OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 1

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -19 अंक -21 फरवरी-I-2019 (पाक्षिक) माउण्ट आबू Rs. -10.00

भारतीय सेना और ब्रह्माकुमारीज़ में समानता, दोनों फैलाते हैं अमन का संदेश : सेनाध्यक्ष

कहा : माँ और मातृभूमि की सेवा स्वर्ग की प्राप्ति के समान है

शांतिवन-डायमण्ड हॉल। आतंकवाद और नस्लवाद से लड़ने के लिए देश की सेना हमेशा तत्पर है। देश में अमन शांति की स्थापना करने के लिए हमारी सेना सीमा पर जिस तरह से कार्रवाई करती है, ठीक उसी तरह अमन और चैन के लिए ब्रह्माकुमारी संस्था एक ही लक्ष्य के साथ कार्यरत रहती है। मैं ऐसा मानता हूँ कि हमारे देश के जवान और ब्रह्माकुमारीज़ में यही सबसे बड़ी समानता है कि दोनों देश में शांति का संदेश देने की कोशिश कर रहे हैं। उक्त विचार भारतीय सेनाध्यक्ष जनरल बिपिन रावत ने ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से आयोजित शहीदों के स्मरणोत्सव में व्यक्त किये। उन्होंने जवानों की तत्परता और सेना के लक्ष्य को दोहराते हुए कहा कि माँ और मातृभूमि की सेवा करना, यानी स्वर्ग की प्राप्ति होना। हर किसी को ऐसा सौभाग्य नहीं मिलता है। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ के लक्ष्य को यूनाइटेड नेशन्स ने भी सराहा है और मैसेंजर ऑफ पीस के सम्मान से नवाज़ा है। ऐसे में सेना और ब्रह्माकुमारीज़ दोनों को हाथ मिलाकर चलना चाहिए।

संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि हमारा देश हमेशा से शांति का पक्षधर रहा है। हमारे देश में ही शांति और सौहार्द की हमेशा बात की जाती है ताकि पूरे विश्व में अमन चैन हो सके।

सेनाध्यक्ष बिपिन रावत को मोमेन्टो देकर सम्मानित करते हुए संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी तथा संस्थान के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय।

ब्रह्माकुमारीज़ के अतिरिक्त महासचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान शांति के लिए कार्य कर रहा है। ब्रह्माकुमारी संस्थान सेना के साथ हमेशा हर कार्य में तैयार है। इस मौके पर ब्रह्माकुमारीज़ के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय ने कहा कि आज का दिन शहीदों को समर्पित है जो देश की रक्षा के लिए अपनी जान गंवाने के लिए भी एक बार नहीं सोचते।

कार्यक्रम के दौरान जीरावल के शहीद चेताराम की पत्नी अमिया देवी को शॉल और मोमेंटो भेंट कर सम्मानित किया गया। भारतीय सेना के प्रमुख जनरल बिपिन रावत ने पांडव भवन में शांति स्तम्भ तथा बाबा के कमरे में मेडिटेशन किया और ज्ञान सरोवर एकेडमी का भी अवलोकन किया। तत्पश्चात् शांतिवन के डायमण्ड हॉल में देश भर से आये बीस हज़ार लोगों को सम्बोधित किया।

दादी जानकी से की मुलाकात

सेनाध्यक्ष ने संस्था प्रमुख राजयोगिनी दादी जानकी से मुलाकात कर कुशलक्षेम पूछा तथा काफी देर तक चर्चा की। जिस पर दादी ने विश्व शांति के लिए प्रेरणायें दी। इस मौके पर श्रीमती मधुलिका रावत भी वहां उपस्थित थीं।

दीर्घायु दादी ने जीवन के 103 पड़ाव किये पार... उम्र का कारवां आगे बढ़ा

» विशाल डायमण्ड हॉल में भव्य समारोह में हुए देश तथा विदेश के 20000 लोग शरीक » सांस्कृतिक प्रस्तुतियों ने मोहा सबका मन

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी का 103वां जन्म दिन बड़े ही हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर दादी जानकी ने कहा कि मेरे जीवन में परमात्मा का साथ सदा ही रहा। परमात्मा से मन की डोर बंधी होने के कारण वह मुझे चलने और कार्य करने की शक्ति देता है। उन्होंने कहा कि लोगों की सेवा करने से जीवन में पुण्य जमा हो जाता है। यही लम्बी उम्र का रहस्य है। संस्थान के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि 103 वर्ष की उम्र में आज भी दादी एक्टिव होकर पूरे संस्थान का कार्यभार संभाल रही हैं। यह हमारे लिए गौरव की बात है। सिरोही के पूर्व महाराजा रघुवीर सिंह ने कहा कि दादी जैसी हस्ती हमारे सिरोही में हैं, यह हमारे लिए बहुत ही गर्व की बात है। दादी अब सिर्फ इस संस्थान की दादी नहीं, अपितु पूरी दुनिया की दादी हो गई हैं। संस्था के अतिरिक्त सचिव ब्र.कु. बृजमोहन ने कहा कि सौ साल के बाद जो व्यक्ति आध्यात्मिक होता है वह दिव्य हो जाता है। दादी जी के जीवन से भी हम ऐसी दिव्यता महसूस कर रहे हैं। इस मौके पर दादी को 13 फीट ऊँचे कमल आसन पर बिठाकर सम्मान किया गया। महाराष्ट्र से आये कलाकारों ने अपनी प्रस्तुति से समा बांधा। वहीं फिल्म अभिनेत्री दिव्या खोसला ने भी अपनी सुंदर प्रस्तुतियों से दादी समेत उपस्थित सभी लोगों का स्वागत किया।

संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी के 103वें जन्मदिवस पर आयोजित भव्य कार्यक्रम में दादी के साथ केक काटते हुए दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु. मुन्नी, ब्र.कु. निर्वैर, ब्र.कु. बृजमोहन, ब्र.कु. अमीरचंद तथा ब्र.कु. मृत्युंजय।

दादी जानकी के 103वें वर्ष पर...

अद्भुत अकल्पनीय व्यक्तित्व

1916 में हैदराबाद सिंध प्रांत में दादी जानकी का जन्म
1970 में पहली बार विदेश सेवा पर निकली
2007 में ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका बनीं
100 देशों में अकेले पहुंचाया राजयोग का संदेश
140 देशों में संस्थान के सेवाकेन्द्र
21 वर्ष की आयु में जुड़ी संस्थान से
12 लाख से अधिक भाई-बहन जुड़े विद्यालय से
12 घंटे रोज़ाना समाज कल्याण में सक्रिय
80 फीसदी चीज़ें आज भी याद रहती हैं उन्हें।

- **विश्व की सबसे स्थिर मन की महिला का रिकॉर्ड दादी के नाम**
- **प्रतिदिन ब्रह्ममुहूर्त में उठकर करती हैं मेडिटेशन**
- **चौथी कक्षा तक की पढ़ाई,**
- **46 हज़ार बहनों की अलौकिक माँ**
- **103 साल की उम्र में एक साल में की 70 हज़ार कि.मी. की यात्रा**

विदेश में रोपे बीज

1970 में दादी जानकी पहली बार विदेशी ज़मीं पर मानवीय मूल्यों का बीज रोपने के लिए निकलीं। प्यार, स्नेह, अपनापन और मूल्यों की भाषा ने विदेशी ज़मीं पर भारतीय संस्कृति को स्थापित कर दिया। धीरे-धीरे यह कारवां बढ़ता रहा। आज विश्वभर में लोग भारतीय अध्यात्म और राजयोग मेडिटेशन को दिनचर्या में शामिल कर जीवन को नई दिशा दे रहे हैं। दादी प्रातः 3 बजे उठ जाती हैं। राजयोग मेडिटेशन के साथ आध्यात्मिक मूल्यों का मंथन, लोगों से मिलना-जुलना आदि अपने तय समय पर ही करती हैं। इसके बाद दिन में आराम कर वापस सायंकालीन ध्यान मेडिटेशन करना और फिर 10 बजे सो जाती हैं। दादी उम्र के इस पड़ाव पर भी इतनी ऊर्जावान हैं कि पिछले एक वर्ष में उन्होंने भारत सहित कई देशों का चक्कर लगाते हुए 70 हज़ार कि.मी. की यात्रा तय की है। जो रिकॉर्ड है।

भारत की ब्रांड एंबेसेडर

ब्रह्माकुमारीज़ की पूरे विश्व में साफ-सफाई और स्वच्छता को लेकर विशेष पहचान रही है। देश में स्वच्छता को बढ़ावा देने के लिए भारत के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने दादी जानकी को स्वच्छ भारत मिशन का ब्रांड एंबेसेडर भी नियुक्त किया है।

पहुँचाया विश्व में ईश्वरीय संदेश

दादी की कर्मठता, सेवा के प्रति लगन और अथक परिश्रम का ही कमाल है कि अकेले दादी ने विश्व के सौ देशों में भारतीय प्राचीन संस्कृति, आध्यात्मिकता एवं राजयोग का संदेश पहुंचाया। दादी ने सबसे पहले लंदन से ईश्वरीय सेवाओं की शुरुआत की। यहाँ वर्ष 1991 में विशाल ग्लोबल को-ऑपरेशन हाऊस की स्थापना की गई।

धीरे-धीरे यह कारवां बढ़ता गया और यूरोप के देशों में अध्यात्म का शंखनाद हुआ। दादी जी के साथ हज़ारों की संख्या में भाई-बहन जुड़ते गए। दादी जानकी ने वर्ष 1970 से वर्ष 2007 तक 37 वर्ष विदेश में अपनी सेवाएं दी। इसके बाद वर्ष 2007 में दादी जानकी को 27 अगस्त को ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका नियुक्त किया गया।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 2

आत्मनिर्भरता के लिए आत्मचिंतन

महान साधु सन्तों ने मानव को ईश्वर का रूप कहा है। मानव को स्वयं परमात्मा ने सर्व शक्तियां देकर इस धरा पर भेजा, फिर भी वह दुःखी रहता है। भौतिक वस्तुओं को पाने की लालसा के कारण कष्टों से ग्रसित रहता है। आखिर क्यों? इसका मुख्य कारण यही है कि वह अपने आपको नहीं जानता, न ही अपने अंदर छिपी ईश्वरीय शक्ति को पहचानने की कोशिश करता है। अगर वह एकान्त में आत्मचिन्तन करे तो उसकी आध्यात्मिक शाक्ति उजागर हो उठेगी और उसके जीवन के समस्त कष्ट स्वयं ही दूर हो जायेंगे।

मनुष्य के अवचेतन मस्तिष्क में अपार शक्ति का वास है। धर्म ग्रन्थों में आत्मा को परमात्मा का अंश कहा गया है। अक्सर आपने देखा होगा कि लोग दूसरों के पास जाकर अपने दुःखों का रोना रोते हैं। मैं बहुत परेशान हूँ, मेरा स्वास्थ्य ठीक नहीं रहता है, मेरे पास इलाज कराने के लिए पैसे नहीं हैं, मुझे रुपये उधार चाहिए आदि आदि। इस संसार में हर कोई दुःखी है। हर कोई सहायता की भीख मांगता है। दुःख का कारण क्या है? अगर वह इस पर चिन्तन करे तो तुरन्त जान सकता है कि अपने दुःखों व कष्टों का कारण वह स्वयं है और उसका निवारण वह स्वयं ही कर सकता है, कोई दूसरा नहीं। क्योंकि उसके अन्दर छिपी ईश्वरीय शक्ति आध्यात्मिक चेतना से जागृत होकर संकट की घड़ी में उसकी मदद करती है। बस ज़रूरत है आध्यात्मिक चेतना को जगाने की। बर्ट्रेंड रसेल का कहना है कि सुख और दुःख मनोभावनाएं मात्र हैं। यह हमारी मनः स्थिति के ही रूप हैं। अंग्रेजी में इसे उन्होंने 'मूड्स' कहा है। वास्तव में दुःख-सुख की यही परिभाषा है। दुःख-सुख हमारी मनोदशा का प्रतिफल है। मनोदशा के प्रतिफल के लिए हम स्वयं ज़िम्मेदार है। इसका अर्थ यह है कि दुःख-सुख हमारे ही कर्मों, क्रिया कलापों से उत्पन्न होते हैं। इसका मुख्य कारण है कि हम आत्मनिर्भर नहीं होते हैं। आत्मनिर्भर न होना ही हमारे सारे दुःखों और परेशानियों का कारण है। जॉर्ज हर्बर्ट ने कहा है, सभी प्रकार से आत्मनिर्भर बनो। अपना सम्मान करो तथा आत्मचिंतन करो। तब आप पाओगे कि आपके भीतर क्या है!

- ब्र. कु. गंगाधर

आनन्दमय जीवन की प्राप्ति के लिए आत्मविश्वास का होना अत्यन्त आवश्यक है। यदि हम शान्ति चाहते हैं तो शक्ति आवश्यक है, सुरक्षा चाहते हैं तो स्थायित्व आवश्यक है। यदि हम स्थायी आनन्द चाहते हैं तो हमें ऐसी वस्तुओं का मोह त्यागना होगा जो किसी भी समय हमसे अलग हो सकती हैं।

जब तक मनुष्य अपने अन्दर के उस स्थिर आधार को नहीं पहचानता जिस पर वह टिका है, जिसके द्वारा वह अपने जीवन को संचालित करता है और जिससे वह सुख एवं शांति पाता है, तब तक वह सच्चे अर्थों में जीना आरम्भ नहीं कर सकता। यदि वह अस्थिर व चंचल पदार्थों में आस्था रखेगा तो वह स्वयं भी अस्थिर हो जाएगा। यदि वह नश्वर पदार्थों में जीवन का सुख मान बैठा तो सब कुछ होते हुए भी उसे वास्तविक सुख से वंचित रहना पड़ेगा।

इसलिए मनुष्य आत्मनिर्भर होना सीखे। उसे सहायता या कृपा ग्रहण करने की इच्छा से अथवा व्यक्तिगत लाभ प्राप्त करने की आशा से दूसरों की ओर नहीं ताकना चाहिए। न तो उसे किसी से याचना करनी चाहिए, न शिकायत, न गिड़गिड़ाना और ना ही उसे खेद प्रकट करना चाहिए, बल्कि अपने भीतर के सत्य पर सन्तोष रखते हुए आत्म-निर्भर होना चाहिए।

यदि मनुष्य अपने भीतर शान्ति नहीं पा सकता तो फिर कहां पाएगा? यदि अकेले रहने में उसे भय लगता है तो दूसरों की संगति का उसे क्या लाभ होगा? यदि उसे अपने ही विचारों में आनन्द नहीं मिलता तो वह दूसरों की संगति से दुःख एवं कष्ट से कैसे बचेगा? जिस मनुष्य ने अपने भीतर का आधार नहीं खोजा है, जिस पर वह खड़ा रह सके, तो वह कहीं भी सुख नहीं प्राप्त कर सकेगा।

बहुत से लोगों को यह भ्रम है कि वे अपने साथियों अथवा भौतिक पदार्थों से सुख प्राप्त कर सकते हैं और इसका वे प्रयास भी करते हैं। यही गलत धारणा है। एक शिशु जिस प्रकार बिना सहारे के खड़े होना तथा चलना सीखता है, मनुष्य को भी चाहिए कि वह अकेले खड़े रहना सीखे। आत्मनिर्भर रहना जाने। अपनी मानसिक शक्ति पर भरोसा रखे।

मनुष्य के एक ओर जहां परिवर्तन, विनाश एवं असुरक्षा की भावना है, वहीं दूसरी ओर उसके भीतर सब प्रकार की सुरक्षा एवं आनन्द विद्यमान हैं। आत्मा आत्मनिर्भर है - परनिर्भर नहीं। जहां आवश्यकता होती है, वहां उसकी पूर्ति के बहुत-से साधन जुट जाते हैं। आपके चरित्र का स्थायी स्वरूप तो आपकी आत्मा में विद्यमान है। अपने को पहचानिए। वहां आप राजा हैं और दूसरी जगह दास! इस बात पर विचार मत कीजिए कि दूसरों ने अपने मन पर नियंत्रण रखा हुआ है या नहीं। आप स्वयं पर अपना नियंत्रण रखना सीखें।

लगन की अग्नि ऐसी हो जो सारे विकर्म विनाश हो जायें

बाबा मुरली में बहुत बारी कहते कि शरीर से डिटैच हो करके मुझे याद करो। तो मैं पहले बलिहार होंगी या बाबा मेरे ऊपर बलिहार होगा? वह भी कहता है डिटैच हो करके मेरे को याद करो फिर मैं बलिहार जाऊँ। तो बाबा थोड़े ही बलिहार जायेगा। मुझे बलिहार जाना है।

हर एक अपने से पूछे, इतना याद में रहते हैं जो मेरे विकर्म विनाश हो जाएं? इसके लिए कोई भी बात में न जायें, अगर बुद्धि कहाँ भी जाती है या कोई मुझे खींचता है तो विकर्म विनाश नहीं होंगे। याद इतनी परिपक्व नहीं होगी क्योंकि 63 जन्मों के विकर्मों का खाता जमा है। भले हम भगत आत्मायें थे, परन्तु अब हम ज्ञानी आत्मायें हैं। विकर्म विनाश करने के लिए लगन की अग्नि हो, जो फ्री हो जायें। दुनिया है पराई, पराई से क्या प्रीत!

कर्म सन्यासी नहीं हैं, हम कर्मयोगी हैं। तो इतनी ताकत हो, कोई भी पुराने हिसाब-किताब न रहें। इसके लिए देह से इतनी न्यारी रहूँ, फिर श्रेष्ठ कर्म करने के लिए शक्ति हो। लगन की अग्नि अन्दर ही अन्दर मुझ आत्मा को शान्त कर देती है। इतनी शान्ति जो मैं कर्म सम्बन्ध में आते भी शान्ति की शक्ति से चलूँ।

दादी जानकी,मुख्य प्रशासिका

पहले कर्म कैसे थे और अभी कैसे हैं यह निशानी है बदलने की। कोई भी बन्धन नहीं है।

विकर्म विनाश की निशानी यह है कि कभी व्यर्थ में तो क्या, पर साधारणता में भी नहीं रहेंगे, सदा श्रेष्ठ। इतने सब बाबा के प्यारे बच्चों को मैं सम्पन्न देखना चाहती हूँ, यही मेरा कारोबार है। पहले बलिहार जाऊं, बाबा मैं आप पर बलिहार हूँ, आप कितने मीठे हो, कितने प्यारे हो।

बाबा के साथ कनेक्शन, रिलेशन में आ गये। सेवा तो निमित्त है। तो प्लीज़ सेवा में बिज़ी न हो जाओ। बाबा को देख के कभी नहीं लगा कि बाबा बहुत बिज़ी हैं, बाबा ने कभी नहीं कहा मैं बिज़ी हूँ।

मेरे को कोई कहता है ना आप बिज़ी हैं तो मुझे इनसल्ट फील होता है। कराने वाला करा रहा है। यह सिर्फ कर्मबन्धन, हिसाब किताब चुक्तू किया, अच्छा हुआ, आगे के लिए श्रेष्ठ कर्म करने का भाग्य मिला। कर्म बन्धन कोई नहीं है, एकदम लगता है बाबा का लायक बच्चा हूँ। बाबा ने मेरे ऊपर मेहनत नहीं की है पर अपनी छाप लगाई है।

विकर्म विनाश की निशानी यह भी है कि सुख की दुनिया में जाने के पहले शान्तिधाम में रहने के आदती बन गये, ये नैचुरल है। इसके सिवाय कहीं और बिज़ी होना माना हिसाब-किताब। जितना ज्ञान की गहराई में जाओ, उतना त्याग वृत्ति, अनासक्त रहेंगे। बुद्धि में कोई हलचल नहीं। थोड़ी भी बुद्धि में हलचल हुई माना हिसाब-किताब बना। तो कोई चिंतन व चिंता नहीं हो, इतना उपराम वृत्ति हो। कोई भी बात हो जाये, हिम्मत ने हार खाई तो बाबा अकेला क्या करेगा?

शरीर को भी कुछ होता है तो बाबा की याद दिलाने के लिए हो, जो हमारी अन्त मते अन्य को प्रेरणा देने वाली हो। तो यह जो हमारा आपस में प्यार है उसकी कदर हो, तो बाबा सब बच्चों के लिए बाहें पसारे खड़ा है। ऐसा फट से किसी को वाइब्रेशन दे करके खड़ा कर देवें। जिससे ऐसी-ऐसी चात्रक आत्मायें निकल रही हैं। यह है सेवा। पहले चात्रक बनें फिर पारस के संग में लोहा भी सोना बन जाता है।

खुश रहो और खुशी बांटो

सबके दिल में मीठा बाबा है। ऐसे है ना! क्योंकि मीठा बाबा नहीं दिल में होगा तो क्या होगा? हमारे दिल का दिलाराम तो मीठा बाबा ही है ना। सभी ने बाबा को मेरा बनाया है ना! जितना बाबा में मेरा पन लायेंगे, सब मैलापन निकल जायेगा। जब हरेक के दिल में बाबा आ गया तो समझो विजयी बन गये। सारी मेहनत किसलिए की है? बाबा की याद सारा दिन रहे तो इसकी खुशी है, कि बाबा ही दिल में है। गलती से कोई और आ भी जाये तो उसको ठहरने नहीं देंगे। पाण्डवों का क्या हाल है? आपके दिल में भी मेरा बाबा ही है ना। मेरा बाबा कहते हैं तो बाबा का परिचय याद आता है ना। है कौन! जिसको दुनिया याद करती है, लेकिन मेरे तो दिल में आ गया। दिल का दिलाराम कौन? मेरा बाबा। तो बहुत अच्छा, आज चैतन्य में सम्मुख क्लास के भाई-बहनों को देख खुशी हो रही है। आप भी बहुत खुश हैं, लेकन यह खुशी सदा रहे, थोड़ी-सी बात में खुशी नहीं चली जाये। कोई भी आके देखे, हमारी सभा में, सब खुशनसीब दिखाई देंवे। सभी के दिल में उठे, यह कौन? तो याद कौन आयेगा - मेरा बाबा। बस, मेरा बाबा के सिवाय और है कौन! सभी मुस्कुराते ऐसा हैं, जो सबकी शक्ल से दिखाई देता है कि कोई है इनके दिल में। ऐसे है ना! जब दिल में यह आता है मेरा बाबा, तो शक्ल ही बदल जाती है। क्योंकि बाबा आ गया दिल में, कोई साधारण थोड़े ही है। भगवान आ गया मेरे दिल में! खुशी कभी नहीं गंवाना क्योंकि ज्ञान की प्राप्ति है ही खुशी। कोई भी बात हो जाये, अब दुनिया में रहते हैं तो दुनिया की बातें तो आयेंगी ही ना, लेकिन हमारी दिल बाबा की है। यह पक्का है ना। हमें मिला कौन है? मेरा बाबा। अभी भगवान मिला और क्या चाहिए? सबके चेहरे सदा खुश हैं ना, कि कोई प्रॉब्लम है? आती है थोड़ी-थोड़ी प्रॉब्लम, लेकिन प्रॉब्लम जो है ना, वो बाबा को दे दो, बस। लेना थोड़ा मुश्किल है, लेकिन देना तो सहज होता है ना। जब मेरा बाबा हो गया, तो सब मेरे में समा गये। सभी खुश, खुश हैं! सदा खुश या कभी कभी? सदा। क्योंकि हमारे सिवाए और खुशी जायेगी कहाँ? उसका स्थान हम ही तो हैं। हम खुश नहीं होंगे तो कौन होगा? प्रॉब्लम सारी बाबा को दे दी ना, तो सब खुश। तो खुश रहना है और खुशी बांटनी हैं।

दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

समर्पित माना मायाजीत, विजयी

हम सब बाबा के समर्पित बच्चे हैं, समर्पित माना न तो मनमत चाहिए, न परमत चाहिए। समर्पण माना कदम-कदम बाबा की जो श्रीमत है, उसका ध्यान रख चलना। यह भी जो कभी कहते हैं कि हमारे व्यर्थ संकल्प चलते हैं, तो जब हम समर्पण हैं तो संकल्प भी बिल्कुल श्रेष्ठ हो, न कि व्यर्थ। क्योंकि समर्पण माना समर्थ संकल्प। तो जब संकल्प भी समर्थ हों तो स्थिति भी हमारी इतनी ही ऊँची समर्पणमय वाली हो।

कभी यह सूक्ष्म में भी संकल्प न आवे जो यह कहो कि बाबा मेरे पास माया बहुत आती है। जब जानते हो कि यह माया है तो जानने वाला नॉलेजफुल अगर कहे कि मेरे पास माया आती है, तो वे समर्पण नहीं हुए। हम सभी का रिकॉर्ड हो, समर्पण माना संकल्प भी मायाजीत के हों। हरेक खुद से पूछे मैं मायाजीत हूँ या माया के वश होता हूँ? अगर माया आती है तो फिर बाबा के प्रति समर्पित कैसे हुए! समर्पित माना कर्म, अकर्म, विकर्म की गुह्यगति को जानने वाले अर्थात् विजयी। जानने वाला अगर कहे कि मेरे से आज यह विकर्म हो गया, भूल हो गई, तो उस विकर्म का कितना बड़ा दण्ड हो जाता है। जिस पर कहा जाता है, ज्ञानी तू आत्मा को एक भूल का 100 गुणा दण्ड मिलता है। हम सब ज्ञानी तू आत्मायें, श्रीमत पर चलने वाले हैं। श्रीमत अर्थात् सदा यह याद रहे कि हम तो निमित्त मात्र हैं, करने-कराने वाला बाबा है। निमित्त मात्र की स्थिति स्वयं को माया से बहुत-बहुत सेफ रखती है। जैसे बाबा ने कहा निरहंकारी बनो, तो निमित्त मात्र समझकर चलने से निरहंकारी स्थिति का अनुभव सहज होता है। निमित्त पन का भाव ही अहम् पर विजय दिलाता है अर्थात् निरहंकारी बना देता है। मैं-मैं खत्म हो जाती है। बाबा, बाबा, बाबा आता। तो जहाँ बाबा-बाबा आता, वहाँ हर कर्म सहज अकर्म हो जाता। जहाँ अहम आता, वहाँ कर्म का खाता बनता। हम निमित्त हैं, तो जो कर्मों का हिसाब, लेना-देना है, वह चुक्तू हो जाता है, इसलिए इसका नाम है समर्पण। न कोई कर्म मेरा है, न मैं करता हूँ। बाबा कराता है, जो बाबा कहे सो करना है।

दादी प्रकाशमणि, पूर्व मुख्य प्रशासिका

जब बाबा कराता है तो फिर जो बीच में कहा माया आती तो वह माया खत्म हो जाती है। कई पूछते हैं व्यर्थ संकल्प बहुत आते हैं, क्या करूँ? तो पहले हम उनको कहते अपने से पूछो कि क्या मैं समर्पण हूँ? जब हूँ ही समर्पण तो मेरे पास माया के संकल्प-विकल्प भी क्यों आवें, जो कर्म में आऊँ। तो न ऐसा कोई कर्म होगा, न विकर्म होगा, न माया आयेगी, सहज मायाजीत बन जायेंगे। ऐसे मायाजीत रहने वाला सदा अपने कर्मों से दूसरों को भी प्रेरणा देगा क्योंकि उनको यह ध्यान है जैसा कर्म मैं करूंगा, मुझे देख दूसरे करेंगे। तो अगर हम सोचें कि हम निमित्त हैं - बाबा के हज़ारों बच्चों को अपनी धारणा से प्रेरणा देने के, तो समझो हम समर्पित हैं।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 3

- ब्र.कु. सूर्य,माउण्ट आबू

परमपिता परमात्मा शिव के

अव्यक्त पालना की स्वर्णिम जयंती

50 साल के वे अविस्मरणीय पल...

जिस भगवान को कभी पुकारते थे, जिसके आने की राह तकते थे, वो स्वयं पहले साकार प्रजापिता के तन में आया। उसने आकर हमें अभिभूत किया। उसने तीनों रूपों... परमपिता, परमशिक्षक और परमसद्गुरू के माध्यम से हमें पालना दी। भाग्यवान थे वे ब्रह्मावत्स जो उनकी साकार पालना के अधिकारी बने।

1969 से जब से ब्रह्मा बाबा ने अव्यक्त स्वरूप धारण किया तो उनके सम्पूर्ण फरिश्ते रूप में प्रवेश करके शिव बाबा पुनः दादी हृदयमोहिनी जी के तन में अवतरित होने लगे और यही सिलसिला अब तक चलता रहा। उन्होंने राजयोग की सूक्ष्म स्थितियों का ज्ञान दिया। एक-एक आत्मा को वरदान दिए। इस पालना के अब 50 वर्ष पूर्ण हो रहे हैं। वे भाग्यवान हैं जिन्होंने अपने परमपिता से दृष्टि ली और वरदानों से अपनी झोली भरी।

ये परमात्म कार्य 83 वर्षों से अनवरत रूप से चला आ रहा है। पहले साकार, फिर अव्यक्त और अब अति सूक्ष्म पालना। इसका संक्षिप्त वर्णन यहाँ प्रस्तुत है :-

परमात्मा को देखा धरा पर अवतरित होते

जब ब्रह्मा बाबा अव्यक्त हुए तो पहले कुछ वर्षों में शिव बाबा और ब्रह्मा बाबा जिन्हें हम बापदादा कहते हैं, सप्ताह में दो बार अवतरित हुआ करते थे। हमने उनको हज़ारों बार साकार में अवतरित होते देखा। उन्होंने ज्ञान की गंगा बहायी। सृष्टि के सूक्ष्म रहस्यों को हमारे समक्ष खोला। जीवन में निश्चिंत कैसे रहें, अनेक विधियाँ सुनायी। तनाव मुक्त, बेफिक्र बादशाह बनने का राज़ समझाया। अध्यात्म की सर्वश्रेष्ठ स्थिति साक्षीभाव में सबको स्थित किया। ऐसी कोई ज्ञान की गुह्य बात नहीं बची जो उन्होंने नहीं बतायी। 'जो बाप सारे संसार का बोझ उठाने वाला है, क्या अपने बच्चों का बोझ नहीं उठायेगा!' ये महावाक्य सुनाकर सभी के बोझ हर लिए। जब हज़ारों की सभा में बाबा ने ये बात कही तो उनके प्यार में सभी मग्न हो गए और बोझमुक्त हो गए।

महान आत्माओं से मिलन मनाते देखा

वे सर्वशक्तिवान हैं, त्रिकालदर्शी हैं, निराकार सृष्टि के बीज हैं, सबके परमपूज्य ईश्वर हैं, परंतु जब वे धरा पर आते थे तो अपना भगवानपन परमधाम में छोड़कर अपने परिवार के बीच आते थे, महान आत्माओं के मध्य आते थे और बार-बार याद दिलाते थे कि मैं तुम्हारा निराकार परमपिता हूँ। मैं तुम महानात्माओं से मिलने आया हूँ। मैं अपने परिवार में आया हूँ। और यह सुनकर 25 से 30 हज़ार भाई बहनों की सभा अपने परमपिता के प्रेम की तरंगों में लहरा उठती थी। हरेक को अनुभव होता था कि आज तो बाबा प्यार के सागर थे। वे मुझे बहुत प्यार कर रहे थे। एक साथ हज़ारों-हज़ारों को प्यार की अनुभूति करा देना, ये दिव्य कर्म केवल प्यार के सागर का ही हो सकता है।

उन्होंने हमारे स्वमान को जगाया

उन्होंने हमारे स्वमान को जगाया। हम सबकुछ भूल चुके थे। माया के वश हो गए थे। शास्त्रों में इन बातों का इन शब्दों में वर्णन किया गया है कि ब्रह्मा भी चिरनिद्रा में सो गए। विष्णु जी भी लंबेकाल निद्रा में लीन हो गए। हम सभी जो महान आत्माएं थीं, वो विस्मृत होकर विकारों की गोद में अज्ञान निद्रा में सो गयी थीं। तब उन्होंने आकर हमें श्रेष्ठ स्मृतियां दिलाकर जगाया। हमारी सोयी हुई शक्तियों को जगाया। कहा - बच्चे, तुम साधारण नहीं हो, देवकुल की महान आत्मा हो। तुम ईश्वरीय शक्तियों से भरपूर मास्टर सर्वशक्तिवान हो।

शिव शक्ति हो, ये कहकर ऊँचा उठाया

उन्होंने हमें समृति दिलायी कि तुम शिव शक्ति सेना हो। तुम्हारा सुप्रीम कमाण्डर स्वयं सर्वशक्तिवान है। माया चाहे कितनी भी पॉवरफुल क्यों ना हो, तुम्हारी विजय निश्चित है। यह सुनकर लाखों ब्रह्मावत्स

कामजीत, क्रोधमुक्त, अहंकार से परे और मैं-पन के त्यागी बन गए। धन्य हैं वे ब्रह्मावत्स जिन्होंने सम्मुख भगवान की मधुर वाणी सुनी। जो उनकी अमृत वर्षा में भीगकर पतित से पावन हो गए, अमर हो गए। जिन्होंने उनकी प्यार भरी दृष्टि पाकर स्वयं को निहाल कर लिया। जब वे दृष्टि देते थे तो कोई विघ्नों से मुक्त हो जाता था, तो कोई बीमारियों से मुक्त हो जाता था, कोई अशरीरी होकर गहन शांति की अनुभूति में चला जाता था, तो कोई योगयुक्त होकर सभी दुःखों से मुक्त हो जाता था। ये जिन्होंने अनुभव किया, उनकी तो सोई हुई तकदीर ही जग गयी।

शांति के सागर से गहन शांति की अनुभूति

हमने देखा कि जब 30 हज़ार की सभा में उनका अवतरण होता था तो चारो ओर गहन शांति छा जाती थी। सभी के मन निर्संकल्प हो जाते थे। जब वे दृष्टि देते थे तो अनेक आत्माओं को उनसे विभिन्न वरदान मिल जाते थे। किसी को योगी भव, किसी को निर्विघ्न भव, किसी को विजयी भव का वरदान मिला, तो कोई सदा के लिए पवित्र हो गए। एक सुन्दर महावाक्य आप सभी के लिए प्रस्तुत है - जो बच्चे मास्टर सर्वशक्तिवान के नशे में रहते हैं, विघ्न व समस्याएं उनके पास आ नहीं सकती और सफलता उनके आगे-पीछे घूमती है। ये बातें सुनकर हम बहुत शक्तिशाली और निश्चिंत हो गये।

अनसुलझी पहेली को सहज सुलझाया

कुछ ऐसे रहस्य हैं जहाँ तक मनोवैज्ञानिक सोच भी नहीं पाते। बाबा ने कहा - तुम सवेरे 3 से 4 बजे तक जितना चाहो मुझसे मिलन मना सकते हो। मैं परम सद्गुरू भोलानाथ बनकर बैठता हूँ। मुझसे जो चाहो वो ले सकते हो और इसका अनुभव लाखों योगी आत्माओं ने किया।

दिलायी वरदानी स्वरूप की याद

उन्होंने हमें वरदानी स्वरूप की याद दिलायी और एक सुंदर प्रैक्टिस करवायी कि रोज़ सवेरे उठकर संकल्प करो कि मेरे साथ सबकुछ बहुत अच्छा होगा। उठते ही तीन स्मृतियों का तिलक लगाओ कि मैं विजयी रत्न हूँ, निर्विघ्न हूँ, सफलतामूर्त हूँ और अनेक आत्माओं ने अनुभव भी किया कि ये तीनों बातें जीवन के लिए वरदान बन गयी।

उन जैसा शिक्षक और कोई नहीं

उन्होंने हमें हमारे श्रेष्ठ भाग्य की स्मृतियाँ दिलायी और कहा - तुम सवेरे उठते ही याद किया करो कि मेरे जैसा भाग्यवान कोई नहीं। मैं बहुत सुखी हूँ, बहुत धनवान हूँ और ये याद करके खुशी में डांस किया करो। इससे तुम्हारा सोया हुआ भाग्य जाग जायेगा। तुम स्थूल धन से भी सम्पन्न हो जाओगे और तुम्हारे सुखों के दिन शुरू हो जायेंगे। ये थी परम शिक्षक की सूक्ष्म व श्रेष्ठ पढ़ाई। उनके अलावा ऐसा अन्य कोई पढ़ा ही नहीं सकता।

जन्म-जन्म की कामनायें हुईं पूर्ण

इन 50 वर्षों में उन्होंने अनेकों को महान योगी बनाकर आने वाले महापरिवर्तन के समय में सभी को मदद करने के लिए तैयार किया। कितनों को सम्पूर्ण पवित्र बनाकर कलियुग की गहरी रात में पूर्णिमा की तरह चमका दिया। करोड़ों मनुष्य आत्माओं ने नयी और सहज तनाव मुक्त जीवन जीने की कला सीखी। उनको सम्मुख बैठे देखकर अनेकों की जन्म-जन्म की कामनाएँ पूर्ण हो गयी। यह अनुपम अनुभूति सिवाय परमपिता के और कोई करा ही नहीं सकता।

कुछ भी कल्पना नहीं, सबकुछ परम सत्य

मैंने उनको इस धरा पर अवतरित होते हज़ारों बार देखा। मेरा जीवन उनकी इस अव्यक्त पालना से धन्य-धन्य हो गया। कुछ भी कल्पना नहीं, सबकुछ परम सत्य है। उन्होंने दिव्य बुद्धि प्रदान की। संकल्पों को महान बना दिया। दृष्टि में अलौकिकता भर दी। सभी विकारों को मूल सहित नष्ट कर दिया और इस अलौकिक जीवन में पवित्रता की सम्पूर्ण शक्ति प्रदान कर दी। मैंने ये सबकुछ अपनी आँखों से देखा, अलौकिक बुद्धि से अनुभव किया, केवल भावना नहीं। उनकी पालना को पाकर सचमुच जीवन खुशियों से भर गया। कभी-कभी सोचते हैं कि उनकी इस पालना का रिटर्न तो हम चारो युगों में भी नहीं दे पायेंगे। अब तो एक ही संकल्प रहता है कि उनके समान बनकर वैसी ही पालना सबको दें, जैसी परमपिता ने हमें दी है।

श्री रेणुका जी-नाहन(हि.प्र.)। श्री रेणुका जी अंतर्राष्ट्रीय मेले में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए माननीय मुख्यमंत्री जयराम ठाकुर। साथ हैं विधानसभा अध्यक्ष डॉ. राजीव बिन्दल, ब्र.कु. रमा, ब्र.कु. शिवानी तथा अन्य।

सरधाना-उ.प्र.। नये सेवाकेन्द्र का उद्घाटन करने के पश्चात् सांसद संजीव बलियान को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. उषा।

नरवाना-हरियाणा। 'खुशियों की सौगात' विषयक कार्यक्रम के दौरान विधायक पिरथी सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए जींद सर्कल इंचार्ज ब्र.कु. विजय बहन। साथ हैं ब्र.कु. सीमा बहन तथा ब्र.कु. विजय भाई।

दिल्ली-बख्तावरपुर। विधान सभा क्षेत्र नरेला दिल्ली से विधायक शरद चौहान को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता।

पटिया-ओडिशा। सेवाकेन्द्र के 10वें वार्षिकोत्सव पर सत्यव्रत मीनाकेतन, पंडित विश्वनाथ सतपथी, प्रो. एम.एस. ओगाले, प्रो. राजकिशोर मिश्रा आदि मेहमानों को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. लीना। साथ हैं ब्र.कु. गोलप, ब्र.कु. कल्पना, ब्र.कु. मधुस्मिता तथा ब्र.कु. विजया।

दिल्ली-ओम विहार। काउंसलर श्रीमती वीणा सबरवाल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. विमला।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 4

सीकटिया-अरेराजधाम(बिहार)। डिजिटल गांव के उद्घाटन कार्यक्रम में केन्द्रीय कृषि एवं किसान कल्याण मंत्री राधा मोहन सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीना। साथ हैं भाजपा के पूर्व जिलाध्यक्ष सुनील मणि तिवारी तथा अन्य।

ब्रह्मपुर-पी.यू.आर.सी.(ओडिशा)। 'द आर्ट ऑफ सेल्फ इंजीनियरिंग' विषयक कॉन्फ्रेन्स तथा सेंटर के दूसरे वार्षिकोत्सव पर आयोजित कार्यक्रम में शिव ध्वज लहराते हुए अमरेन्द्र मिश्रा,वाइस चांसलर,के.के. क्लस्टर युनिवर्सिटी, रंजन कु. स्वाइन,प्रिन्सीपल,पराला महाराजा गवर्नमेंट कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी, ब्र.कु. मोहन सिंघल,माउण्ट आबू, ब्र.कु. भारत भूषण,पानीपत, सरत चौधरी,रिटा. सुपरीन्टेंडेंट इंजीनियर, अरुण साहू,एडिशनल जी.एम.,एन.सी.पी.टी.,राउरकेला, ब्र.कु. मंजू तथा ब्र.कु. माला।

पठानकोट-पंजाब। विश्व मृदा दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सरदार हरदीप सिंह,जिलाध्यक्ष,अकाली दल बादल का स्वागत करते हुए ब्र.कु. सत्या, ब्र.कु. प्रताप तथा अन्य।

जयपुर-राज.। नेशनल एनर्जी कंज़रवेशन डे पर राजस्थान सरकार के एनर्जी डिपार्टमेंट द्वारा ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर,माउण्ट आबू को 'राजस्थान एनर्जी कंज़रवेशन अवार्ड-2018' प्रदान किया गया। यह अवॉर्ड ग्रहण करते हुए ब्र.कु. केदार,एनर्जी ऑडिटर,जी.एच.आर.सी.,ब्रह्माकुमारीज़ एनर्जी कंज़रवेशन प्रोजेक्ट। इस अवसर पर उपस्थित हैं संजय मल्होत्रा,प्रिन्सीपल सेक्रेट्री ऑफ एनर्जी,गवर्नमेंट ऑफ राजस्थान, आर.जी. गुप्ता,चेयरमैन एंड मैनेजिंग डायरेक्टर,डिस्कॉम तथा अन्य।

स्वास्थ्य

शाकाहारी तरीके से घर पर विटामिन बी-12 बनाने की विधि

एक कटोरी पके हुए चावल लें। चावलों को ठण्डा होने दें। ठंडा होने पर इन चावलों को एक कटोरी दही में अच्छी तरह मिक्स कर दें। इन मिक्स किये हुए चावलों को रात भर या कम से कम 3 से 4 घंटों के लिए फ्रिज में या किसी ठंडी जगह पर रख दें। बस प्रचुर मात्रा में विटामिन बी-12 युक्त किण्वित (फर्मेन्टेड) दही-चावल खाने के लिए तैयार है।

किण्वन की वजह से विटामिन बी-12 के अलावा इसमें अन्य बी-कॉम्प्लेक्स विटामिन भी पैदा हो जाते हैं। दही में लैक्टोबैसिलस नामक

बैक्टीरिया मौजूद होता है। यह हमारा मित्र बैक्टीरिया है। यह बैक्टीरिया जब चावलों के ऊपर एक्शन करता है तो बी-कॉम्प्लेक्स विटामिन पैदा होते हैं और इस विधि को किण्वन कहते हैं।

किण्वित दही चावल को और अधिक स्वादिष्ट बनाने के लिए इसमें इमली की चटनी मिला कर भी खा सकते हैं। चटनी मिलाने पर यह इतना अधिक स्वादिष्ट हो जाता है कि बच्चे भी इसे दही भल्लों की चाट की तरह बड़े चाव से खा जाते हैं।

इस विधि से बने किण्वित भोजन को पूर्व पचाने वाला भोजन भी कहते हैं। क्योंकि फ्रेंडली बैक्टीरिया के एक्शन से यह आधे हज़म तो पहले ही हो जाते हैं।

यह इतने अधिक सुपाच्य होते हैं कि जिसको कुछ भी हज़म न होता हो उसे भी हज़म हो जाते हैं। पेट की लगभग हर बीमारी का रामबाण इलाज है - किण्वित दही चावल।

जिन्हें कुछ भी हज़म न होता हो या जिनमें विटामिन बी-12 की बहुत अधिक कमी हो वह प्रतिदिन तीनों समय भी इन्हें खा सकते हैं। एक महीने में ही अच्छे परिणाम सामने आयेंगे।

दही में चावल के बजाए रोटी से भी किण्वन कर सकते हैं। बस चावल की बजाए दही में रोटी डालकर कम से कम 3 से 4 घंटों के लिए रखना है। बाकी विधि वही है।

बस, अच्छा ही देना है सबको

ब्र.कु. शिवानी,
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

क्या आपके जीवन में किसी भी आत्मा की तरफ से ब्लैक कलर बॉल आ रही है? ब्लैक कलर बॉल मतलब कोई बड़ी चीज़ नहीं होती, कोई हमसे ईर्ष्या करता है, कोई हमें नीचा गिराने की कोशिश करता है, कोई हमारे काम में विघ्न डालता है, कोई हमें डांटता है, कोई हमसे झूठ बोलता है, ये छोटी-छोटी, कोई छोटी ब्लैक बॉल होती है तो कोई बड़ी भी हो जाती है। अब आज डिसिज़न लेना है कि वहाँ से ब्लैक आ रही है, वो ब्लैक क्यों आ रही है? क्योंकि मैंने कभी न कभी भेजी थी, तो वो अब जो हो रहा है मेरे साथ वो बिल्कुल सही है। और वो जो कर रहे हैं बिल्कुल सही है। वो लोग कितने अच्छे लगने लगेंगे, जब हम कहेंगे कि वो जो कर रहे हैं वो बिल्कुल सही है। ज्ञान का मतलब समझ। समझ माना सबकुछ समझ में आ गया। अब वो ब्लैक बॉल भेज रहे हैं, हमें नहीं पता कि उनके पास कितना है। बस हमें ये ध्यान रखना है कि हमारी तरफ से कोई भी अब ब्लैक बॉल ना जाये। हम जैसा भेजेंगे, वैसा ही उधर से आयेगा। ब्लैक बॉल किसी से भी आ सकती है, घर के लोगों से भी आ सकती है। घर के बहुत क्लोज़ लोगों से भी आ सकती है। जहाँ हम वर्क करते हैं वहाँ से आ सकती है। वहाँ से ब्लैक आयेगी, हम व्हाइट भेजेंगे। वो हमारे साथ गलत करेंगे हम उनके लिए दुआ करेंगे। दुनिया में जब हम थे तब हमने सीखा था कि ईंट का जवाब पत्थर से देना, मतलब वहाँ से ईंट आ रही है, वो ईंट क्यों आ रही है मेरे जीवन में, क्योंकि कभी मैंने ईंट फेंकी थी। अब मुझे किसी ने सिखाया कि ईंट का जवाब पत्थर से देना मतलब अब पत्थर फेंकेंगे। तो पत्थर मारते हुए भी हाथ दर्द होगा और फिर डेस्टिनी लिख दी, तो फिर पत्थर आयेगा ही आयेगा। एवरीथिंग इज़ प्री डेस्टिंड। इसलिए जिस दिन बच्चा पैदा होता है, हमारे हाथ में एक डॉक्यूमेंट आता है। वो डॉक्यूमेंट हमें क्या बताता है? जन्मपत्री हमें क्या बताती है? ये ये होगा, ये ये होता जायेगा। वो किस आधार पर बनी जन्मपत्री? एक ही क्षण दो बच्चे पैदा होंगे लेकिन दोनों की जन्मपत्री बिल्कुल अलग होगी। वो जन्मपत्री किस आधार पर बनी? वो बैलेन्स शीट है कर्मों के आधार पर। मेरी जन्मपत्री में ये लिखा है। मेरी कुंडली किस दिन बनी थी? उसके बाद मैंने कितने कर्म किए, मैंने कितने संस्कार बनाये, चेंज किए, उसका रेफरेन्स उसमें नहीं मिलेगा। इसलिए ये भाग्य हमने बनाया। जन्मपत्री हमें क्या बताती है, ये बॉल आपके पास वापिस आयेगी। ये एक साइंस है। लेकिन जन्मपत्री ये नहीं बता सकती कि इस बार आप कौन सी बॉल फेकेंगे, लेकिन इस बार जो आप बॉल फेकेंगे वो आपकी फीलिंग और आपका भाग्य होगा। सामने से प्रॉब्लम कितनी भी बड़ी आये, अगर इस बार मन की स्थिति अच्छी है तो वो प्रॉब्लम हमें कैसी लगेगी? कुछ भी नहीं, तो दर्द कम। मैंने एक एस्ट्रोलॉजिस्ट से कहा कि आप जन्मपत्री पहले दिन बनाते हो, इस जीवन में मैंने जो कर्म किए उसका रेफरेन्स किधर है इसके अन्दर? तो उन्होंने बहुत सरल और सुंदर तरीके से बताया कि ज़्यादातर जन्मपत्री का लिखा सही निकलेगा क्योंकि लोग अपने संस्कार बदलते नहीं हैं। इसलिए अब हम चाहें तो अपना भाग्य लिख सकते हैं जैसा चाहें वैसा। बस अवेयरनेस लायें आप, कि अब मुझे सिर्फ और सिर्फ व्हाइट बॉल ही फेंकनी है, जीवन बदल जायेगा। तो जीवन को सुंदर बनाने का ये सबसे अच्छा तरीका है। इसे ट्राई करके देखो आप।

नारनौल-हरियाणा। 'अध्यापक-विद्यार्थी के आपसी सम्बंध-अवसर एवं चुनौतियां' विषय पर आयोजित सेमिनार में मंचासीन हैं बायें से ब्र.कु. रतन दीदी,डायरेक्टर,ब्रह्माकुमारीज़,नारनौल, डॉ. अभय सिंह,रिटा. आई.ए.एस., हरियाणा एसेम्बली मेम्बर, ब्र.कु. उषा दीदी,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका,मा.आबू, शिव कुमार,सीनियर कमाण्डेंट,सी.आई.एस.एफ. रिकरूटमेंट ट्रेनिंग सेंटर,बहरोर, दिनेश कुमार,प्रोफेसर,सेंट्रल युनिवर्सिटी, महेन्द्रगढ़ तथा अन्य गणमान्य लोग।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें....

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510

सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक 200 रूपये, तीन वर्ष 600 रूपये, आजीवन 4500 रूपये। विदेश - 2500 रूपये (वार्षिक)

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

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 5

नवरंगपुर-ओडिशा। 'दिव्य अलौकिक समर्पण समारोह' के दौरान मंच पर ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी, ब्र.कु. कमलेश दीदी,उपक्षेत्रीय निदेशिका,कटक, ब्र.कु. आशा दीदी,निदेशिका,ओ.आर.सी., गुरूग्राम, ब्र.कु. नीलम दीदी,उपक्षेत्रीय निदेशिका,नवरंगपुर तथा ईश्वरीय सेवार्थ समर्पित होने वाली तेईस कुमारियां।

पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

आज हम उन शक्तियों की चर्चा करेंगे जिनसे हमारा वजूद है। हमारा मन, बुद्धि दोनों हमारी एक अनुपम शक्ति है, जो हम सबको विश्व पर राज्य करना सिखा सकती है। लेकिन ये दोनों आज हमारे वश में नहीं हैं, हम इनके वश में हैं। इसलिए गलतियां होती रही हैं।

हमारे परमात्मा के द्वारा जो महावाक्य सुनाये जाते हैं, उसमें एक महावाक्य है - 'जो अपनी सूक्ष्म शक्तियों को हैंडल कर सकता है, वह किसी को भी हैंडल कर सकता है।' अब इसका अर्थ क्या है? सूक्ष्म से सूक्ष्म हमारा मन है, मन का मतलब संकल्प है। भाव यह है कि जो अपने संकल्प को अपने हिसाब से चलायेगा, उसके हिसाब से लोग चलेंगे। लेकिन आज हमारे संकल्प लोगों के हिसाब से हैं। इसलिए लोगों से हम प्रभावित होते हैं।

माना जैसे अपने से थोड़ा अच्छा संकल्प उसका देखा, माना संकल्प का बड़ा रूप उसका कर्म, उसका व्यवहार, तो तुरन्त हम कहते हैं कि यह व्यक्ति कितना अच्छा हैंडल करता है। माना उसका एक संकल्प बाहरी रूप से आपको प्रभावित कर गया। माना आप भी ऐसा संकल्प चाहते हैं ना! माना आप वैसा बोलना चाहते हैं या करना चाहते हैं। तो वो ज़्यादा शक्तिशाली हो गया।

उसके सूक्ष्म संकल्प की शक्ति आपको गुलाम बना गई। तभी हम बार-बार उस व्यक्ति का नाम लेते रहते हैं, जिससे हम प्रभावित होते हैं। लेकिन उस कार्य का स्थूल रूप आने से पहले कोई तो सूक्ष्म रूप रहा होगा। अब आपको क्या करना है, अपने मन की सूक्ष्म शक्ति को कैसे प्रयोग में लाना है। जैसे अगर आपका मन बाहर जाने का करता है, कुछ देखने-सुनने का करता है। इसका मतलब मन उन कामों

को करना चाह रहा है, जो दुनिया की हैं, विनाशी हैं, जिससे आपकी शक्ति नष्ट होगी। क्योंकि जब मन कुछ स्थूल देखना चाहता हो, उसमें जो ऊर्जा लगी होगी, वो कैसी होगी। इसलिए उस समय थोड़ी देर के लिए आपको मन को समझाना होगा। माना बुद्धि का इस्तेमाल करना होगा कि ये हमारी शक्तियों को नष्ट करने वाली चीज़ें हैं। इनसे बचो।

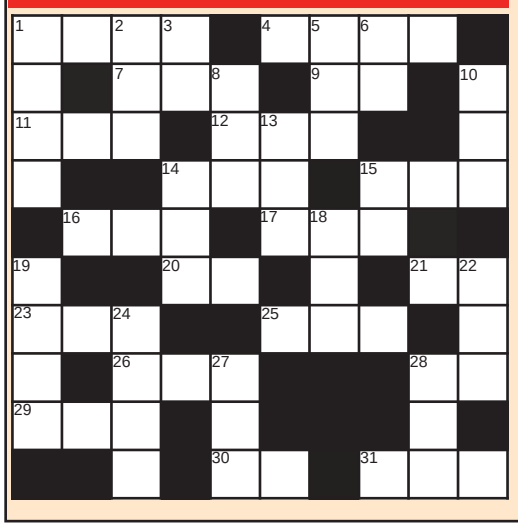
फिर भी एक बार में वो नहीं मानेगा। उसे फिर से एक बार समझाओ। जैसे छोटे बच्चे को आप मनाते हैं, तो उस समय उसे क्या कहते हैं कि बच्चे इस बार ऐसा कर लो, अगली बार तुमको ये चीज़ लाकर दूंगा। ऐसे हम टालते जाते और बच्चा उस बात को मानकर एक आशा लेकर बैठ जाता।

अगर उसे बार-बार वह चीज़ नहीं दी गई तो बच्चा भूल भी जायेगा और उसे आदत पड़ जायेगी। वैसे ही अपने मन को बच्चे की तरह बार-बार बहलाओ कि इस बार रहने देते हैं, ये काम नहीं करते हैं फिर देख लेंगे। धीरे-धीरे उसको आदत पड़ जायेगी। सूक्ष्म रूप से ही सूक्ष्म संकल्पों को शक्तिशाली बना सकते हैं।

जो भी महान व्यक्ति हुए, उन्होंने अपने संकल्पों को चारों तरफ से इसी प्रकार समेटा। और कहते रहे कि जो काम मुझे करना है ना, उसके लिए हज़ारों आकर्षणों को छोड़ना पड़ेगा। इसलिए मुझे पढ़ना ज़रूरी है।

अगर सूक्ष्म संकल्पों को समेटना चाहते हैं, तो बार-बार अपने उद्देश्य को सामने लाओ। उसको बोलो कि अगर मुझे महादानी बनना है तो उसके लिए अपने सूक्ष्म संकल्पों को बचाना पड़ेगा। ऐसी छोटी-छोटी धारणाओं से हम अपनी सूक्ष्म शक्तियों को बचा सकते हैं।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-8(2018-2019)



ऊपर से नीचे

1. सामर्थ्य नहीं...स्वरूप बनना है, हल (4)
2. लवण, लून (3)
3. पंख, पक्ष, किंतु (2)
5. जरिया, सामग्री, उपाय (3)
6. शरीर, देह (2)
8. खफा, असन्तुष्ट (3)
10. किसी भी देहधारी से कोई...नहीं रखना है, नाता (3)
13. पिता, वैदेही राजा (3)
14. अर्थवान, उपयोगी, सफल (3)
15. ऊर्जा वाले...की तुम तकदीर हो (2)
18. ....रागिनी सा तेरा प्यार बाबा (3)
19. आत्मा परमात्मा अलग रहे... (4)
22. शरीरधारी आत्मा, प्राण (3)
24. निवासी, रहने वाला (4)
27. काबिल, योग्य (3)
28. ...को खुदा मत कहो, आदि पिता (3)

बाएं से दाएं

1. समझदारी, बुद्धिमानी (4)
4. बहुत नीचे, धरती के नीचे का छठा तत्व (4)
7. इस दुनिया से जीते जी...है (3)
9. ...दिये धन न खुटे (2)
11. धर्म से संबंधित, धर्म वाला (3)
12. राजा, नृप, नरेश (3)
14. शिव...आये हैं तुम सजनियों को वापस ले जाने (3)
15. बदनामी, दाग, लांछन (3)
16. सक्षम, शक्तिशाली, बलवान (3)
17. ...पुष्प समान जीवन पवित्र बनाना है (3)
20. उधार, ऋण (2)
21. सन्तुष्ट, तृप्त (2)
23. कला, योग्यता (3)
25. गर्म, तपित (3)
26. आक्रमण, धावा (3)
28. शरीर को चलाने वाला रथी (2)
29. पक्षघात, फालिज़ (3)
30. कान, सूर्यपुत्र, महाभारत का एक पात्र (2)
31. कटि, शरीर का मध्य भाग (3)

-ब्र.कु. राजेश, शान्तिवन

श्रीनिवास नगर-जयपुर(राज.)। नये उपमुख्यमंत्री सचिन पायलट को बधाई एवं शुभकामनायें देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हेमा, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. इंदरकुमार,तमिलनाडु तथा ब्र.कु. रमेश,माउण्ट आबू।

करनाल से.7-हरियाणा। मॉरिशियस के कार्यवाहक राष्ट्रपति माननीय परमशिव पिल्लेया पुरी को ईश्वरीय सौगात भेंट कर मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देते हुए ब्र.कु. प्रेम। साथ हैं ब्र.कु. शिखा, डॉ. एन.के. महानी, धरमसिंह भारती, निफा चेयरमैन प्रितपाल सिंह पन्नू तथा अन्य।

खमाणो-पंजाब। ज्ञानचर्चा के पश्चात् एस.डी.एम. परमजीत सिंह को प्रसाद देते हुए ब्र.कु. नीलिमा तथा ब्र.कु. सुरभि।

वाराणसी-उ.प्र.। डीजल रेलवे कारखाना स्थित केन्द्रीय विद्यालय में ज्ञानचर्चा के पश्चात् समूह चित्र में विद्यालय के प्रधानाचार्य तथा समस्त अध्यापकों के साथ सामने घाट सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अंजली, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. जानकी तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।

टूण्डला-रामनगर(उ.प्र.)। 'पॉज़ीटिव लाइफ स्टाइल' विषयक यूथ रिट्रीट में मशाल जलाकर संकल्प लेते हुए युवाओं के साथ ब्र.कु. हेमंत, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. विजय बहन, ब्र.कु. तनु तथा अन्य।

बहल-हरियाणा। 'नि:शुल्क नशामुक्ति शिविर' में रोगियों की जाँच कर दवाई देते हुए ब्र.कु. डॉ. राम कुमार।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 6

पलवल-हरियाणा। गीता जयंती महोत्सव पर त्रिदिवसीय प्रदर्शनी का उद्घाटन करने के पश्चात् विधायक सीमा त्रिखा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राज दीदी। साथ हैं हरियाणा सरकार के राजनैतिक सचिव दीपक मंगला, डेप्युटी कलेक्टर मनीराम शर्मा तथा अन्य।

आसनसोल-प. बंगाल। बस अभियान के शहर में पहुंचने पर प्रवेश द्वार पर आसनसोल थाना प्रभारी को सम्मानित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सुनीता तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।

भीलवाड़ा-राज.। गीता जयंती के उपलक्ष्य में आयोजित 'जीवन का आधार गीता का सार' विषयक स्नेह मिलन कार्यक्रम में उपस्थित हैं सांगानेर स्थित गोपाला द्वारा के महंत गोपाल दास जी, ब्र.कु. इन्द्रा, संजीवनी आश्रम के संत स्वामी ब्रह्मानंद जी, ब्र.कु. अमोलक तथा अन्य संतजन।

आहोर-राज.। व्यसन मुक्ति अभियान के अंतर्गत 'मेरा आहोर व्यसन मुक्त आहोर' रैली का शिव ध्वज लहराकर शुभारंभ करते हुए प्राचार्य नेमीचंद रावल, ब्र.कु. संतोषी, ब्र.कु. कंचन तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।

हथीन-हरियाणा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् असिस्टेंट जनरल मैनेजर मनोज कुमार सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुनीता। साथ हैं ब्र.कु. सुदेश तथा बिजली निगम के एस.डी.ओ. अशोक कुमार शर्मा।

पठानकोट-पंजाब। सेवाकेन्द्र पर क्रिसमस का त्योहार मनाते हुए ब्र.कु. सत्या बहन, बलदेवराज महाजन, सचिन महाजन, जे.के. चोपड़ा, ब्र.कु. प्रताप, ब्र.कु. ज्योति तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।

अनुभव

आत्महत्या से अतीन्द्रिय सुख की ओर

– ब्र.कु. जगदीश, भादरा, राज.

मेरा जन्म भादरा जिला हनुमानगढ़ में एक सम्पन्न स्वामी और भक्ति भाव वाले परिवार में हुआ, लेकिन पारिवारिक क्लेश के कारण सब कुछ समाप्त हो गया। उसी समय मेरे पिता जी भी लापता हो गये। हम सब परिवार वाले मुश्किल से जीवन निर्वाह करते हुए उनका इन्तज़ार करते रहे। माता जी ने हिम्मत से परिवार को सम्भालते हुए मुझे पढ़ाना ज़ारी रखा। मेरे चाचा के निःसन्तान होने के कारण मेरी पढ़ाई बीच में छुड़वाकर माता जी ने मुझे उन्हें गोद दे दिया और चाचा ने मुझे खेती के काम में लगा दिया।

पाण्डव भवन में प्यारे ज्योति बिन्दु स्वरूप शिवबाबा का दर्शनीय स्थान देख सतयुगी स्वर्ग का आभास मिल रहा था। शिव बाबा ने प्यार-दुलार ऐसा दिया कि जिसका मैं शब्दों में वर्णन नहीं कर सकता।

कुछ वर्षों पश्चात् टी.बी. की बीमारी के कारण चाचा के अचानक देहावसान से सारा परिदृश्य ही बदल गया। इस घटना के कुछ दिनों बाद चाची ने मुझे घर से निकाल दिया। मैंने अपनी पढ़ाई भी पूरी नहीं की, ना ही मेरे पास जीवन निर्वाह के लिए कुछ था। मेरे जीवन में इतना संकट आ गया कि मैं आत्म हत्या करने के लिए विवश हो गया। उसी के लिए मैं हनुमानगढ़ रेलवे प्लेटफॉर्म पर रेलगाड़ी आने का इन्तज़ार करने लगा।

उसी समय मेरी नज़र अचानक वहीं रेलवे प्लेटफॉर्म पर अपने साथ के लड़कों को सैनिक भर्ती की पंक्ति में खड़े देखा। तब एकदम मन की मर्ज़ी बदल गई। आत्महत्या के पाप से बचकर मैं पंक्ति में खड़ा हो गया और मेरा चयन हो गया। प्रशिक्षण केन्द्र हैदराबाद में प्रशिक्षण पूरा करने पर नासिक रोड मुम्बई में तोपखाने में सैनिक के रूप में मेरी नौकरी लग गई। नौकरी से जीवन निर्वाह शुरू हुआ, पर मन मन अशांत ही रहा। मन में बसी पिछली कड़वी यादें भूतों की तरह मुझ पर छाई रहने लगी। मैं भयंकर मानसिक दौरे की बीमारी का रोगी हो गया। इस कारण मेडिकल बोर्ड द्वारा तीन साल में ही सैनिक सेवा से निवृत्त कर दिया गया। फिर से भूखे मरने की नौबत आ गई।

पुनः आत्म हत्या के विचार आने लगे। मानसिक रोग बढ़ गया। आखिर काफी समय बीत जाने के बाद जन्मदात्री माता जी के स्नेह द्वारा परिवार में रहने की इज़ाज़त मिल गई। मुझे थोड़े दिनों में ही फिर राज्य भण्डार व्यवस्था निगम में नौकरी मिल गई। लेकिन ज़िन्दगी में खाई ठोकरों की चुभन ने और परिणाम स्वरूप उपजी उल्टी सोच ने मुझे तड़पाना ज़ारी रखा। जितना भूलने की कोशिश करता उतनी ही भावना प्रबल हो जाती। बीमारी बढ़ कर रात-दिन परेशान करने लग गई। नींद में दौरे के कारण कभी जीभ कट जाती, कभी शरीर के अन्य अंग में चोट लग जाती। शरीर हरदम भयानक दर्द से पीड़ित रहता था, स्वभाव काफी चिड़चिड़ा हो गया था। घर में हम 6 सदस्य हो गये थे। मैं स्वयं को पागल की तरह समझने लग गया था। मैं घर तथा आस-पड़ोस सभी से दुर्व्यवहार करने लगा।

मेरी पत्नी ब्रह्माकुमारीज़ में दो वर्ष से जा रही थी। वह अपनी भावना के कल्याणकारी बोल मुझे सुनाती और कहती कि अच्छी जगह है आप भी चलो। मैं सुनी-अनसुनी करता रहता। आखिर एक दिन मैं राजयोग भादरा सेवाकेन्द्र पर पहुंचा। आश्रम में लगे सभी चित्र देखे, ब्रह्मा बाबा की तस्वीर बार-बार देखने से शांति महसूस हो रही थी। मुझे अपनापन अनुभव हो रहा था। बाबा बार-बार मुस्कुरा रहे थे। मैं भी अपनी पुरानी दुनिया भूल मुस्कुरा रहा था। ओमशांति का मधुर शब्द हमारी बड़ी दीदी चन्द्रकांता जी के मुख से सुना। उन्होंने कहा कि 'बहुत भाग्यशाली हो', इस वाक्य ने जादू का असर किया। मैंने सोचा भगवान का सहारा मिल गया। मैंने सात दिन का सच्चे गीता ज्ञान का कोर्स किया, मुझ आत्मा ने स्वीकार कर लिया कि शिव बाबा ने मुझे अपना लिया है, अपनी गोद में ले लिया है। मैं बहुत ही खुशी, आनन्द और सुख का अनुभव करने लगा। ज्योति बिन्दु स्वरूप परमपिता परमात्मा व आत्मा को जान मैं श्रीमत पर चलने लगा। रोज़ाना मुरली की खुराक मुझ आत्मा को मिलने लगी। पवित्र परिवार का साथ मिला। जिससे मेरे संस्कार बदलने लगे। मुझ आत्मा को मिलन मनाने बाबा से, अपने पावन तीर्थ शांतिवन मधुबन जाने का अवसर मिला।

मैं आत्मा वहाँ पहुंचते ही अति शांत वातावरण देख हर्षित हो, शांति, आनन्द, खुशी, प्रेम से आत्म विभोर हो झूमने सी लगी। यहाँ सबकुछ अपना है। पाण्डव भवन में प्यारे ज्योति बिन्दु स्वरूप शिवबाबा का दर्शनीय स्थान देख सतयुगी स्वर्ग का आभास मिल रहा था। शिव बाबा ने प्यार-दुलार ऐसा दिया कि जिसका मैं शब्दों में वर्णन नहीं कर सकता।

इस कलियुगी दुःखी दुनिया से छुटकारा पाने की सच्ची कमाई करता रहूँ, यही उद्देश्य देकर बाबा ने मेरा जीवन बदल दिया। अब ईश्वरीय सेवा मेरा पहला उद्देश्य है, क्योंकि सेवा से ही मेवा मिल रहा है। जिसका स्वाद मीठे से मीठा है। मैं बाबा का बहुत अहसानमन्द हूँ, जिन्होंने मुझे इस भयंकर पीड़ा से निकाल अतीन्द्रिय सुख के झूले में बिठा दिया। ज्ञान-योग से तमोप्रधान अवगुण जो भरे पड़े थे, सब समाप्त हो रहे हैं। मुझे अपार खुशी है। परिवार-कुटुम्ब, पास-पड़ोस सभी से ज्ञान की चर्चा होती है। सभी चाव से सुनने आते हैं। घर में ओम शांति के मंत्र से शांति भरपूर है। मैं बदल गया तो सभी खुश नज़र आते हैं। अब मेरे जीवन की बागडोर बाबा ने सम्भाल रखी है, इसलिए मैं अब बहुत खुश और संतुष्ट हूँ।

आप खुश रह सकते हैं... बशर्ते!

एक जोड़े (पति-पत्नी) को अपने जीवन में हमेशा कमियां नज़र आती थीं। उन्होंने सुना कि पास के एक गांव में महात्मा आए हैं, जो लोगों की तकलीफें दूर करते हैं। वे दोनों बेहद उम्मीद से उनके पास गए। महात्मा ने कहा - तुम दुनिया घूमो और पूरी तरह खुश कोई जोड़ा ढूंढ़ो। अगर तुम्हें कोई ऐसा व्यक्ति मिल जाए तो उसके कपड़े का हिस्सा लेकर मेरे पास आना, फिर तुम हमेशा खुश रहोगे।

वे दोनों यात्रा पर निकल पड़े। एक जगह जाकर उन्हें पता लगा कि वहाँ का दीवान और उनकी पत्नी सबसे ज़्यादा खुश हैं। वे उनके पास गये और उनसे पूछा, क्या आप सबसे ज़्यादा खुश हैं? उन्होंने जवाब दिया हाँ, यूँ तो हम खुश हैं, परंतु हमारी कोई संतान नहीं है। निराश जोड़ा आगे बढ़ गया।

एक अन्य शहर में पहुंचकर प्रसिद्ध सेठ और उनकी दयालु धर्मपत्नी से पूछा - क्या आप सबसे ज़्यादा खुश हैं? उस जोड़े ने जवाब दिया - हाँ, हम खुश रहते हैं, लेकिन एक ही दुःख है। हमारे बहुत सारे बच्चे हैं, जिसके कारण हमारी ज़िंदगी कठिन हो गई है। वे दोनों यहाँ से भी निराश होकर चल दिए।

चलते-चलते वे एक रेगिस्तान पहुंच गए। वहाँ एक नाचता-गाता गड़रिया नज़र आया। उन्होंने गड़रिये से भी वही सवाल पूछा। गड़रिये ने माना कि वो सबसे ज़्यादा खुश है। जोड़ा यह सुनकर खुश हो गया और उन्होंने तुरंत उससे उसकी शर्ट का एक टुकड़ा मांगा। गड़रिये ने उदास होते हुए कहा - अगर मैं तुम्हें अपनी शर्ट का टुकड़ा दे दूंगा तो मैं क्या पहनूंगा? मेरे पास एक ही शर्ट है।

हताश होकर वे लोग महात्मा के पास वापिस आए और उन्हें अपने अनुभव बताए। महात्मा ने कहा - तुम्हें समझ में आ गया होगा कि दुनिया में कोई भी पूरी तरह खुश नहीं है। इसलिए शत-प्रतिशत खुशी की तलाश में जीवन बर्बाद करना मूर्खता है। जो भी तुम्हारे पास है, उसका भरपूर आनंद लेते हुए जीवन बिताओ।

खुशी भीतर से पैदा होती है। उसे आप स्थाई रूप से खरीद नहीं सकते, उसे आप जीत नहीं सकते, उसे आप वसीयत में पा नहीं सकते। खुशी किसी दवा के रूप में नहीं आ सकती, खुशी को आप ताला लगाकर नहीं रख सकते, खुशी आपको शिकायत से नहीं मिल सकती। खुशी आप पैदा कर सकते हैं। खुशी को आप आज और अभी जी सकते हैं। आप कहीं भी खुश रह सकते हैं, बशर्ते आप खुश रहना चाहें तो...!

प्रैक्टिकल बनिए और इस सच को स्वीकार कीजिए कि इस दुनिया में कोई भी शत-प्रतिशत सुखी नहीं हो सकता। इसलिए हर क्षण को डट कर जियो, जमकर जियो, खुशी से जियो और अपने आस-पास के लोगों को प्रसन्न करते हुए जियो।

हाँ, हम आपको एक नुस्खा देते हैं... जिससे आप खुश रह सकते हैं।

बस उठते ही अपने आप से एक संकल्प करें कि मैं भाग्यवान हूँ, मैं स्वस्थ हूँ, मेरा मस्तिष्क बहुत पावरफुल है, सबकुछ सही और श्रेष्ठ करने की काबिलियत मुझमें है। इस तरह श्रेष्ठ संकल्प कर भीतर में सोई हुई परमात्म प्रदत्त शक्तियों को जानें, पहचानें और उसका दिन भर में आने वाली परिस्थितियों और चुनौतियों में सहज भाव से उपयोग करें। करेंगे ना... ! बस, फिर तो खुशी आपकी ही है। – ब्र.कु. शोभा, आबू

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 7

एक ख़त 2019 के नाम

2019, तुमने हमें एक सेकण्ड भी वेट नहीं कराया, तुम घड़ी की सुई पर चलकर आ गये। हमें बिल्कुल भी तुम्हारा इन्तज़ार नहीं करना पड़ा, तुम्हारा हार्दिक स्वागत है। वैसे हमें तुम्हारे आने की बेहद खुशी भी थी। लेकिन इसका ये कतई आशय नहीं कि 2018 के साथ रहना हमारी मजबूरी थी, बिल्कुल भी नहीं। तुमसे हम पहली बार मिल रहे हैं, मिलने की अद्भुत खुशी है। वैसे अब तो हम तुमसे 365 दिन मिलेंगे, पर तुम्हें सबसे अलग नये कलेवर में देख रोमांचित हैं और ये सोचकर अति उत्साहित भी हैं कि तुम अपने अन्तस में अनेक अवसर व संभावनाओं को समेटे रखे होंगे, जो ताश के पत्तों की तरह एक-एक निकालते रहोगे। हम तुमसे वादा करते हैं कि जिस अन्दाज़ व नज़रिये के साथ तुम आये हो, हम उसी ज़िन्दादिली के साथ तुम्हारा अभिनन्दन करते हैं और हम उसी रूप में तुम्हें स्वीकार करते हैं।

हमने 2 ज़ीरो एक आठ को भी खूब एन्जॉय किया, जिसने आते ही तपस्या मास के कारण अनेक दुआओं के दरवाज़े खोल दिये थे, नये क्षितिज प्राप्त किये, अनेक संभावनाओं को यथार्थ के धरातल पर साकार कर दिया। अपने अंकों में जादुई अर्थ समाये हुए हमें नित नये पुरूषार्थ की प्रेरणा देता रहा, जिसका भरपूर चांस हमने बखूबी लिया। हाँ कहीं-कहीं हमारा असफलताओं से भी सामना हुआ, पर उन विफलताओं ने भी हमें अनुभवों की शिक्षा से तो निखारा ही। 2018 में हमने कई छोटे-छोटे लक्ष्य भी निर्धारित किये थे। जिनकी उमंगों ने सपनों को समय से पहले ही उड़ने के पंख लगा दिये थे। पर कहीं-कहीं हमने गलतियां भी की, लेकिन अब हमारा इसपर अटेन्शन रहेगा।

कई ऐसी चुनौतियां भी आयीं जिनकी उहापोह में कर्मठता जवाब देने लगी थी, पर कई बार चैलेन्ज नये अवसर बना गये और मनोबल को नई रफ्तार पकड़ा दी। हाँ, 2018 में थोड़ा हम माया के मोह पाश में, अति आधुनिक चमकीली चकाचौंध में फँस सोशल मीडिया में चक्कर खाकर समय की बेहोशी में आ गये। ऐसा नहीं है कि हम इससे अवगत नहीं या हमको श्रीमत याद नहीं, पर पता नहीं कैसे कई बार इस मूर्छा में आकर कई स्वर्णिम अवसर हाथ से फिसलते नज़र आये, पर अब हम सौ प्रतिशत सतर्क हैं। जो गलतियां 2018 में चाहे कैसे भी हुई, पर अब उन्हें दोहराना नहीं है। हम ऐसा भी नहीं सोच रहे हैं कि तुम मेरे लिए कोई चुनौती लेकर नहीं आओगे, पर अब जवाब देने का अचूक शस्त्र तैयार है।

2019, हम तुम्हें एक नये अवसर के रूप में देख रहे हैं, जिसमें अनेक लक्ष्य समाहित हैं। जिस प्रकार सम्पूर्णता के लिए बाबा ने 18 अध्याय पूरे किये थे, तो वो 18 अध्याय हमें भी पूरे करने का संयोग का संकेत लेकर 2019 आया है। हमें पूरा यकीन है कि जो अध्याय अभी अधूरे रह गये, उसे पूरा करने के लिए हम नये उमंग के साथ तुम्हारे नये परिवेश में भी अन्तिम श्वास तक कर्मवत रहेंगे। अठारह ने हमें अठत्तर बार भी सतर्क करके ये जताया कि आने वाले 2019 को तुम संजीदगी ने जीना। वादा किया है तो निभाने का इरादा भी रखना। मुझे विश्वास है कि 2019 में भी हम इस उम्मीद के साथ चलेंगे कि तपस्या की सीढ़ियों पर एक बल, एक भरोसे से चढ़कर अचल-अडोल एवं एकरस स्थिति के शिखर को प्राप्त कर अविनाशी खुशियों की महफिलें लगायेंगे और 2018 में जो कोशिशें नाकाम रहीं या कमज़ोरियों की जड़ें गुप्त ही सही पर सजीव व गतिशील रहीं उन पर भी इकबाल करेंगे और 2018 में जो दो ज़ीरो एक आठ में सदा रहने में नाकामयाब रहे, तो 2019 में निश्चित ही 18 अध्याय पूरा करने के लिए नित नवीनता का प्रबल पुरूषार्थ करेंगे।

- ब्र.कु. सुमन,जानकीपुरम,लखनऊ।

आध्यात्मिक मूल्यों से बनता है - श्रेष्ठ जीवन

डॉ. ब्र.कु. पांड्यामणि,शान्तिवन

विद्यार्थी का उद्देश्य ज्ञान का अर्जन करना होता है। विभिन्न विषयों के अर्जित ज्ञान से ही उसकी पहचान होती है। परन्तु एक आदर्श विद्यार्थी में ज्ञान के साथ-साथ उसके अन्दर श्रेष्ठ मानसिक गुणों एवं मानवीय मूल्यों का होना आवश्यक है। परन्तु विद्यार्थियों का जिज्ञासु एवं कोमल मन संसार की अनेक आकर्षक बुराइयों की ओर आकर्षित हो जाता है। इससे वे अपने उद्देश्य से भटक जाते हैं एवं नशीले पदार्थों के सेवन का शिकार हो जाते हैं। जीवन के सबसे ऊर्जावान और कीमती समय को नष्ट कर देते हैं। आध्यात्मिक एवं मूल्य शिक्षा विद्यार्थियों के जीवन का मार्गदर्शन करके जीवन की मंज़िल को सहज बनाती है।

जीवन का मार्गदर्शन करने में सहायक है आध्यात्मिक शिक्षा। प्रत्येक विद्यार्थी के अन्दर आध्यात्मिक मूल्यों का होना आवश्यक है। यह आध्यात्मिक मूल्य हमें सच्चे मार्गदर्शक की तरह जीवन के प्रत्येक मोड़ पर सदा मार्गदर्शन करते हैं।

आदर्श विद्यार्थी का पहला लक्षण है कि उसे सदा लक्ष्य को निर्धारित करके ही आगे बढ़ना चाहिए। लक्ष्यविहीन शिक्षा प्राप्त करना अनियंत्रित घोड़े के समान है, जो केवल दौड़ता तो रहता है परन्तु उसकी कोई दिशा नहीं होती है। परिस्थितियां तो स्वाभाविक रूप से प्रत्येक मनुष्य के जीवन में आती हैं परन्तु मानसिक रूप से दृढ़तापूर्वक उनका सामना करते हुए लक्ष्य की ओर सदा गतिमान रहना चाहिए। आत्मबल और मानसिक दृढ़ता के आगे सभी समस्याएं और परिस्थितियां हार जाती हैं। विद्यार्थियों में सदैव स्वयं सीखने की प्रवृत्ति आवश्यक है। इससे जीवन में अनुभव बढ़ता है। शिक्षकों, माता-पिता एवं अन्य बड़े लोगों का सम्मान करना चाहिए। इससे उन्हें बड़ों का आशीर्वाद और स्नेह प्राप्त होता है, जिससे उनकी मंज़िल आसान होती है। विद्यार्थियों में सृजनशीलता का गुण होने से सदा ज्ञान के नये-नये अनुभव होते हैं। विषय को रटने के बजाए अपने ढंग से प्रस्तुत करने की सृजनात्मकता आ जाती है और नई वस्तुओं के निर्माण और अनुसंधान करने की प्रवृत्ति का विकास होता है।

प्रत्येक विद्यार्थी के अंदर आध्यात्मिक गुणों एवं मूल्यों का होना आवश्यक है। आध्यात्मिक गुण जैसे शान्ति, प्रेम, पवित्रता, सत्यता इत्यादि सच्चे मार्गदर्शक की तरह जीवन के प्रत्येक मोड़ पर सदा मार्गदर्शन करते हैं। आध्यात्मिक ज्ञान से मन और बुद्धि पर आन्तरिक अनुशासन स्थापित होता है। विद्यार्थियों को नकारात्मक और व्यर्थ चिन्तन से सदा दूर रहना चाहिए क्योंकि नकारात्मक चिन्तन के कारण उत्पन्न मानसिक तनाव से मुक्त होने के लिए धीरे-धीरे मादक द्रव्यों के सेवन की आदत पड़ जाती है, जिसकी जीवन में भारी कीमत चुकानी पड़ती है। बाल्यकाल से ही विद्यार्थियों को मूल्य शिक्षा देनी चाहिए जिससे वे कम आयु में ही ईमानदारी, सत्यता, आज्ञाकारिता जैसे मूल्यों को अपनाकर अपने जीवन को श्रेष्ठ बना सकें। उन्हें सदा संगदोष के प्रभाव से दूर रखना चाहिए। विशेषकर खान-पान की शुद्धि आवश्यक है क्योंकि कहा जाता है - जैसा अन्न, वैसा मन। आचार, विचार और व्यवहार से भी हम बच्चों में सकारात्मक परिवर्तन ला सकते हैं। आध्यात्मिक शिक्षा से विद्यार्थियों में आत्म-विश्वास का विकास होता है, दृढ़ इच्छाशक्ति और एकाग्रता बढ़ती है और यही सर्व सफलता प्राप्त करने का मूलमंत्र है।

दिल्ली-दिलशाद कॉलोनी। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् ए.सी.पी. सुबोध गोस्वामी को ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु. इन्द्रा।

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज़ के चिकित्सा प्रभाग द्वारा आयोजित 'स्वस्थ भारत रैली' का शुभारंभ करते हुए डिस्ट्रिक्ट हेल्थ एडमिनिस्ट्रेटर डॉ. दिनेश कुमार शर्मा, प्रभाग अध्यक्ष ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह, ब्र.कु. भरत तथा अन्य।

रावर्ट्सगंज-उ.प्र.। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् चित्र में एस.पी. रामप्रताप सिंह, डॉ. अनुपमा, ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. प्रतिभा तथा ब्र.कु. सीता।

लोहरदगा-झारखण्ड। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' रैली का शुभारंभ करते हुए नदिया हिन्दु हाई स्कूल के प्रिन्सीपल अनिल कुमार, शिक्षकगण तथा ब्र.कु. भाई बहनें।

बहेड़ी-उ.प्र.। 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य योग शिविर' के उद्घाटन पश्चात् तहसीलदार ब्रजपाल सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुखदेवी। साथ हैं ब्र.कु. विमला, ब्र.कु. संजीव तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।

फालना-राज.। व्यसनमुक्ति अभियान के अंतर्गत 'मेरा फालना व्यसनमुक्त फालना' रैली का शिव ध्वज लहराकर शुभारंभ करते हुए प्राचार्य शोभा बहन, ब्र.कु. मीरा, ब्र.कु. संतोषी तथा अन्य।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 8

रायागडा-ओडिशा। आध्यात्मिक कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. श्रीमती। मंचासीन हैं अश्विनी जैन,प्रिन्सीपल,सेंट ज़ेवियर्स हाई स्कूल, ए.केशव राव,रिटा. हाई स्कूल टीचर, प्रशांत पटनाइक,रिटा. टीचर एवं प्रसिद्ध कवि व गायक, रजनीकांत सामंतरे,ब्लॉक एजुकेशन ऑफिसर, कृष्णा चन्द्र महल,सी.आई.,स्कूल्स,एस.सी. एंड एस.टी. डेवलपमेंट डिपार्टमेंट, सलवा राजू,रिटा. प्रिन्सीपल,ऑटोनोमस कॉलेज तथा दुसमंता मोहंती,रिटा.रीडर,वुमेन्स कॉलेज।

गुमला-तपकरा(झारखण्ड)। डी.डी.सी. अजय शर्मा को ईश्वरीय साहित्य एवं प्रसाद भेंट करते हुए ब्र.कु. ममता।

भुवनेश्वर-मंचेश्वर(ओडिशा)। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् किड्ज़ी स्कूल के प्रिन्सीपल प्रताप चन्द्र पटनाइक को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मंजू तथा ब्र.कु. सुजाता।

चैल चौक-मण्डी(हि.प्र.)। आध्यात्मिक प्रदर्शनी कार्यक्रम में विधायक विनोद जी को ईश्वरीय सौगात भेंट कर ज्ञानचर्चा करते हुए ब्र.कु. प्रियंका व ब्र.कु. दया।

श्रीकरणपुर-राज.। 91वीं वाहिनी में कार्यक्रम के दौरान ब्र.कु. वंदना को मोमेन्टो द्वारा सम्मानित करने के पश्चात् चित्र में कमाण्डर इन चीफ देवेन्द्र सिंह तथा अन्य।

नीम का थाना-राज.। 'तनाव मुक्त योग शिविर' के दौरान उपस्थित हैं आदर्श रामलीला मण्डल के डायरेक्टर अशोक कश्मीरी, ब्र.कु. स्नेहा, बाबू सिंह, रामसिंह भाई तथा ब्र.कु. राजकुमारी।

शांतिवन। भारत के नोबल संस्थान द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी को 'लाइफ टाइम अचीवमेंट-नोबल अवॉर्ड-2018' से सम्मानित किया गया। अवॉर्ड ग्रहण करते हुए राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी।

पाण्डव भवन-माउण्ट आबू। भारतीय थल सेना अध्यक्ष बिपिन रावत व उनकी धर्मपत्नी श्रीमती मधुलिका रावत को ब्रह्माकुमारीज़ के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय के पाण्डव भवन परिसर का अवलोकन कराते हुए खेल प्रभाग उपाध्यक्षा ब्र.कु. शशि, शिक्षा प्रभाग उपाध्यक्षा ब्र.कु. शीलू, संगठन के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. मृत्युंजय, प्रबंधक ब्र.कु. अवतार तथा अन्य।

सभी मान की इच्छा से कार्य करते

- गतांक से आगे...

एक छोटा बच्चा भी आज की दुनिया के अन्दर अभिमान की वृत्ति को रखता है। आज एक छोटा बच्चा घर में है और मान लो कि उसका पिता शाम को घर में आता है तो उस वक्त उसकी माँ उसको कहती है बेटा, जा एक गिलास पानी लेकर आओ पिता जी के लिए। वो दौड़कर के जाता है और एक गिलास पानी भरकर ले आता है। और जब वो अपने पिता को पानी देता है और मान लो कि उसी वक्त पिता ने उसको कह दिया शाबाश बेटे! थैंक्यू। बस इतना कहा तो उस बच्चे का अभिमान भी संतुष्ट हो जाता है। दूसरे दिन शाम को उसका पिता आता है तो माँ को कहना नहीं पड़ता है, वो तुरंत भागता है और उस मान की इच्छा को लेकर कि आज भी मुझे थैंक्यू मिलेगा, पानी का गिलास लेकर पहुंच जाता है। लेकिन मान लो कि पिता अपनी टेंशन में है और उसने बेटे को थैंक्यू नहीं कहा, शाबाश बेटा नहीं कहा। दूसरे दिन जब वो पिता शाम को आता है और माँ उस बच्चे को कहती है बेटा पानी लेकर आओ, तो बेटा क्या कहेगा? मैं बिज़ी हूँ, आप ही लेकर जाओ। दूसरे दिन वो पानी का गिलास लेने को दौड़ेगा नहीं, क्योंकि उसके मान की पूर्ति नहीं हुई। बच्चा समझने लगता है कि जैसे कोई हमें चॉकलेट देता है और हमसे तो बार-बार बुलवाते हैं, थैंक्यू करो बेटा, थैंक्यू करो बेटा और थैंक्यू बोल देता है। लेकिन जब वो बेटा थैंक्यू सुनने की भावना से पानी का गिलास लेकर गया और उसको किसी ने थैंक्यू बेटा नहीं कहा तो दूसरे दिन उसको चॉकलेट देकर के दस बार कहो कि थैंक्यू कहो बेटा, तो बिल्कुल नहीं बोलेगा। क्योंकि उसने जब कोई कर्म किया आपकी सेवा में, तो आपने तो उसे थैंक्यू कहा ही नहीं। तो उसे यह महसूस होता है। कितनी उसकी कैचिंग पॉवर है कि जब मैंने दिया तो थैंक्यू नहीं मिला और जब मुझे दे रहे हैं तो हर बार मुझे थैंक्यू बोलने को क्यों कहते हैं? दस बार माँ के बोलने पर भी वो बच्चा नहीं बोलता है। तो क्या कहती है माँ? आजकल ये ज़िद्दी हो गया है। नहीं तो इतना अच्छा थैंक्यू बोलता है, लेकिन आज नहीं बोला।

-ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

इसी तरह से जब वो कोई भी कार्य करता है तो उसको थैंक्यू कह दो, तो देखो वो दूसरे दिन फटाफट, उसको चाहे आये या न आये करेगा और वह आपको मदद करने के लिए पहुंच जायेगा।

भावार्थ ये है कि अहंकार बहुत बुरा है, उससे कम अभिमान है। अभी-अभी मान चाहिए, मिल गया तो खुश, नहीं मिला तो बड़ा दुःखी हो जाता है इंसान, कि मैंने इतना किया फिर भी मुझे मान नहीं मिला। कई बार देखा जाता है कि घर के अंदर ही एक व्यक्ति ये चाहना रखता है कि अभी-अभी मेरी बात माने, उसका ये अभिमान है। जबकि सामने वाला दूसरा व्यक्ति समझता है कि अभी-अभी मान मिले तो मैं बात मानूं। अगर मान ही नहीं मिलता है तो मानेंगे कैसे? - क्रमशः

नरकटियागंज-बिहार। फुटबॉल मैच का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. अबिता, ब्र.कु. रेनू, अर्पणा सिंह तथा अन्य।

यह जीवन है...

जब हम किसी के लिए कुछ करते हैं या हम किसी की मदद करते हैं, तो उसकी मदद खुशी से करें ना कि मजबूरी से। और आप जिनकी मदद करते हैं उनसे कभी मदद की अपेक्षा ना रखें। हमने किसी को सहयोग किया था, ना कि एहसान किया था। किसी को सौगात देना और किसी को कर्ज़ देना, दोनों में बहुत फर्क है। सहयोग या मदद करते समय यह याद रहे कि आप उन्हें कर्ज़ नहीं दे रहे हैं जो वह चुक्ता करेंगे। जब आप किसी की मदद करते हैं, तो उनको प्यार से मदद करके भूल जाएं।

ख्यालों के आईने में...

गलती नीम की नहीं कि वो कड़वा है,
खुदगर्ज़ी जीभ की है। जिसे मीठा पंसद है।
पता नहीं कैसे परखता है मेरा ईश्वर मुझे,
इम्तिहान भी मुश्किल लेता है और फेल भी नहीं होने देता।।

विकल्प बहुत मिलेंगे मार्ग भटकाने के लिए,
लेकिन, संकल्प एक ही काफी है, लक्ष्य तक जाने के लिए।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 9

कथा सरिता

सच्चा प्रेम

भारत के उत्तर पश्चिम में स्थित राजस्थान के इतिहास से जुड़ी, मीरा की कहानी बहुत प्रचलित है। उनकी कहानी कृष्ण के साथ अटूट प्यार को दर्शाती है। मीरा, एक राजा की सबसे छोटी पुत्री थी। उनकी सभी बहनों का विवाह हो चुका था। आठ वर्ष की उम्र में एक दिन जब वह बारात देखने गई तो उसने अपनी माँ से प्रश्न पूछा कि मेरा दूल्हा कौन होगा? माता ने उसे कृष्ण की एक मूर्ति दी और कहा, यह तुम्हारा दूल्हा है। माता को क्या पता था कि हँसीकुडी में कही गई बात के अनुसार मीरा कृष्ण को ही अपना पति मान लेगी। मीरा ने प्यार से उस मूर्ति को उठाया और अपने कमरे में चली गई। उसके बाद वह दिन-रात कृष्ण की उपासना करने लगी।

कुछ समय के बाद उनके माता-पिता ने उनका एक राज घराने में विवाह कर दिया। श्रीकृष्ण से अटूट प्यार के विषय में उन्होंने अपने पति को बता दिया और कहा आप मेरे पति नहीं हो। हो सकता है मेरे माता-पिता ने मेरे लिए आपका चयन किया है परन्तु मेरा तो कृष्ण संग पहले ही विवाह हो चुका है। उनके पति, उनकी असीम भक्ति को समझ उनसे प्यार करते रहे। वह विवाह के बाद भी महल में साधारण रूप में रहती और उन्हें चारों ओर कृष्ण ही कृष्ण दिखाई देते। वह श्रीकृष्ण की याद में कार्य करती, निरंतर भजन गाती रहती। उनके घर वाले जिन्हें परम्पराओं की परवाह थी, अपनी इच्छाओं हेतु मीरा पर अत्याचार करने लगे। जब वे कामयाब नहीं हो सके तो उन्हें ज़हर का प्याला भेज दिया गया। मीरा जानती थी कि यह प्याला ज़हर का है, फिर भी पी लिया। लेकिन वह कृष्ण से इतना प्रेम करती थी कि वह ज़हर का प्याला भी अमृत में बदल गया। एक दिन जब मीरा श्रीकृष्ण की स्मृति में घूम रही थी तो अचानक कृष्ण प्रकट हुए और उन्हें अपने साथ ले गये। आत्मा शरीर छोड़कर चली गई।

मान्यता है कि इस कहानी में दुःख की व प्राप्ति की खुशियां हैं। मीरा के गाये हुए भगवान के प्रति प्रेम के गीत आज भी भारत में सभी प्यार से सुनते हैं।

उनका प्रेम सम्पूर्ण व दुनियावी चीज़ों से ऊपर था। वह भगवान पर बलि चढ़ गईं। भगवान से असीम प्रेम की अनूठी गाथा गाती ये कहानी हमें भी उस परम सुख की तरफ समर्पणता के साथ ले जाने वाली है। इसलिए समर्पण भाव से परमात्मा से प्रम ही उसको प्राप्त करा सकता है।

देने की आदत डालें

एक भिखारी सुबह-सुबह भीख मांगने निकला। चलते समय उसने अपनी झोली में जौ के मुट्ठी भर दाने डाल दिए, इस अंधविश्वास के कारण कि भिक्षाटन के लिए निकलते समय भिखारी अपनी झोली खाली नहीं रखते। थैली देखकर दूसरों को भी लगता है कि इसे पहले से ही किसी ने कुछ दे रखा है।

पूर्णिमा का दिन था। भिखारी सोच रहा था कि आज अगर ईश्वर की कृपा होगी तो मेरी यह झोली शाम से पहले ही भर जाएगी। अचानक सामने से राजपथ पर उसी देश के राजा की सवारी आती हुई दिखाई दी। भिखारी खुश हो गया। उसने सोचा कि राजा के दर्शन और उनसे मिलने वाले दान से आज तो उसकी सारी दरिद्रता दूर हो जाएगी और उसका जीवन संवर जायेगा। जैसे-जैसे राजा की सवारी निकट आती गई, भिखारी की कल्पना और उत्तेजना भी बढ़ती गई।

जैसे ही राजा का रथ भिखारी के निकट आया, राजा ने अपना रथ रुकवाया और उतर कर उसके निकट पहुंचे। भिखारी की तो मानो सांसें ही रुकने लगीं, लेकिन राजा ने उसे कुछ देने के बदले उल्टे अपनी बहुमूल्य चादर उसके सामने फैला दी और उससे भीख की याचना करने लगा। भिखारी को समझ नहीं आ रहा था कि वह क्या करे। अभी वह सोच ही रहा था कि राजा ने पुनः याचना की। भिखारी ने अपनी झोली में हाथ डाला, मगर हमेशा दूसरों से लेने वाला मन देने को राज़ी नहीं हो रहा था।

जैसे-तैसे करके उसने दो दाने जौ के निकाले और राजा की चादर में डाल दिए। उस दिन हालांकि भिखारी को अधिक भीख मिली, लेकिन अपनी झोली में से दो दाने जौ के देने का मलाल उसे सारा दिन रहा। शाम को जब उसने अपनी झोली पलटी तो उसके आश्चर्य की सीमा न रही। जो जौ वह अपने साथ झोली में ले गया था उसके दो दाने सोने के हो गए थे। अब उसे समझ में आया कि यह दान की महिमा के कारण ही हुआ। वह पछताया के काश! उस समय उसने राजा को और अधिक जौ दिए होते। लेकिन दे नहीं सका, क्योंकि उसकी देने की आदत जो नहीं थी।

खुशी बांटने का तरीका ढूंढ़ें

एक आदमी ने दुकानदार से पूछा, केले और सेब क्या भाव है? केले 20 रुपये दर्जन और सेब 100 रुपये किलो। उसी समय एक गरीब सी औरत दुकान में आयी और बोली मुझे एक किलो सेब और एक दर्जन केले चाहिए। क्या भाव है भैया?

दुकानदार - केले 5 रुपये दर्जन और सेब 25 रुपये किलो। औरत ने कहा जल्दी से दे दीजिए। दुकान में पहले से मौजूद ग्राहक ने खा जाने वाली निगाहों से घूरकर दुकानदार को देखा। इससे पहले कि वो कुछ कहता, दुकानदार ने ग्राहक को इशारा करते हुए थोड़ा सा इंतज़ार करने को कहा। औरत खुशी-खुशी खरीदारी करके दुकान से निकलते हुए बड़बड़ाई, हे भगवान तेरा लाख-लाख शुक्र है, मेरे बच्चे फलों को खाकर बहुत खुश होंगे। औरत के जाने के बाद दुकानदार ने पहले से मौजूद ग्राहक की तरफ देखते हुए कहा, ईश्वर गवाह है भाई साहब! मैंने आपको कोई धोखा देने की कोशिश नहीं की। यह महिला विधवा है। इसके चार बच्चे हैं। ये किसी से भी किसी तरह की मदद लेने को तैयार नहीं है। मैंने कई बार कोशिश की है और हर बार नाकामी मिली है। तब मुझे यही तरकीब सूझी है कि जब कभी ये आए तो मैं उसे कम से कम दाम लगाकर चीज़ें दे दूँ। मैं यह चाहता हूँ कि उसका भ्रम बना रहे और उसे लगे कि वह किसी की मोहताज नहीं है। मैं इस तरह भगवान के बन्दों की पूजा कर लेता हूँ। थोड़ा रुककर दुकानदार बोला, यह औरत हफ्ते में एक बार आती है। जिस दिन यह आती है, उस दिन मेरी बिक्री बढ़ जाती है और उस दिन परमात्मा मुझपर मेहरबान हो जाता है। ग्राहक की आँखों में आँसू आ गए और आगे बढ़कर दुकानदार को गले लगा लिया और बिना किसी शिकायत के अपना सौदा खरीदकर खुशी-खुशी चला गया। खुशी बांटना चाहो, तो तरीका भी मिल जाता है।

पुखरायां-उ.प्र.। नव वर्ष के अवसर पर आयोजित 'स्नेह मिलन' कार्यक्रम में उपस्थित हैं उपजिलाधिकारी राजीव रंजन, तहसीलदार, विधायक पुखरायां, समाजसेवी मधुसूदन गोयल, ब्र.कु. ममता तथा अन्य।

डाकपत्थर-सेलाकुई (उत्तराखण्ड)। 'व्यक्तिगत जीवन में सम्बन्धों की मधुरता' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए विधायक सहदेव पुण्डरी, प्रधान रीता शर्मा, ब्र.कु. सविता तथा ब्र.कु. आरती।

जालोर-राज.। जालोर के नवनिर्वाचित विधायक जोगेश्वर गर्ग तथा आहोर के नवनिर्वाचित विधायक छगन राजपुरोहित के लिए आयोजित सम्मान समारोह में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. रंजू।

वैरिया-उ.प्र.। आध्यात्मिक प्रदर्शनी का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए उप जिलाधिकारी लाल बाबू दूबे, ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. कमलाकर तथा अन्य।

मण्डी-गोबिन्द गढ़। ''सात अरब सत्कर्मों की महायोजना'' कार्यक्रम के पश्चात् आर्य समाज मन्दिर के प्रधान,गोबिन्द गढ़ पब्लिक कॉलेज और स्कूल के ट्रस्टी नंदकुमार खन्ना को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. साक्षी व ब्र.कु. राम प्रकाश सिंघल,न्यूयॉर्क।

सुन्दर नगर-हि.प्र.। '7 अरब सत्कर्मों का महाअभियान' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. राम प्रकाश सिंगला के साथ पत्रकार बंधू तथा ब्र.कु. भाई बहनें।

जमशेदपुर-झारखण्ड। 'मेरा भारत स्वर्णिम भारत' अभियान की रैली पहुंचने पर बी.एड. कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. संजू, प्रिंसीपल ज्योति बहन तथा अन्य।

बहल-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा झुग्गी झोपड़ियों में आयोजित 'व्यसनमुक्ति कार्यक्रम' में गुटके का व्यसन दान करती महिला। उपस्थित हैं ब्र.कु. अशोक, ब्र.कु. शकुंतला, ब्र.कु. पूनम तथा ब्र.कु. प्रमोद।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 10

विशेषताओं को कैसे दर्शाएं

अगर कोई कहता है कि मैं तो बहुत साफ हूँ, सच्ची हूँ, ईमानदार हूँ, फिर भी मेरे साथ बुरा क्यों होता है! लेकिन हम कह सकते हैं कि ऐसा हो नहीं सकता कि आप सच्चे और साफ हो, तो कोई आपके साथ सच्चा और साफ ना हो। ज़रूर कहीं कोई खोट है।

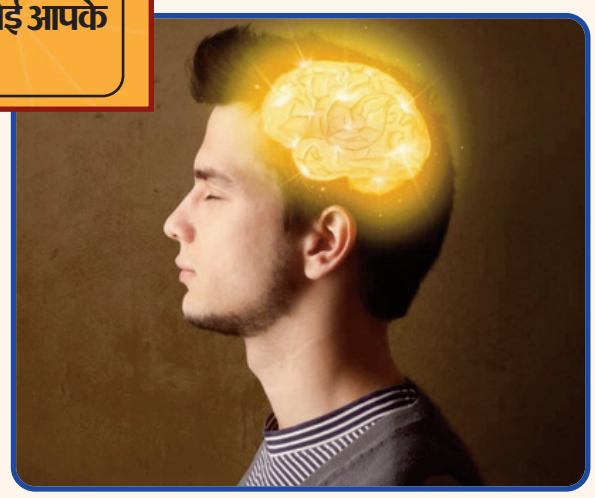
ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

कई बार लोगों के मन में यह प्रश्न उठता है कि यदि कोई विशेषता मेरे अन्दर है तो उसको कैसे सबके सामने लायेंगे या सभी उसे कैसे समझ पायेंगे, उसकी परख क्या होगी। इसका प्रदर्शन कैसा होगा। आज हम इस पर थोड़ा सोचते हैं। जैसे कहा जाता है कि चेहरा मन का दर्पण है, उसी प्रकार हमारे अन्दर ज्ञान है या समझ है तो उसका कुछ तो दर्पण होगा कि नहीं? उदाहरण जैसे अगर आपके अन्दर किसी गहरी बात की समझ है तो आप कितना कॉन्फिडेंट रहेंगे। जैसे आपको कोई गहरी कानून की समझ है तो आप किसी भी केस को कितना आत्म-विश्वास के साथ हैंडल करेंगे।

उसी तरह हमारे अन्दर ज्ञान या विवेक है तो हमारे अन्दर इससे सम्बन्धित कितनी चीज़ें होंगी। जिससे माना जायेगा कि आप कितने ज्ञानी या समझदार हैं। जैसे अगर आपके अन्दर हर बात की परिपक्वता है तो आप किसी भी बात में अपना मूड खराब नहीं करेंगे। अर्थात् कुछ भी नहीं बोल देंगे किसी के सामने। यदि आप कुछ भी, कहीं भी, किसी के सामने बोल देते हैं तो माना जायेगा कि आप बिल्कुल भी समझदार नहीं हैं। इसलिए लोग कमेंट भी पास करते हैं और कहते हैं कि यह तो इम्मेच्योर है, इसको बिल्कुल भी समझ नहीं है। यहाँ समझ या ज्ञान शब्द आ रहा है ना, अगर हम समझदार होते तो ऐसी गलती ना होती।

इसी तरह अपने आपको चेक करते जाना है कि यदि मैं हर बात में लाइट हूँ या हल्का हूँ तो ज्ञानी हूँ या समझदार हूँ। इसी तरह मेरे अन्दर यदि अनुशासन है तो मैं समझदार माना जाऊंगा। अगर मैं खुद का सम्मान करता हूँ, साथ में अपने व्यक्तित्व को निखारने में हर चीज़ का ध्यान रखता हूँ तो मैं समझदार हूँ। अगर मैं हर काम समय पर करता हूँ तो मैं समझदार हूँ। ऐसे गहराई से हम हर समय अपने को चेक कर सकते हैं।

इसी तरह अगर आपके अन्दर पवित्रता की शक्ति है तो क्या आप हर समय मन, वचन और कर्म से किसी को दुःख तो नहीं देते? अगर दुःख देते हैं तो माना आप हिंसक हैं, माना अपवित्रता है। अगर आप किसी के साथ सत्य नहीं हैं तो आप प्योर नहीं हैं। माना झूठ बोलना भी अपवित्रता में आ गया। अगर आप ईमानदारी के साथ व्यवहार करते तथा आपके अन्दर पारदर्शिता है तो माना जायेगा कि आप पवित्रता को समझते हैं। सच्चाई, सफाई, ईमानदारी के साथ जीना पवित्रता का प्रदर्शन ही है। आज कोई अपने बच्चे के लिए झूठ बोल देता है, सच्चा नहीं है तो उससे गलती होती है, कारण मोह है ना! जो कि एक बहुत बड़ी अपवित्रता है। नहीं तो किसी से कभी कोई भी ऐसी बात हो नहीं सकती। सभी कहीं ना कहीं छोटी-मोटी बातों में साफ-सुथरे नहीं हैं, कुछ ना कुछ छुपाते हैं। जिससे उनके साथ लोग ऐसे ही जुड़ते जाते हैं। तो आपके पवित्र वाइब्रेशन्स अच्छे लोगों को आपके सम्पर्क में ले आयेंगे। अगर कोई कहता है कि मैं तो बहुत साफ हूँ, सच्ची हूँ, ईमानदार हूँ, फिर भी मेरे साथ बुरा क्यों होता है! लेकिन हम कह सकते हैं कि ऐसा हो नहीं सकता कि आप सच्चे और साफ हो, तो कोई आपके साथ सच्चा और साफ ना हो। ज़रूर कहीं कोई खोट है। तभी ऐसे लोग हमारे सम्पर्क में आते हैं। इस पर बहुत गहराई से सोचना है हम सभी को।



इसी तरह हम हर गुण के साथ अगर जीते हैं तो हमारे अन्दर उस गुण से सम्बन्धित अनेकानेक पहलू साथ में चलते रहते हैं। इसलिए बच्चों सी पवित्रता हमको चाहिए, जिनमें ज़रा सा भी खोट नहीं होता। वो हर चीज़ को सच्चाई-सफाई से बताते हैं। क्या हम ऐसे हैं? अपने से पूछें। सारे जीवन हम अपने अन्दर खुद को कोसते हैं कि मेरे साथ ऐसा क्यों हो रहा है! लेकिन हम ये नहीं सोचते कि हमारे अन्दर ही कमी है। इसलिए ही ऐसे समय पर हमें ज्ञान की अति आवश्यकता है, ताकि हम हर बात को चेक करें और खुद को ठीक करते जायें।

उपलब्ध पुस्तकें
जो आपके जीवन को बदल दें

यह खेल है, इसे आप साक्षी होकर देखें, खेलें और आनंद लें

मन की बातें

- राजयोगी ब.कु. सूर्य

प्रश्न : हम हमेशा भगवान के पास क्यों नहीं रहते? ये दुःख-सुख का खेल क्यों बना हुआ है?

उत्तर : अगर ये दुःख-सुख का खेल ना बना होता तो आप प्रश्न ही क्यों पूछ रही होतीं। आप यहाँ हैं तभी तो पूछ रही हैं। अगर आप परमात्मा के पास रहतीं तो ये खेल ही क्यों चलता। और ये प्रश्न भी आपके मन में ना उठता। परमात्मा के पास तो आप थीं लेकिन आपकी इच्छा हुई कि मैं नीचे जाऊं, बड़ा सुन्दर खेल चल रहा है। आप खुद अपनी इच्छा से आ गईं। और ये खेल इसलिए बना हुआ है क्योंकि हम आत्मायें जो हैं, वो एक्टर हैं। और उन्हें एक्ट करना ही है। जो अच्छे एक्टर हैं वो घर में बैठकर तो बोर हो जायेंगे ना। तो वो अगर वहाँ घर में, परमधाम में बैठे रहें तो उनको आनन्द नहीं आयेगा। इसलिए तो नीचे आते हैं अपना सुन्दर पार्ट प्ले करने के लिए। खेल तो सुखों का ही बनाया था भगवान ने। दुःख मनुष्य ने खुद निर्माण कर लिया है। ये भगवान ने क्यों बनाया, ऐसे गुस्सा करने से भगवान पर, ये खेल तो बंद होने वाला नहीं है। हमें अपने चक्रव्यूह को ठीक करना है। चक्र ना कह कर मैं चक्रव्यूह कह रहा हूँ। कई लोगों ने सुखों को दुःखों में बदल दिया। पापकर्म करके दुःखों को बुला लिया। खुद गलती करके दुःखों की अग्नि में खुद को डाल दिया है। अब इनसे मुक्त होने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान लें। मोह माया ने मनुष्य को बहुत दुःखी किया हुआ है। ध्यान देंगे तो मोह की माया छूटती जायेगी, साक्षी भाव आता जायेगा। और सुखी कैसे रहें ये समझ आती रहेगी। थोड़ा बहुत दुःख आता भी है तो उसे कैसे भी करके समाप्त करें और उस थोड़े से दुःख में भी सुखी हो जाएं, ये कला आ जाती है ये ईश्वरीय ज्ञान लेने के बाद। इसलिए आपको ईश्वरीय ज्ञान ले लेना चाहिए।

प्रश्न : आपने अपनी क्लास में बोला था कि अन्तिम समय में हमारे पास ईविल सोल्स आयेंगी। मुझे ईविल सोल्स से बहुत डर लगता है। वो बहुत डरावने और शक्तिशाली होते हैं, तो मैं कैसे निर्भय बनूँ?

उत्तर : पहली बात, ईविल सोल्स शक्तिशाली नहीं होते। वो कमज़ोर होते हैं, इसीलिए तो उनके साथ ईविल शब्द जुड़ा हुआ है। उदाहरण : जैसे फिल्मों में दिखाया जाता है कि वो किसी मकान को गिरा देते हैं। किसी को ये कर देते हैं, किसी को वो कर देते हैं, मतलब शक्तिशाली दिखाया जाता है। ये कुछ गलत दिखा देते हैं ज़्यादा। अगर वो मकान गिरा दें तो किसी का भी न गिरा दें, तो फिर बुलडोज़र की क्या ज़रूरत है! 2-4 भूतों को ही ले आयें जो कंस्ट्रक्शन में मदद करें, चीज़ें उठा कर रख दें। ऐसी कोई बात नहीं होती। वो बहुत कमज़ोर आत्मायें हैं। अगर कोई पॉवरफुल है, तो वो ईविल होगा ही नहीं। इसीलिए अपने को बहुत पॉवरफुल बनायें मेडिटेशन के माध्यम से और मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ... ये सुबह उठते ही 108 बार लिखना शुरू करें। अपने मन में बसा लें कि इन सभी भटकती हुई आत्माओं से पॉवरफुल मैं हूँ, क्योंकि मेरे साथ तो स्वयं भगवान हैं। ये अभ्यास करेंगे तो भटकती हुई आत्मायें आपसे भयभीत होंगी। आपको भयभीत होने की ज़रूरत नहीं। शुरू हो गया है ये, बहुत सारी भटकती आत्मायें आने लगी हैं, प्रभाव डाल रही हैं, कष्ट पहुँचा रही हैं कइयों को और इससे बचने के लिए ये ज्ञान योग का मार्ग ही सर्वश्रेष्ठ मार्ग है। ये सभी के पास भी नहीं आयेंगी। ये उन्हीं के पास आयेंगी जिनसे जिनका हिसाब-किताब है, जो बहुत पापी होगा, इमप्योर होगा उनको ही ये पकड़ेंगी आके।

प्रश्न : मुझे डर लगता है कि मैंने किचन की गैस बंद की है या नहीं की है। बार-बार मुझे किचन में देखने की आदत सी पड़ गई है, क्या करूँ कि मेरा मन स्थिर हो जाये?

उत्तर : जब गैस का स्विच बंद करके आ रही हैं तो मन में 2-4 बार ज़रा ये संकल्प भर दें कि मैंने गैस का स्विच बंद कर दिया है... मैंने गैस का स्विच बंद कर दिया है... धीरे-धीरे वो सबकॉन्शियस माइंड में जाता रहेगा और इससे वहाँ बार-बार जाने की गलती नहीं होगी और डर भी समाप्त हो जायेगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

AWAKENING

ब्रह्माकुमारीज़ के "अवेकनिंग चैनल" को देखने के लिए अपने नज़दीकी केबल ऑपरेटर अथवा डिश टी.वी. ऑपरेटर से सम्पर्क करें।

BRAHMAKUMARIS **"AWAKENING"**
Free to Air TV Channel

Satellite-GSAT-17-93.5,
Symbol Rate-30.0 MSPS,
Roll of 20%,
D/L Frequency-4085 MHz
FEC-5/6
D/L Polorization-Vertical

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 11

प्रेम द्वारा प्राप्त करें प्रभु प्रेम

गहन तपस्या के लिए लवलीन स्थिति अनिवार्य बताई बाबा ने। लवलीन स्थिति के लिए मीरा जैसी अटूट लगन हो। मीरा को कुछेक सेकण्ड के लिए मनमोहक श्री कृष्ण का साक्षात्कार हुआ तो वह मतवाली बन गई, श्री कृष्ण के पीछे दीवानी बन गई, लोक लाज भूलकर साध्वी बन गई, 'जिधर देखती हूँ तू ही तू कन्हैया' गाने लगी। इतनी अटूट लगन थी उसकी, जो कोई भी शक्ति उसे तोड़ न सकी।

मीरा को तो कुछेक सेकण्ड श्री कृष्ण का साक्षात्कार हुआ, हमें तो साक्षात भगवान मिल गए। साथ ही उन्होंने सर्व खज़ाने हमें लुटा दिए, तो मीरा से कई गुना ज़्यादा हमारी लगन हो परमात्मा के प्रति। ऐसी लगन वाले तो परमात्म प्यार में खोए रहेंगे, खुदा पर एकदम फिदा हो जाएंगे। दुनिया की कोई भी शक्ति उन्हें खुदा से जुदा नहीं कर सकेगी।

लवलीन स्थिति के लिए, पारस्परिक प्रेम आवश्यक है :

लवलीन स्थिति के लिए जो लव करता है और जिससे लव करता है दोनों का पारस्परिक लव होना परम आवश्यक है। दोनों में से किसी एक का भी कम हो तो लवलीन स्थिति की अनुभूति नहीं हो सकती। जैसे बच्चे का अपनी माँ से बहुत लव है, लेकिन माँ का बच्चे से उतना नहीं है तो बच्चे को माँ की गोद उतनी सुखदाई अनुभव नहीं होगी। ऐसे ही अगर हम परमात्मा से लव करते हैं, लेकिन उनका हमारे से उतना लव नहीं है, तो लवलीन स्थिति अनुभव नहीं होगी। इसीलिए एक दूजे का पारस्परिक आंतरिक लव होना ज़रूरी है। अतः प्रभु प्रेम पाने के पात्र हमें बनना है।

प्रेम पाने के लिए प्रेम के योग्य बनना पड़ता है। जन्म जन्मांतर हम आत्माओं के प्रेम के पात्र बने, लेकिन संगम युग में प्रभु प्रेम के पात्र बनने का पुरूषार्थ करें। प्रभु प्रेम के पात्र बनने के लिए कुछ श्रेष्ठ धारणाओं की आवश्यकता है। प्रभु प्रेम के

पात्र वह बनते हैं जो आज्ञाकारी और वफादार होते हैं जो दिल से सदा सेवा में तत्पर रहते हैं, जो विकारों से प्यार नहीं करते, जो सच्चाई सफाई वाले होते हैं, जो सदा श्रीमत पर चलते हैं, जो भोले बच्चे होते हैं, जो ईश्वरीय ज्ञान का स्वरूप बन कर प्रत्यक्ष प्रमाण देते हैं। जो पवित्रता को अपनाते हैं, उन्हों पर ही प्रभु प्रेम बरसता है। ऐसे अपने आप को प्रेम के योग्य हमें बनाना है, फिर हमको प्रेम ही प्रेम मिलेगा।

लवलीन आत्मा का परमात्मा ही संसार होता है :

लवलीन आत्मा में वैराग्य का सागर लहराता है। जिससे उसे यह संसार असार अनुभव होता है। उसकी बुद्धि वैभव रूपी कीचड़ में रहते हुए भी कमल के भांति न्यारी और परमात्मा की प्यारी रहती है। व्यक्ति और वैभव से मिलने वाली प्राप्तियों की प्राप्ति एक परमात्मा से ही होती है। जिससे एक परमात्मा ही उसका संसार बन जाता है।

लवलीन आत्मा ही विशुद्ध बनती है :

जैसे लोहा आग में डालने से अपना जंक छोड़कर चमकीला और दैदीप्यमान बनता है, ऐसे ही जब आत्मा लवलीन स्थिति में खो जाती है, पूर्णतया अपने को ज्ञान सूर्य परमात्मा से संयुक्त कर लेती है, परमात्मा से घनिष्ठ संबंध में आ जाती है तब अनेक जन्मों की अपवित्रता का जंक निकल जाता है और वह चमकीली बन जाती है।

लवलीन आत्मा को अथाह खज़ाने प्राप्त होते हैं:

लवलीन आत्मा अपना लव परमात्मा पर बलिहार करती है और उसका दिल जीत लेती है। जो संगम पर एक बार परमात्मा का दिल जीत लेता है उसे सदा मदद करने के लिए परमात्मा बंध जाता है। ऐसी आत्माओं पर वह अपने सर्व अखुट खज़ाने न्यौछावर करके उन्हें सम्पन्न बनाता है। ऐसी लवलीन आत्माएं ही सम्पूर्ण वर्से की अधिकारी बनती हैं। वास्तव में खो जाना ही खज़ाने पाना है। जब आत्मा प्यार के सागर की गहराइयों में खो जाती है तो अथाह खज़ानों के भंडार प्राप्त होते हैं।

कुछ नये संकल्प इस शिवरात्रि पर

शिवरात्रि का महत्व अन्य सभी त्योहारों से विशेष है। शिवरात्रि विश्व के कल्याण का पर्व है। यह परमपिता शिव द्वारा संचालित एक अहिंसायुक्त आंदोलन की याद दिलाता है, जो उन्होंने काम, क्रोधादि विकारों की गुलामी से स्वतंत्रता दिलाने के लिए मानवों द्वारा कराया। अतः इस त्योहार के आने पर हम ज्ञान के झरोखे से विशेष तौर पर झांककर देखते हैं कि हमने अपना कितना कल्याण किया है और अन्य कितने लोगों का कल्याण करने के निमित्त बने हैं। इसी कल्याण के भाव को लेकर हम पंच सूत्री कार्यक्रम द्वारा अपने मन को आने वाली शिवरात्रि मनाने के लिए तैयार कर सकते हैं जो निम्नलिखित हैं...

मन को साफ करो, औरों को माफ करो

जाने अनजाने में हमारे मन का उपयोग और दुरुपयोग होता रहा है। उसकी वजह यह थी कि हमें मन रूपी शस्त्र का उपयोग समझ में नहीं आया। परिणामस्वरूप, हमारा मन दूषित होता गया। अब यदि कोई हमारी निंदा करता है या हमारा विरोध करके अपने ऊपर पाप का बोझ या कर्मों का ऋण चढ़ाता है तो हमें उसे माफ कर देना चाहिए। हमें उससे घृणा नहीं करनी चाहिए, न ही उससे अपने मन को मैला करना चाहिए।

माया की गुलामी को सदा के लिए सलामी

जिस तरह भारत में बहुत से ठेकेदार पिछड़े हुए इलाकों में जाकर इतना ऋण दे देते थे, कि उसे ना उतारने पर जीवन भर थोड़े वेतन पर बनाये रखते थे। इस प्रकार वे कभी उन्नति तथा प्रगति नहीं कर पाते थे।

इसी प्रकार देखा जाये तो हम मनुष्य आत्मायें भी माया के गुलाम बने हुए हैं। इन्हीं विकारों के ऋण से छुटकारे के लिए मुक्ति वर्ष मनाकर इनसे पूर्णतः मुक्ति पाने का पुरुषार्थ करना है।

नाराज़ ना होना, ना ही करना

आपातकालीन स्थिति में सरकार स्ट्राइक पर कड़ी पाबंदी लगा देती है, क्योंकि इससे देश को काफी हानी होती है। उसी तरह अब शिव परमात्मा ने हमें ये बताया कि अब सारे विश्व के लिए वर्तमान परिस्थिति 'आपात स्थिति' है। अब इसमें कोई भी तोड़ फोड़ वाले संकल्प नहीं करने हैं, कोई भी स्ट्राइक नहीं करनी है। अर्थात् न स्वयं दुःख पाना है, न दूसरों को दुःखी करना है। न किसी की कम्प्लेन करनी है, कम्प्लीट बनने का पुरुषार्थ करना है।

मायूसी से मुख मोड़ो, प्रभु से नाता जोड़ो

आवश्यकता इस बात की है कि बेबसी की भावना का त्याग कर आत्मविश्वास लायें। ईश्वरीय ज्ञानमार्ग में प्रगति के लिए तो यह अत्यंत आवश्यक है कि निराशा और बेबसी को छोड़ा जाये और आत्मविश्वास पैदा किया जाये। आत्मविश्वास से ही भावना सुदृढ़ होगी और माया से पूर्णतः मुख मोड़कर प्रभु से नाता जोड़ा जाये।

मन की सच्चाई, बुद्धि की सफाई

जैसे भारत सरकार के कार्यक्रम में यह शामिल है कि हमारे नगरों और ग्रामों में सफाई हो। संयुक्त राष्ट्र संघ तथा भारत भी स्वच्छता अपनाने के लिए सभी को जागरुक कर रहा है। अब हमें भी चाहिए कि हम इस वर्ष में अपनी आदतों को पूर्ण पवित्र अर्थात् क्लीन बनाने का यत्न करें। इसलिए ये शिवरात्रि मन की सच्चाई और बुद्धि की सफाई के साथ मनायें।

विदेश सेवा समाचार

नेपाल-राजबिराज। प्रदेश नं 2 के अर्थ एवं योजना तर्जुमा मंत्री माननीय बिजय कुमार यादव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भगवती।

नेपाल-वीरगंज। नव वर्ष के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. रविना दीदी, नवनियुक्त प्रमुख जिलाधिकारी नारायण प्रसाद भट्राई तथा अन्य।

पोलैंड-काटोवाइस। काटोवाइस कल्चरल सेंटर में 'हेल्दी माइंड्स, हेल्दी पीपल, हेल्दी प्लैनेट' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ के युरोपीय सेवाकेन्द्रों की निर्देशिका ब्र.कु. जयंती। साथ हैं प्रोफेसर स्कुबाला, डॉ. कुलिक तथा अन्य।

कनाडा-टोरोन्टो। विश्व धर्म संसद में 'आध्यात्मिक प्रगति में महिलाओं का योगदान तथा विश्व में प्रभावशाली नेतृत्व में आध्यात्मिकता की भूमिका' विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् चित्र में विभिन्न धर्म प्रतिनिधियों एवं प्रतिष्ठित व्यक्तियों के साथ ब्र.कु. डॉ. बिन्नी।

मनीला-फिलिपीन्स। युनाइटेड नेशन्स जनरल एसेम्बली द्वारा मानव अधिकार की सार्वभौमिक घोषणा दिवस पर युनिहार्मनी पार्टनर्स,मनीला के इंटरफेथ मीटिंग के पश्चात् समूह चित्र में मार्टिन स्लैटर,चर्च ऑफ लैटर डे सेंट्स, ब्रह्माकुमारीज़ के सदस्य तथा अन्य धर्मों एवं वर्गों के प्रतिनिधि।

नेपाल-गुलरिया। जिला कारागार में जेलर व कैदियों को साप्ताहिक कोर्स कराने के पश्चात् चित्र में ब्र.कु. गीता तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहन।

OM -21- 2018 DELHI FINAL_Page 1 and 2 1/9/2019 9:28 AM Page 12

ब्रह्माकुमार ओमप्रकाश 'भाई जी' की तृतीय पुण्य तिथि पर मीडिया संवाद कार्यक्रम

मूल्य आधारित मीडिया की समय को ज़रूरत

इंदौर-म.प्र.। समाज के मूल्यों में परिवर्तन आया है। उससे पत्रकारिता का क्षेत्र भी प्रभावित हुआ है। अब वह मानवीय मूल्यों के बजाय उपभोक्ता मूल्यों पर अधिक केन्द्रित है। पर इसका यह अर्थ नहीं है कि सब कुछ समाप्त हो गया है। एक छोटा सा दीपक भी अंधेरे को मिटाने के लिए काफी होता है। हम सबको मिलकर कुछ ऐसा करना होगा जिससे पत्रकारिता एक अच्छे समाज के निर्माण में सहयोगी बन सके। उक्त विचार **पत्रिका के सम्पादक अमित मंडलोई** ने ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग के पूर्व प्रथम राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं इंदौर ज़ोन के निदेशक दिवंगत ब्रह्माकुमार ओमप्रकाश भाई जी की तृतीय पुण्य तिथि पर ज्ञान शिखर सभागार में 'मूल्य आधारित मीडिया, संभावना और चुनौतियां' विषय पर आयोजित मीडिया संवाद कार्यक्रम में व्यक्त किये।

कुशाभाऊ ठाकरे राष्ट्रीय पत्रकारिता विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. मानसिंह परमार ने कहा कि पत्रकारिता को अपना उत्तरदायित्व समझना चाहिए। इसके लिए गीता में कई ऐसे वचन हैं जो पत्रकारिता के उद्देश्य को लेकर सही मायने में रास्ता बताने में समर्थ हैं। मीडिया शिक्षा से आजकल नई पीढ़ी को पत्रकारिता का ज्ञान मिल रहा है, यह बात संतोषजनक है।

ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य क्षेत्रीय समन्वयक ब्र.कु. हेमलता दीदी ने पत्रकारों में बढ़ रहे तनाव तथा अन्य मनोशारीरिक रोगों के निवारण के लिए राजयोग को सबसे कारगर उपाय बताया।

मूल्यानुगत मीडिया के सम्पादक एवं वरिष्ठ पत्रकार प्रोफेसर कमल दीक्षित ने मूल्य आधारित मीडिया को समय की ज़रूरत बताया और कहा कि यदि यह मान लिया गया कि पत्रकारिता केवल व्यवसाय ही है तो आने वाला समय और ही चुनौतिपूर्ण हो जायेगा।

स्वराज्य एक्सप्रेस के वरिष्ठ विशेष संवाददाता पुष्पेन्द्र वैद्य ने कहा कि आज हर दिन पत्रकारिता के सामने नई चुनौतियां आ रही हैं। पत्रकारिता को ग्लैमर, पैसा, कमिशन के रूप में देखने वाले लोग आ रहे हैं, इससे सच्ची पत्रकारिता खतरे में है। पत्रकारिता में अगर जुनून हो तो निश्चित ही इस संवाद कार्यक्रम का उद्देश्य सफल होगा।

संजय द्विवेदी, अध्यक्ष, जनसंचार विभाग व रजिस्ट्रार, माखनलाल चतुर्वेदी, राष्ट्रीय पत्रकारिता विश्व विद्यालय, भोपाल ने कहा कि मीडिया के बारे में अतिरिक्त चिंतायें जताई जा रही हैं, पर मैं समझता हूँ कि सबकुछ नष्ट नहीं हुआ है, हमें धैर्य से पत्रकारिता में आने वाली नकारात्मक बातों का मुकाबला करना चाहिए।

ब्र.कु. गंगाधर, संपादक, ओमशान्ति मीडिया, माउण्ट आबू ने ब्रह्माकुमारीज़ के मीडिया प्रभाग की गतिविधियों से अवगत कराते हुए कहा कि मीडिया में मूल्यों के प्रवाहन हेतु मीडिया प्रभाग की स्थापना की गई। उसके लिए माउण्ट आबू से नित नवीन कार्यक्रमों का, उपक्रमों का आयोजन किया जाता है।

जलगांव उत्तर महाराष्ट्र विश्व विद्यालय के पत्रकारिता विभाग के डॉ. सोमनाथ वडनेरे ने कहा कि समूचे भारत वर्ष में प्रथम बार मीडिया में मूल्यों के प्रवाहन हेतु काम करने वाली संभवत यह प्रथम संस्था है।

अरविंद तिवारी, अध्यक्ष इंदौर प्रेस क्लब ने कहा कि मीडिया को सदैव प्रोत्साहित करने वाले भ्राता ओमप्रकाश भाई जी की स्मृति में मीडिया संवाद का आयोजन ही उनको सही अर्थ में विशेष श्रद्धांजली होगी।

मीडिया संवाद में सम्बोधित करते हुए सम्पादक अमित मंडलोई। मंचासीन हैं प्रो. कमल दीक्षित, ब्र.कु. गंगाधर, ब्र.कु. हेमलता, कुलपति डॉ. मानसिंह परमार, संवाददाता पुष्पेन्द्र वैद्य, संजय द्विवेदी, अरविंद तिवारी तथा अन्य मीडिया से जुड़े लोग।

ब्रह्माकुमारीज़ 'राजयोग भवन' का भव्य उद्घाटन

नवनिर्मित 'राजयोग भवन' का उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी दादी जानकी। साथ हैं क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. राज दीदी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. धीरज बहन, ब्र.कु. गंगाधर, चांद मिश्रा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. शारदा, ब्र.कु. नेहा,अहमदाबाद तथा अन्य।

वडोदरा-गुज.। ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी के पावन हस्तों द्वारा मंजलपुर में नवनिर्मित 'राजयोग भवन' का उद्घाटन किया गया। दादी जी ने कहा कि इस विस्तार में शांति के इच्छुक लोगों के लिए ये भवन एक वरदान साबित होगा। जैसे मोबाइल की बैटरी डाउन होते ही चार्जर खोजते हैं, इसी तरह शरीर के साथ आत्मा के लिए ये स्थान चार्जिंग का केन्द्र बनेगा। दादी ने कहा कि कार्यव्यवहार करते हुए अपने को चार्ज करने के लिए थोड़ा समय अवश्य निकालें। तब ही दिन भर आने वाली परिस्थितियों और चुनौतियों का सहज और शांति से सामना कर सकेंगे।

सांसद रंजना बहन भट्ट ने कहा कि वडोदरा की सांस्कृतिक नगरी में दादी जी का आना हमारे लिए बहुत ही खुशी की बात है। दादी जी को देखते ही शांति की अनुभूति होती है। उन्होंने कहा कि इस भवन से कइयों को शांति की सही राह मिलेगी।

पार्षद जावेरी जी ने कहा कि ये हर धर्म का स्थान है। सभी धर्म वालों को शांति प्रिय है। ऐसे में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा नवनिर्मित राजयोग भवन राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से मनुष्य को मानसिक शांति प्रदान करेगा।

इस मौके पर क्षेत्रीय संचालिका ब.कु. राज दीदी ने सबको यहां आकर मेडिटेशन सीखने का आह्वान किया और आये हुए सभी मेहमानों को शॉल व मोमेन्टो देकर सम्मानित किया।

सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. धीरज बहन ने भाव भरे शब्दों में सबका स्वागत किया तथा दादी के आने पर अपनी असीम खुशी ज़ाहिर की। साथ ही सभी से परमात्मा द्वारा सिखाये जा रहे राजयोग का लाभ लेने का अनुरोध किया।

इस मौके पर क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. डॉ. निरंजना, अहमदाबाद से आईं वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. शारदा, माउण्ट आबू से आये ओमशान्ति मीडिया के सम्पादक ब्र.कु. गंगाधर ने भी अपने विचार वयक्त किये।

वडोदरा के आसपास के क्षेत्र के हज़ारों भाई बहनें दादी जी को सुनने के लिए पहुंचे।

मुम्बई से विशेष तौर पर आये चांद मिश्रा जी ने भी अपनी शुभकामनायें दीं।

नये वर्ष पर नये उत्साह के साथ लिये नये संकल्प

सेवाकेन्द्र के सिल्वर जुबली तथा नये वर्ष के कार्यक्रम में कैंडल लाइटिंग करते हुए क्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. प्रेमलता, पूर्व जिला एवं सत्र न्यायाधीश गुरचरन सिंह, उपक्षेत्रीय निदेशिका ब्र.कु. रमा तथा अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।

ब्रह्माकुमारीज़ ने नव वर्ष के आगमन पर किया भव्य कार्यक्रम

इस अवसर पर दो मास के आध्यात्मिक कार्यक्रमों की बनी योजना

मोहाली-पंजाब। सेवाकेन्द्र पर नव वर्ष के उपलक्ष्य में एक भव्य समारोह का आयोजन हुआ, जिसमें नूरपूरबेदी, रोपड़, कुराली, मोरिंडा, चण्डीगढ़ आदि से बड़ी संख्या में आये लोगों ने भाग लिया। इसके अंतर्गत रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम में सरस्वती वंदना, गीत, कविता, नाटक, स्किट, रिश्तों में सद्भावना, गिद्दा, हरियाणवी व हिमाचली नृत्य, पंजाबी भांगड़ा, बीते वर्ष के कार्यक्रमों की झलकियां व नववर्ष की योजनाओं की प्रस्तुति उल्लेखनीय थी।

क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. प्रेमलता ने सभी को नव वर्ष की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि राजयोग द्वारा सभी के प्रति हर रोज़ कम से कम पंद्रह मिनट शुभ कामनाओं के प्रकम्पन फैलायें ताकि संसार में पवित्रता, शांति, प्रेम, सद्भावना व आपसी भाईचारा मज़बूत हो। उन्होंने इस अवसर पर संतुष्टता के गुण को अपनाने पर भी बल दिया।

पूर्व जिला व सत्र न्यायाधीश गुरचरन सिंह व मुम्बई से आये कई मल्टीनेशनल कंपनीज़ के पूर्वाध्यक्ष एन.एस. कलसी मुख्य अतिथि के रूप में तथा अमृतसर स्टेट बैंक ऑफ इंडिया के मुख्य प्रबंधक विपिन अग्रवाल विशेष अतिथि के रूप में उपस्थित थे। उपक्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. रमा ने वर्ष 2019 के आगामी दो मास में आयोजित किये जाने वाले कार्यक्रमों की जानकारी दी तथा बताया कि 18 जनवरी को विश्व शांति दिवस पर सात तथा शिवरात्रि से सम्बंधित अठारह कार्यक्रम किये जायेंगे। इसके अलावा योग प्रतियोगिता होगी जिसके अंतर्गत जो भी भाई बहन निर्धारित नियमों व मर्यादाओं का पालन करते हुए विश्व शांति के लिए कम से कम एक घंटा योगदान करेंगे, उनमें से प्रथम, द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त करने वालों को सम्मानित किया जाएगा। इस अवसर पर क्षेत्र के सभी राजयोग केन्द्रों की समर्पित राजयोग शिक्षिकाओं व गीता पाठशालाओं के निमित्त भाई बहनों ने सामूहिक रूप से केक काट कर नव वर्ष का आगाज़ किया। ब्र.कु. प्रवीण ने मंच का संचालन किया।

जैसा संकल्प, वैसा बनता हमारा स्वरूप

दो दिवसीय 'गहन राजयोग तपस्या शिविर' में दो हज़ार भाई बहनों ने लिया लाभ

नीमच-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित दो दिवसीय 'मेरा तो एक दूसरा न कोई' गहन राजयोग तपस्या शिविर में माउण्ट आबू से आये राजयोगी ब्र.कु. सूर्य ने कहा कि जिस विचार को हम अपने लिए स्वीकार कर लेते हैं, चाहे वो नकारात्मक हो या सकारात्मक, धीरे-धीरे हमारा वही स्वरूप बनता जाता है। इसलिए प्रभु ध्यान के समय हमें सकारात्मक और शक्तिशाली संकल्पों का आह्वान करके ईश्वरीय शक्तियों को अपने अन्दर खींचना है। साथ-साथ उन्होंने ये भी कहा कि यदि हम परिस्थितियां बदल नहीं सकते तो उनको स्वीकार करके उनके अनुरूप स्वयं को ढ़ालें तो हमारा सामान्य जीवन भी आध्यात्मिक शक्तियों से सहज, सम्पन्न और खुशहाल बन जाएगा। कार्यक्रम में माउण्ट आबू से आईं मोटिवेशनल स्पीकर ब्र.कु. गीता ने कहा कि आप राजयोग की शक्तियों का प्रयोग जन कल्याण के लिए करें, क्योंकि राजयोग से प्राप्त शक्तियां तनाव को आनन्द में, बीमारी को स्वास्थ्य में, दुःखों को सुखों में, समस्या को समाधान में बदल सकती हैं।

कार्यक्रम के संध्याकालीन सत्र में पीस ऑफ माइंड टीवी चैनल के लोकप्रिय एंकर ब्र.कु. रुपेश ने कॉमेन्ट्री द्वारा सभी को गहन सुख-शांति एवं आनन्द की गहरी अनुभूति कराई। कार्यक्रम के पश्चात् सबज़ोन संचालिका ब्र.कु. सविता ने आभार प्रकट किया।

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/15-17, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2015-17, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 12th Jan 2019
संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।