अवार्ड मुझे मिले ट्रस्ट को दे दिये और उससे जो ब्याज आता है उससे कई गरीब बच्चों की शादी करा दी। अगर उसमें से दस-बीस लाख रूपये मैंने भी रखे होते तो मुझे भी नींद के लिए गोलियाँ लेनी पड़ती। पचहत्तर साल की उम्र में इतना घूमना है, इतना घूमना है। अगले सप्ताह से मैं पूरे देश का भ्रमण करने वाला हूँ लेकिन पचहत्तर वर्ष की उम्र में ब्लड़ प्रेशर, डायबिटीज आदि कोई भी बीमारी नहीं, आनन्द में डूबा रहता हूँ। सुगर खाने वाले व्यक्ति से पूछो कितनी मीठी है तो कहता है बहुत मीठी है लेकिन जब सामने वाला व्यक्ति खाता है तब पता पड़ता है कितनी मीठी है, ऐसे आनन्द का है।

दिल से दिए सम्मान का आनंद

दादी और आप सबने मेरे जैसे फकीर का जो सम्मान किया एक बात तो आज मुझे अनुभव हो रही है कि राष्ट्रपति ने पद्मभूषण से मुझे सम्मानित किया। अमेरिका में, दक्षिणी कोरिया में कहाँ-कहाँ अवार्ड दिये। लेकिन उस समय जो आनन्द मुझे नहीं मिला वो आज मिल रहा है। कभी-कभी कई अवार्ड मैंने लेने से इन्कार कर दिये। अभी दिल्ली में पिछले साल एक करोड़ का अवार्ड घोषित हो गया लेकिन जब मैंने देखा वो संस्था ठीक नहीं, देने वाले का हाथ साफ नहीं। तो मैंने इन्कार कर दिया मुझे नहीं चाहिए एक करोड़। एक-एक लाख के तीन अवार्ड इन्कार कर दिये। पहले तो मैंने एक गाँव बनाया जिसमें चालीस शराब की भट्टी थी। आज सोलह साल हो गये उस गाँव में कोई गुटखा, बीड़ी-सिगरेट, खैनी की बिक्री नहीं। जिस गाँव में चालीस शराब की भट्टी थी, अस्सी प्रतिशत लोग भूखे थे कुछ नहीं किया बारिश के पानी को जमीन में रिचार्ज किया जमीन के वाटर लेवल को बढ़ाया। जिस गाँव में तीन सौ एकड़ जमीन के लिए एक फसल के लिए पानी नहीं मिलता था। आज पन्द्रह सौ एकड़ भूमि में दो फसलों के लिए पानी मिल रहा है। तो जैसे मैंने देखा प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय महाराष्ट्र में तथा अन्य राज्यों में भी आपके भाई-बहन जो रूरल डेवलपमेंट में काम कर रहे हैं मुझे बड़ा हर्ष हो रहा है कि रूरल डेवलपमेंट में जो काम करते हैं। हमें दो काम जरूरी है मनुष्य जीवन सुखी और समाधानी करना है तो उनको पेट के लिए रोटी और रहने के लिए मकान, शिक्षा, आरोग्य जीवन, आवश्यक जरूरतें तो ये काम बहुत जरूरी है एक तरफ विकास और दूसरे विकास के साथ-साथ अन्तर्विकास। ये दो काम और उसके साथ-साथ विकास में जो भ्रष्टाचार रूकावट पैदा कर रहा है उसको रोकेगा। ये मेरी नकल यहाँ बैठे आप सब मत करो। ये बहुत कठिन है मैं ये अनुभव किया। जब मैंने मंत्री को पकड़ा, मंत्री बोलता है अन्ना हजारे भ्रष्टाचारी है, गुण्डा है। अन्ना हजारे ऐसा है, वैसा है, अपमान को पीना पड़ता है। जितनी पीने की शक्ति आप में होगी उतनी आचार-विचार की शक्ति बढ़ेगी, निष्कलंक जीवन। एयरकंडिशन में रहने वाले लोगों को नींद नहीं आती है रात को नींद की गोली लेकर सोते हैं क्यों जीवन में लगे दाग बेचैन करते हैं सोने नहीं देते। तो इसलिए हमें जो काम आगे लेकर जाना है।

अन्ना हजारे किचन का अवलोकन करते समय रोटी का स्वाद लेते हुए। साथ हैं ब्र.कु.निर्वैर, ब्र.कु.सुनंदा।

शांतिवन। डायमण्ड हॉल के सभागार में परमात्म अवतरण के अवसर पर दादी हृदयमोहिनी , ब्र.कु मुन्नी, ब्र.कु नीलु सभा में उपस्थित ब्रह्माकुमार भाई-बहनों के संग होली के मनाते हुए।

फल लगेंगे तो पत्थर भी पड़ेंगे

जैसे मैं करप्शन को मिटाने की मुहिम चलायी तो कई मंत्रियों ने इतनी बदनामी की, इतनी बदनामी की, गंदे लेख लिखे अखबार में, अपमान पीते गया कुछ फर्क नहीं पड़ा। मेरी विनती है यहां बैठे हुए भाई-बहनों से अच्छा कार्य करते समय आपके सामने कठिनाई आयेगी ये हमारी कसौटी है उससे घबराना नहीं। हमारे विषय में कोई कुछ बोलेगा, बोलने दो। मन को थकावट नहीं आने देना, मन को थकावट आना बहुत बड़ा दोष है। वो दोष नहीं बीमारी है, अच्छे कार्य में रूकावट आती है, अच्छे कार्य का विरोध होता है, अच्छे कार्य में निंदा होती है। अरे इतिहास है हमारे सामने देखो ना। आज संत ज्ञानेश्वर आनन्दी के नेतृत्व में नौ लाख लोग इकट्ठे होते हैं जयघोष चल रहा है। ज्ञानेश्वर के झूले में लोगों ने गोबर डाल दिया आप और हम कौन, किस डाल के पत्ते हैं? संत ज्ञानेश्वर की ये अवस्था थी, संत तुकाराम की पीठ पर लाठी टूट गई। संत एकनाथ के बदन पर लोगों ने थूका, महापुरूषों की ये हालत बनायी है। हम किस झाड़ के पत्ते हैं। ये प्रकृति का नियम है जिस पेड़ पर फल होते हैं उसी पर लोग पत्थर मारते हैं। जिस पेड़ पर फल ही नहीं है वहाँ कौन पत्थर मारेगा। खासतौर पर नीम के पेड़ पर इतने पत्थर नहीं पड़ते, जितने आम के पेड़ पर पड़ते हैं। ये प्रकृति का नियम है तो मेरी विनती है सब भाई-बहनों से कभी-कभी ऐसी मुश्किलात आ जायेगी। इससे घबराना नहीं। हमारा चरित्र अच्छा है, हमारे आचार-विचार सुन्दर है, हमारा जीवन निष्कलंक है। हमारे जीवन में त्याग है और अपमान पीने की शक्ति है। ये गुण है तो रक्षा करने के लिए परमात्मा शिव बाबा तुम्हारे पीछे खड़ा हो जाता है। जो आपका त्याग है वही समाज को नई दिशा देने का कार्य कर रहा है। मुझे विश्वास है परमात्मा बाबा की जो अपेक्षा थी वो पूरी होगी जरूर समय लगेगा। अभी हमारे भाई-बहन बोल रहे थे कि मैंने शादी नहीं किया, मैं बाल ब्रह्मचारी हूँ। अरे शादी करके चारदीवारी के अन्दर छोटा परिवार बनाना था क्योंकि चारदीवारी के परिवार के अन्दर जो कुछ भी है ये मेरा, ये मेरा, वो मेरा, वो मेरा। लेटरीन का डिब्बा भी गुम हो गया तो सिर पकड़ कर बैठ जाता है कहां गया। मोटर साइकिल लाता है, उसे माला पहनाता है गाँव में चक्कर लगाके दिखाता है कि मैं मोटर साइकिल लाया हूँ आनन्द मिलता है, पंक्चर हो गया तो पेड़ के नीचे माथा पकड़ कर बैठता है। वो आनन्द सही नहीं है यही मैं कहूँगा और जो आपने मेरे जैसे फकीर का सम्मान किया उसके लिए मैं आपका ऋणी रहूँगा।

ब्रह्माकुमारीज न्यायविद प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु.रमेश शाह ने कहा कि भारत को पुन: श्रेष्ठाचारी बनाने के लिए ब्रह्माकुमारी संस्था चरित्र निर्माण को आधार बनाकर स्व-परिवर्तन से विश्व-परिवर्तन का कार्य कर रही है। इसे श्रेष्ठाचार की क्रांति कहें या पवित्रता की क्रांति कहें, इसमें पूरे भारत तो क्या पूरे विश्व को जुटाना होगा। परमात्मा द्वारा प्रदत्त आध्यात्मिक ज्ञान व राजयोग की शिक्षा से जब हम सभी पवित्रता का मार्ग अपनाएंगे तो सहज ही श्रेष्ठ दुनिया का निर्माण होगा।

अन्ना हजारे को रोटियां बनाने के लिए लगाई गई आधुनिक मशीन का अवलोकन कराते हुए ब्र.कु.भानु।

महालक्ष्मी नगर इन्दौर। शिवजयंती के पर्व पर चैतन्य देवियों झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात म.प्र. के स्वास्थ्य मंत्री महेंद्र हार्डिया, पूर्व कलेक्टर हरिसिंह शेखावत, ब्र.कु.विमला, ब्र.कु.अनिता,ब्र.कु.अन्नु तथा अन्य प्रभु स्मृति में।

मन्दसौर। महिला दिवस पर परिचर्चा में सशक्त नारी विषय पर उद्बोधन देते हुए ब्र.कु.समिता बहन

दुर्ग। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर चैतन्य देवियों की झांकी का दीप प्रज्जवलन कर उद्घाटन करते हुए नगर निगम की जलकार्य प्रभारी एवं अधिवक्ता नीता जैन, स्वरुपानंद कॉलेज की प्राचार्य डॉ.हंसा शुक्ला, समाज सेवी रत्ना नारंदेव एवं अन्य।

उज्जैन। दैनिक भास्कर के डायरेक्टर अमित गौड़ को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.पूनम

रतलाम। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर अपने विचार प्रकट करते हुए ब्र.कु.अनिता। मंचासीन हैं एडीजे प्रविणा व्यास, उपभोक्ता फोरम की अध्यक्षा सबा खान, रेल महिला मण्डल की अध्यक्षा रश्मि नारायण।

धर्म और आध्यात्मिकता ही मानव की शोभा

इंदौर। संसार में आज जो भ्रष्टाचार, अपराध, बलात्कार आदि के द्वारा अशांति बढ रही है उसका मूल कारण आध्यात्मिकता की कमी है। मनुष्य और पशु में चार चीजें समान है- लडना, मरना, निद्रा और भोजन। लेकिन वो अगर पशु से भिन्न और श्रेष्ठ है तो वो धर्म और आध्यात्मिकता के कारण। धर्म और आध्यात्मिकता विहिन मनुष्य पशुवत है।

उक्त विचार महापौर कृष्णमुरारी मोघे ने महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित "सत्यम् शिवम् सुंदरम् का वास्तविक रहस्य" विषय पर व्यक्त किये। आगे आपने बताया कि अगर सत्-यम् शिवम् सुन्दरम् के सही रूप को हम समझे तो यह जग मिथ्या है और शिव सत्य है।

इस अवसर पर क्षेत्रीय निदेशक ब्रह्माकुमार ओमप्रकाश 'भाई जी' ने परमात्मा के कर्त्तव्य को स्पष्ट करते हुये बताया कि जिस प्रकार माली के तीन कर्त्तव्य होते हैं-पौधे को रोपित करना, उसकी पालना करना एवं उसका विनाश करना अर्थात् उसको नष्ट कर फिर से नई कलम लगाना। परमात्मा भी नई नवसृष्टि की स्थापना, पालना एवं आसुरी सृष्टि का विनाश कर, रंगमंच पर स्वयं परमात्मा गीता में वर्णित वायदे अनुसार अवतरित होकर यह तीनों कर्त्तव्य कर रहे है।

जयपुरियां मेनेजमेंट कॉलेज के डाय-रेक्टर जे.पी. उपाध्याय ने कहा कि अगर हम भावनात्मक बुद्धिमत्ता से सम्पन्न होंगे तो लम्बे समय तक सुखी रह सकते है। साप्ताहिक नैनो दर्शन के सम्पादक जयकृष्ण गौड ने कहा कि जीवन परिवर्तन के लिए कोई प्रेरणा स्त्रोत हमारे सामने चाहिए और यह संस्था प्रेरणा स्त्रोत तैयार करती है। आय.पी.एस. अधिकारी व्ही.एन. पचौरी ने कहा कि मेरा कार्यक्षेत्र ऐसा रहा है जहां मरो या मारों वाली नीति को ही अपनाना पडता है। जिसके कारण क्रोध मेरे अंदर गहराई तक समाहित था लेकिन, संस्था के सम्पर्क में आने से मैने इस क्रोध रूपी शत्रु पर काफी हद तक जीत पा ली है। डॉ. एम.जी. नाहटा ने कहा कि समाज में इस तरह के सकारात्मक प्रयास से परिवर्तन निश्चित है। प्रसिद्ध समाजसेवी अनिल भंडारी ने कहा कि ईश्वर को पाने के लिए स्वाध्याय, ध्यान एवं योग जरूरी है पूर्व महापौर डॉ. उमाशशि शर्मा एवं पार्षद रमेश सरोज भारद्वाज ने भी अपनी शुभकामनायें व्यक्त की। इस अवसर पर निरोगधाम के सम्पादक डॉ. अशोक पांडे, तवलीन फाउण्डेशन के संस्थापक जी.एस. नारंग समेत शहर के अनेक गणमान्य नागरिक तथा संस्था से जुडे सैकडो श्रद्धालु उपस्थित थे।

इसके अलावा शिवमहिमा पर "दिव्य कन्या जीवन छात्रावास" की कुमारी अनामिका द्वारा नृत्य प्रस्तुत किया गया तथा शहर के 77 गणमान्य लोगों ने दीप प्रज्वलित कर 77 वी. त्रिमूर्ति शिवजयंती (महाशिवरात्रि) के पर्व को धूमधाम से मनाया साथ ही, अपनी बुराईयों को बेलपत्र के रूप में शिवलिंग की प्रतिमा पर चढाया।

अतीत में ना जीएं, स्वयं को करें क्षमा

-ब्र.कु.सुमन

अतीत बीत कर समाप्त हो गया है। हम उसे बदल नहीं सकते। परन्तु हम अतीत के विषय में अपने विचारों को बदल सकते हैं। यह कितना मूर्खतापूर्ण है कि हम इसलिए वर्तमान में अपने आपको सजा देते हैं, क्योंकि अतीत में काफी पहले किसी ने हमें पीड़ा पहुँचाई थी।

गहरे असंतोष की प्रवृत्तियों वाले लोगों से मैं अकसर कहती हूँ, 'कृपया असंतोष को कम करना शुरू करें, अब वह अपेक्षाकृत आसान है। किसी सर्जन के छुरे के नीचे या मृत्यु-शैय्या तक पहुँचने के खतरे का इंतजार न करें, जब आपको डर से आमना-सामना करना पड़ सकता है।'

जब हम घबराहट की स्थिति में होते हैं तो अपना दिमाग उपचार एवं सुधार पर केन्द्रित करना कठिन होता है। हमें पहले ही डर को समाप्त करने पर समय लगाना होगा।

यदि हम यह विश्वास चाहते हैं कि हम असहाय-पीड़ित हैं और अब कोई उम्मीद नहीं है तो ब्रह्मांड भी इस विश्वास में हमारा साथ देगा और हम बरबाद हो जाएँगे। बेहतर है कि हम इन मूर्खतापूर्ण, पुराने, नकारात्मक विचारों व विश्वासों को छोड दें, जो हमारी मदद नहीं करते और विकास की ओर नहीं ले जाते। यहाँ तक कि ईश्वर का प्रारूप भी ऐसा होना चाहिए, जो हमारे लिए हो, हमारे खिलाफ नहीं।

अतीत को भूलने के लिए, हमें क्षमा करने के लिए तत्पर होना होगा -हमें अतीत को छोड़ने और अपने सहित हर किसी को क्षमा करने के लिए तैयार होने की जरूरत है। हो सकता है कि हमें क्षमा करना न आए और

हो सकता है कि हम क्षमा न करना चाहते हों; लेकिन हमारा यह कहना कि हम क्षमा करने को तैयार हैं, स्वस्थ करने की प्रक्रिया को आरम्भ कर देता है। यह हमारे अपने स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य है कि हम अतीत को छोड़ दें और हर किसी को क्षमा कर दें। 'मैं तुम्हें जिस रूप में देखना चाहता था, वैसा रूप न होने के लिए मैं तुम्हें क्षमा करता हूँ। मैं तुम्हें क्षमा करता हूँ और मुक्त करता हूँ।'

सभी रोग क्षमा न करने के कारण से उत्पन्न होते हैं - जब भी हम बीमार होते हैं, हमें अपने दिल में झाँककर यह देखना चाहिए कि हमें किसे माफ करने की जरूरत है। कोर्स इन मिरेकल्स का कहना है कि 'सभी रोग क्षमा न करने की एक स्थिति से उभरते हैं' और 'जब भी हम बीमार होते हैं, हमें आस-पास यह देखना चाहिए कि हमें किसे माफ करने की जरूरत है।' मैं उस विचार में यह जोड़ना चाहूँगी कि जिस व्यक्ति को क्षमा करना आपको सबसे कठिन लगे, वही वह व्यक्ति है जिसे क्षमा करने की जरूरत आपको सबसे अधिक है। क्षमा करने का अर्थ है - छोड़ देना, जाने देना। इसका उस व्यवहार को क्षमा करने से कोई लेना-देना नहीं है। इसका मतलब है कि बस उस पूरी घटना को अनदेखा कर देना। हमें यह जानने की जरूरत नहीं है कि कैसे क्षमा करना है। हमें बस क्षमा करने के लिए तैयार रहने की जरूरत है। 'कैसे करना है' की चिंता–ब्रह्मांड स्वयं कर लेगा।

हम अपनी पीड़ा को बहुत अच्छी तरह समझते हैं। हममें से अधिकतर के लिए यह समझना कितना कठिन है कि जिन लोगों को माफ करने की बहुत अधिक आवश्यकता थी, वे भी पीड़ा में थे। हमें यह समझने की जरूरत है कि उनके पास उस समय जो समझ, जानकारी और ज्ञान था, उसके अनुसार वे सबसे अच्छा कर रहे थे।

जब लोग मेरे पास कोई समस्या लेकर आते हैं तो मैं ध्यान नहीं देती कि वह क्या है–खराब स्वास्थ्य, धन का अभाव, असंतोषजनक सम्बन्ध या दमित रचनात्मकता–मैं केवल एक चीज पर हमेशा ध्यान देती हूँ और वो है खुद से प्रेम करना। मैंने पाया है कि जब हम अपने आपको 'जैसे हैं वैसे रूप' में प्रेम करते और स्वीकार करते हैं तो जीवन में सबकुछ ठीक होता है। ऐसा, मानो हर जगह कुछ छोटे चमत्कार होते हैं। (शेष पेज 4 पर)

द्वादश ज्योतिर्लिंग झाँकी दर्शनीय है- धरम लाल कौशिक

रायपुर। ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा शान्ति सरोवर में आयोजित द्वादश ज्योतिर्लिंगम् दर्शन कार्यक्रम का विधानसभा अध्यक्ष धरमलाल कौशिक, प्रमुख लोकायुक्त न्यायमूर्ति लालचन्द भादू और संस्थान की छत्तीसगढ़ क्षेत्र संचालिका ब्र.कु.कमला बहन ने संयुक्त रूप से दीप प्रज्जवलित कर शुभारम्भ किया।

रायपुर (छ.ग.): प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा शान्ति सरोवर में आयोजित द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन झाँकी में 40 फीट ऊँचे शिवलिंग का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए विधानसभा अध्यक्ष माननीय धरम लाल कौशिक जी, प्रमुख लोकायुक्त न्यायमूर्ति लाल चन्द भादू जी एवं क्षेत्रीय प्रशासिका ब्रह्माकुमारी कमला बहन।

विधानसभा अध्यक्ष धरमलाल कौशिक ने कहा कि द्वादश ज्योतिर्लिंग झाँकी के माध्यम से प्रत्येक ज्योतिर्लिंग का महत्व एवं महिमा दर्शाते हुए संगीतमय प्रस्तुति सभी के लिए अत्यन्त दर्शनीय है। उन्होंने ब्रह्माकुमारी संस्थान के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि शिव भक्तों को एल.सी.डी. प्रोजेक्टर के माध्यम से जो उपयोगी जानकारी दी जा रही है, वह सराहनीय है। इससे भक्तों के मन में अध्यात्म के प्रति जागरूकता बढेगी।

इस अवसर पर प्रमुख लोकायुक्त न्यायमूर्ति लालचन्द भादू ने कहा कि द्वादश ज्योतिर्लिंग की झाँकी के आयोजन से भक्तगण न केवल बारह ज्योतिर्लिंग का दर्शन कर सकेंगे बल्कि आध्यात्मिक शिक्षा भी प्राप्त कर सकेंगे। एक ही जगह पर द्वादश ज्योतिर्लिंग को दिखाने का प्रयास सराहनीय है।

ब्र.कु.कमला बहन ने महाशिवरात्रि का आध्यात्मिक रहस्य बतलाते हुए कहा कि जब चारों ओर इस धरा पर अज्ञान अन्धकार छाया होता है और मनुष्यात्मायें काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार आदि विकारों के वशीभूत होकर दु:खी और अशान्त हो जाती है। तब ऐसे धर्मग्लानि के समय में मनुष्यों को निर्विकारी और पवित्र बनाने के लिए परमात्मा शिव का दिव्य अवतरण इस धरा होता है। वास्तव में महाशिवरात्रि का पर्व परमात्मा के दिव्य अवतरण की यादगार है। उन्होंने आगे कहा कि वर्तमान समय दुनिया में भौतिक प्रगति बहुत हुई है लेकिन जीवन में दु:ख और अशान्ति बढती जा रही है। सभी लोग चाहते हैं कि जीवन सुखमय बने और समाज में सदभावना हो लेकिन यह तभी सम्भव है, जबकि मन में सभी प्राणीमात्र के लिए शुभभावना और शुभकामना होगी। महाशिवरात्रि का आध्यात्मिक महत्व बतलाते हुए उन्होंने कहा कि शिवलिंग पर पानी मिश्रित दूध और दही की धार टपकाने का अभिप्राय है कि हम अपनी बुद्धि का योग सतत् रूप से परमात्मा से जोड कर रखें। बेलपत्र चढाने का तात्पर्य है कि परमात्मा के प्रति समर्पित भाव रखें। अक और धतूरे जैसे सुगन्ध रहित और काँटेदार फूल भेंट करने का रहस्य है कि हम अपनी काँटो समान बुराईयों और विकारों को परमात्मा को अर्पित कर निर्विकारी और पवित्र बनें। परमात्म अवतरण है ही नई सुख शांति की दुनिया सतयुग की रचना के लिए।

पालदा। महाशिवरात्रि पर्व पर आयोजित विशाल शोभायात्रा द्वारा जन-जन को शिव संदेश देते हुए ब्र.कु.सुमित्रा,ब्र.कु.कुसुम दीदी और कलश लिए हुए ब्र.कु.रीना साथ हैं ब्रह्माकुमार भाई-बहनें।

रानीबाग, इन्दौर। त्रिमूर्ति शिव जयंति पर शिवध्वजारोहण करते हुए सरपंच समुंदर सिंह पटेल, ट्रांसपोर्ट व्यवसायी हरमींदर सिंह भसीन, ब्र.कु.विमल, ब्र.कु.अनिता एवं ब्र.कु.भुवनेश्वरी

समाज का आधार स्तंभ है "सशक्त नारी"

वरदानी भवन, (इन्दौर)। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय इन्दौर के छावनी सेवाकेन्द्र स्थित आध्यात्मिक शक्ति केन्द्र "वरदानी भवन" के तत्वावधान में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया जिसका विषय था "समाज का आधार स्तंभ - सशक्त नारी"।

संगोष्ठी को संबोधित करते हुये प्रमुख वक्ता प्रेमनगर सेवाकेंद्र प्रभारी ब्र.कु. शशि बहन ने अपने उद्बोधन में कहा कि आज के समाज में अनेक रुढियां, कुरीतियां, रीतिरिवाज, साम्प्रदायिकता बढने लगी है और इस कुचक्र में नारी फंसती गई, नारी के अधोपतन से समाज का भी पतन होने लगा, क्योंकि वह परिवार की धूरी है और परिवार समाज की ईकाई है। माता संतान की प्रथम गुरू है। वह स्वयं यदि शिक्षित है, गुणवान है, समर्थ है, सशक्त है, आत्म बल आत्मसम्मान महसूस करती है तो वही संस्कार वो संतान को दती है। लेकिन वर्तमान समय में यह देखने में आ रहा है कि वह कर्तव्य निर्वहन करने में पूर्ण सक्षम नहीं है। आज पाश्चात्य संस्कृति, दूरदर्शन एवं अनेक व्यावसायिक चैनलों, पैसों की दौड़ आदि के प्रभाव से नारी आधुनिकता की लहर में अपने नैसर्गिक मूल्यों की अवहेलना कर रही है। इसका प्रभाव समाज पर दिखाई दे रहा है। फलस्वरूप नारी के प्रति अपराध जैसी समस्याओं में वृद्धी हुई है और बच्चों को भी श्रेष्ठ संस्कार नहीं मिल पा रहे है। अत: आज आवश्यकता है कि हम पुन: इस महान विरासत की रक्षा करें। संस्कृति एवं संस्कारों की रक्षा करें, इसके लिये नारी को शक्ति स्वरुप बनना होगा। स्वयं को सुयोग संस्कारी बनाना होगा।

इस संगोष्ठि में विशेष रुप से म.प्र. महिला आयोग की पूर्व अध्यक्ष डॉ. सविता इनामदार, लाइनेस डिस्ट्रिक्ट प्रेसिडेंट श्रीमती मन्दा विलकर, लाइनेस कुसुम तिवारी, लाइनेस जिला सचिव परतिक्षा खांडवे, इंदौर प्रीमियम क्लब की अध्यक्षा सुशीला व्यास वक्ता के रुप में उपस्थित थी।

डॉ सविता इनामदार ने अपने उद्बोधन में कहा कि महिलाओं को आर्थिक, सामाजिक और प्रशासनिक रूप स सशक्त बनना होगा। महिला सशक्तिकरण का मतलब यह नहीं कि हम अपने अधिकारों का दुरुपयोग करें। बल्कि अपने कर्त्तव्यों के प्रति सजग रहें। समाज में परिवर्तन के लिए हमें हर काम में सबका सहयोगी बनना होगा।

लाइनेस श्रीमति विलकर ने अपने उद्बोधन में कहा कि यदि हम अपने भूतकाल में जाते हैं तो नारी शक्ति के रुप में पूजी जाती थी। लेकिन समय के चलते वही नारी देवी से भोग के रुप में पहचानी जाने लगी। अभी हमें जरुरत है अपनी सोंच बदलने की, विचारों में परिवर्तन की और अपनी शक्ति को पहचानने की। और ब्रह्माकुमारीज़ के द्वारा किए जाने वाले कार्यो कि सराहना करते हुए आपने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था की विश्व भर में बागडोर महिलाओं के हाथों में ही है। यह बहनें विश्व मे नैतिक और आध्यात्मिकता का परचम फहराकर राजयोग बल द्वारा नारी को सशक्त कर रही हैं। यह संस्था समाज के आधार स्तम्भ का कार्य कर रही है यह भारत देश के लिए बड़े ही गर्व की बात है।

महिला प्रभाग की क्षेत्रीय समन्वयक ब्रह्माकुमारी सुमित्रा ने आभार व्यक्त करते हुए कहा कि ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों पर दी जाने वाली राजयोग की शिक्षा से हम सहज तनावमुक्त होकर मानसिक एवं आध्यात्मिक रुप से सहज ही सशक्त बन सकते हैं।

झालरापाटन। किसान सम्मेलन में जनसमूह को संबोधित करते हुए ब्र.कु.वीणा बहन।

बिलासपुर। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.मंजू। साथ हैं बंगाली लेडिस क्लब की अध्यक्ष शिवानी बोस, शिवानी शर्मा तथा ब्र.कु. विनीता भावनानी।

क्षिप्रा। महाशिवरात्री के पावन पर्व पर निकाली गई रैली का दृश्य

रतलाम। महाशिवरात्रि पर्व पर आयोजित शोभायात्रा का शुभारंभ करते हुए नगर निगम अध्यक्ष दिनेश पोरवाल एवं भाजपा जिला अध्यक्ष बजरंग पुरोहित एवं समाजसेवी राजेंद्र पोरवाल

जीवन की हर घड़ी बहुत सुंदर है

गीता के सार में, ये बात कही हुई है कि हे अर्जुन! जो हुआ वह भी अच्छा, जो हो रहा है वो भी अच्छा और जो होने वाला और अच्छा होगा। तीनों घड़ियाँ अच्छी हैं। इस ड्रामा के सिर्फ हम वर्तमान को देखते हैं, तो हम दु:खी होते हैं। क्योंकि हमें सारे ऐपिसोड याद नहीं है। यदि हम सारे ऐपिसोड के हिसाब से सम्पूर्ण ड्रामा को देखें, तो शायद हरेक दृश्य कितने सुंदर हैं, कितने महत्वपूर्ण हैं और उसके अंदर, कितना कुछ समाया हुआ है। इसका अंदाजा भी हमें लगता है। इसलिए कहा कि इस संसार में जो कुछ भी हो रहा है, कहीं न कहीं उसका कनेक्शन अवश्य है। इस तरह से जब हमारा कनेक्शन कई आत्माओं के साथ होने लगता है। तो उसका हिसाब चुकाना भी उसी तरीके से पड़ता है। अनजानेपन में भी हम कई पाप कर्म के भागीदार बन गये हैं । पुण्य कर्म में भी भागीदारी होती है तो पापकर्म में भी भागीदारी होती है।

जैसे एक कसाई है और किसी पशु को मारा। उसने तो पापकर्म किया लेकिन उस पशु के मांस को जिसको बेचा वो दुकानदार भी भागीदार हो गया। उसके साथ जिसने खरीदा वो भी भागीदार हो गया। उसके बाद वो घर में लाया और जिसने पकाया वो भी भागीदार हो गया और पकाकर जिसने खाया वो भी भागीदार हो गया। उस समय अगर कोई मेहमान आ गये और उनको सर्व किया तो वो भी उस भागीदारी में जुड़ गए। अब ये सारे लोग जो भागीदारी में जुड़े। जब सेटल करने का समय आयेगा तो सबको इकट्ठा सेटल करना पड़ेगा या नहीं करना पड़ेगा। बस में कहीं जा रहे हैं, बस में एक-दूसरे को पहचानते भी नहीं है। जब बस फुल स्पीड पर होती है और कोई जानवर जोर से रास्ता क्रॉस करता है और उसी समय मर जाता है। वही जानवर पुर्नजन्म लेकर के वही रास्ता क्रॉस करता है। उस जानवर को बचाने के समय बस का बैलेंस असंतुलित हो जाता है । वो बस कही जाकर के जोर से टकराई और बस कहीं नदी या खाई में गिर जाती है । बस में सवार सभी पचास लोग मर जाते हैं। तो कैसे इकट्ठे उन सभी को हिसाब चुकाना पड़ता है। वो संयोग बन जाता है कि

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

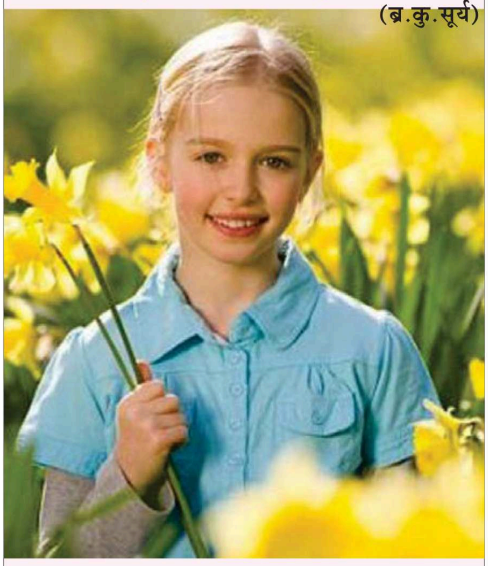
-वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब्र.कु.उषा

जिस संयोग में वो सारी आत्माएं कहां-कहां से इकट्ठी हो जाती है। अब उस समय कोई कहे कि अरे वे निर्दोष थे। निर्दोष उनमें कोई नहीं था। कहीं न कहीं दोष में उनका हिस्सा था। इसलिए वो संयोग रचा। इस ड्रामा के अंदर जहां वो हिसाब चक्तु करने का समय आया और वो हिसाब चक्तु होता है।

इसलिए कहा जाता है कि दान जब करो तो सोच समझ कर के दान करना चाहिए। क्योंकि कुपात्र को अगर चला गया तो वहां पाप कर्म के भागी इस प्रकार हो जायेंगे कि पता भी नहीं चलेगा। इस तरह से कई लोगों को अपने हिसाब-किताब चक्तु करने पड़ते है। भावार्थ यही है कि सात्विक दान जो बताया गया है, वो सात्विक दान के हिसाब से अगर हम चले, और अगर सुपात्र नहीं मिलता है तो दान नहीं करना अच्छा है। ये गीता में भी कहा गया है। फिर इस अध्याय के अंत में यही बताया गया है कि ''ओम तत्सत्''। ओम माना अहम्,। अहम् माना मैं वो आत्मा, वो ही मैं, वो ही मैं कौन ? मैं आत्मा। तत्व माना समस्त तत्व और सत् माना सद्भाव, सत्य भाव, श्रेष्ठ भाव। सत्य में दृढ़ता होती है। तो दृढ़ भाव में अपने आप को स्थित करो। जब आत्मा, अपने सम्पूर्ण आंतरिक तत्वों: ज्ञान, गुण ये हमारे तत्व हैं। ज्ञान, गुण और शक्तियां ये जो हमारे तत्व हैं , उसको जब श्रेष्ठ भाव, सत्य भाव और दृढ़ भाव में स्थित करते हैं तब उसका सदुपयोग होने लगता है। ओम शब्द में तीन अक्षर आते हैं। अ, ऊ, म - अ माना आचरण, ऊ- माना उच्चारण, म - माना मन के विचार। तो आचरण, उच्चारण और मन के विचार। मन, वचन और कर्म हमारी शक्ति, हमारे समस्त गुण, ये तीन निवास स्थान में ही रहते हैं। उसी के सत्य भाव, श्रेष्ठ भाव और दृढ़ भाव को समा लो। तो हमारे मन के संकल्पों में भी वो दृढ़ता आ जायेंगी। हमारी वाणी में भी वो शक्ति आ जायेंगी। हमारे आचरण में भी श्रेष्ठ आचरण स्वत: होने लगेंगे। तो इसीलिए कहा अ, ऊ, और म। लेकिन आज ये तीनों अलग-अलग दिशाओं में चल रहे हैं। कभी-कभी मन में बहुत सुंदर विचार आते हैं। लेकिन जब व्यक्त करने जाते हैं तो कुछ और ही निकल आता है। बाद में हमें माफी मांगनी पड़ती है। कि प्लीज आप मेरे मन के भाव को समझने का प्रयत्न करना, मेरे शब्दों की तरफ ध्यान नहीं देना।

खुशियों से भर दी जिंदगानी हमारी

(ब्र.कु.सूर्य)



संकल्प करें-हम सबेरे उठते ही अपनी दिनचर्या की शुरुआत प्रसन्नता से ही करेंगे। स्वयं में दृढ़ता ले आएँ कि हमारी खुशियों को कोई छिन नहीं सकता । खुशी पर मेरा सम्पूर्ण अधिकार है। बातें तो आयेंगी और चली जाएँगी।

जिसके घर में स्वयं भगवान मेहमान बनकर आ जाये, वही यदि खुश नहीं होंगे तो भला कौन होगा ? जिनके द्वार पर स्वर्ग की बादशाही हाथ में वरमाला लिए खड़ी हो, वही यदि आनंदित नहीं होंगे तो भला और कौन होगा ? भगवान स्वयं अपना धाम छोड़कर हमारे पास आया, खुशियों के खजाने लाया, मीठे बच्चे कहकर उसने हमारी जन्म-जन्म की कड़वाहट मिटा दी। अपनापन देकर हमारे कष्ट हर लिए। सिर पर हाथ रखकर हमारे सभी बोझ नष्ट कर दिए। हमारे चित्त में तो खुशियों की शहनाईयाँ बजनी चाहिए।

खुशी सचमुच एक महान खजाना है। जिसका चेहरा खुशियों से चमकता हो, जिसका मन खुशियों में छलाँगें मारता हो, तनाव व बीमारियाँ तो उसके पास फटकने का नाम भी नहीं लेंगी। मुस्कुराईये और समस्या भगाईये - इस उक्ति को अपने जीवन का मूल मंत्र बना लें और लक्ष्य ले लें कि हमें खुशी के खजाने से इतना भरपूर रहना है कि हमारे चेहरे को देखकर सभी के गम विलीन हो जायें, सभी के मन पर छायी हुई काली छाया अदृश्य हो जाए और सभी खुशी में जीवन जीना सीख जायें।

कलियुग के इस कलिकाल में साधनों की प्रचुरता होते हुए, भौतिकता का विकास होते हुए, साइंस व टेकनोलॉजी के प्रगति के पथ पर चलते हुए, जहाँ चारों ओर महंगाई आसमान छूने लगी है, खुशी भी इससे अछूती नहीं रही है। महंगी और दुर्लभ होती हुई खुशी के अभाव में लोगों ने लॉफिंग क्लब खोल दिए हैं। परंतु पैसा खर्च करने के उपरांत भी खुशी में वृद्धि होती हुई प्रतीत नहीं होती। आइये जरा इसके कारणों पर नजर डालें -

संबंधों में बढ़ता हुआ स्वार्थ, परिवारों में अपनेपन का अभाव, एक-दूसरे से अत्यधिक कामनाएँ, काम, क्रोध व अहंकार का बढ़ता हुआ प्रकोप, पैसे की बढ़ती हुई आकांक्षा, मनुष्य के मन के छोटे व नेगेटिव विचार और कुछ कुटिल संस्कार मनुष्य की खुशी छिन रहे हैं। जब तक मनुष्य अपनी खुशी के लिए दूसरों की ओर निहारता रहेगा, तक तक वह खुशी से अपना दामन नहीं भर पाएगा। किसी की खुशी यदि पराधीन हो जाए तो उसकी खुशी निश्चित रुप से अति निर्बल भी होगी। आओ हम सभी इन कारणों का निवारण करें और खुशी के खजाने से अपना भण्डार भर लें।

आओ हम संकल्प करें कि हम सबेरे उठते ही अपनी दिनचर्या की शुरुआत प्रसन्नता से ही करेंगे। स्वयं में दृढ़ता ले आएँ कि हमारी खुशियों को कोई छिन नहीं सकता । खुशी पर मेरा सम्पूर्ण अधिकार है। बातें तो आयेंगी और चली जाएँगी। बातें अस्थायी हैं और खुशी स्थायी। बातों का कोई मूल्य नहीं है और खुशी एक अनमोल खजाना है। बातों को हल्के रुप से लें, बातों को ज्यादा महत्व ना दे, बातों के प्रति अपना दृष्टिकोण विशाल व पॉजिटिव बनाएँ तो व्यर्थ की बातें हम पर बुरी छाप नहीं डालेंगी।

हम भगवान के बच्चे हैं, उसे कैसा लगता होगा जब वो देखता होगा कि उसके बच्चे भी खुश नहीं रहते। जिन्हें उसने बहुत प्यार से पाला है, जिन्हें वो अथाह खजाने प्रदान करने आया है, जिन्हें वो निरंतर मदद कर रहा है, उनके बोझ हर रहा है, वो भी छोटे-छोटे कारणों से यदि प्रसन्नता को नष्ट कर देंगे तो कैसा लगेगा उस परमपिता को जो अपनी महान आत्माओं को विश्व मंच पर प्रख्यात करना चाहता है। हमें खुश रहना है ताकि हमारे परमपिता खुश हो जाएँ और खुश होकर वो हमें वरदान प्रदान करें।

सबेरे उठते ही खुले मन से सोचें -मैं इस धरा पर बहुत-बहुत भाग्यवान हूँ जो स्वयं भाग्यविधाता मुझे सर्वश्रेष्ठ भाग्य देने आ गया है...मेरे जैसा खुशनसीब कोई नहीं...आँख खुलते ही मेरा प्रभु से मिलन होता है...मेरे जैसा खुशनसीब भला कौन होगा...जिसे स्वयं भगवान रोज प्यार करता है... स्वयं भगवान मुझे ब्रह्मा भोजन कराता है... मेरी हर बात सुनता है... मैं बहुत सुखी हूँ...अपने प्राणेश्वर परमपिता से इस तरह बातें करें कि हे प्यारे बाबा, हम आपको पाकर बहुत संतुष्ट हो गए...आपसे हमारा मिलन हुआ तो हमारे जीवन की धारा ही बदल गयी...हम इस भव सागर में, जीवन की यात्रा में अकेले ही थे... हमारी राहों में आप हमारे साथी बन गए... इस तरह के विचारों से रोज सबेरे अपने मन को खुशियों से भरें तो खुशी अविनाशी होती जाएगी।

यदि किसी के बोल आपकी खुशी को छिनते हैं तो ध्यान दें कि मनुष्यों के बोल से बहुत ज्यादा प्रभावशाली हैं - सर्वशक्तिवान के बोल। जब आपको कोई बुरा बोलता है तो आप उनके बोल पर ध्यान ना देकर, उनके वचनों को बार-बार स्मरण ना करके परमात्म महावाक्यों को याद करें। तो मनुष्यों के वचनों का प्रभाव नष्ट हो जाएगा और ईश्वरीय वचन आपको खुशी से भरपूर कर देंगे।

यदि जीवन की विकराल समस्याएँ आपको खुश नहीं रहने देतीं तो इस तरह चिंतन करें कि वास्तव में समस्याएँ उतनी बड़ी नहीं हैं, जितनी बड़ी वो हमें प्रतीत हो रही हैं। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मेरे समक्ष ये समस्याएँ अधिक समय तक नहीं ठहरेंगी। समस्याएँ आयी हैं तो चली भी जाएँगी। ये मुझे शक्तियाँ देने आयी हैं। मेरे सोये हुए विवेक को जगाने आयी हैं। मेरा साथी तो स्वयं भगवान है। जहाँ हम दोनों का साथ है, वहाँ समस्याएँ निर्बल हैं। तो यदि समस्याएँ बढ़े तो आप अपनी शक्तियों को बढ़ा दें, अपनी स्मृतियों को अधिक शक्तिशाली बना दें तो समस्याएँ समाप्त हो जाएँगी।

अपने चिंतन को महान बनाने वाले कभी उदास नहीं हो सकते। स्वमान में स्थित रहकर अपने चिंतन को पॉजिटिव करते चलें । रोज ब्रह्ममूहूर्त में परमात्म मिलन से मन में अलौकिक खुशी का संचार करते चलें। प्रतिदिन ईश्वरीय महावाक्य सुनकर छोटी-मोटी बातों के प्रभाव को समाप्त करते चलें और खुशी बाँटते चलें तो खुशी डबल होकर आपके पास आती रहेगी। सबका परम कर्त्तव्य है कि अपने-अपने घरों में खुशी का माहौल पैदा करें। कोई भी बात हो जाए, उसे तूल ना देकर जल्दी से जल्दी समाप्त करके आगे बढ़े तो आपका जीवन खुशियों से इतना हरा-भरा हो जाएगा कि उसकी छाप अनेक आत्माओं पर पड़ेगी और सभी खुश रहने की कला सीख जायेंगे।

कथा सरिता

'मैं' जाएगा तो स्वर्ग आएगा

शास्त्रों के प्रसिद्ध ज्ञानी एवं प्रख्यात संत माधवाचार्य के एक शिष्य का नाम कनकदास था। किसी ने उनसे पूछा -''क्यों कनकदास! क्या मैं स्वर्ग जाऊंगा?'' कनकदास ने उत्तर दिया -'जब मैं जाएगा, तब ही तो तू जाएगा।' सुनने वाले को लगा कि कनकदास को अभिमान हो गया है। उसने इस बात की शिकायत माधवाचार्य से की।

माधवाचार्य कनकदास को अच्छे से जानते थे। उन्हें पता था कि न केवल कनकदास निरहंकारी है, वरन वो अल्प शब्दों में गंभीर ज्ञान प्रदान करने वाले व्यक्ति हैं। उन्होने कनकदास को बुलाकर इस घटना के बारे में पूछा, तो कनकदास ने सिर हिलाकर उसकी सत्यता की पुष्टि की। बाकी शिष्यों में कानाफूसी प्रारंभ हो गई। तब माधवाचार्य ने हलके से हँसकर कनकदास से पूछा -''अच्छा, ये बताओ कनकदास! क्या तुम स्वर्ग जाओगे?'' कनकदास बोले -''गुरूदेव! जब मैं जाएगा, तभी तो मैं जा पाऊँगा।'' माधवाचार्य बाकी शिष्यों को समझाते हुए बोले -''कनकदास का भाव यह है कि जब मैं अर्थात अहंकार जाएगा, तभी तो हम स्वर्ग के अधिकारी बन पाएँगे।'' जरा भी पद का या विशेषता का अभिमान है तो पतन निश्चित है।

मातृभक्ति

एक समय हजरत मूसा को अहंकार हो गया था। एक दिन उन्होने खुदा से पूछा -'परवरदिगार! जन्नत में मेरे पास कौन महापुरूष होगा? खुदा ने कहा -मूसा! तेरे पड़ोस में एक बढ़ई रहता है। वही जन्नत में भी तेरा पड़ोसी होगा। मूसा हैरान हो गए। टूटी-फूटी झोपड़ी में रहने वाले इस बढ़ई को खुदा को याद करते हुए कभी नहीं देखा। वह तो पेड़ के नीचे बैठकर दिन भर काम करता रहता है। वह मेरी बराबरी में कैसे बैठेगा? मूसा परेशान हो गए। फिर उन्होने बढ़ई से मिलने की ठानी। मूसा जब बढ़ई से मिलने पहुंचे तो वह घर जाने की तैयारी में था। मूसा को देखते ही वह बोला -'पैगम्बर साहब! मैं आपकी सेवा में थोड़ी देर में हाजिर होता हूँ। इसके लिए मुझे माफ कीजिएगा।' यह कहते हुए वह अपनी झोपड़ी में चला गया और काफी देर वापिस नहीं लौटा। बढ़ई को ज्यादा देर लगते देख मूसा ने उसकी झोपड़ी के दरवाजे में से देखा कि वह क्या कर रहा है? वह देखकर हैरान रह गए। बढ़ई अपनी बूढ़ी मां को रूई के फाहे से दूध पिला रहा था। हड्डियों का ढांचा रह गई मां लेटी हुई थी और अपने पुत्र को वात्सल्य भाव से देख रही थी। दूध पिलाने के बाद वह मां को अच्छी तरह चादर ओढ़ाकर उसके पैर दबाने लगा। तब मां ने उसे आशीर्वाद देते हुए कहा -'बेटा! मेरी दुआ है कि खुदा तुझे खूब सुख दे और जन्नत में तुझे हजरत मूसा जैसा स्थान मिले।' वृद्धा की बात सुनकर हजरत मूसा को खुदा के वचन याद आ गए। वे झोपड़ी में गए। बढ़ई ने उनसे देरी के लिए माफी मांगी, तो वे उसे गले लगाकर बोले -'भाई! तेरी बंदगी महान है। खुदा जिससे खुश हो, उस राह का पता तुझे मालूम है।' वस्तुत: माता-पिता की सेवा हजारों धर्म-कर्म से बढ़कर पुण्य का सृजन करती है।

मौन - शिक्षा

बुद्ध से मिलने एक घुमक्कड़ साधु आया। बुद्ध से आकर कहा, भगवन मेरे पास न बुद्धि है, न चातुर्य, न शब्द, न कुशलता है। अत: मैं कोई प्रश्न अथवा जिज्ञासा कर सकने की स्थिति में भी नहीं हूँ। यदि मुझे पात्र समझें तो मेरे योग्य जो कुछ भी कह सकें कह दें। घड़ी भर के लिए बुद्ध मौन हो गये। साधु भी शांत बैठा रहा। कौतुहलवश सभी भिक्षु उन्हें निहारते रहे। अचानक देखा कि साधु की आँखों से आँसुओं की धारा बहने लगी उसने महात्मा बुद्ध को साष्टांग प्रणाम किया और धन्यवाद देते हुए बोला -बड़ी कृपा की भगवन! आज मैं धन्य हो गया और नाचता-गाता, गुनगुनाता चला गया। हतप्रभ शिष्य मण्डली देखती रह गई। बुद्ध ने उससे एक शब्द भी नहीं बोला, फिर आखिर उस साधु के अंदर उस घड़ी क्या घट गया! जो उसने परम आनंद की स्थिति का अनुभव कर लिया।

बुद्ध ने मौन तोड़ते हुए कहा -आनंद उसे इशारे भर की जरूरत थी और वह मेरे मन ने कही और उसके मन ने ग्रहण कर ली। वह स्वच्छ व दिव्य आत्मा थी इसलिए उसके पवित्र निर्मल मन ने धारण कर लिया।

संत का धैर्य

महाराष्ट्र में एकनाथ नाम के विख्यात संत हुए हैं। उनका आचरण स्नेह और उदारता से भरा होता था। एक बार उनके विरोधियों ने तय किया कि किसी भी तरह एकनाथ को गुस्सा दिलाया जाए। इसके लिए एक आदमी को चुना गया। उसने पहले तो इनकार किया, किंतु पैसों का लालच देने पर वह मान गया। अगले दिन जब संत एकनाथ पूजा कर रहे थे, तो वह आदमी उनके घर में घुस गया और बिना कुछ बोले उनकी गोद में जाकर बैठ गया। एकनाथ ने विचलित हुए बिना कहा -'वाह! तुम्हारे इस प्रेम से मुझे बड़ा सुख मिला है।' थोड़ी देर बाद वह आदमी उठकर एक ओर बैठ गया। जब एकनाथ की पत्नी ने संत के लिए भोजन की थाली लगाई, तो एक थाली उस आदमी के लिए भी परोसी। जैसे ही एकनाथ की पत्नी थाली लेकर उस आदमी के पास आई, वह उनकी पीठ पर सवार हो गया। यह देखकर एकनाथ ने पत्नी से कहा -'देखना, कहीं यह भाई तुम्हारी पीठ से गिर न जाए।' पत्नी भी उतने ही स्नेह से बोली -'आप चिंता न करें। मुझे अपने बेटे को पीठ पर लादे रहने से इसका बड़ा अभ्यास हो गया है।' दोनों पति-पत्नी की इस सहृदयता और धैर्य को देखकर वह आदमी अत्यंत लज्जित हुआ और एकनाथ के चरणों में गिरकर बोला -'महाराज! आप मुझे क्षमा कीजिए। मुझ से आपके विरोधियों ने कहा था कि यदि तुम एकनाथ को गुस्सा दिला दोंगे, तो हम तुम्हें सौ रूपए देंगे। मैंने पैसों के लोभ में आकर ऐसा किया।' तब एकनाथ ने उसे गले लगाते हुए कहा -'भाई! इस बात को भूल जाओ। आओ, हम साथ भोजन करें।'

सार यह है कि बुराई का प्रतिकार अच्छाई से ही संभव है। यदि दुष्टता का जवाब स्नेह और सहनशीलता से दिया जाए, तो दुष्ट का भी हृदय परिवर्तन हो जाता है।

चवन्नी

किसी मोहल्ले में एक लड़का रहता था, उसके दोस्त हमेशा उसका मजाक उड़ाते थे। वे उसे चवन्नी और एक रूपये का नोट दिखाकर पूछते थे कि 'इनमें से तुम्हें क्या चाहिए?' वह लड़का हमेशा चवन्नी चुनता था इसलिए उसके दोस्त उसे बुद्धू समझते थे। सभी लड़के उसका मजाक उड़ाते थे क्योंकि वह एक रूपये का नोट छोड़कर हमेशा चवन्नी लेता था। अब वे हर दिन किसी नये मित्र को अपने साथ लेकर आते और कहते कि 'हमारे यहाँ एक ऐसा बुद्धू लड़का रहता है, जिससे हम पूछते हैं कि एक रूपया चाहिए या चवन्नी तो वह हमेशा चवन्नी ही चुनता है।' फिर वे उसी प्रयोग को दोहराते।

एक दिन किसी ने उस बुद्धू लड़के से पूछा, 'जब सामने वाला तुम्हें एक रूपया दिखाता है और साथ में एक चवन्नी भी होती है तो तुम हमेशा चवन्नी ही क्यों चुनते हो? क्या तुम्हें पता नहीं कि चवन्नी से बड़ा एक रूपया है? तब उस बुद्धू लड़के ने जवाब दिया, 'मुझे मालूम है मगर मैं एक रूपये का नोट ले लूँगा तो उसके बाद ये लोग यह खेल खेलना बंद कर देंगे, फिर मुझे जो रोज चवन्नी मिल रही थी, वह नहीं मिलेगी। आज मेरे पास हर दिन मिलने वाली चवन्नी से जो कई रूपये जमा हो गये हैं, वे नहीं होते।' इसे कहते हैं, छोटे लाभ मगर बड़ी हानि। आप जानते हैं कि वह लड़का अपने आपमें किस तरह की आदत डाल रहा था। उस आदत से जीवन में अस्थायी लाभ तो हो जाते हैं मगर बाद में इंसान को उसकी बड़ी कीमत चुकानी पड़ती है। जैसे एक इंसान कहीं जा रहा था और उसे रास्ते में चवन्नी मिल गयी। उस दिन के बाद उस इंसान को नीचे देखकर ही चलने की आदत पड़ गयी। उसे हमेशा लगता शायद फिर से चवन्नी मिल जाये। उस दिन के बाद उसने कभी आसमान की तरफ नहीं देखा। केवल कुछ चवन्नियों की वजह से उसने आसमान खो दिया। आध्यात्मिक पथ पर चलने वाले राही को भी यह ध्यान रखना चाहिए कि महान प्राप्ति का लक्ष्य लेकर चलते-चलते कहीं वह भी चवन्नी जैसी स्थूल प्राप्तियों में तो उलझ कर नहीं रह गया है। मान-शान, वैभव व स्थूल धन के पीछे परमात्म-प्राप्तियों को न खो दें।

बरेली। उत्तराखण्ड के मुख्यमंत्री विजय बहुगुणा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सरोज। साथ हैं ब्र.कु.तिलक।

दिल्ली (पालमविहार)। 77 वीं शिवजयंति के पर्व पर आयोजित कार्यक्रम में पुलिस कमिश्नर आलोक मित्तल, ब्र.कु.उर्मिल तथा अन्य।

डूंगरपुर। 77 वीं शिवजयंति कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए जिला प्रमुख भगवती लाल, प्रियकांत पण्डया, गजेन्द्र सिंह, ब्र.कु.विजयलक्ष्मी।

कटक। प्रशासक वर्ग सम्मेलन के सम्मेलन में उड़ीसा सरकार के मुख्य सचिव टी.रामचन्द्रन, आईपीएस अनुप पटनायक, ब्र.कु.आशा, ब्र.कु.हरीश व अन्य।

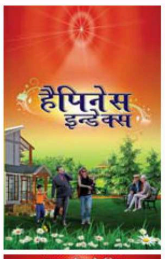
फर्रूखाबाद। शिव ध्वजारोहण के पश्चात श्रम संविदा बोर्ड के अध्यक्ष सतीश दीक्षित, डॉ.अनारसिंह यादव, ब्र.कु.मंजु, प्रभु स्मृति में खड़े हैं।

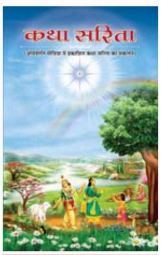
गया। तिब्बतियन तन्जैन जी तथा अन्य तिब्बती भाईयों को आध्यात्मिक ज्ञान देने के पश्चात ब्र.कु.बिन्नी, ब्र.कु.सुनिता तथा अन्य।

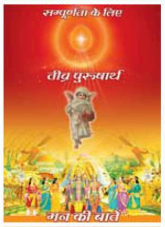
आपकी खुशी आपके पास

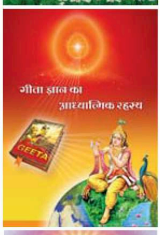
क्या आप अशांत हैं, क्या आप अवसाद के दौर से गुजर रहे हैं, क्या आपके मिजाज को क्रोध ने वश कर लिया है, क्या आप तनाव से ग्रस्त हैं। क्या आपने कभी सोचा है मन की शांति के लिए रिमोट कंट्रोल आपके पास है। देखिए नॉन स्टॉप, बिना किसी विज्ञापन के, आध्यात्मिकता के गुह्य रहस्यों को स्पष्ट करता हुआ ''पीस ऑफ माइंड चैनल, आपके शहर में उपलब्ध है। Enquiry M. -8140211111, channel -697

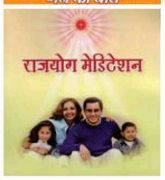
सूचना- ओमशान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने वाले भाइयों की आवश्यकता है। ईमेल, वेबसाइड तथा साफ्टवेयर की जानकारी रखने वाले भाई की भी आवश्यकता है। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें -
E-mail-
mediabkm@gmail.com,
Mob.-8107119445

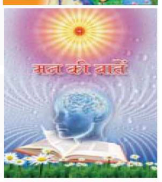












सूचना

आप सभी भाई-बहनों की मांग पर राजयोग प्रवचन माला की पुस्तक 'राजयोग मेडिटेशन' नवीन संस्करण के साथ, भगवान कौन? की गीता का आध्यात्मिक रहस्य पुस्तक, हैप्पीनेस इंडेक्स, कथा सारिता उपलब्ध है। इसे आप ओम शांति मीडिया, शांतिवन कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं।

सफलता ..

करते हैं। वह बच्चा उत्साहित होता है और तत्परता से बेहतर करने की कोशिश करता है। जब आप कुछ नया सीख रहे होते हैं तो क्या आप इसी रूप में अपने आपको प्रोत्साहित करते हैं? या आप सीखना ज्यादा कठिन बना लेते हैं, क्योंकि आप अपने आपको कहते हैं कि तुम मूर्ख हो या अनाड़ी हो या विफल हो?

प्रश्न -मैं एक माता हूँ। दस वर्ष से ज्ञान में हूँ। मेरी समस्या यह है कि मुझे मुरली में हमेशा ही नींद आती है। योग में नींद नहीं आती। मुझे बहुत लज्जा भी आती है। इसका हल बतायें..?

उत्तर - मुरली का रस अनुपम है। इस रस से वंचित होना कोई पूर्व जन्म की ही बाधा है। इसके लिए इक्कीस दिन तक आधा घण्टा प्रतिदिन योग करें, इस संकल्प के साथ कि पूर्व जन्म की यह बाधा, जिसके कारण मुरली के समय नींद आती है, नष्ट हो जाए। प्रतिदिन सबेरे उठते ही सात बार याद करें -मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ व निद्राजीत हूँ। नींद की कमी भी मुरली में सुलाती है। कई लोग जो दो या तीन बजे सबेरे उठते हैं, वे भी मुरली में सो जाते हैं। अत:नींद पूरी करना भी आवश्यक है। सबेरे खाली पेट दस मिनट तक अनुलोम विलोम प्राणायाम भी करें, इससे ब्रेन को आक्सीजन जाएगी और नींद समाप्त हो जाएगी। साथ-साथ मुरली को ज्यादा से ज्यादा लिखा करें।

प्रश्न -भ्राताजी, आजकल तंत्र मंत्र का प्रभाव बहुत बढ़ रहा है। माताएं इस काम में ज्यादा लगी हुई हैं। अपने ही अपनों को सता रहे हैं। इससे बचने के लिए हम क्या करें?

उत्तर - तंत्र-मंत्र भी संकल्प शक्ति ही है। हमारे पास सबसे शक्तिशाली संकल्प है...मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ...परमात्म-शक्तियां मेरे पास हैं, स्वयं सर्वशक्तिवान मेरे सिर पर छत्रछाया है। इसलिए दृढ़ता पूर्वक संकल्प कर दो कि मुझ पर इन सबका कोई असर हो नहीं सकता। बस आप सुरक्षित रहेंगे। याद रखें -यदि डरेंगे तो इनका असर होगा। जो आत्माएँ मास्टर सर्वशक्तिवान के नशे में रहते हैं व निर्भीक हैं, तंत्र मंत्र, भूत प्रेत, ब्लैक मैजिक उन पर प्रभाव नहीं डाल सकता। प्रतिदिन सबेरे सात बार अच्छी तरह अभ्यास कर लो कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। इससे आपके चारों ओर शक्तिशाली प्रभामण्डल निर्मित हो जाएगा। जो लोग इस पाप के कार्य में लगे हुए हैं उनका पाप दिनोदिन बढ़ता ही जाता है और अंतत: उनकी दुर्गति होती है। ऐसे पाप कर्म में लगे तांत्रिक भी दुर्गति को पाते हैं। इसी जीवन में उनकी अधोगति हो जाती है और मृत्यु के बाद वे भी भटकते रहते हैं। इसलिए इस पापकर्म में प्रवृत्त नहीं होना चाहिए।

प्रश्न -मैं एक ब्रह्माकुमारी बहन हूँ। मैंने अपना जीवन पांच वर्ष पूर्व ईश्वरीय कार्य हेतु समर्पित कर दिया है। अब मैं एक सफल टीचर बनना चाहती हूँ, मुझे क्या-क्या करना होगा?

उत्तर - अति सुंदर अभिलाषा है आपकी। यह देखकर ही भगवान आप पर राजी है। पहले तो यह जानना आवश्यक है कि सफल टीचर किसे कहते हैं? मैं इसके लिए पांच मापदण्ड प्रस्तुत कर रहा हूँ। ज्ञान हमें ज्ञान के सागर ने दिया है। वही ज्ञान हम दूसरों को दे रहे हैं अत: निमित्त भाव रहे, अहं भाव न आये। जीवन समर्पित किया है, पवित्रता का मार्ग अपनाया है, जो इसमें दृढ़ हैं, वे ही सफल हैं। अमृतवेला व मुरली में जिन्हें सम्पूर्ण रस है व रूचि है वे ही सफल टीचर हैं। जो ज्यादा समय योगयुक्त हैं व स्वमानधारी हैं, वही सफल टीचर हैं। जिनका

चित्त क्रोध अग्नि से मुक्त निर्मल है, सभी के लिए शुभ भावनाओं से भरा है तथा जो तेरे-मेरे से मुक्त हैं, वे ही सफल टीचर हैं। आप चिन्तन करें -अद्भुत त्याग है आपका, आपने श्वेत वस्त्र धारण किये हैं, आपको सभी आदर्श रूप में देखना चाहते हैं। तो त्याग निष्फल न जाए। स्वयं को ईश्वरीय खजानों से भरपूर कर लेना है। क्योंकि अब देने का समय आ रहा है। दृष्टि से व वायब्रेशन्स से ही सेवा करनी होगी। बस लक्ष्य को पाने में जुट जाएं। बातों में नहीं रहना है, कौन क्या कर रहा है -इसमें तनिक भी रूचि नहीं रखनी है। जिसके लिए जीवन समर्पण किया है, बस वही करना है। लक्ष्य बहुत महान है और बातें बहुत छोटी हैं। ज्ञान चिन्तन से ज्ञान खजाने को बढ़ायें। अच्छे वक्ता बनने का लक्ष्य बना लें। प्रतिदिन योग चार्ट चार घण्टे से अधिक हो। स्वमानधारी होकर रहें। सरलचित्त व मृदुभाषी बनकर रहें। लक्ष्य बना लें कि मुझे सबको सुख देना है। मुझे दुख हरने है। आपकी भावनाएँ आपको अवश्य महान बनायेगी। आप पवित्र इष्ट देवी हैं। हम भी आपका सम्मान करते हैं।

प्रश्न -मैं अलौकिक टीचर हूँ। परन्तु हमारी क्लास में स्टुडेन्ट नहीं बढ़ते। हम सेवा की बहुत मेहनत करते हैं परन्तु सफलता नहीं होती। उपाय जानना चाहते हैं।

उत्तर - आप दो विधि अपनायें। प्रथम -इक्कीस दिन की योग भट्टी करें। एक घण्टा प्रतिदिन पावरफुल योग करना है। योग से पूर्व ये स्वमान पांच-पांच बार याद करने हैं। मैं इष्ट देवी हूँ, मैं पूर्वज हूँ, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और मैं विश्व कल्याणकारी हूँ। फिर योग करेंगे। योग के बाद आप आत्माओं का आहवान करें। छत पर जाकर या वहीं बैठकर संकल्प करें कि हमारे आसपास देवकुल की जो भी आत्माएं हों, वे सब बाबा के पास आ जाएँ। तुम्हारा परमपिता तुम्हें बुला रहा है, आ जाओ। जिनसे तुम मिलना चाहते थे, वह तुमसे मिलने आ गया है, आ जाओ। ऐसा करने से देवकुल की आत्माएं आकर्षित होकर आयेंगी। यदि हम प्रति माह यह भट्टी कर लें तो कमाल हो जाए। दूसरा -सबेरे उठकर इक्कीस बार संकल्प करो कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ..फिर मन में एक विजन (दृश्य) बनाओ कि दो वर्ष में हमारा हॉल भाई-बहनों से भरा हुआ है और मैं मुरली सुना रही हूँ। हमारी क्लास में 200 स्टूडेन्ट हैं।

प्रश्न -हमें योग के प्रयोग बहुत अच्छे लगते हैं। कोई नया सफल प्रयोग हम सुनना चाहते हैं।

उत्तर - मध्यप्रदेश में इंदौर के समीप राजपुर की एक माता ने फोन पर बताया कि उसका एक आठ वर्ष का लड़का बहुत हाइपर एक्टिव है अर्थात बहुत तेज है। रोज टीचर को रूलाकर आता है। सब उससे तंग हैं। उसे कोई भी अपने स्कूल में लेना नहीं चाहता। हम क्या करें। उसे राजयोग की कुछ विधियां बताई और इक्कीस दिन तक उस माता ने लगन से प्रयोग किये। इक्कीस दिन में ही बच्चा नार्मल हो गया। बच्चे को हमसे मिलाया गया।

उसे एक घण्टा प्रतिदिन बच्चे के लिए योग करना था। दस मिनट प्रतिदिन बच्चे के ब्रेन को एनर्जी देनी थी। उसे पानी व भोजन चार्ज करके ही देना था। यह सब उसने तत्परता से किया। घर में सम्पूर्ण शान्ति हो गयी। बच्चा स्वीट हो गया।

दिल्ली (राजपुर रोड)। शिवजयंति के पर्व पर शिवध्वजारोहण करते हुए डिवि.कमिश्नर धर्मपाल सिंह, ब्र.कु.मीरा तथा अन्य।

भाती (वंकानेर)। गुजराती फिल्म अभिनेत्री किरण आचार्य, ब्र.कु. शैला व ब्र.कु. सारिका।

अबोहर। शिवजयंति पर सुरक्षा बल के डीआईजी अश्विनी शर्मा, पुलिस अधीक्षक वीरेन्द्र बराड़, ब्र.कु.पुष्प, ब्र.कु.राजसदोष तथा अन्य।

नागपुर। नवनिर्मित सेवाकेन्द्र का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.उषा, ब्र.कु.पुष्पा तथा अन्य।

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरूषार्थ

प्रथम सप्ताह

हम सभी क्रोधमुक्त होने का पुरूषार्थ कर परमात्म दुआएं प्राप्त करेंगे :

स्वमान -मैं मास्टर शांति का सागर हूँ।

योगाभ्यास- मेरे सिर के ऊपर विशाल कल्पवृक्ष है...मैं सारे कल्पवृक्ष को पवित्रता, शान्ति व शक्ति के वायब्रेशन्स दे रहा हूँ...मैं परमधाम निवासी बीजरूप बाप के साथ कम्बाइंड होकर मास्टर बीजरूप स्थिति में स्थित हो कल्पवृक्ष को लाइट-माइट दे रहा हूँ...सर्व आत्माओं की कमजोरियां समाप्त हो रही हैं...विकार नष्ट हो रहे हैं...सर्व आत्माएं सुख, शांति का अनुभव कर रही है।

क्रोधमुक्त बनने के लिए सहज पुरूषार्थ करने के लिए उसके कारण व निवारण

क्रोध आने के कारण - व्यर्थ संकल्प क्रोध का बीज है। अभिमानवश या बदले की भावना के वशीभूत होने पर। किसी के द्वारा झूठ बोलने पर, मेरा कहना क्यों नहीं मानता?, ईर्ष्या व अनावश्यक इच्छाएं पूर्ण न होने पर, झूठे आरोप लगाने पर, इसने ऐसा क्यों किया, सेवा में समय पर क्यों नहीं आते, अपने को सुधारता क्यों नहीं है।

क्रोध से होने वाला नुकसान - क्रोध आत्मा की शक्तियों को जला देता है। क्रोध से एकाग्रता नष्ट हो जाती है। क्रोध से सम्बन्धों में कड़वाहट आ जाती है। क्रोध विवेक को नष्ट कर देता है। क्रोध से दु:ख मिलता है। क्रोध से जीवन नीरस, असंतुष्ट हो जाता है। क्रोध बने कार्य को बिगाड़ देता है। क्रोध से संगठन टूट जाता है। क्रोध अनेक बीमारियों को जन्म देता है। क्रोधी से हर कोई दूर रहता है।

क्रोध निवारण के सूत्र - क्रोध मुक्ति के लिए हम कुछ स्वमान चूनकर उसका स्मृति-स्वरूप बनकर रहेंगे। मैं पीस हाउस हूँ....मैं शान्ति का फरिश्ता हूँ...मैं शांतिदूत हूँ...मैं शीतल योगी हूँ....मैं शीतला देवी हूँ...मैं मास्टर शांति का सागर हूँ...मैं हूँ ही शांत स्वभाव वाला...शांत रहना मेरा स्वभाव है...सबको शांति का दान देना ही मेरा परम कर्त्तव्य है...मैं शांत चित्त वाला हूँ...मैं शांति का सकाशदाता हूँ...शांति स्थापन के लिए ही मैं इस धरा पर अवतरित हुआ हूँ...मेरे से निरंतर शांति के वायब्रेशन्स चारों ओर फैल रहे हैं..सबका चित्त शांत हो गया..सब आत्माएं शांति की अनुभूति कर रही हैं।

द्वितीय सप्ताह

स्वमान -मैं भगवान का वारिस हूँ।

हर माँ-बाप की ख्वाहिश होती है कि उनका बच्चा वारिस अर्थात योग्य बने, उन्हीं के जैसा या उनसे भी बेहतर बने, ऐसा वारिस जो उनके कार्य को आगे बढ़ाये, उनके हर सपने को पूरा करे, समाज और संसार में उनका नाम रोशन करे, हमारे अलौकिक मात-पिता बापदादा भी हमसे ऐसी ही आशा रखते हैं ना? क्या हम अपने मात-पिता की आशाओं को पूर्ण करने वाले वारिस बच्चे नहीं बनेंगे? अवश्य हम उनके समान बनेंगे।

योगाभ्यास - (अ) वारिस वो जो एक के लव में लीन रहे - जिस मात-पिता ने हमें अलौकिक जन्म दिया, ज्ञान रत्नों से हमारा श्रृंगार किया, हमें जीवन जीना सिखाया, इतना योग्य बनाया, हमारे सारे दु:ख दूर किये, अपना सब कुछ हम पर न्यौछावर कर दिया, ऐसे मात-पिता के लिए हम क्या न कर जाएं, स्वयं से ऐसी बातें करते हुए बाबा के प्यार में मग्न हो जायें...।

(ब) वारिस वो जो छोटे बच्चे की तरह अपने सारे बोझ अपनी अलौकिक माँ को सौंपकर हल्का हो जाए...तो हम जो भी जिम्मेवारियों का बोझ, मैं-पन व मेरे-पन के कारण ढोकर चल रहे हैं, जिस स्वभाव, संस्कार, वस्तु वा व्यक्ति से परेशान हो रहे हैं, उस बोझ को बापदादा को सौंपकर हल्के रहने का अनुभव बढ़ाते चलें...।

(स) वारिस वो जो मात-पिता की हर आज्ञा का पालन करे -वर्तमान आज्ञा है सेकण्ड में परमधाम में अपने अनादि स्वरूप ज्योति स्वरूप में स्थित हो जाएं, फिर सूक्ष्म वतन में अपने फरिश्ते स्वरूप में स्थित हो जाएं। क्रोध मुक्त की गिफ्ट जो शिव बाबा को दे दी है उसे पुन: वापस लेकर यूज न करें।

धारणा -परिवार की भावना रखने वाला (फैमिली नेचर) -शिव भगवानुवाच - ''वारिस बच्चा हर कार्य में चाहे मनसा, चाहे वाचा, चाहे कर्मणा, चाहे सम्बन्ध-सम्पर्क में फैमिली नेचर वाला होगा। फैमिली का अर्थ होता है एक-दो को जानना और एक-दो को समझकर चलना। तो वारिस, परिवार में भी ठीक होगा और चारों निश्चय भी उसके प्रैक्टिकल लाइफ में होंगे। वह सारे परिवार का प्यारा होगा। कोई का प्यारा और कोई का नहीं, नहीं।''

चिन्तन - वारिस अर्थात हर श्रीमत पर चलने वाला - संकल्प, बोल, कर्म, दृष्टि, वृत्ति, व्यवहार, तन, धन, जन, दिनचर्या आदि के लिए बापदादा ने क्या-क्या श्रीमत दी है? अलग-अलग निकालें। बाबा की साकार और अव्यक्त मुरलियों से श्रीमत की माला बनायें।

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! प्यारे बापदादा को वारिस बच्चों की आवश्यकता है जो उनकी शिक्षाओं को अपने जीवन में पूरी तरह उतारकर सारे संसार में उन्हें प्रत्यक्ष करें। बाबा का बनकर भी हम वारिस बच्चा न बन सकें तो शायद हम खुद ही खुद को माफ नहीं कर पायेंगे। जैसे बाबा ने कहा कि वारिस अर्थात बाबा ने कहा और बच्चे ने किया। तो आओ हम सभी यह दृढ़ संकल्प करें कि बाबा आप जो भी कहेंगे, उसे मैं अवश्य पूर्ण करूंगा। आपका नम्बरवन वारिस बच्चा बनकर दिखाऊंगा।

अहमदाबाद (लोटस हाउस)। सागर मंथन झांकी का अवलोकन करते हुए विधायक डॉ.निर्मला वाधवानी, कार्पोरेटर विपिन सिक्का, ब्र.कु.भारती तथा अन्य।

मणिपाल-कर्नाटक। नवनिर्मित सेवाकेन्द्र के उद्घाटन कार्यक्रम के अवसर पर पोर्ट एण्ड हार्बर मंत्री श्रीनिवास पुजारी, कमिश्नर गोकुल दास नायक, ब्र.कु.करूणा, उदया ग्रुप के अध्यक्ष रमेश बांगेरिया, ब्र.कु.अम्बिका, ब्र.कु. पुष्पा तथा ब्र.कु.भाग्य।

अम्बाला। सनातन धर्म सभा द्वारा आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु.सुनिता का सम्मान करते हुए उद्योगपति जी.डी.छिब्बर। साथ हैं बीना छिब्बर, रमेश बंसल व सुंदर जुनेजा।

अम्बाजोगई। महिला दिवस पर जयश्री साठे, नगरपालिका अध्यक्षा रचना ताई मोदी, ब्र.कु.सुनिता, डॉ.सुनिता बिरजदार तथा विजया पाटिल।

अमरेली। अमरनाथ दिव्य दर्शन मेले में गिरनारी आश्रम की श्री गीताबहन रामायणी, डॉ.गोविंद भाई गजेरा, ब्र.कु.गीता, ब्र.कु.रसिला तथा अन्य।

भटिण्डा (पंजाब)। शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में मेयर बलजीत सिंह, विधायक स्वरूपचंद सिंगला, ब्र.कु.कैलाश, ब्र.कु.अरूण तथा अन्य।

इन वजहों से होती है किडनी खराब

किडनी शरीर में ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने, खून से विषाक्त पदार्थों को अलग करने और अतिरिक्त जल को शरीर से बाहर निकालने का काम करती है। किडनी के खराब होने पर कई बार उसे ठीक नहीं किया जा सकता। कई बार तो किडनी बदलना भी मुश्किल होता है। इसके बावजूद हम जाने-अनजाने किडनी को नुकसान पहुंचाते रहते हैं। आइए जानते हैं किन चीजों से बचकर हम किडनी को नुकसान पहुंचने से रोक सकते हैं।

दर्द कम करने की गोलियां खाना - लम्बे समय तक दर्द कम करने वाली दवाओं का सेवन करने से किडनी पर बुरा असर पड़ता है। खासतौर पर हाई डोज वाली दवाओं का किडनी पर बुरा असर होता है। दर्द कम करने वाली दवाओं के कारण किडनी में जाने वाले खून की मात्रा में कमी आ जाती है। इसके लिए नॉन स्टेराइडल एंटी-इंफ्लेमेटरी ड्रग खासतौर पर जिम्मेदार होती है। हर साल गंभीर किडनी के रोगियों में एक से दो फीसदी रोगी इन्हीं दवाओं के कारण बीमार होते हैं।

धूम्रपान करना - दिल और फेफड़ों पर धूम्रपान के दुष्प्रभाव के बारे में तो सभी जानते हैं। मगर, अध्ययन बताते हैं कि जो लोग धूम्रपान करते हैं, उन्हें यूरिन से प्रोटीन जाने की अधिक आशंका होती है। यह किडनी के क्षतिग्रस्त होने का संकेत है। किडनी को प्रभावित करने वाली बीमारियों जैसे शुगर और हाई ब्लड प्रेशर भी धूम्रपान के कारण होते हैं। इसके कारण बीमारी अधिक बढ़ जाने पर धूम्रपान करने वालों को डायलिसिस या किडनी ट्रांसप्लांट करवाना पड़ता है।

अधिक शुगर का इस्तेमाल -यदि आप खाने में अधिक शुगर का इस्तेमाल करते हैं, तो इससे डायबिटीज और मोटापे का खतरा बढ़ सकता है। ये दोनों ही किडनी से सम्बंधित बीमारियों को बढ़ाते हैं। प्रोसेस्ट शुगर के इस्तेमाल से आप कैलोरीज के साथ ही सोडियम और कैमिकल्स लेने की मात्रा भी कम कर सकते हैं।

अधिक नमक का इस्तेमाल - खाने में अधिक नमक के इस्तेमाल से ब्लड प्रेशर बढ़ जाता है। ब्लड प्रेशर के अधिक होने से लम्बे समय में किडनियों को नुकसान होता है और किडनी फेल होने जैसी स्थिति बन सकती है। रोज के खाने में अधिकतम करीब एक चम्मच का इस्तेमाल करना चाहिए। वहीं जिन्हें हाई ब्लडप्रेशर और किडनी की बीमारी है, उन्हें दिन भर में आधा चम्मच से अधिक नमक नहीं खाना चाहिए। (शेष पेज 4 पर)

सेवा ही जीवन की सफलता : हजारे

प्रसिद्ध समाजसेवी अन्ना हजारे सभा को सम्बोधित करते हुए।

अन्ना हजारे, दादी जानकी, ब्र.कु. रमेश, दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु. निर्वैर तथा संतोष भारती।

अन्ना हजारे को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. निर्वैर।

इंजीनियर तो बन गया लेकिन सीमेंट और पत्थर खाने में अपना जीवन बिताता हो तो इंजीनियर बनके क्या किया? इतने विद्यालय चल रहे हैं लेकिन सुसंस्कृत इन्सान का निर्माण नहीं हो रहा है। ये दुःख की बात है। जो कार्य को नहीं कर पा रहे हैं वह कार्य

घटक है देश, देश का घटक है गाँव और गाँव का घटक है इन्सान। जब तक इन्सान नहीं बदलेगा तब तक गाँव नहीं बदलेगा, गाँव नहीं बदलेगा तो देश नहीं बदलेगा, देश नहीं बदलेगा तो विश्व नहीं बदलेगा और विश्व में शान्ति नहीं आयेगी। जो प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय से हो रहा है यह बात मुझे बहुत महत्वपूर्ण लगती है। सभी संतों ने कहा है - विश्व शान्ति। विश्व का

विद्यालय में जो कार्य हो रहा है इन्सान का निर्माण। सुसंस्कृत आदमी का निर्माण, इससे विश्व में शान्ति आयेगी। कैसा आदमी? जिसका चरित्र शुद्ध है आचार-विचार शुद्ध है। जीवन निष्कलंक है।

नव निर्माण में त्याग का बड़ा महत्व जिसका चरित्र वैराग है जीवन में त्याग है। त्याग करना ही पड़ता है, ये हमारी भूमि कह रही है हजारों साल से, बिना त्याग के कोई भी अच्छा कार्य नहीं होता कुछ न कुछ त्याग करना ही पड़ता है। हम खेती में देखते हैं ना। दानों से भरे भुट्टे नजर आते हैं मक्का, ज्वार, बाजरा। कब नजर आता है जब एक दाने को पहले जमीन में मिटना पड़ता है तब नजर आता है। मैं देख रहा हूँ यहां जो भी है, सारे दाने जमीन में जाने के लिए तैयार है इसलिए ये भुट्टा नजर आ रहा है क्योंकि ये जमीन में जाने वाले दाने हैं। नहीं तो बहुत से दाने सोचते हैं मेरे पास रहने को कोठी है, घूमने को गाड़ी है, इतनी सारी जमीन जायदाद है। मैं लखपति हूँ, जमीन में क्यूं जाऊँ सोचते हैं लोग। बंगले में रहने वाले, एयरकंडिशन में रहने वाले सोचते हैं मैं जमीन में क्यों जाऊँ। जो दाने यह सोचते हैं वही दाने चक्की में जाते हैं, पिसते हैं और आटा बन जाते हैं। जमीन में नहीं गये तो चक्की में गये आटा बन गया खत्म। हम उनको हर बार पूछते हैं कि आपके घर में दो सौ वर्ष पहले कौन-कौन थे बताइये तो नाम नहीं बताते। चक्की में गये आटा बन गया खत्म। स्वामी विवेकानन्द की जयन्ति क्यों मनाते, बाबा साहेब अम्बेडकर की जयन्ति क्यों मनाते क्योंकि जमीन में गये इसलिए भुट्टे लेकर खड़े हैं। इसलिए प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय से जो ज्ञान मिल रहा है वो मुझे बहुत महत्वपूर्ण लगता है। सब

परमाणु विज्ञान केन्द्र की इन्जीनियरी अनुभव से अभिभूत अन्ना हजारे। साथ हैं महाराष्ट्र मराठी पार्टी मीडिया के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा, संतोष भारती, तेलगु फिल्मों के अभिनेता सुमन।

लोग दौड़ रहे हैं, दौड़ रहे हैं कितनी भीड़ है। दिल्ली में देखो और शहर में देखो चलने के लिए रास्ता कम पड़ रहा है, सुबह चार बजे उठता है रात्रि दस बजे तक दौड़ता है और थोड़ा, और थोड़ा, और थोड़ा...शमशान भूमि जाने तक कोई भी रुकता नहीं दौड़ रहा है। जन्म

अन्ना हजारे को शांतिवन परिसर का अवलोकन कराते हुए ब्र.कु. मृत्युंजय।

में आता कुछ लेकर आता नहीं, जाता कुछ लेकर जाता नहीं। उम्र भर मेरा-मेरा, मेरा-मेरा..। हाथ में देखो कुछ नहीं तो गीता किसलिए है?

आनन्द बाहर नहीं अन्दर है

ये ज्ञान जो परमात्मा शिव बाबा ने हमें दिया वो महत्वपूर्ण है कि हर इन्सान दौड़ रहा है किसलिए आनन्द के लिए। लेकिन कहाँ खोज रहा बाहर, यहां मिलेगा वहां मिलेगा, गाड़ी में मिलेगा, खोज रहा है। एक तरफ आनन्द खोज रहा है दूसरी तरफ एयरकंडिशन कमरे में नींद की गोली लेकर सो रहा है तो हमें आनन्द का पता बताया परमात्मा शिव बाबा ने। उन्होंने कहा बच्चों आनन्द बाहर नहीं है वो आनन्द अन्दर से मिलता है। ये मेरा आपसे उपदेश नहीं मेरा भाषण नहीं है, मैं

-शेष पेज 5 पर

आधुनिक रसोईघर से बने भण्डारे का अवलोकन करते हुए अन्ना हजारे। साथ हैं ब्र.कु. निर्वैर, ब्र.कु. सूर्य, ब्र.कु. भानु, ब्र.कु. राजशेखर तथा अन्य।

भारत - वार्षिक 170 रुपये
तीन वर्ष 500 रुपये
आजीवन 4000 रुपये
विदेश - 2000 रुपये (वार्षिक)
कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीआर्डर या डैंक ड्राफ्ट (पेयबल एट आबू रोड) द्वारा भेजें।

ओम शान्ति मीडिया
सम्पादक : ब्र.कु. गंगाधर
ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन, तलहटी
पोस्ट बॉक्स नं. - 5, आबू रोड (राज.) 307510
Enquiry For Membership, Mob. No. - [illegible]
(M)- 9414154344, E-mail : [illegible],
[illegible], website: [illegible]

प्रति

RNI NO RAJHIN/2000/721, NEWS PAPER TO POST CONCESSIONAL REGISTRATION NO. RJ/SIROHI/9623/12-14, 12TH TO 14 TH, 22 ND TO 24TH POSTED TO SHANTIVAN POST OFFICE
संस्थापक: ब्र.कु. गंगाधर, सहायक संपादक: कमल दीक्षित, प्रकाशक: ब्र.कु. करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज् मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ.) के लिए प्रकाशित एवं सी.बी. प्रिंट जयपुर से मुद्रित।