

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यानिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 15 अंक-4 मई-II, 2014 पाक्षिक माउण्ट आबू ₹ 7.50

गीता में ज्ञान, योग एवं कर्म का सुंदर समन्वय

‘गीता के भगवान द्वारा स्वर्णिम विश्व की स्थापना’ विषय पर विचार विमर्श



ओ.आर.सी. गुड़गांव। सम्मेलन का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए महामण्डलेश्वर डॉ. शासवतानन्दजी, ब्र.कु. वृजमोहन, वी.ईश्वरैया, महामण्डलेश्वर स्वामी हरिओम, प्रो. नीलकण्ठ पति, डॉ. मुकुन्द दास, ब्र.कु. उषा, माउण्ट आबू, ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. बसवाराज तथा अन्य।

ओ.आर.सी. गुड़गांव।
श्रीमद्भगवद्गीता एक सम्पूर्ण जीवन दर्शन है, ज्ञान, योग एवं कर्म का बहुत सुंदर समन्वय ही गीता की विलक्षणता है।

उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज द्वारा ‘गीता के भगवान द्वारा स्वर्णिम विश्व की स्थापना’ विषय पर आयोजित अखिल भारतीय सम्मेलन में महामण्डलेश्वर डॉ. शासवतानन्दजी, कुरुक्षेत्र ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय एक सकारात्मक सोच के साथ कार्य कर रहा है, जोकि गीता के सही रहस्य सारे विश्व के सामने प्रतिपादित कर रहा है। उन्होंने कहा कि हरेक चीज के मूल में कहीं न कहीं सत्य है, सत्य की प्रतिष्ठा किसी भी रूप में हो, चाहे हम उसे किसी भी कोण से देखें तो भी वो सत्य ही दिखाई देगा। बस हमें अपने हृदय को शुद्ध रखने की जरूरत है। डॉ. एस.एम. मिश्रा, फाउंडर, मातृभूमि सेवा मिशन, कुरुक्षेत्र ने कहा कि वास्तव में गीता में भगवान ने किसी ऐसे युद्ध की शिक्षा नहीं दी है, जो हिंसक हो, उसमें तो आत्मा के जो मूल शत्रु काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार हैं, उनको मारने की बात कही गई है। ब्र.कु. वृजमोहन, मुख्य सचिव, ब्रह्माकुमारीज ने अपने वक्तव्य में कहा कि इस गीता सम्मेलन का मुख्य उद्देश्य यही है कि जन-जन तक यह संदेश पहुंच

जाए कि भगवान पुनः किस प्रकार से स्वर्णिम विश्व की स्थापना का कार्य कर फिर से आसुरी सम्पदा को बदल देवी सम्पदा बना रहे है? उन्होंने कहा कि भारत जो सोने की चिड़िया कहलाता था, आज उसकी क्या हालत हो गई है, आज लोग धर्मगुरुओं की बात नहीं मानते, जब ऐसा समय आता है तो उसको ही धर्मग्लानि कहा जाता है। उन्होंने आगे कहा कि भगवान ने गीता का ज्ञान कोइ भौतिक हिंसा के लिए नहीं दिया बल्कि मानव के असली दुश्मन तो काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार हैं, इन पर जीत पाने के लिए ज्ञान दिया, आध्यात्मिक

है। महामण्डलेश्वर स्वामी हरिओम, श्रीकृष्णा आश्रम, दिल्ली ने कहा कि हमें आज आवश्यकता है गीता के गूढ़ रहस्य को समझ उसे अपने जीवन में लाने की। प्रो. सुखदेव शर्मा, वाइस चान्सलर, हरिद्वार ने कहा कि आज हमारी संस्कृति लेने की बन गई है, अगर हमें देवी-संस्कृति लानी है, तो देना सीखना होगा, आज प्रकृति के दोहन के कारण ही दिन प्रति दिन प्राकृतिक आपदायें भी बढ़ती जा रही हैं। प्रो. नीलकण्ठ पति, पूर्व वाइस चान्सलर, पुरी ने कहा कि गीता तो हमारे जीवन का वास्तविक परिचय-पत्र है, जो हमें स्वयं की पहचान देता है। डॉ. मुकुन्द

ने अपने अध्यक्षीय भाषण में कहा कि भगवान ने कहा है कि मैं अजन्मा हूँ, मैं मनुष्य के गर्भ से जन्म नहीं लेता, मैं तो प्रकृति को वश करके आता हूँ, जबकि श्रीकृष्ण का तो लौकिक मनुष्यों सदृश्य जन्म होता है। इसके अनुरूप ही परमात्मा शिव इस कलियुग के अंत में ब्रह्मा के तन में अवतरित होकर इस कलियुगी दुनिया को सतयुग बनाते हैं। कार्यक्रम का संचालन ओआरसी की निदेशिका ब्र.कु. आशा ने किया। कार्यक्रम के प्रारंभ में वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से माउण्ट आबू राजस्थान से दादी जानकी, मुख्य

जतने भी धर्म स्थापक हुए हैं वे तो परमात्मा के संदेश-वाहक ही कहलाते हैं। उन्होंने कहा कि अगर सारे धर्मों के लोग उस एक परमात्मा को पहचान लें, तो धर्म के नाम पर चल रहे सारे विरोध अपने आप ही शान्त हो जायेंगे। एन.के. सिंह, सीनियर टी.वी. जर्नलिस्ट ने कहा कि जब भी ब्रह्माकुमारीज के कार्यक्रम में जाता हूँ तो मुझे हर बार कुछ न कुछ सीखने को मिलता है।

ब्र.कु. मनोरमा, राजयोग प्रशिक्षिका, इलाहाबाद ने कहा कि वास्तव में परमात्मा कलियुग के समय में ही आकर सतयुग की पुनः स्थापना का कार्य करते हैं। उन्होंने कहा कि पाण्डव, कौरव और यादव तो कर्तव्य-वाचक नाम हैं। पाण्डव अर्थात् प्रीत बुद्धि जो परमात्मा को पहचान कर उनसे जुड़ते हैं जबकि कौरव बुराईयों का प्रतीक है, जो परमात्मा को पहचान नहीं पाते और गलत कार्यों में ही लगे रहते हैं। डॉ. पुष्पा पाण्डे ने अपने वक्तव्य में कहा कि वास्तव में गीता एक आध्यात्मिक ग्रन्थ होने के कारण किसी एक धर्म का शास्त्र नहीं है, ये तो सब धर्म वालों के लिए समान है। गीता ही ऐसा ग्रन्थ है जिसमें भगवानुवाच लिखा है। कार्यक्रम में अनेक पैनेल डिस्कशन के माध्यम से विभिन्न विषयों पर चर्चा हुई, जिसमें कई विश्वविद्यालयों के वाइस चान्सलर, संस्कृत के प्रोफेसर एवं संत-महात्माओं ने भाग लिया।

गीता में भगवान ने किसी ऐसे युद्ध की शिक्षा नहीं दी है, जो हिंसक हो, उसमें आत्मा के जो मूल शत्रु काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार हैं, उनको मारने की बात कही गई है।

भाव से ज्ञान को तलवार, ज्ञान को तीर भी कहा जाता है। जिसको न समझने के कारण लोगों ने उसे हिंसक युद्ध समझ लिया है। वी.ईश्वरैया, पूर्व चीफ जस्टिस, आन्ध्र प्रदेश ने कहा कि ये बड़े हर्ष की बात है कि ब्रह्माकुमारीज के सभी सदस्य गीता के भगवान की शिक्षाओं को अपने जीवन में उतार रहे हैं, ये सारे विश्व के लिए एक बहुत सुन्दर उदाहरण

दास, महन्त गोपेश्वर, जबलपुर ने कहा कि आज हम शास्त्रों में वर्णित कथाओं को मात्र मनोरंजन या समय गुजारने के माध्यम से ही लेते हैं, उनका गहरा मंथन नहीं करते। ब्र.कु. उषा, माउण्ट आबू ने भी अपने वक्तव्य में भगवान के द्वारा गीता में वर्णित गूढ़ रहस्यों को उजागर किया। ब्र.कु. गीता, निदेशिका, ओआरसी

प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज एवं दादी गुलजार, संयुक्त मुख्य प्रशासिका ने सम्मेलन के प्रति शुभकामनाएं दीं। पूरे भारत से लगभग 600 से भी अधिक विद्वान, संत-महात्माओं एवं अनेक प्रबुद्ध जनों ने कार्यक्रम में शिरकत की। के.जी. सुरेश, सीनियर जर्नलिस्ट, जो न्यूज ने कहा कि सब धर्मों के लोग परमात्मा को एक ही मानते हैं, बाकी फि-

स्वरूप प्राप्ति के आध्यात्मिक प्रयोग

आध्यात्मिकता का पहला स्टेप है स्वरूप चिंतन। इस स्वरूप चिंतन के बारे में धर्मग्रंथों में बहुत सारी चर्चाएँ हैं। महात्माओं, विचारकों और ज्ञानी जनों ने भी इस पर बहुत सारे विचार व्यक्त किये हैं। साधना के मार्ग में यात्री का ये पहला मुकाम है।

आज तक आध्यात्मिकता को अपने व्याख्यानों, उपदेश, प्रवचन और ग्रंथ द्वारा पाने का प्रयास किया गया है। लेकिन कभी वास्तविक जीवन में आध्यात्मिकता का प्रयोग कैसे करना, उस ओर विचार नहीं किया। सामान्य मान्यता ऐसी है कि आध्यात्मिकता का विचार, उसका चिंतन हो सकता है लेकिन उसका प्रयोग हो नहीं सकता। लेकिन अब हम प्रयोग द्वारा उस मान्यता को निरर्थक सिद्ध करने के प्रयास पर विचार करें।

स्वरूप चिंतन पाने के लिए प्रयोग कौन सा? स्वरूप चिंतन के बारे में अनेक प्रकार के मार्ग मिलते हैं। ज्ञानमार्ग, कर्म मार्ग और योगमार्ग ये सर्वविदित हैं। लेकिन उनके अलावा हर महात्माओं और चितकों ने स्वरूप चिंतन की बात की है। हम स्वरूप-चिंतन का मात्र विचार ही किया करते हैं, तब ये केवल हमारे 'चिंत का विचार' बनकर रह जाता है। एक प्रकार की दृष्टि से देखा जाए तो स्वरूप चिंतन हमारे चिंत में घटित होती एक घटना है। स्वरूप चिंतन के मामले में मात्र चिंत का विचार ही पर्याप्त नहीं है, उस विचार का जीवन की प्रयोगशाला में आचरण होना चाहिए। विचार यदि आचरण में न हो, तो कई बार वो विचार जिसका चिंत में जन्म हुआ है, वहाँ है, वहाँ ही उसकी मृत्यु हो जाती है।

कभी-कभी कोई कर्मकाण्ड से स्वरूप चिंतन करने का प्रयास करता है। गायत्री मंत्र हो या श्री मंत्र-स्रोत हो या फिर त्रि-संख्या हो, इन क्रियाओं द्वारा स्वरूप प्राप्ति का प्रयास करते हैं। लेकिन कई बार ये सब क्रियायें क्रियाओं के रूप में जन्म लेती हैं और क्रियाओं के रूप में अस्त होती हैं। क्रियाओं तक ही सीमित रह जाती है। उन क्रियाओं के पीछे का भाव हमारा मन जानता है, लेकिन उस मन के भाव का अंतःकरण की वृत्ति में रूपांतरण नहीं होता। उसी तरह स्वरूप प्राप्ति के लिए गीत, स्वाध्याय, पद ये सब मिलते हैं। उन गीतों के द्वारा व्यक्ति का चिंत स्वरूप चिंतन प्रति प्रेरित होता है और कई बार गीत, छंद, ये सबकुछ कठ-गुंजन तक ही रह जाता है, उनके भाव व्यक्ति को आत्मा में प्रवेश नहीं करते।

परिणाम रूप से कंठ माधुर्य केवल गहना ही बना रह जाता है और मन में निरंतर गुंजती ध्वनियों के रूप में ही बसी रह जाती है। लेकिन उनका स्वरूप परिवर्तन में उपयोग नहीं होता। इसलिए विचार ये करना है कि जैसे शारीरिक चिकित्सा होती है, उसी तरह ही आत्मिक चिकित्सा होती है। जैसे शरीर के बारे में जानते-पूछते हैं, उसी प्रकार आत्मा के बारे में भी जानना-पूछना चाहिए। शरीर के रोगों के चिन्ह दिखाई पड़ते हैं। मान लो, अस्वस्थता के चिन्ह स्पष्ट दिखाई न पड़ते हों तो विशेष डॉक्टर के माध्यम से रोग की तह तक पहुँचा जा सकता है, उसे जाना जा सकता है। उसी रीति शरीर में होने वाले दर्द का प्रत्यक्ष और तुरंत अनुभव कर सकते हैं, उसका एहसास उसी-क्षण होता है और जिह्वा द्वारा उसको अभिव्यक्ति भी करते हैं।

लेकिन आत्मा का एनालिसिस तो धैर्य, चिंतन, अभ्यास और अनामुंखता की मांग करता है। शरीर को जानने के लिए प्रयास नहीं करना पड़ता है, वो तो जब से गर्भ में शरीर धारण करता है तब से ही उसके साथ रहता है। जबकि आत्मा को पहचानने के लिए व्यक्ति को भागीरथ प्रयास और पुरुषार्थ करना पड़ता है। एक अर्थ में कहें तो उसे पहचानना कोई चुनौति से कम नहीं है।

ऋग्वेद में बताया गया है कि - 'अयं होता प्रथमः पश्यतेमिदं, ज्योतिस्मृतं मर्त्येषु।' 'ये सबसे उत्तम, सुखों को ग्रहण करने वाला और अपनाते वाला है, उसका दर्शन करें, नाशवान शरीर के अंदर वो अमृतज्योति है।

इस तरह ऋग्वेद काल से आत्मा को सबसे उत्तम कहा गया है और उसे सर्व सुखों का अनुभव करने वाला और अपनाते वाला कहा गया है। इसलिए ऋग्वेद के ऋषि कहते हैं कि आत्मा के दर्शन के लिए पुरुषार्थ करो, लेकिन साध-साध यह ही कहा कि आत्मा शरीर में बसती है। शरीर में कोई अमृतज्योति है तो वो है आत्मा। ये आत्मा न जनमती है, ना ही कोई उसे काट सकता है। वो अजन्मा है, नित्य, शाश्वत और सत्य है, ना ही जलती है, ना ही मरती है। आत्म-स्वरूप की प्राप्ति के लिए हमें प्रयोग के रूप में कुछ अभ्यास करना होगा। सबसे पहले सुबह उठते ही हैं, तो ये विचार करें कि मैं एक प्रभु-प्रदत्त सुंदर रचना हूँ। मुझे परमात्मा ने यहाँ भेजा है खेल खेलने के लिए, खेल के माध्यम से खुश रहने के लिए। मुझ आत्मा का संबंध परमात्मा से ही और सुख-शांति-खुशी मेरा निजी स्वरूप है। शांति मेरा स्वधर्म है। मैं हल्का हूँ। ना ही मुझे कोई देर-अंधा है और ना ही कोई दुःख। मुझे ये शरीर सुखदाई कर्म करने के लिए मिला है। यदि मैं सुख-शांति के लिए प्रयोग करता रहूँगा तो प्रतिफल में - सुख-शांति ही उपलब्ध होगी। इस तरह आत्म-चिंतन करते करते स्वरूप चिंतन होता जाएगा। इस आत्म-अवलोकन से ही स्वयं को जानते जायेंगे और आत्मा की वास्तविक शक्ति को पहचानेंगे। अनेक बार उनका उपयोग कर्म में आयेगा और स्वयं को आत्म-स्वरूप के बदलाव का अनुभव होगा।



- ब्र. कु. गंगाधर

बाबा कहते हैं, तुम्हारे मुख से सदा ज्ञान रत्न ही निकलें। तो मैं सोचती हूँ कि अभी कौन से रत्न निकालूँ? ज्ञान रत्न है, तो योग क्या है? योग से शांति, शक्ति का वायुमण्डल ऐसा पावरफुल हो जो वहाँ बैठे शांत हो जायें। योग की यह कमाल है, संगठन के स्नेह की यह कमाल है। इस उमंग-उत्साह से पुरुषार्थ में मेहनत नहीं लगती है। भाव स्वभाव की बात बोलने से बहुत मेहनत लगती है। क्या करूँ, कैसे करूँ... यह संकल्प आने से उत्साह खत्म हो जाता है। हम मेहनत करें यह बाबा को अच्छा नहीं लगता है। मोहब्बत है तो मेहनत नहीं लगती है। हम सदा खुश रहें तो मेहनत नहीं है इसलिए खुश रहना, खुशी बाँटना, उस खुशी में बाबा ने कितना कार्य किया है, करा रहा है, सब सहज लग रहा है क्योंकि बाबा ने किया है, हमको और कुछ दिखाई नहीं पड़ता है।

सारी यज्ञ की हिस्ट्री को देखते हैं तो बाबा ने प्यार किया, प्यार में जो शब्द उच्चारण किये उसको अमल में लायें। बाबा बाप, टीचर, सतगुरु तीनों रूप से एक ही टाइम सब काम करता है। फिर हम भी वन्द्यफुल हैं, तीनों से ही फायदा लेने में होशियार हैं। अभी बाबा पहले बच्चों को नमस्ते करता है। वैसे बच्चों का काम है बाबा

को नमस्ते करना। कमाल बाबा की है जो ऐसा योग्य बनाया है। फिर बच्चों को कमाल है जो बाबा के हर सम्बन्ध का फायदा लिया है। जैसे डायरेक्ट आटे को कोई खा नहीं सकता है लेकिन उसमें पानी मिलाओ, उसकी प्यास से रोटी बनाओ फिर उस आटे को खा सकते हैं, तो यह है प्रेम। ऐसे ही ज्ञान हिंडोले में, प्रेम के झूलने में झूलेंगे तो सुबुध भूल जायेंगी। जो काम की बातें नहीं हैं वो सब भूल जायेंगी।

पुरानी और पराई बात को थोड़ा भी याद करना माना अपना शत्रु बनाता। कोई किसी का शत्रु नहीं है, शत्रु है तो पराई बात और पुरानी बात। आपस में कोई फालतू बात करे तो बाबा को बिल्कुल अच्छा नहीं लगता था और वो बाबा के आंगे आ भी नहीं सकते थे। सदा ही क्या बात करनी है? मैं कौन हूँ, मेरा कौन है, पहले घर जाना है फिर उसके बाद सुखधाम में आना है... बस, ज़्यादा बात नहीं करनी है। शुद्ध, शांत, श्रेष्ठ आत्मा बनके जाना है। कर्मबन्धन सब हिसाब-किताब खलास करके, फ्री होकर के हम न्यारे हो करके जा रहे हैं, देह यहाँ हम वहाँ। जीते जी मरे हैं, बाबा के बने हैं, यह जन्म अमूल्य है। यह ईश्वर के बच्चे हैं, माता-पिता, शिक्षक, सतगुरु

के सामने बैठे हैं। वो अपने जैसा बना रहा है। कभी नहीं सोचा हमको कोई बाप समान बनना है। अभी हर रोज़ बाबा पाठ पक्का कराता है कि बाप और तुम्हारे में कोई अंतर न हो, बाप समान बनो। पवित्रता, सुख, शांति, प्रेम, आनंद में मग्न रहो यही लगन रहे।

सन्यासी भी पवित्रता धारण करते हैं पर योग बल नहीं है, हमारी पवित्रता में योग बल है तो हमारे इस बल का बहुत महत्व है। बाबा ने ऐसी आँखें दी हैं, ऐसी अच्छी बुद्धि दी है जो जितने बाबा के गुण हैं वो सब धारण करके गायन लायक बन रहे हैं। बाबा ऐसा है, बाबा ऐसा है, सिर्फ यह गायन नहीं करो। बाप के गुणों को जीवन में धारण करके ऐसे गुणवान बनो। गुणवान बनने के लिए रोज़ बाबा की मुरली मिलती है - कोई अवगुण न हो, आवाज से नहीं बोलो, मीठा बोलो। देवतायें कोई गुणवान बनने का पुरुषार्थ नहीं करेंगे, देवताओं की भले मंदिरों में पूजा होती है। हमारी पूजा नहीं होती है पर गुणवान अभी हम बनते हैं। ईश्वर के गुण धारण कर रहे हैं, जितना धारणा करते हैं उसी अनुसार पद पाते हैं।



दादा जानकी, मुख्य परमात्मिका

दृढ़ संकल्प से परमात्म मदद प्राप्त करें



दादी हृदयमोहिनी अति-मुख्य परमात्मिका

बाबा का हर बच्चा अपने घर मधुवन में पहुँच गया है और यह मधुवन कितनी आत्माओं को रिफ़ेश करता है, वो तो अनुभव आप सबने अपने अपने अनुसार किया होगा। बाकी आप सबको हम भी मुबारक दे रहे हैं, जो पहले बारी आये हैं वह अपने घर में पहुँच गये हैं उसकी मुबारक हो। साथ में जो कई बार आये हैं अभी फिर भी बाबा से मिलने बाबा के घर में आये हैं, उन सभी को बहुत बहुत मुबारक है।

मधुवन में आते ही सभी ने अनुभव किया होगा कि मधुवन में बाबा को याद करना नहीं पड़ता लेकिन चलते-फिरते स्वतः ही बाबा को याद आती है। मधुवन निरंतर योगी का अनुभव कराता है। तो आप सबने भी ऐसा अनुभव किया ही होगा क्योंकि सबकी नज़रों में शकलों में बाबा की याद समाई हुई है। बाबा कहते ही कितना प्यार आता है क्योंकि बाबा ने हम सबको क्या से क्या बना दिया! यह तो सभी जानते ही हैं कि अभी बाबा के दिल के अमूल्य रत्न बन गये और भविष्य में फिर ताजधारी बनके राज्य-अधिकारी बनेंगे। तो सबके दिल में

सबके नयनों से मेरा बाबा, मीठा बाबा दिखाई दे रहा है। भले इतने सब हैं लेकिन हरेक के मन से मेरा बाबा ही निकलता है। और बाबा में जितना मेरा पान लायेंगे उतना सहज याद और बाप समान बन जायेंगे क्योंकि मेरा कभी भूलता नहीं है। कितने बारी बाबा कहता है बाँडी कॉन्सेस से सोल कॉन्सेस हो जाओ फिर भी बाँडी कॉन्सेस हो जाते हैं।

लेकिन बाबा की याद में जब बैठते हैं तो बाबा ने कहा और हमारा अनुभव हुआ। दिलावारा हमारे दिल को जानते हैं और हरेक के बाबा को दिल में बिठा दिया है। सभी के मुख से मेरा बाबा निकलता है। सिर्फ बाबा नहीं कहते लेकिन 'मेरा बाबा है', यह कहते। तो मेरा भूलना तो बहुत मुश्किल है। अभी सिर्फ बाबा कहते यह जो देह है उसका ज्ञान तो मिला है, इसको भूल जाओ फिर भी कहते हैं बाबा बीच-बीच में देहभान आ जाता है। तो बाबा को याद करना वास्तव में कोई मेहनत नहीं है। मेरा है ना, देखो, शरीर मेरा है तो भूलता कम है। समय प्रति समय मनुष्य तन है उसमें बुद्धि चली जाती है, ऐसे ही मेरा बाबा है, तो मेरी चीज़ भूलनी नहीं चाहिए। और बाबा कितने प्यार से एक एक को कहते हैं बच्चे, तुम मेरे हो, मैं तुम्हारा ही हूँ और हमें भी स्मृति आ गई यह

तो मेरा बाबा है। और मेरा कह दिया मान लिया, अनुभव कर लिया तो मेरे को भूलना बहुत मुश्किल है।

तो अभी सभी के दिल में कौन? मेरा बाबा, मीठा बाबा, प्यारा बाबा और यही दिल में बिठाने से जो बाबा हमसे चाहता है बच्चे मेरे जैसे बन जायें, ऐसे ही सभी बाबा के समान बाबा ने जो कहा वो हमने किया। एक एक शब्द बाबा का अपने जीवन में समा करके हम भी बाबा के समान बनेंगे ज़रूर। बन भी रहे हैं और बनेंगे भी क्योंकि बाबा से प्यार है ना। तो जिससे प्यार होता है उसको भूलना मुश्किल होता है, याद करना मुश्किल नहीं होता है। तो बाबा को हम दिल से प्यार करते हैं, बाबा से हम सबका दिल का 100 परसेन्ट प्यार है। जिससे कुछ मिले उससे ही तो प्यार होता है। तो बाबा ने हमें क्या-क्या दे दिया, हमारे को मातृम ही नहीं था इतना हमको मिलेगा लेकिन बाबा ने इतना दिया है जो हम सभी मालामाल हो गये हैं। तो बाबा के प्यार ने सबको भी प्यारा बना दिया है। सबके प्यार हो गये हैं ना! किसी से वैर विरोध नहीं है। हर आत्मा अपने संस्कार से बाबा के बने हैं, बाबा के साथ लगन लगाई वो लगन वाले ज़रूर बाबा के समान बन करके बाबा के साथ चलेंगे।

नागोद में शिव अवतरण महोत्सव पर उमडा जन सैलाब



पतेरी-सतना। ब्रह्माकुमारोज, पतेरी द्वारा नागोद में आयोजित शिव अवतरण महोत्सव में दीप प्रज्वलन करते हुए ब्र.कु. शशि, पी.एस. मारवाह, अध्यक्ष सतना सोमण्ट, पावन ताम्रकर तथा अन्य।
नागोद। परमात्मा शिव द्वारा दिए गए संदेश को जन-जन तक पहुँचाने के उद्देश्य से प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की पतेरी शाखा के तत्वावधान में शिव अवतरण महोत्सव का आयोजन अगोल मैदान में किया गया। उक्त कार्यक्रम का लाभ उठाने के लिए विशाल जनसमूह एकत्रित हुआ। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. दी-पा. दतिया ने कहा कि वर्तमान समय कलयुग

कि कोई भी लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं।
 40 फुट के शिवलिंग की झांकी कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण रहा तथा गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड में अपना नाम दर्ज करा चुकी ब्र.कु. रानी ने अपने बालों से टुक खींचने का प्रदर्शन भी किया। ब्र.कु. रानी ने जनसभा को सम्बोधित करते हुए कहा कि राजयोग के नियमित प्रयोग से उठोने यह शक्ति प्राप्त की और कोई भी इसके माध्यम से अपने-अपने क्षेत्र में शिखर को प्राप्त कर सकता है। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथियों के रूप में पी.एस. मारवाह, अध्यक्ष सतना सीमेंट, महाराज शिवेन्द्र प्रताप सिंह, जूवैद किला नागोद, बहुरानी कामाख्या कुमारी, अध्यक्ष नगर पंचायत नागोद, रामकुमार अग्रवाल, कमलेन्द्र प्रताप सिंह, विनोद सिंह, रामचन्द्र बिजपुरिया, पावन ताम्रकर, विक्रम बहादुर सिंह, ध्रुव राज सिंह, दादूराम बागरी, चंदन सिंह बागरी, रामनारायण निगम, सभापति द्विवेदी आदि उपस्थित थे। मंच को कुशल संचालन ब्र.कु. रेखा द्वारा किया गया।



पाणडी-हि.प्र.। माननीय मुख्यमंत्री वीरभद्र सिंह, हि.प्र. तथा स्वास्थ्य राजस्व और कानून मंत्री कौल सिंह ठाकुर का आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शन में स्वागत करते हुए ब्र.कु. दीपा व ब्र.कु. लता।



आदिपुर। पूज्य श्री संत मोरारी बापू, कथाकार को ईश्वरीय सौमत् भेंट करते हुए ब्र.कु. भारती।

आपका मन और खुशी

हर ईसान में शक्ति का असौमित भंडार है, जो दुनिया की किसी भी समस्या को परास्त कर सकता है। सच्ची और स्थायी खुशी आपके जीवन में उस दिन आएगी, जब आपके स्पष्ट एहसास हो जाएंगे कि आप किसी भी कमजोरी से उबर सकते हैं-जब आपको यह एहसास हो जाए कि आपका अवचेतन आपकी समस्याओं को सुलझा सकता है, आपके शरीर का उपचार कर सकता है और आपको आपके सपनों से भी ज्यादा सम्पन्न बना सकता है। आपको खुशी चुननी होगी। खुशी एक मानसिक अवस्था है। आपके पास खुशी चुनने की स्वतंत्रता है, इसलिए इसी समय खुशी चुनें।

चाहिए। कुछ लोग इतने लंबे समय से तनावग्रस्त, दुखी और निराशा होते हैं कि अगर किसी अद्भुत, अच्छी, सुखद खबर से वे अचानक खुश हो जाएं तो उनका मन कहेगा "इतना खुश होना ठीक नहीं है।" वे अपनी पुरानी मानसिक संरचना के इतने आदि हो चुके हैं कि उन्हें खुशी सहज महसूस नहीं होती है। वे अपनी जानी-पहचानी तनावग्रस्त, दुखी अवस्था में लौटने के लिए बेताब रहते हैं।

में रखते हैं, वे शारीरिक और भौतिक रूप में प्रकट हो जाते हैं। यह सुनिश्चित करें कि आप नकारात्मक, पराजयवादी, बुरे या निराशाजनक विचार न रखें। अपने मस्तिष्क को बार-बार याद दिलाएं कि आप अपनी मानसिकता के बाहर कुछ अनुभव नहीं कर सकते। सुख का साम्राज्य आपके विचार और भावना में है। बहुत सारे लोग सोचते हैं कि सुख उत्पन्न करने के लिए किसी घटना की जरूरत होती है। कुछ दौलत प्राप्त करने को सुख समझते हैं। दौलत अपने आप में आपको सुखी नहीं बना सकती। आज कई लोग चीजें खरीदकर सुख पाने की कोशिश करते हैं- बेहतरीन टेलीविज़न, नवीनतम कार, महंगे डिजाइनर कपड़े, फार्म हाउस इत्यादि। लेकिन सुख इस तरह से खरीदा या पाया नहीं जा सकता। सच तो यह है कि खुशी एक मानसिक और आध्यात्मिक अवस्था है। प्रमोशन या बाहरी सम्मान खुशी नहीं दे सकते। आपकी शक्ति, खुशी और सुख तो इस बात में निहित है कि आप अवचेतन मन में निवास करने वाले दैवी विधान तथा सही कर्म के नियम का पता लगा लें और इन सिद्धांतों को अपने जीवन के सभी क्षेत्रों में लागू करें। सबसे सुखी व्यक्ति वह है, जो लगातार अपने भीतर के सर्वश्रेष्ठ स्वरूप को सामने लाता है और उसका अभ्यास करता है। सुख और सद्गुण एक दूसरे के पूरक हैं। सबसे अच्छे लोग न सिर्फ सुखी होते हैं, बल्कि आम तौर पर सफलता से जीने की कला में भी सबसे माहिर होते हैं। ईश्वर के गुण आपके भीतर सबसे ऊँचे और सबसे अच्छे हैं। ईश्वर के प्रेम, प्रकाश, सत्य और सुंदरता को अधिक व्यक्त करेंगे तो आप दुनिया के सबसे सुखी व्यक्तियों में से एक बन जाएंगे।



कई लोग दुख चुनते हैं और उन्हें यह एहसास ही नहीं होता है कि वे ऐसा कर रहे हैं। वे इस तरह के विचार रखते हैं:-
 1. आज का दिन बुरा है। हर चीज गड़बड़ होने वाली है।
 2. मैं सफल नहीं हो पाऊंगा।
 3. हर व्यक्ति मेरे खिलाफ है।
 4. धंधा बुरा है और यह पहले से ज़्यादा बुरा होने वाला है।
 5. मैं हमेशा देर से पहुँचता हूँ।
 6. मुझे कभी सुनहरे मौके नहीं मिलते हैं।
 7. वह कर सकता है, लेकिन मैं नहीं कर सकता।
 अगर सुबह-सुबह आपका यह मानसिक नज़रिया रहता है तो आप अपनी ओर इन सभी दुखद घटनाओं को आकर्षित करेंगे और बहुत दुखी रहेंगे। यह एहसास करना शुरू करें कि जिस दुनिया में आप रहते हैं, वह काफी हद तक इस बात से तय होती है कि आपके दिमाग में क्या चलता है। जो विचार आप आदतन अपने मस्तिष्क

सुबह अपनी आँखें खोलते ही खुद से कहें
 "दैवी विधान आज और हर दिन मेरे जीवन का संचालन करता है। सारी चीजें आज मेरे भले के लिए काम करती हैं। यह मेरे लिए एक नया और अद्भुत दिन है। इस दिन जैसा कोई दूसरा दिन कभी नहीं होगा। मुझे दिन भर दैवी मार्गदर्शन मिलता है और मैं अपने हर काम में समृद्ध रहूँगा। दैवी प्रेम मुझे घेरे है, मेरे चारों तरफ है और मैं शांति से हूँ।
 जब भी मेरा ध्यान अच्छाई और सृजनात्मकता से भटकेगा, तो मैं उस चीज के बारे में तत्काल सोचने लगूँगा, जो सुंदर और अच्छी है। मैं आध्यात्मिक और मानसिक चुंबक हूँ, मैं अपनी ओर उन सभी चीजों को आकर्षित करता हूँ, जो मुझे नियामतें देती हैं और समृद्ध करती हैं। आज मैं अपने सभी कामों में अद्भुत सफलता पाऊँगा। निश्चित रूप से आज मैं दिन भर खुश रहूँगा।"
 हर दिन इसी तरह शुरू करें, फिर आप खुशी का चुनाव करेंगे और खुश तथा प्रफुल्लित रहेंगे। खुश रहने के बारे में आपको एक महत्वपूर्ण बात याद रखनी चाहिए। आपके मन में खुश होने की सच्ची इच्छा होनी



अमरावती। महाशिवरात्रि के अवसर पर तपस्या भट्टी का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. कमल, ब्र.कु. रामनाथ, माउण्ट आनू एवं स्वामी श्री शाश्वतानंद जी महाराज, अखंड परमधाम आश्रम।



मिर्जापुर-उ.प्र.। 'आध्यात्मिक स्पेह मिलन' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए डिस्ट्रिक्ट जज भगवान सिंह, भा.ज.पा. के वरिष्ठ नेता अनुराग सिंह, इंजीनियर गिरीश चन्द्र, समाजसेवी मोहनलाल आर्या, ब्र.कु. विन्दु तथा अन्य।



वदनावर-इन्दौर। मायापुरी महाराज को ईश्वरीय सौमत् भेंट करते हुए ब्र.कु. रेखा।



कोटा-राजस्थान। संगीतमय राजयोग शिविर का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए एम.पी. ईश्वर, सी.एम.डी. आ.एल., स्मॉल स्केल इंडस्ट्री के अध्यक्ष एल.सी. बाबेही, ब्र.कु. उर्मिला तथा अन्य।



नूर कम्पाउण्ड-गया। 'अब तक टी.वी. न्यूज़' के प्रमुख विमलेन्द्र चैतन्य को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. शोला।



आस्का। 78वें शिवजयन्ती महोत्सव पर शिव सन्देश यात्रा का उद्घाटन करते हुए विश्वधर देवराज मोहनती, छलौह बहन, प्रांस, ब्र.कु. प्रवाती तथा ए.सी.एस.आइ सेक्रेटरी सचिन्द्र कुमार सिंह।



आसन्ध। किसान सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. अमीरचन्द, ब्र.कु. राजेन्द्र प्रसाद, डॉ. पवन शर्मा, उपकृषि निदेशक करनलाल, डॉ. जे. सी. मेहला, ब्र.कु. लक्ष्मी, डॉ. मान सिंह, ब्र.कु. मेहरचन्द तथा ब्र.कु. उषा।



चुरू-राजस्थान। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में उपस्थित महिला एवं विकास कल्याण अधिकारी दीपक कपिला, महिला अधिकारिता विभाग की अधिकारी मेरोगटन सोनी, तथा ब्र.कु. सुमन सभा को संबोधित करते हुए।



गोला गोकर्ण नाथ। ऐतिहासिक चैती मेले में आध्यात्मिक प्रदर्शनी का अवलोकन कराने के पश्चात् श्रीमती मिनाक्षी अग्रवाल, चैत्यमेन नगरपालिका को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. सुनीता।



वीकरनर। नारी सुरक्षा-स्व सुरक्षा अभियान के तहत डॉ. आर.एम मंजू गुप्ता को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कमल।

रोगों का कारण - विषद्रव्य (भाग-2)

अब आप खुद देखिये कि आप जो भोजन ले रहे हैं क्या प्रकृति ने शरीर चलाने के लिये उस ईंधन का निर्माण किया है? कहीं हम हवाई जहाज चलाने वाले ईंधन की जगह गंदा पानी मिला हुआ केरोसीन तो उपयोग में नहीं ला रहे हैं। अगर हाँ, तो आप ही समझ लीजिये हमारे शरीर रूपी अमूल्य हवाई जहाज का भविष्य और हमारा भविष्य क्या होगा? अब यह स्पष्ट कर देना चाहता हूँ कि सर्व रोगों का एक ही कारण है- शरीर में विषद्रव्य इकट्ठा होना। इस विषद्रव्य, मल या कूड़े-कचरे का मुख्य स्रोत है हमारा भोजन। प्रकृति ने इस शरीर रूपी हवाई जहाज को 100-150 वर्ष तक स्वस्वातंत्र्यपूर्वक चलाने के लिये अमृत समान ईंधन पतियाँ, फल, फूल, सब्जियाँ, सूखे मेवे, अनाज आदि बनाया है। मनुष्य के शरीर को बनावट शाकाहारी भोजन प्रणाली के अनुरूप है। शाकाहारी प्राणियों की तरह ही नाखून, दाँत एवं शरीर के अन्य भाग हैं। मांसाहारी प्राणियों के नाखून, दाँत एवं अन्य भाग अलग तरह के होते हैं। जो मांस प्राप्त करने में, खाने में और पचाने में मदद करते हैं।

शाकाहारी प्राणियों ने अगर मांसाहार किया तो उसकी हालत उस हवाई जहाज जैसी होगी जिस

सदा स्वस्थ जीवन

स्वर्णिम आहार से सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर



ब्र.कु. ललित शांतिवन

गन्दे पानी मिले हुए केरोसीन से चलाया जा रहा हो। परमात्मा पिता भोलानाथ शिव ने प्रजापिता ब्रह्मा के द्वारा बताया कि आने वाले स्वर्णिम युग में हमारा आहार किस प्रकार का होगा। दिव्य जीवन जीने वाले दिव्य मनुष्यों का आहार भी दिव्य जीवन शैली के हिसाब से ही होगा। उन्हीं शब्दों में - (अव्यक्त मुरली 30-01-1985)यह जल इन-फुलेल का कार्य करेगा। जैसे जड़ी-बूटियाँ होने के कारण जल में नैचुरल खुराबू होगी। जैसे यहाँ दूध शक्ति देता है ऐसे वहाँ का जल ही शक्तिशाली होगा, स्वच्छ हा-गा। इसलिए कहते हैं- दूध की नदियाँ बहती हैं। सब अभी से खुश हो गये हैं ना। ऐसे ही यह पृथ्वी ऐसे श्रेष्ठ फल देगी जो जिस भी भिन्न-भिन्न टेस्ट के चाहते हैं उस टेस्ट का फल आप-के आगे हाज़िर होगा। यह नमक नहीं होगा। चीनी भी नहीं होगी। जैसे अभी खटाई के लिए टमाटर है, तो बना बनाया है ना। खटाई आ जाती है ना। ऐसे जो आपको टेस्ट चाहिए उसके लिए फल होगा। रस डालो और वह टेस्ट हो

संकल्प-शक्ति को परचिन्तन न गवाएं

प्रश्न:- बच्चे सुनते ही नहीं हैं, बच्चे उठते ही नहीं हैं, समय पर तैयार ही नहीं होते हैं।

उत्तर:- हम पहले से ही इतनी सारी थॉट क्रियेट कर लेते हैं। अच्छा बच्चे सुनते नहीं हैं, उठते नहीं हैं, ये उनका बचपना है, मेरे चिल्लाने से कोई जल्दी थोड़े ही हो जायेगा। हाँ, ये है कि एनर्जी का स्तर बहुत ज्यादा ऊपर-हीचे हो जायेगा। हम चाहे घर पर हों या चाहे ऑफिस में हों हमें कुछ एक बातों का थोड़ा ध्यान रखना पड़ता है। एक जो हमने पिछली बार भी देखा कि हम 'जजमेंटल' हो जाते हैं ये तो मौलिक है। मैं फिर से कहूँगी कि आप जजमेंटल नहीं हों क्योंकि इससे हमारी बहुत सारी एनर्जी नष्ट हो जाती है।

प्रश्न:- बच्चों ने होमवर्क नहीं किया सुबह पता चला।

उत्तर:- अब आपको शाम को ही उसका समाधान करना होगा। अलोचना करने से कुछ होने वाला नहीं है। नेगेटिव एनर्जी देकर उसे स्कूल भेजना या खुद भी नेगेटिव एनर्जी थॉट वेस्टेज ऑफ एनर्जी है। मैं कितना भी क्रियेट करना, ये सही नहीं है। जैसे हम अन्य सब चीजों का ध्यान रखते हैं वैसे ही इसका भी ध्यान रखना चाहिए। हम उसके सोर्सस का ध्यान रखते हैं, पानी व्यर्थ नहीं करते, बिजली बर्बाद नहीं करते, पेट्रोल बर्बाद नहीं करते और अपनी संकल्प शक्ति को नष्ट करते जाते हैं। हमें ध्यान ये रखना है कि हमारी एनर्जी कहाँ नष्ट हो रही है। और बार-बार चिल्लाना, चीखना, गुस्सा करना, इससे हमारी बहुत सारी एनर्जी नष्ट होती है। हमें खुशी नहीं चाहिए, खुशी हमारे अंदर है उसको वेस्ट मत कीजिए। आपके पास पानी का टैंक है और आप सारी दुनिया में दूढ़ते फिर रहे हैं कि हमें पानी चाहिए...पानी चाहिए... आप सिर्फ ये ध्यान रखो कि नल अगर ऐसे ही खुला रहा तो टैंक तो खाली हो जायेगा। हमारे पास खुशी है हमें सिर्फ ये ध्यान

सरो को दोष नहीं देना है, किसी को अलोचना नहीं करनी है क्योंकि इससे हमारी खुशी पानी की तरह बह जाती है। इससे हमारी जो एनर्जी वेस्ट होती है सो अलग।

प्रश्न:- हम बार-बार कहते हैं कि दूसरा क्या कर रहा है और कितनी बार तो हम कहते हैं कि देखो पड़ोसी क्या कर रहा है उसके ऊपर भी बात करने लगते हैं। मतलब दूसरों के बारे में ज़्यादा सोचने लगते हैं।

उत्तर:- हमें इसके लिए स्वयं को देखना होगा, जब तक हम स्वयं को नहीं देखेंगे तब तक हमें पता भी नहीं चलेगा कि हम कितना ज़्यादा ये सब करते हैं। हमारा एक-एक व्यर्थ थॉट वेस्टेज ऑफ एनर्जी है। मैं कितना भी क्रियेट करूँगा औरों के बारे में सोचती रहूँ इससे कोई फायदा होने वाला नहीं है क्योंकि औरों को मेरे हिसाब से तो चलना है नहीं। अगर यही एनर्जी हम अपने बारे में सोचने में लगा दें तो हम कुछ यूनिफ करने में सक्षम हो पायेंगे।

अब जैसे ही हम जजमेंटल होने लगते हैं तो इससे निराशा क्रियेट होती है। मान लो कोई सोनियर है जो अपने जूनियर को बार-बार बोल रहा है लेकिन वो मानता ही नहीं है और अपने हिसाब से ही कर रहा है तो अब क्या होगा? इससे निराशा भी होगी और गुस्सा भी आयेगा। जिससे हम आपसे बाहर हो जाते हैं माना हम अपनी धैर्यता को सीमा को तोड़ देते हैं। क्योंकि व्यक्ति को जब क्रोध आता है तो वह न कुछ सही सोच सकता है और न ही कोई सही निर्णय ले पाता है। माना उसकी रचना है कि हमें जजमेंटल नहीं होना है, दू-

जायेगी। तो यह पृथ्वी एक तो श्रेष्ठ फल, श्रेष्ठ अन्न देने की सेवा करेगी।.....

गीता में भी लिखा है - 'पद्म पुष्प फलम् तोयम्' यानि कि पत्ते, फल, फूल और जल यही मुझे प्रिय हैं।

रामायण में भी लिखा है - 'कन्द-मूल, फल, पान अहारा।'

राजस्थान चितौड़गढ़ के के.एल.परिहार (उम्र 58 वर्ष) ने किडनी की खराबी के कारण स्वेडिच निकृति ली। दायी किडनी सिकुड़कर एक तिहाई हो गयी तथा बायी किडनी को क्षमता भी कम होने लगी। क्रियेटोनीन 3 से भी ज़्यादा हो गया। डॉक्टरों ने डायलिसिस एवं ऑपरेशन कराने की सलाह दी।

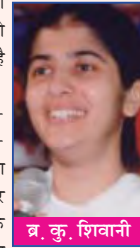
स्वर्णिम आहार पद्धति के प्रयोग के बाद किडनी ठीक से काम करने लगी तथा अभी क्रियेटोनीन घटकर 1.4 रह गया है। कोई भी गोली-दवाई न लिया, न ले रहे हैं।

तो आइये, स्वर्णिम आहार पद्धति को अपनाकर इन गोली-दवाई-इंजेक्शन-बीमारी-अस्पताल-डॉक्टर-इलाज से मुक्ति पायें और सदा स्वस्थ जीवन का ईश्वरीय जन्मसिद्ध अधिकार प्राप्त करें।

M - 07791846188

healthywellthyhappyclub@gmail.com

संपर्क करें केवल 1pm से 3pm के बीच में



ब्र.कु. शिवानी

जाती है। अब ऐसा सीन क्यों क्रियेट हुई? क्योंकि आप आपसे बाहर चले गये। पहली बात तो उस इमोशन ने आपको अपने प्रभाव में ले लिया, जिसके कारण आप अपनी क्रियेटिविटी करने में सक्षम नहीं रहे।

प्रश्न:- हम बाहर भी लोगों को क्यों देख रहे थे? क्योंकि मुझे कुछ और थोड़े ही दिख रहा था। हमें जो दिख रहा था हम उसी को देख रहे थे। फिर हमें गुस्सा आने लगता है कि ये क्यों नहीं बदल जाते। मुझे समझ में आ रहा है कि ये इसके लिए ठीक है। अगर उसी तरह हम अपने आमाको देख कर रोने लगे तो मुझे वही दिखेगा, जो हम चाहेंगे।

उत्तर:- और मुझे ये समझ में आयेगा कि मेरे लिए क्या सही है और क्या गलत। दूसरों को देखना बहुत असान है एक दिन आप स्वयं को देखो तो आपको पता चलेगा कि ये कितना आसान है। कोई दूसरा व्यक्ति आपको देखकर बता सकता है कि आपके लिए क्या सही है और क्या गलत है? लेकिन हम दोनों एक दूसरे को बदल तो नहीं सकते। लेकिन दोनों अगर अपने आपको देखना शुरू करें उतने ही समय में कि मेरे लिए क्या सही है, तो आपको बहुत आश्चर्य होगा! ब्रह्माकुमारीज में हमें ये सिखाया जाता है कि 'जब हम बदलेंगे तो जग बदलेगा'। इससे एक तो हम बदलेंगे फिर हमारा देखने का दृष्टिकोण बदला तो हमारे लिए सारा संसार ही बदल गया। इससे एक फायदा और है कि यदि हम एक-एक बदलते गये तो विषय परिवर्तन तो अपने आप ही हो जायेगा। स्वयं को बदलने को यह सबसे सरल विधि है। लेकिन हमने इसे कठिन यह सोचकर बना दिया कि 'पहले आप बदलें तब मैं बदलूँगा'।

अच्छे स्वाभिमान का निर्माण कीजिए

स्वाभिमान क्या है?

स्वाभिमान खुद अपने बारे में महसूस करने का नज़रिया है। जब हम अपने बारे में अच्छा महसूस करते हैं, तो हम बेहतर काम करते हैं। घर और दफ्तर में हमारे रिश्ते बेहतर हो जाते हैं। दुनिया हमें ज़्यादा अच्छी दिखने लगती है। इसकी वजह क्या हो सकती है? वजह यह है कि हमारी भावनाओं और व्यवहार में सीधा रिश्ता होता है क्योंकि हम किसी चीज़ या बात के बारे में जैसा महसूस करेंगे वैसा ही उसके प्रति व्यवहार करेंगे।

स्वाभिमान कैसे विकसित करें?

अगर हम अच्छा स्वाभिमान जल्दी बनाना चाहते हैं, तो इसका सबसे अच्छा तरीका यह है कि हम कुछ काम ऐसे लोगों की मदद के लिए करें, जो उसका बदला न तो पैसे से, न ही कुछ और देकर चुका सकते हैं।

“यह मेरी ज़िंदगी है, मैं जो चाहूँगा, वही करूँगा” – इस एक जुमले ने फायदे से कहीं अधिक नुकसान किया है। लोग शब्दों की सच्ची भावना की उपेक्षा कर देते हैं, और उसका मतलब अपनी सुविधा के अनुसार निकाल लेते हैं। ऐसे लोगों ने इस जुमले को स्वार्थ से जोड़ दिया है, जि-

जसका बुरा असर न केवल उन पर, बल्कि उनके आसपास के पूरे माहौल पर पड़ता है।

ये लोग भूल जाते हैं कि हम अलग-थलग नहीं रहते हैं। आप जो करते हैं, उसका असर मुझे पड़ता है और मैं जो करता हूँ, उसका असर आप पर पड़ता है। हम सब एक दूसरे से जुड़े हुए हैं। हमें यह महसूस करना होगा कि इस धरती पर हम सभी की साझेदारी है। हमें जिम्मेदारी से व्यवहार करना सीखना होगा।

दुनिया में दो तरह के लोग हैं – देने वाले और लेने वाले। लेने वाले अच्छा खाते हैं, और देने वाले अच्छी तरह सोते हैं। देने वालों में ऊँचे दर्जे के आत्मसम्मान की भावना होती है। उनका नज़रिया सकारात्मक होता है। ऐसे लोग समाज की सेवा करते हैं। “समाज की सेवा” करने वालों से हमारा मतलब राजनीतिज्ञ बन बैठे उन घटिया दर्जे के पाखंडी नेताओं से नहीं है, जो दूसरों की सेवा करने का नाटक करते हुए खुद अपनी सेवा करते हैं।

इंसान होने के नाते लेन-देन हम सबको करना पड़ता है, लेकिन ऊँचे दर्जे के आत्मसम्मान वाला स्वस्थ शिख्यत वह होता है, जिसे केवल लेने की ही नहीं, देने की भी आवश्यकता महसूस होती है।

एक आदमी अपनी नई कार धो रहा था, तभी उसके पड़ोसी ने पूछा, “आपने कार कब खरीदी?” उस आदमी ने जवाब दिया, “इसे मेरे भाई ने दिया है।” पड़ोसी ने कहा, “काश! मेरे पास भी ऐसी कार होती।” इस पर उस आदमी ने कहा, “आ-

पको यह सोचना चाहिए था कि काश! मेरा कोई ऐसा भाई होता।” पड़ोसी की पत्नी उनकी बातचीत सुन रही थी। उसने बीच में टोक कर कहा, “मैं सोचती हूँ – काश! वह भाई मैं होती।” यह सोचने का कितना सकारात्मक नज़रिया है।

नकारात्मक असर से बचें

आजकल के नवयुवक बड़े लोगों के व्यवहार और मीडिया से बहुत जल्दी प्रभावित हो जाते हैं। साथियों का दबाव केवल बच्चों और किशोरों पर ही नहीं, बल्कि बड़े लोगों पर भी असर डालता है। स्वाभिमान की कमी की वजह से लोगों में “नहीं, धन्यवाद” कह कर बुरे असर से दूर रहने की हिम्मत नहीं होती। ये नकारात्मक प्रभाव क्या है?

नकारात्मक सोच वाले लोग

एक चील का अंडा किसी तरह एक जंगली



मुर्गी के घोंसले में चला गया और बाकि अंडों के साथ मिल गया। समय आने पर अंडा पू-गटा। चील का बच्चा अंडे से निकलने के बाद यह सोचते हुए बड़ा हुआ कि वह मुर्गी है। वह उन्हीं कामों को करता, जिन्हें मुर्गी करती थी। वह ज़मीन खोद कर अनाज के दाने चुगता और मुर्गी को तरह ही कुड़कुड़ाता। वह कुछ फीट से अधिक उड़ान नहीं भरता था, क्योंकि मुर्गी भी ऐसा ही करती थी। एक दिन उसने आकाश में एक चील को बड़ी शान से उड़ते हुए देखा। उसने मुर्गी से पूछा, “उस सुंदर चिड़िया का नाम क्या है?” मुर्गी ने जवाब दिया, “वह चील है। वह एक शानदार चिड़िया है, लेकिन तुम उसकी तरह उड़ान नहीं भर सकते, क्योंकि तुम तो मुर्गी हो।” चील के बच्चे ने बिना सोचे-विचारे मुर्गी की बात को मान लिया। वह मुर्गी की ज़िंदगी जीता हुआ ही मर गया। सोचने की क्षमता न होने के कारण वह अपनी विरासत को खो बैठा। उसका कितना बड़ा नुकसान हुआ। वह जीतने के लिए पैदा हुआ था, पर वह दिमागी रूप से हार के लिए तैयार हुआ था।

अधिकतर लोगों के लिए यही बात सच है। जैसा कि ओलिवर बेंडहाल होम्स ने कहा है कि हमारे ज़िंदगी का सबसे दुर्भाग्यपूर्ण पहलू यह है कि, “ज़्यादातर लोग मन में कुछ करने की इच्छा लिए ही कब्र में चले जाते हैं।” हम अपनी ही दुर्दृष्टिता की कमी की वजह से बेहतर ही हासिल नहीं कर पाते।

अगर हम चील की तरह आकाश की बुलंदियों को छूना चाहते हैं, तो हमको चील के तौर-तरीकों को सीखना होगा। अगर हम

खुद को कामयाब लोगों के साथ जोड़ेंगे, तो हम भी कामयाब हो जाएँगे। अगर हम चितकों के साथ जुड़ेंगे, तो चितक बन जाएँगे। अगर हम देने वालों के साथ रहेंगे, तो देने वाले बन जाएँगे और अगर हम नकारात्मक सोच वाले लोगों के साथ रहेंगे, तो वैसे ही बन जाएँगे।

जब कोई ज़िंदगी में कामयाबी हासिल करता है, तो तुच्छ लोग उस पर कौचड़ उछालते हैं, और उसको टांग खींचने की कोशिश करते हैं। हम जब खुद को ऐसे तुच्छ लोगों से उलझने से बचा लेते हैं, तो हम जीत जाते हैं। मार्शल आर्ट में सिखाया जाता है कि जब कोई हम पर हमला करे, तो उसे रोकने के बजाए अपनी जगह से हट जाइए। क्यों? इसलिए कि रोकने के लिए ऊर्जा की आवश्यकता होती है। उसका इस्तेमाल और बेहतर कामों के लिए क्यों न किया जाए? तुच्छ लोगों के लिए हमको उनके स्तर तक नीचे उतरना पड़ता है और वे यही चाहते हैं, क्योंकि ऐसा करके हम उनमें से एक बन जाते हैं।

नकारात्मक लोगों को अपने मकसद में कामयाब मत होने दीजिए। खुद को नीचे मत गिराइए। याद रखिए कि किसी आदमी का चरित्र केवल इस बात से नहीं आँका जाता है कि वह कैसे सोहबत में रहता है, बल्कि इस बात से भी आँका जाता है कि वह किन लोगों की संगत नापसंद करता है।

नकारात्मक फिल्मों एवं टेलीविज़न कार्यक्रम

आजकल के बच्चों के नज़रिए और मूव्यों पर किसी और के बजाए फिल्मों और टेलीविज़न कार्यक्रमों का ज़्यादा असर पड़ता है। एक अनुमान के अनुसार अमरीका में बच्चे हाई स्कूल तक पहुँचते-पहुँचते 20,000 घंटों के टेलीविज़न कार्यक्रम देख चुके होते हैं, और उनके आँखों के सामने से 5,000 हत्याओं के दृश्य और अल्कोहल से संबंधित 100,000 विज्ञापन गुज़र चुके होते हैं।

इन टेलीविज़न कार्यक्रमों और विज्ञापनों से संदेश मिलता है कि शराब पीना मौजमस्ती है, सिगरेट पीना शान की बात है, और नशीली दवाओं का तो ज़माना है। अगर अपराध इतनी तेज़ी से बढ़ रहे हैं, तो इसमें हैरत की कोई बात नहीं है।



मोटा वाराहा-सुरत। भूमि पूजन कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शीलू, ब्र.कु. रंजन, ब्र.कु. त्रिवेणी, ब्र.कु. फाल्गुनी, पी.पी.सवाजी स्कूल के डायरेक्टर वल्लभ भाई सवाजी तथा अन्य।



शमसावाद-आगरा। 78वाँ शिवजयन्ती के शुभअवसर पर शिव सन्देश यात्रा का दीप प्रज्वलन कर शुभारंभ करते हुए नगरपालिका अध्यक्ष लक्ष्मी देवी राठीर, ब्र.कु. लक्ष्मी तथा अन्य बहनें।



दिल्ली-मोहम्मदपुर। ‘स्ट्रेस मैनेजमेंट’ विषय पर जनसमूह को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राज्ययौग शिक्षिका, माउण्ट आर्बु।



झिंझक-कानपुर(उ.प्र.)। सेवाकेन्द्र में आने पर उ.प्र. के कैबिनेट मंत्री का आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. गिरजा। साथ हैं अन्य भाई बहनें।



मानयथवाड़ी-केरला। द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन मेला के उद्घाटन अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. योगमा, ग्राम पंचायत प्रेसीडेंट सेल्वी थॉमस, परमेश्वर, सोनियर इन्स्पेक्टर टैफिक पुलिस, ब्र.कु. सबीता, ब्र.कु. गौरी, ब्र.कु. प्रिया तथा अन्य।

बाबा को मैंने फरिश्ता के रूप में देखा

परमात्म मिलन का अनुभव



मदनलाल शर्मा, विज्ञानस मैन, जयपुर

अच्छा परिवार, अच्छा व्यापार होने के बाद भी लगता था कि आखिर जीवन क्या है? जीवन श्रेष्ठ बनाने की लालसा बनी रहती थी। 1965 में साकार बाबा से मुलाकात हुई तो उनका आकर्षक व्यक्तित्व, फरिश्तों जैसा रुबाव एवं स्नेह मेरे दिल को भा गया। उनके माध्यम से मिले परमात्मा प्यार के अनुभव ने मेरे जीवन का मकसद पूरा किया। वस तब से आज तक मेरे जीवन में सदा उमंग-उत्साह रहता है। मेरे जीवन की सच्चाई व सफाई के कारण परिवार वालों का प्रेम भी सदा बना रहा है। मैं जो भी कहता हूँ वे आदरपूर्वक सम्मान करते हैं व विश्वास भी। यह मेरा सौभाग्य है। यह कहना है मदनलाल शर्मा, जयपुर विज्ञानसमैन का। उनकी ओम शान्ति मीडिया से हुई रूबरू मुलाकात के कुछ अंश -

अच्छी पढ़ाई, विज्ञानस और परिवार में भी सबकुछ ठीक चलने के बावजूद मेरे मन में एक सवाल था जिसे जानने की जिज्ञासा मेरे मन में थी कि आखिर ये जीवन क्या है, इसे जानने के लिए मैं विवेकानंद आश्रम से भी जुड़ा और साथ-साथ ध्यान भी करता था, रामकृष्ण परमहंस को भी मानता था, काली को भी पूजता था लेकिन ये चाहत थी मुझे जानने की कि परमात्मा कौन है? हालांकि मुझे किसी प्रकार की कोई तकलीफ नहीं थी फिर भी मैं इसे जानना चाहता था। उसी दौरान मुझे किसी ने ब्रह्माकुमारीज के बारे में बताया। थोड़ा संकोच के साथ मैं ब्रह्माकुमारी संस्था में गया। वहां काफी वाद-विवाद के बाद बहनों ने मुझे सात दिन का कोर्स करने को कहा। तो मैंने अगले दिन से ही कोर्स शुरू कर दिया। कोर्स के दूसरे दिन ब्र.कु. निर्वेद सेवाकेन्द्र पर आये, वहां उनसे मुलाकात के दौरान मैंने ये पूछा कि

हमें किसे याद करना चाहिए, स्वामी विवेकानंद को, रामकृष्ण को याद करें तो उन्होंने बताया कि आप भी बिंदी हैं और परमात्मा भी बिंदी हैं लेकिन वो ज्ञान का सागर है सुख का सागर है उसको याद करो। तो इस प्वाइंट को छाप मेरे दिल पर पड़ गई और मैंने सोचा कि ये बातें कोई इंसान नहीं कह सकता। ये जो बता रहे हैं वो बिल्कुल ठीक है। फिर उन्होंने मुझे पवित्रता के ऊपर बताया। और भी ऐसी कई बातें बताईं जो मुझे सही लगीं। फिर उसके बाद धीरे-धीरे इस ज्ञान मार्ग में मेरी यात्रा शुरू हुई।

मैं सन् 1965 में पहली बार बाबा से मिलने माउण्ट आबू आया। बाबा को देखते ही लगा जैसे कोई फरिश्ता मेरे सामने हो। उनका बाहरी व्यक्तित्व भी बड़ा आकर्षक था। जब बाबा ने मुझे अपनी गोद में लिया तो मुझे बहुत ही हल्का महसूस हुआ तथा बाबा लाइट के शरीर में नजर आ रहे थे।

मैं एक परिवार की भांति बाबा के साथ एक सप्ताह रहा। उस समय बाबा से इतना प्यार पाया, इतना सुख पाया जो मैं पूरे संसार में कहीं नहीं पा सका था। उसके बाद मैंने इस ईश्वरीय मार्ग पर चलने का निश्चय कर लिया। तब से मैं और मेरा परिवार इस रास्ते पर साथ-साथ चल रहे हैं। मैंने अपने ब्राह्मण जीवन, अपने परिवार तथा अपने व्यवसाय तीनों को ही एक साथ अच्छी रीति संभाला और बाबा ने इसमें मुझे सफलता भी दी। समाज भी हमारे बदले हुए व्यवहार व सरल स्वभाव को देखकर हमारा सम्मान करता है।

साकार बाबा से मिलन की अनुभूति भी बड़ी अद्भुत थी और अव्यक्त बाबा से मिलन के भी क्या कहने! साकार बाबा के साथ हम खेलपाल किया करते थे, उनके अंग-संग रह प्यार भरी पालना की अनुभूति होती थी और जब अव्यक्त बाबा

परमात्म शक्ति का केन्द्र है माउण्ट आबू

ऐसा लगा मानो यही सच्चा ज्ञान है, परमात्मा की सच्ची पहचान है। सब शास्त्रों, वेदों का मंथन करके जो अमृत निकलता है वही यहाँ प्राप्त हो रहा है। संसार में भिन्न-भिन्न तरह के शास्त्र हैं परन्तु वहाँ सत्य परिचय नहीं है। महंत मौजीनाथ सिद्ध गरीबनाथ मठ, तुलजापुर शक्तिपीठ, महाराष्ट्र जो राजयोग शिविर में आये उनसे ओम शान्ति मीडिया से हुई बातचीत के अंश यहाँ प्रस्तुत है -



मैं पहली बार राजयोग शिविर के माध्यम से इस संस्था से जुड़ा हूँ। पर पहली बार में ही मुझे यहाँ आने पर स्वर्ग जैसा अनुभव हुआ। ऐसा लगा मानो यही सच्चा ज्ञान है, परमात्मा की सच्ची पहचान है। सब शास्त्रों, वेदों का मंथन करके जो अमृत निकलता है वही यहाँ प्राप्त हो रहा है। संसार में भिन्न-भिन्न तरह के शास्त्र हैं परन्तु वहाँ सत्य परिचय नहीं है। माउण्ट आबू में सभी समर्पित लोगों का आदर भाव, एक-दूसरे के प्रति सम्मान की भावना सारे जहान से अलग है, स्वर्ग से भी बढ़कर है। सबमें समन्वय, त्याग व सेवाभाव को जो भावना है उसीसे परमात्मा की प्राप्ति होती है। शास्त्रों का ज्ञान हर लिखने वाले की कल्पना के अनुसार है पर यहाँ आकर पता चला है कि वह सच्चा ज्ञान हमारी कल्पना से भी परे है। केवल यहीं परमात्मा से मिलन संभव है। साधु, संत,

महात्माओं, पुजारियों इत्यादि के द्वारा जो ज्ञान दिया जाता है उसमें वे सच को छिपा रहे होते हैं। इस बात को पुनः सिद्ध करने के लिए कि परमात्मा निराकार है बहुत बड़ी जन-जागृति की ज़रूरत है। लोगों में जो पहले से ज्ञान है वह सब निकालकर परमात्मा शिव का ज्ञान मिलना चाहिए ताकि वे समझें कि सच क्या है। ब्रह्माकुमारीज की ओर से यह हो भी रहा है और होता भी रहेगा। यहाँ मिल रहे ज्ञान का सभी को अभ्यास करना चाहिए। इस संस्था में जो चल रहा है वह अनुभव से ही प्रमाणित सकते हैं। इसी अनुभव के द्वारा उन्हें सत्य की पहचान कराना संभव है। यह ज्ञान सभी तक पहुँचना चाहिए और जितने धर्म-गुरु इत्यादि हैं उन्हें भी इसका प्रचार करना चाहिए।

समझ आ जाता है कि यहाँ परमात्मा स्वयं अते हैं। और संस्थानों में मैंने श्रेष्ठत्व की स्पर्धा को देखा पर यहाँ वह बिल्कुल नहीं है। यहाँ लोभ व मोह नहीं है तथा सम्पूर्ण त्याग की भावना है। इसलिए यह सबसे ऊंचा व महान तीर्थ है। यही स्वयं ईश्वर का कार्य है और खुद वह ही अपना कार्य हम बच्चों से करवा रहा है। मेरी सभी से यही विनती है कि इधर-उधर भटकने की कोई आवश्यकता नहीं है, सारी समस्याओं के समाधान इसी संस्था के पास हैं। आत्मा यहाँ आकर मानो परमात्मा से एकरूप हो गई है। यही एकरूपता ही परमात्मा का संदेश जन-जन तक पहुँचाने में लाभदायक है। इससे शक्तियाँ स्वतः प्रवाहित होने लगती हैं। आखिर सभी का लक्ष्य भी तो वही है - परमात्मा से मिलना। ब्रह्मचर्य व्रत का पालन जो है वह



मुयई-वोरीवली। ब.कु. बिंदु को उनके अभूतपूर्व कार्यों के लिए अवॉर्ड देकर सम्मानित करते हुए आर.के. रविन्द्रन, रोर्टी इंटरनैशनल प्रेसीडेंट। साथ ही मयंक देसाई, प्रेसीडेंट ऑफ रोर्टी क्लब, बोरोवली तथा डिस्ट्रीक्ट गवर्नर लता सुब्रीडो।



नरकटियागंज-विहार। प्रेस कॉन्फ्रेंस के तहत उपस्थित सभी पत्रकार सुजय कुमार, चन्द्रमोहन, सूरज कुमार, राजेश कुमार, अवधेश शर्मा, गौतम कुमार। साथ ही ब्र.कु. कविता तथा ब्र.कु. मधु।



धाथरस। 'मेरा भारत व्यसन मुक्त भारत' अभियान के तहत लगाए गए शिविर का उद्घाटन करते हुए नवनिर्वाचित मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. रामवीर सिंह, ब्र.कु. शान्ता, ब्र.कु. दुर्गा, पंजाब नेशनल बैंक के राकेश अग्रवाल तथा अन्य



पालम विहार-गुडगांव। कमिश्नर ऑफिस में गुडगांव पुलिस तथा ब्रह्माकुमारीज का संगठित रूप से 'नारी सुरक्षा-हमारी सुरक्षा अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन द्वारा उद्घाटन करते हुए आइ.पी.एस. आलोक मिश्र, ब्र.कु. उर्मिल, ब्र.कु. स्वदर्शन, ब्र.कु. सुरेश तथा ब्र.कु. रंजना।



ओरछा-म.प्र.। राजयोग प्रशिक्षण कार्यक्रम के समापन के बाद समूह चित्र में ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. राज तथा ब्र.कु. मार्क।



दिल्ली-उत्तम नगर। ईश्वरीय ज्ञान चर्चा के बाद प्रभु स्मृति में एम.एल.ए. पवन शर्मा, ब्र.कु. विमला तथा अन्य।

“मैं” और शख्शियत -ब्र.कु.प्रीति

अहसान को मांनें, लेकिन दूसरे से अहसानमंद होने की उम्मीद न करें

अहसान एक खूबसूरत शब्द है। अहसान एक अहसास है। यह हमारी शख्शियत को सुधारता है और चरित्र बनाता है। अहसानमंद होने का अहसास विनम्रता से पैदा होता है। ये दूसरों के प्रति शुक्रगुजार होने को एक भाव भी है। यह भाव दूसरों के प्रति अपनाए गए हमारे नजरिए से पता चलता है और हमारे व्यवहार में झलकता है। अहसान का मतलब किसी अच्छाई का बदला चुकाना नहीं है, क्योंकि अहसान सिर्फ एक लुन-देन नहीं है। दया, आपसी समझदारी और धैर्य की कीमत नहीं चुकाई जा सकती। अहसानमंद होने का अहसास हमें आपसी सहयोग और एक-दूसरे के प्रति समझ की कला सिखाता है। अहसानमंद होने के अहसास में ईमानदारी होनी चाहिए। सीधे-सीधे शब्दों में धन्यवाद कहकर भी इस भावना को दर्शाया जा सकता है। अकसर हम लोग अपने बहुत नजदीकी लोगों जैसे जीवन-साथी, संबंधी, दोस्त का शुक्रगुजार होना भूल जाते हैं। एक सच्चे और ईमानदार इंसान का चरित्र और शख्शियत बनाने वाले गुणों में अहसानमंद होने के अहसास का सबसे ऊंचा दर्जा है।

सोचिए, जिंदगी में हमारे लिए सबसे कीमती चीज क्या है? अकसर उपहार देने वाले की कीमत उपहार से कहीं ज्यादा होती है लेकिन जो चीज हमारे पास पहले से मौजूद होती है यदि कोई उन्हीं चीजों को उपहार के तौर पर देता तो हम अकसर अहसान की भावना व्यक्त नहीं करते हैं।

मुड़कर देखिए और उन लोगों को याद करने की कोशिश कीजिए जिनका हमारे जीवन पर अच्छा असर पड़ा हो। ऐसे लोगों में हमारे माँ-बाप, शिक्षक या कोई भी दूसरा व्यक्ति हो सकता है जिसने हमारी सहायता करने के लिए भरपूर समय दिया हो। शायद देखने में ऐसा लगे कि उन्हीं अपना कर्तव्य निभाया है, लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। उन्हीं हमारे लिए अपनी इच्छा से अपने समय, मेहनत, पैसे और कई चीजों का त्याग किया है। उन्हीं हमारे प्रति प्रेम के कारण ऐसा किया न कि धन्यवाद पाने के लिए। किसी मोड़ पर, व्यक्ति इस बात को महसूस करता है कि उसकी जिंदगी को संवारने की कितनी मेहनत की गई है। शायद उन्हे धन्यवाद देने के लिए अब भी देर नहीं हुई है।

जीजस की कहानी

जीजस के बारे में एक कहानी है कि उन्हीं एक बार सी कोढ़ियों का कोढ़ ठीक कर दिया और जब वे मुड़े तो एक को छोड़कर सब जा चुके थे। उसमें जीजस को धन्यवाद देने की विनम्रता थी। तब जीजस बोले, “मैंने तो कुछ भी नहीं किया।” इस कहानी से क्या सबक मिलता है?

- ज्यादातर लोग अहसान-फरामोश होते हैं।
- अहसान मानने वाला इंसान मुश्किल से मिलता है।
- जीजस को तरह हमें भी किसीसे अहसान मानने की उम्मीद नहीं करनी चाहिए।

संयोग से

अगर जिंदगी में हम किसीके लिए कोई भी काम करते हैं तो यह संयोग से नहीं होता, बल्कि हमेशा खास तौर पर होता है। एक अच्छे इंसान के नजरिये से देखा जाए तो वह कोई काम अहसान करने के लिए नहीं करता। अगर दूसरों को मदद करना संभव हो और

मुड़कर देखिए और उन लोगों को याद करने की कोशिश कीजिए जिनका हमारे जीवन पर अच्छा असर पड़ा हो। ऐसे लोगों में हमारे माँ-बाप, शिक्षक या कोई भी दूसरा व्यक्ति हो सकता है जिसने हमारी सहायता करने के लिए भरपूर समय दिया हो। शायद देखने में ऐसा लगे कि उन्हीं अपना कर्तव्य निभाया है, लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। उन्हीं हमारे लिए अपनी इच्छा से अपने समय, मेहनत, पैसे और कई चीजों का त्याग किया है।

वह फिर भी न की जाए तो यह बहुत दुःख की बात है, लेकिन इस बात का पक्का यकीन है कि संयोग से कुछ भी घटित नहीं होता।

भरोसेमंद और वफादार बनें

पुरानी कहावत है, “एक छटाक वफादारी एक सेर चालाकी से ज्यादा अच्छी है।” यह सर्वव्यापी और अटल नियम है। काबिलीयत बहुत जरूरी है, लेकिन भरोसेमंद होना अनिवार्य है। अगर हमारे साथ कोई ऐसा व्यक्ति है जिसमें सारी खूबियां हैं लेकिन वह भरोसेमंद नहीं है तो क्या हम ऐसे व्यक्ति को अपनी टीम में रखना पसंद करेंगे? नहीं।

मुझे यकीन था कि तुम जरूर आओगे बचपन में दो ऐसे दोस्त थे जो स्कूल, कॉलेज और यहाँ तक कि फौज में भी साथ ही भरती हुए। युद्ध छिड़ गया और दोनों एक ही यूनिट में थे। एक रात उनपर हमला हुआ और चारों तरफ से उन पर गोलियां बरस रही थीं। ऐसे में अंधेरे से एक आवाज आई, “हेरी, इधर आओ, मेरी मदद करो।” हेरी ने अपने बचपन के दोस्त बिल की आवाज फौरन पहचान ली। उसने अपने कैप्टन से पूछा कि क्या वो जा सकता है लेकिन कैप्टन ने कहा, “मेरे पास पहले से ही आदमी कम हैं। मैं अपना एक और आदमी नहीं खोना चाहता।” हेरी चुप रहा। फिर उसके दोस्त की आवाज आई पर हेरी चुप बैठा रहा। हेरी अपने को रोक न सका और कैप्टन से बोला कि उसके दोस्त को मदद के लिए उसे जाना ही होगा। कैप्टन ने बेमन से उसे इजाजत दी। हेरी अंधेरे में रेंगता हुआ आगे बढ़ा और बिल को अपने खड्डे में ले आया। उन लोगों ने पाया कि बिल तो मर चुका था। अब कैप्टन नाराज हो गया और हेरी पर चिल्लाया, “मैंने कहा था कि वह बचेगा नहीं

और तुम भी मर जाते तो मैं अपना एक और आदमी खो देता। तुमने वहाँ जाकर गलती की।” हेरी ने शांत स्वभाव से जवाब दिया, “मैंने जो किया वो ठीक था। जब मैं बिल के पास पहुँचा तो वह जिंदा था और उसके आखिरी शब्द थे ‘हेरी मुझे यकीन था कि तुम जरूर आओगे।’” अच्छे रिश्ते बड़ी मुश्किल से बनते हैं और एक बार बन जाए तो उन्हें निभाना चाहिए। हमसे अकसर कहा जाता है, अपने सपनों को साकार करो। मगर हम अपने सपनों को दूसरों की कीमत पर असलियत का रूप नहीं दे सकते। ऐसा करने वालों के पास चरित्र नहीं होता। हमें अपने परिवार, दोस्तों और उन लोगों के लिए जिनकी हम परवाह करते हैं और जो हम पर निर्भर हैं, अपने निजी हितों का त्याग करना चाहिए।

मन में मैल न रखें

कूड़ा इकट्ठा करने वाला न बनें। क्या हमने वह कहावत सुनी है, “माफ तो मैं कर सकता हूँ लेकिन भूल नहीं सकता।” जब एक व्यक्ति माफ करने से इंकार कर देता है तो वह उन सभी दरवाजों को बंद कर देता है जिन्हें उसे खोलने की कोशिश कर सकता है। जब हम मन में वैर और द्वेष का भाव रखते हैं तो सबसे ज्यादा नुकसान किसको पहुँचाते हैं? खुद अपने को।

कहानी

जिम और जेरी बचपन के दोस्त थे मगर किसी कारण उनकी दोस्ती में दरार पड़ गई। वे 25 साल तक एक-दूसरे से नहीं बोले। जेरी म्यूजिशियन पर पढ़ा था और दिल पर बोझ लेकर मरना नहीं चाहता था। इसलिए उसने जिम को बुलवाया और माफ़ी मांगते हुए कहा, “हम एक-दूसरे को क्षमा कर दें और पिछली बातों को भूल जाएं।” जिम को भी यह बात अच्छी लगी। उसने जेरी से अस्पताल जाकर भेंट करने का फैसला किया।

उन्होंने बीते पिछले 25 वर्षों को याद किया, अपने मतभेदों को भुलाया और कुछ घंटे साथ में बिताए। जब जिम जाने वाला था तो जेरी पीछे से चिल्लाकर बोला, “जिम अगर मैं नहीं मरा तो याद रखना यह माफ़ी मानी नहीं जाएगी।” द्वेष भाव रखने के लिए जीवन बहुत कम है। द्वेष रखना व्यर्थ है।

लानत है मुझ पर

जहाँ एक तरफ द्वेष रखना अच्छी बात नहीं, वहीं बार-बार चोट खाना भी अच्छी बात नहीं। किसीने ठीक ही कहा है, “तुम मुझे एक बार धोखा देते हो तो तुम पर लानत है, तुम मुझे दोबारा धोखा देते हो तो मुझ पर लानत है।” जॉन केनेडी ने एक बार कहा था, किसी को माफ़ कर दो लेकिन उसका नाम मत भूलो। उनका मतलब यह था कि किसीसे बार-बार धोखा खाना समझदारी नहीं है।



त्रिवेन्द्रम-केरेला। राज्य की नई गवर्नर शोला दीक्षित का सम्मान करने एवं ईश्वरीय ज्ञान चर्चा के बाद ब्र.कु.पंकज, ब्र.कु.मिन्नी एवं ब्र.कु.डॉ.शंकर।



मुंबई। अंतर्राष्ट्रीय मेडिकल कॉन्फ्रेंस में डॉ. मेहेर मास्टर मूस, चैयरमैन व डॉ. कनोरिया द्वारा डॉ. रमेश, डॉ. शोभना तथा ब्र.कु. गीतांजली, ग्लोबल हॉस्पिटल को संसल अवार्ड तथा गोल्ड मेडल से सम्मानित किया गया।



दिल्ली-लाजपत नगर। शिव अवतरण मेलों के उद्घाटन अवसर पर कैडल लाइटिंग करते हुए मुल्ला शाम शनिवेश दारुलूम देवबन्द, डॉ. जे.ए.राज, विधानसभा सीकर एम.एस.धीर, बीजेन्द्र नन्दन दास, डायरेक्टर एस्कान, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. सुंदरी, ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. चन्द्र तथा ब्र.कु. जया।



किच्छा-बरेली। विधायक राजेश शुक्ला को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.सरोज।



विजयवाड़ा। 'विश्व शान्ति भवन' के उद्घाटन अवसर पर राजयोगिनी ब्र.कु.संतोष, महाराष्ट्र एवं आन्ध्र प्रदेश जौनल इंचार्य, ब्र.कु.शान्ता एवं ब्र.कु.सविन्ता।



गुवाहाटी। ईश्वरीय ज्ञान चर्चा के बाद जे.बी.पटवायक, गवर्नर असम के साथ समूह चित्र में ब्र.कु. श्रीमंत साहु, माउण्ट आबू, ब्र.कु. जोगलावी एवं ब्र.कु. सहिता।



मुम्बई-थाणे वेस्ट। एज्युकेशन मिनिस्टर राजेन्द्र डारदा को 'राजस्थान महोत्सव' के दौरान ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. कंचन। साथ हैं सुमन अग्रवाल, सेकेट्री, महाराष्ट्र प्रदेश कांम्रेस, संजीव नायक, एम.पी., बालकृष्ण पारनेकर, थाणे कांम्रेस प्रेसीडेंट तथा मनोज शिंदे, कांपोरेटर।



रूद्रपुर। आवास विकास स्थित उपसेवाकेन्द्र का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए श्री श्री 108 शिवानंद महाराज रेवती रमन सिंघला, बरिष्ठ समाजसेवी, रघुनाथ भाई, बी.एस.एफ कप्तान, वीरेन्द्र सिंह, बी.एस.एन.एल. मण्डल अभियन्ता तथा ब्र.कु. सूरजमुखी।



राणपुर-समस्तीपुर (विहार)। नवनिर्मित सेवाकेन्द्र का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. रानी तथा ब्र.कु. अरुणा। साथ हैं अन्य ब्र.कु. भाई बहनें।



बरिवातपुर वारा-नेपाल। महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए पूर्व मंत्री ऋषिकेश गौतम, उपसभापति धरुवा घरटोला, पूर्व मेयर भरत मल्ला, समाजसेवी विन्दु राणा, ब्र.कु. मैथ्या तथा ब्र.कु. मीना।



रामनगर-सुरत। महाशिवरात्रि के अवसर पर म्युनिसिपल कांफिरेट अनिलभाई बिस्किटवाला को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. ऋषि।

श्रीमद्भगवद्गीता को सर्व शास्त्रमयी शिरोमणि माना गया है, क्योंकि यह भारत का एकमात्र ऐसा धार्मिक पुस्तक है, जिसमें भगवानुवाच है या दूसरे शब्दों में कहें तो श्रीमद्भगवद्गीता भगवान का गाया हुआ मधुर गीत है। यह गीत आज सारे संसार की आत्माओं के प्रति है, क्योंकि आज हम एक ऐसे युग में जी रहे हैं, जहाँ कहा जाता है कि अनिश्चितता का समय है वा चुनौतियों से भरा समय है। यहाँ हर वक्त व्यक्ति को, किसी-न-किसी चुनौती का सामना करना पड़ रहा है। उस चुनौती को पार करने के लिए कोई-न-कोई विधि ढूँढनी आवश्यक है।

ऐसे समय में श्रीमद्भगवद्गीता हम सबको जीवन जीने की कला सिखाती है, कि 'हमारा जीवन कैसा होना चाहिए?' मनुष्य का मन जब कई उलझनों से भर जाता है, तब वह सही रास्ता चुनना चाहता है। कई महान् आत्माओं का ये अनुभव है कि जब वे श्रीमद्भगवद्गीता को पढ़ना प्रारम्भ करते हैं, तो मन के कई प्रश्नों का जवाब उन्हें स्वतः ही प्राप्त हो जाता है। यह गीता ज्ञान मन को शक्ति देने वाला शक्तिशाली टॉनिक है। इससे व्यक्ति अपनी समस्याओं को पुनः प्राप्त कर लेता है। जब मन कई प्रकार की कमजोरियों से घिर जाता है तब उन कमजोरियों को भी पार करने की शक्ति मनुष्य में इस ज्ञान से आती है। गीता ज्ञान में

बाबा को मैंने... पेज 6 का शेष

से मिलन होता है तो केवल आत्मा का ही भान रह जाता है, हम अशरीरी अवस्था की ऊंची स्थिति में पहुँच जाते हैं।

हमें बाबा से इतनी पालना, इतनी शक्ति, इतनी खुशी और बाबा के जीवन से इतनी प्रेरणा मिली हुई है कि जीवन में भले कितनी भी समस्याएँ आ जाएँ, मुझे कभी

परमात्म शक्ति का... पेज 6 का शेष

सबसे बड़ा त्याग है। इसका प्रबोधन जो संस्था से जुड़े सभी वर्ग, खासकर के युवा वर्ग, ने लिया है वह दिव्य आत्माओं एवं परमात्मा का ही कार्य है। यह परमात्मा की आज्ञा के बिना हो ही नहीं सकता।

जब हम परमात्म शक्ति को प्राप्त करते हैं तो हमारे जीवन में परिवर्तन की आवश्यकता है। जो भी अनाचार, पापचार फैला हुआ है उसका कारण यही है कि सब मानवीय मूल्यों एवं नैतिकता को भूल गए हैं। पापचार संस्कृति का अनुकरण यह सबसे घातक प्रतीत होता है। इसलिए खुद की पहचान होना जरूरी है कि मैं आत्मा हूँ। इसी भूल के कारण आज मानव जाति रास्ता भटक

सभी वेदों एवं उपनिषदों का सार समाया हुआ है।

सारे वेदों को पढ़ने के लिए आज के परिवेश में किसी के पास समय नहीं है। गीता का ज्ञान स्वयं भगवान के श्रीमुख से हम सभी आत्माओं तक पहुँचा है। संसार में जितनी भी धर्म पुस्तकें हैं, उन सभी धर्म पुस्तकों में यही बतलाया गया है कि उस धर्म के लोगों का जीवन में आचरण कैसा होना चाहिए? श्रीमद्भगवद्गीता में एक भी बार

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा



हिन्दू शब्द नहीं आया है।

कहने का भावार्थ यही है कि यह धर्मशास्त्र सम्पूर्ण मानव जाति के कल्याण के लिए है। यह एक मानवता का शास्त्र है। आज के युग में यह ज्ञान मनुष्य को श्रेष्ठ जीवन जीने की कला सिखलाता है। यही पुनः प्राप्त कर लेता है। जब मन कई प्रकार की कमजोरियों से घिर जाता है तब उन कमजोरियों को भी पार करने की शक्ति मनुष्य में इस ज्ञान से आती है। गीता ज्ञान में

आध्यात्मिक ज्ञान की दृष्टि से भगवद्गीता अनुलनीय है। इसकी विशेषता यह है कि इसमें वर्णित ज्ञान, सर्व मानव प्राणियों पर लागू होता है। यह ज्ञान किसी विशेष सम्प्रदाय की मान्यता के आधार पर नहीं है। इसमें सभी धर्मों की मर्यादाओं को सुरक्षित रखते हुए ईश्वरीय आध्यात्मिक ज्ञान को सार रूप में उद्धृत किया गया है।

घबराहट नहीं होती बल्कि और ही हिम्मत बढ़ जाती है। बाबा की दी हुई शिक्षाओं के कारण मैंने कभी भी बिजनेस में झूठ, धोखा या बेइमानी का सहारा नहीं लिया। हमेशा इमानदारी के साथ जीवन जीने की कला हमें बाबा ने सिखाई। जब पवित्रता और सच्चाई हमारी परसनालिटी बन जाती है तब हमारे साथी, हमारे साथ काम करने वाले

हमारे सहयोगी बन जाते हैं और हमारा सम्मान भी करते हैं। आज 83 वर्ष की आयु में भी मेरा उमंग-उत्साह वैसा ही है जैसा बाबा से प्रथम मिलन में था। इस ज्ञान को पाने के बाद और कुछ पाने को बाकी ही नहीं रह जाता। मैं अपने आप को बहुत ही भाग्यशाली समझता हूँ और परमात्मा को दिल से धन्यवाद देता हूँ।

गई है। सर्दारग पर आने के लिए बहुत बड़ा परिवर्तन लाना होगा। यह कार्य हम सभी ब्रह्मा-वत्सों को मिलकर ही करना है। संस्था से जुड़ने के बाद जो भी मुझमें क्रोध थ वह मानो बर्फ हो गया है, जम गया है। मुझे भी सच्चे ज्ञान को अनुभूति हो गई, सत्य मार्ग मिल गया। यह मार्ग सबके आयुष्य में महामार्ग कैसे बने उसके लिए मैं भरसक प्रयास करूँगा।

मेरा यही मानना है कि इसी संस्था के द्वारा सर्व मनुष्य आत्माओं को सत्य ज्ञान की प्राप्ति होगी। लोग टी.वी. के सामने तो बहुत बैठते होना जरूरी है कि मैं आत्मा हूँ। इसी भूल के कारण आज मानव जाति रास्ता भटक

के मन में जागृति लाने के लिए हर प्रकार के माध्यम से उन तक पहुँचना होगा - चाहे वह सोशियल मीडिया हो, समाचार पत्र हों, टी.वी. हो इत्यादि।

ओम शान्ति मंत्र की शक्ति को मैंने यहाँ आकर ही पहचाना। अगर हम आत्म-चिंतन करते हैं, निष्पक्ष भाव से सभी से व्यवहार करते हैं तो जिन देवी संस्कारों को हम अपने में विद्यमान होते भी पहचान नहीं पा रहे हैं उन्हें जानना आसान होगा। जिस दिन समस्त मानव जाति को ईश्वर की अनुभूति ही जाएगी तो स्वर्ग इस धरा पर उतर आएगा।

हैं परन्तु उनके पास ऐसे महान कार्य से जुड़ने के लिए समय नहीं है। ऐसे सोए हुए मानव

हर आत्मा अलग... पेज 12 का शेष

के अनुभव साझा किये।

कार्यक्रम में ऑयल इंडिया लि., इंजीनियर्स इंडिया लि., भारत हेवी इलेक्ट्रिकल्स लि., इन्ड्रप्रस्थ गैस लि., एन.टी.पी.सी. लि., स्टील ऑथोरिटी ऑफ इंडिया लि., गेल

इंडिया लि., ओ.एन.जी.सी. लि., एन.बी.सी.सी. लि., अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान, भारत मौसम विज्ञान विभाग, हडको, दिल्ली विकास प्राधिकरण के प्रतिनिधियों सहित आईएस/आईपीएस अधिकारियों, व्यापारियों, वकीलों आदि लगभग 800 लोगों ने भाग लिया।

ब्र.कु. गिरिजा, सेवा केन्द्र संचालिका, लोधी रोड ने सभी अतिथियों का स्वागत किया तथा ब्र.कु. पीयूष ने कार्यक्रम का कुशल संचालन किया। कार्यक्रम में बच्चों द्वारा नृत्य प्रस्तुत किया गया तथा गीत भी गाये गये।

कथा सरिता

ऐसे बने गांधीजी आजन्म सत्यव्रती

महात्मा गांधी ने जब बचपन में 'सत्य हरिश्चंद्र' और 'श्रवण कुमार' नाम के दो नाटक देखे तो वे उनके संदेश से बहुत प्रभावित हुए। 'सत्य हरिश्चंद्र' देखकर गांधीजी ने आजीवन सत्य बोलने और 'श्रवण कुमार' देखकर मातृ-भक्ति का प्रण लिया। एक बार उनके विद्यालय में सभी बच्चों के लिए 'खेलकूद' विषय अनिवार्य कर दिया गया। खेलकूद के लिए जल्दी विद्यालय पहुंचना होता था। हालांकि गांधीजी की रुचि 'खेलकूद' में नहीं थी। फिर भी वे प्रतिदिन इस नियम का पालन करते थे। एक दिन वे अपने पिता के खराब स्वास्थ्य के चलते उनकी सेवा में लगे हुए थे। आसमान में बादल छाए होने के कारण उन्हें समय का पता नहीं चला। जब विद्यालय पहुंचे तो खेलकूद का समय समाप्त हो चुका था और सभी बच्चे मैदान से जा चुके थे। अगले दिन प्रधानाध्यापक ने उनसे खेल में न आने का कारण पूछा तो वे बोले, 'मैं तो आया था, किंतु वहां कोई नहीं था।' प्रधानाध्यापक ने विलंब का कारण पूछा तो उन्होंने कहा, 'मेरे पास घड़ी नहीं थी। आसमान में बादल होने के कारण मुझे समय का पता नहीं चला।' किंतु प्रधानाध्यापक ने समझा कि गांधीजी झूठ बोल रहे हैं। उन्होंने गांधीजी पर दो आने का जुर्माना लगा दिया। गांधीजी स्वयं को झूठा समझे जाने के दुःख में रो पड़े। बहुत कहने पर भी प्रधानाध्यापक ने गांधीजी की बात पर यकीन नहीं किया। तब गांधीजी ने अपने मन में निश्चय किया कि वे जीवन में कभी असत्य नहीं बोलेंगे और अपने भीतर ऐसा आत्मबल पैदा करेंगे कि लोग भी उसे सत्य ही मानें। दृढ़व्रती होकर सत्य को अपने संपूर्ण आचरण में उतारने वाले का नैतिक पक्ष इतना मजबूत हो जाता है कि शेष समाज उसे सही मानकर उसके सम्मान में स्वतः ही झुक जाता है।

अज्ञान मिटाने का संकल्प ही गुरुदक्षिणा

स्वामी दयानंद सरस्वती बाल ब्रह्मचारी थे। बचपन में उन्होंने मथुरा में दंडी स्वामी विरजानंदजी से तीन वर्ष तक शिक्षा ग्रहण की। स्वामी विरजानंदजी ने दयानंद की अद्भुत प्रतिभा को पहचान लिया था, इसलिए वे उन्हें बहुत स्नेह करते थे और उन्हें अधिकाधिक ज्ञान प्रदान करने का प्रयास करते थे। उनकी सभी बौद्धिक जिज्ञासाओं का विरजानंदजी उचित तरीके से समाधान करते थे। जब दयानंद का अध्ययन काल समाप्त हुआ तो उन्हें विरजानंदजी को गुरु दक्षिणा देने का विचार आया। उनके पास कुछ था तो नहीं। अतः वे कुछ लौंग लेकर स्वामी विरजानंद के पास आए और बोले, 'गुरुवर! मेरे पास और तो कुछ नहीं है, जो आपको अर्पित करूं। चूँकि आपको लौंग बहुत पसंद है, इसलिए ये आधा सेर लौंग कहीं से मांगकर लाया हूँ। कृपा कर इन्हें ग्रहण कीजिएगा।' स्वामीजी ने एक लौंग हाथ में उठाकर कहा, 'लौंग तो बाजार में कहीं भी मिल जाएंगे दयानंद! मैं तुमसे वह चीज चाहता हूँ, जो तुम्हारे सिवाय किसी के पास नहीं है।' दयानंद ने विनम्रतापूर्वक उस वस्तु के विषय में पूछा तो स्वामीजी बोले, 'दयानंद! मैंने तुम्हारे हृदय में एक ज्वाला के दर्शन किए हैं और उस ज्वाला को अपनी ओर से दिशा देने का प्रयास किया है। वह है ज्ञान की ज्वाला। तुम इस ज्वाला से अवैदिक मत-मतांतरों के अंधकार को मिटाओ और वैदिक धर्म का प्रसार करो। बस मुझे यही गुरुदक्षिणा चाहिए।' दयानंद ने गुरु की आज्ञा शिरोधार्य की और आजीवन वैदिक धर्म के प्रसार में लगे रहे। सच्चे गुरु स्वयं द्वारा प्रदत्त ज्ञान का विस्तार शिष्य में देखना चाहते हैं। वस्तुतः उनकी शिक्षा को आचरण में उतारकर समाज को ज्ञान के आलोक से भर देने वाले शिष्य का यही काम उनके लिए सच्ची गुरु दक्षिणा होती है।

सूचना - सभी पाठकों को सूचित किया जाता है कि 1 जून, 2014 से ओम शान्ति मीडिया के सदस्यता शुल्क में मामूली परिवर्तन किया जा रहा है। 1 वर्ष के लिए ₹190, 3 वर्ष के ₹570 और आजीवन ₹4500 का शुल्क लिया जाएगा।

भगतसिंह की चतुराई से बनी बात

स्वाधीनता के पहले लाहौर की एक बात है। एक दिन भगतसिंह, विजयकुमार सिन्हा और भगवान दास माहौर एक सभा से लौट रहे थे। रास्ते में किसी सिनेमा हॉल में हब्बो गुलामों पर होने वाले अत्याचारों पर लिखी गई प्रसिद्ध पुस्तक 'अंकल टॉम्स केबिन' पर आधारित फिल्म का पोस्टर दिखाई दिया। भगतसिंह बोले, 'यह फिल्म जरूर देखनी चाहिए।' समस्या पैसे की थी। क्रांतिकारियों के नेता चंद्रशेखर आजाद सभी को खाने के लिए चार आने रोज देते थे। उन दिनों दो आने में एक समय का भोजन मिल जाता था। भगवान दास माहौर के पास दो दिन के भोजन के एक रुपए आठ आने (तीनों के लिए) थे और सिनेमा के तीन टिकट बारह आने में मिल सकते थे। किंतु फिर तीनों के एक दिन के भोजन का प्रबंध कैसे होता? माहौरजी ने पैसे देने से इनकार कर दिया, किंतु भगतसिंह के प्रबल आग्रह के समक्ष उन्हें झुकना पड़ा। भारी भीड़ में जद्दोजहद कर भगतसिंह तीन टिकट ला पाए, किंतु चवनी के टिकट खत्म हो जाने के कारण वे अठनी के टिकट ले आए। अब सारे पैसे समाप्त हो चुके थे और दो दिन भूख रहने की समस्या थी। फिल्म देखकर तीनों निकले तो भूख से आंते कुलबुला रही थीं। किंतु कोई किसी से कुछ नहीं बोला। अलबता भगतसिंह ने आजाद के सामने जाकर बिना कोई भूमिका बांधे फिल्म की कहानी अत्यंत मार्मिक व प्रभावशाली तरीके से उन्हें सुनाई और अंत में कहा, 'इस फिल्म को हर क्रांतिकारी को देखना चाहिए। इसलिए हम भी देखकर ही आ रहे हैं।' आजाद हंस दिए और बिना नाराज हुए खाने के पैसे दोबारा दिए। वाक चातुर्य से विपरीत परिस्थितियों को अपने पक्ष में किया जा सकता है। अतः जब भी बोलें, तौलकर बोलें।

प्रेम लाता है दिलों को नज़दीक

एक संत अपने शिष्यों के साथ काशी में गंगा घाट पर नहाने गए। वहां कुछ लोग एक-दूसरे पर जोर-जोर से चिल्ला रहे थे। संत मुस्कराए और उन्होंने शिष्यों से पूछा 'एक-दूसरे पर गुस्सा होने वाले लोग चिल्लाते क्यों हैं?' एक शिष्य ने कहा, 'क्योंकि हम शांति खो देते हैं इसलिए चिल्लाने लगते हैं।' संत ने पूछा, 'किंतु एक-दूसरे के समीप होने पर भी चिल्लाने की क्या जरूरत है? आप जो भी कहना चाहें बहुत कोमलता से कह सकते हैं।' किसी शिष्य के पास इसका जवाब नहीं था। तब संत ने समझाया, 'जब दो लोग एक-दूसरे से नाराज होते हैं तो उनके दिलों के बीच दूरी बढ़ जाती है। अब इस दूरी को तय करने के लिए उन्हें चिल्लाना पड़ता है ताकि अपनी बात एक-दूसरे तक पहुंचाई जा सके। जितना ज्यादा गुस्सा होगा, उतना ही फासला बढ़ेगा और उतनी ऊंची आवाज में चिल्लाना पड़ेगा। बात इतनी सी है।' फिर उन्होंने मुस्कराकर पूछा, 'जब दो लोग एक-दूसरे के प्रेम में होते हैं तो क्या होता है? वे बहुत धीमे-धीमे, कोमलता के साथ आपस में बातें करते हैं। इसकी वजह यह है कि उनके दिल एक-दूसरे के बहुत नज़दीक होते हैं। ऐसे में दोनों के बीच दूरी कम हो जाती है। इतना छोटा फासला तय करने के लिए बहुत ऊंची आवाज की जरूरत नहीं होती।' फिर उन्होंने निष्कर्ष निकालते हुए कहा, 'जब दो लोगों के बीच स्नेह बढ़ता है, मोहब्बत बढ़ती है और उनके बीच रिश्ता और मजबूत होता है तो उनके दिल इतने करीब आ जाते हैं कि वे फुसफुसाकर बातें करने लगते हैं। अंत में प्रेम इनती गहराई प्राप्त कर लेता है कि एक-दूसरे की ओर डाली गई एक नज़र ही बात पहुंचाने के लिए काफी होती है।' बात सिर्फ स्त्री-पुरुष के प्रेम की नहीं है, प्रेम हर रूप में ही दिलों के बीच फासले कम करता है।



सिरसा। कला एवं संस्कृति प्रभाग की ओर से आयोजित कार्यक्रम में मंचासीन हैं कुलदीप जैन, डिस्ट्रिक्ट एण्ड सेरान्स जज, ब.कु. सतीश, माउण्ट आबू, ब.कु. बाबा राम, माउण्ट आबू, ब.कु. विन्दू तथा ब.कु. वीन्।



अलकापुरी-बड़ौदा। महाशिवरात्रि महोत्सव तथा ईश्वर अनुभूति मेलों के समाप्ति समारोह में दीप प्रज्वलन करते हुए धारासभ्य एवं पूर्व मंत्री जितेन्द्र सुखाडिया, लाइफ साइसेज के चेयरमैन पद्मश्री डॉ. एम.एच. मेहता, ब.कु. डॉ. निरंजना, ब.कु. नरेंद्र, रीतेन सोनी, भागवत कथाकार वासुदेव शास्त्री एवं डॉ. अनिल बढौजा।



घरौड़ा-हरियाणा। त्रिमूर्ति शिवजयन्ती महोत्सव पर मुख्य अतिथि सोहन लाल गुप्ता, सदस्य हरियाणा कार्यकारिणी कांफ्रेंस कमेटो को ईश्वरीय सौगत देते हुए ब.कु. प्रेम।



भुवनेश्वर। ईश्वरीय ज्ञान चर्चा के परचाट समूह चित्र में हेडमास्टर प्रमिला मिश्रा तथा ब.कु. मंजु।



कानपुर। उत्तर प्रदेश खनिकर्म मंत्री को ईश्वरीय सौगत देते हुए ब.कु. सुमित्रा। साथ है ब.कु. सुभगा।



शिकोहाबाद। महाशिवरात्रि पर निकाली गई रेली को शिव ध्वज दिखाकर रवाना करते हुए ब.कु. श्याम सुंदर, माउण्ट आबू, ब.कु. हरि ओम, ब.कु. किशोर, धाना अध्यक्ष सुरेश चन्द्र यादव, ब.कु. पूनम, ब.कु. निधि, ब.कु. राजपाल तथा अन्य।

स्व अनुशासन के लिए आध्यात्मिकता की आवश्यकता

ज्ञानसरोवर। सेना में जवानों को अनुशासन के विषय पर काफी शिक्षित किया जाता है लेकिन यहाँ हम आध्यात्मिकता को सीखने आए हैं। आध्यात्मिकता का एक सशक्त पहलू है पहल करना। किसी भी क्षेत्र में पहल करने से हम सफलता प्राप्त कर लेते हैं।

उक्त विचार पूर्व लेफ्टिनेंट जनरल एस. रविशंकर ने ब्रह्माकुमारी संस्था के सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा 'नुनीतौषी परिस्थियों के प्रबंधन के लिए स्व सशक्तिकरण' विषय पर आयोजित सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए। सफलता के लिए जिस आत्म-बल या अंदरूनी ताकत की आवश्यकता है वह यहाँ से प्राप्त होगी।

बी.एस.चौहान, आई.जी.एफ. निदेशक आंतरिक सुरक्षा अकादमी माउण्ट आबू ने कहा कि प्रेरणादायी नेतृत्व वह है जो अपने साथियों को उदरस्थ की प्राप्ति के लिए दिशा निर्देश देता है और उन्हें उम्मेदित

करता है। अपने कार्य के प्रति निष्ठा, उच्च नैतिक मूल्य और मजबूत चरित्र ऐसे गुण हैं जो हमें अपने साथियों के बीच एक आदर्श के रूप में स्थापित करते हैं।

ब्रह्माकुमारी संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी ने कहा कि वर्तमान समय सबसे बड़ी सुरक्षा है आध्यात्मिकता द्वारा स्व-सशक्तिकरण कर बुराइयों से सुरक्षा करना। परमात्म शक्ति ही सर्वोच्च है जो सदैव हमें साथ दे रही है। परमात्मा स्वयं आकर हर आत्मा में मूल्यों को पुनर्स्थापित कर रहे हैं।

वाइस एडमिन्टरल (सेवानिवृत्त) पारस नाथ ने कहा कि सच्चा लीडर वह है जो कभी भी किसी भी परिस्थिति में मैदान नहीं छोड़े। यहाँ से हम प्रेरणादायी नेतृत्वकर्ता बनने के गुण सीख कर जाएंगे, ऐसी मेरी आशा है।

एस राजा, ए आई जी जेल (कर्नाटक) ने कहा कि सेवा के क्षेत्र में रात-दिन रहने



के कारण कई बार हम तनाव में होते हैं यहाँ हमारे पास एक अच्छा अवसर है कि हम स्व सशक्तिकरण के विभिन्न आध्यात्मिक पहलुओं को गहराई से समझें और उसका लाभ उठावें।

जे के एस रावत, डी आई जी (एन.डी.आर.एफ.) ने कहा कि मैं आने वाले तीन दिनों में यहाँ दी जाने वाली उपयोगी कोर्सेज की सूची को देखकर हैरान हूँ। आए हुए सभी मेहमानों से मेरा अनुरोध है कि आप सभी गहराई से इनका

लाभ लेने के लिए अपनी उर्जा लगाएँ। इन आध्यात्मिक शिक्षाओं की अत्यधिक आवश्यकता है। ब्रह्माकुमारी बिहार जोन की निदेशिका ब्र.कु.रानी ने कहा कि आमतौर पर हमारे मन में अनेक प्रकार के विचार उत्पन्न होते रहते हैं मगर वे हमें स्वदर्शन नहीं कराते हैं। क्योंकि हमें यह ज्ञात नहीं है कि हम कौन हैं। हमें यह समझना होगा कि मैं आत्मा हूँ। मात्र हाथ पैर और शरीर नहीं। यह आत्मानुभूति हमें सफलता दिलाएगी। आत्म-सशक्तिकरण

हमारे अंदर भरता जाएगा। यही सुख शांति की प्राप्ति का मार्ग है।

बिनाद सहाल, सेवानिवृत्ति मैजर जनरल, ने कहा कि आप सभी काफी खुशकिस्मत हैं कि आपको यहाँ आने का मौका मिला है। यहाँ की पद्धति अद्वितीय है। यहाँ स्वमेव ही सारा कुछ होता रहता है। यहाँ ईश्वरीय शक्ति सारा कुछ संचालित करती रहती है। सेना भी इसके मुकाबले कम है। मेरा आपसे अनुरोध है कि आप सभी यहाँ से राजयोगी बन कर वापस लौटें।

ब्रह्माकुमारी सुरक्षा सेवा प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु.अशोक गाबा ने उक्त अवसर पर सम्मेलन में आए हुए सभी मेहमानों का हार्दिक स्वागत किया। उन्होंने सुरक्षा प्रभाग द्वारा विगत 14 वर्षों में की गई सेवाओं की झांकी भी स्टाइड्स के द्वारा दिखाई गई।

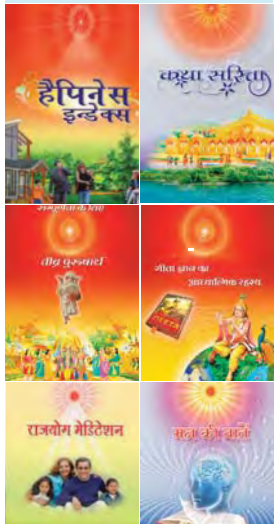
PEACE OF MIND - TV CHANNEL

Cable network service

"C" Band with Mpeg4 receiver
Frequency:4054,
Polarisation:Horizontal, Degree: 83
Symbol:13230, Satellite:INSAT 4A,
Peace of Mind: (Vision Shiksha)
DTH Services
Videocon D2H: Channel no. 697,
Reliance Big TV: Channel no. 171
Smart Phone Service
Android | BlackBerry | iPhone | iPad |
Tablet | Visit: <http://pmtv.in>
Mobile Audio Service
Airtel - 55231 - Rs.2 per day
Vodafone - 552013 - Rs 1 per day
Reliance - 56300123 Rs 1 per day
अगर आप पीस ऑफ माइण्ड चैनल चालू करवाना चाहते हैं तो अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें - 9414151111, 8104777111

सूचना-आत्म शान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने व पत्रकारिता के अनुभवी भाइयों की आवश्यकता है। ई.मेल, वेबसाइट तथा सॉफ्टवेयर की भी जानकारी हो। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें-

Email- mediabkm@gmail.com
M-8107119445



प्रश्न - मेरा नाम किरण है। मैंने 12वीं की परीक्षा दी है। मुझे अपने रिजल्ट के बारे में बड़ी टेन्शन रहती है, डर लगा रहता है। कई बार चिन्तित करते-करते रात को नींद भी नहीं आती, क्या करें?

उत्तर - आपको परीक्षा पूर्ण हो चुकी है। अब तो जैसे उत्तर आपने लिखे होंगे, वैसे ही मार्क्स आयेगे। अब डरने की क्या बात है? याद रखें, हमारे हर संकल्प में रचनात्मक शक्ति है इसलिये आप अभी से ही बहुत अच्छा सोचना शुरू कर दें कि मेरे इतने प्रतिशत अंक आयेंगे ही। प्रतिदिन सवेरे उठते ही 7 बार याद करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। 7 बार यह संकल्प करने के उपरांत एक विज्ञान बनाना कि मेरे हाथ में मेरी मार्कशीट है और मेरे टोटल नंबर इतने हैं, रोज ये दृश्य देखना।

डर मनुष्य को बहुत निर्बल करता है। डर के कारण कई रोग भी पैदा होते हैं। डर मनुष्य को मनोरोगी बना देता है इसलिये भय को अपने मन से पूरी तरह निकाल दो। अपने रिजल्ट का विज्ञान भी बनाना और जो रिजल्ट आए उसे सहज स्वीकार करके आगे भी बढ़ना। यदि आप रोज उपयुक्त अभ्यास करेंगी तो इच्छित रिजल्ट प्राप्त होगा। परंतु किसी कारण से ऐसा न हो तो अपने आप को निराशा कदापि नहीं करना।

प्रश्न - मेरा बेटा 5 साल का हो गया है लेकिन उसका मानसिक व शारीरिक विकास सामान्य बच्चों की तरह नहीं है। शायद उसका ब्रेन नॉर्मल बच्चों की तरह कार्य नहीं कर रहा है। मैं परेशान हूँ कि कहीं मेरा बच्चा अविकसित ना रह जाए, कृपया उपाय बतायें?

उत्तर - आप अपने बच्चे के ब्रेन को नॉर्मल करने के लिए चार उपाय करें - बच्चे को दूध, पानी जो भी पिलायें,

वो उसे चार्ज करके देना है। चार्ज करने की विधि है - पानी या दूध को दृष्टि देते हुए 7 बार संकल्प करेंगी कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ, फिर आखिरी संकल्प करना कि इसे पीने से इसका ब्रेन नॉर्मल हो जाए।

आपको बच्चे के लिए प्रतिदिन एक घण्टा निश्चित करके योग अभ्यास करना है। योग से पहले 2 स्वप्न याद करने हैं कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और विश्व कल्याणकारी हूँ। योग के



मन की बातें
डॉ. कु. सुर्य

अंत में संकल्प करें कि इस योगबल से इसका मस्तिष्क नॉर्मल हो जाए।

सुबह-शाम बच्चे के ब्रेन को एर्नर्जी देनी है। विधि है - दोनों हाथ मलते हुए 3 बार याद करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ फिर दोनों हाथ उसके ब्रेन पर दाएँ-बाएँ रख दें। एक मिनट तक ऐसा 5 बार सवेरे और 5 बार शाम को करें। ऐसा 21 दिन करें, बच्चा नॉर्मल हो जाएगा।

प्रश्न - मैं सुषिया शिंदे महाराष्ट्र से हूँ। मैं पिछले छः मास से ब्रह्माकुमारीज के संपर्क में हूँ। मेरे अंदर बहुत ज्यादा अहंकार है जिसके कारण मैं बहुत जल्दी गुस्से में आ जाती हूँ। लोगों की बातें भी मुझे बहुत जल्दी हट करती हैं। संबंधों में भी इसके कारण प्रॉब्लम होती है। कैसे मैं अपने अहं से छुटकारा पा सकती हूँ?

उत्तर - अहंकार रिश्तों में कड़वाहट पैदा करता है। जिस मनुष्य के पास अहंकार बहुत होता है, उसका चित्त न सॉफ्ट होता है और न ही मधुर। उसकी

दृष्टि भी दूसरों के लिए निगेटिव ही रहती है। इसलिये अहंकार को अपना परम शत्रु मानकर इस पर विजय प्राप्त करने का दृढ़ संकल्प करना चाहिए। आप प्रशंसा की पात्र हैं जो आपने अपने अहंकार को पहचाना और इससे छूटने का उपाय जानना चाहा। आपने यह तो नहीं लिखा कि किस चीज का आपको ईर्ष्या है परंतु आपके प्रश्न से लगता है कि आपके पास बुद्धि का ही अभिमान है। यह अहंकार क्रोध को जन्म देता है और क्रोध से बोल कटु हो जाते हैं और कड़वे बोल से व्यवहार में तनाव की उत्पत्ति होती है।

भगवानुवाच है - स्वप्नान से ही अभिमान दूर होता है। जितना-जितना स्वप्नान ऊंचा उठता है, अभिमान उतना ही नीचे जाता है। इसलिये आप कुछ स्वप्नान का अभ्यास छः मास तक करें - मैं एक महान आत्मा हूँ... मैं इष्ट देवी हूँ... मैं विश्व कल्याणकारी हूँ... मैं पूर्वज हूँ... साथ ही साथ इस चिन्तन को बढ़ाते चले कि मेरे पास जो भी है, वो प्रभु की देन है।

ध्यान रखना है कि हमारा लक्ष्य ही है स्वयं को निर्मल बनाना, दूसरों को सुख देना। हमारी शुभ भावनाओं की सबको बहुत जरूरत है इसलिये जीवन में बहुत सॉफ्ट होकर चलो। सब पर अपना प्यार बरसाओ सब आपकी मधुर वाणी सुनने को उत्सुक रहें। इसी से आप बाबा का भी नाम रोशन कर सकेंगी।

प्रश्न - मैं टीचर हूँ। मेरी मुख्य समस्या क्रोध है। मैं अंदर ही अंदर अपने क्रोध को दबाता रहता हूँ। इससे मुझे बहुत सारी शारीरिक और मानसिक परेशानियाँ होती हैं। मैं अपने चित्त को पूरी तरह शांत करना चाहता हूँ, क्या करें?

उत्तर - रोज सवेरे उठते ही बहुत गहन

चित्तन में चले कि मैं आत्मा शांत स्वरूप हूँ। मेरी नेचर ही शांति है और दिन में जब आप स्कूल में पढ़ाने जाते हैं तो 3 बार खुद को याद दिलाया करें कि मेरा स्वभाव तो शांति है। क्रोध मेरा स्वभाव नहीं है, ये तो रावण का स्वभाव है। मुझे तो क्रोध से मुक्त होकर सबको प्यार बाँटना है। वास्तव में क्रम तो यही है कि काम को दबाने से क्रोध की उत्पत्ति होती है और क्रोध को दबाने से तनाव व अशांति की उत्पत्ति होती है। परंतु क्रोध करने से तो ये अच्छा ही है कि आप अपने क्रोध को दबाकर शांत कर दें। अब आपको क्रोध पर सम्पूर्ण विजय प्राप्त करनी है। प्रतिदिन आधा घण्टा इसके लिए योगाभ्यास करें और योग से पूर्व 3 बार अभ्यास करें कि मैं विजयी रत्न हूँ... क्रोध मुक्त हूँ... शांत स्वरूप हूँ... स्कूल में पढ़ाते हुए हर पीरियड में एक बार यह अभ्यास करें कि ये सभी आत्माएँ बैठी हैं। सभी भगवान के बच्चे हैं। सभी के पास अलग-अलग बुद्धि है। इस संसार के खेल में सभी के पास प्रथम श्रेणी की बुद्धि नहीं हो सकती। मुझे सभी को अच्छे वचन बोलने हैं, प्रोत्साहन देना है, एक्सिप्ट करना है। इससे बच्चों की बुद्धि शांत होगी और आपके क्रोध की ज्वाला भी शांत होती जाएगी।

Contact e-mail - bskurya8@yahoo.com

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

स्वमान - मैं सम्पूर्ण पवित्र आत्मा हूँ

मैं परम पवित्र जगमगाती ज्योति हूँ। भ्रुकुटी सिंहासन पर विराजमान मुझ पवित्र आत्मा से निरंतर निकल रहे पवित्र वायब्रेशन्स विश्व की सर्व दुःखी, अशांत आत्माओं को सुख, शांति की अचली दे रहे हैं। सर्व आत्माएं आत्मिक शांति का अनुभव कर तृप्त हो रही हैं... प्रकृति के पांचों तत्व पावन बन रहे हैं... मैं मा. पवित्रता का सूर्य हूँ - मैं पवित्रता का सूर्य ग्लोब पर स्थित होकर संसार से अपवित्रता के अधकार को दूर कर रहा हूँ। पवित्रता के सागर से पवित्रता की रश्मियां मेरे ऊपर आ रही हैं और मुझे सारे चारों ओर फैल रही हैं। मैं परम पवित्र फारिशता इस देह से निकलकर फारिशतों की दुनिया में चला जाता हूँ, जहां प्रकृति के पांचों तत्व हाथ जोड़कर मेरे सामने खड़े हैं। मैं बाबा से पवित्र किरणें लेकर उन्हें पावन बना रहा हूँ।

पवित्रता के वायब्रेशन्स फैलाने के लिए ही अवतरित हुई हूँ। पवित्रता बापदादा से प्राप्त हुआ वरदान है। पवित्रता माया के अनेक विघ्नों से बचने के लिए छत्रछाया है। पवित्रता भविष्य 21 जन्मों के प्रालम्ब्य का आधार है। पवित्रता मुझ आत्मा का स्वधर्म है। पवित्रता का दान देना मुझ आत्मा का स्वभाव है। पवित्र दुनिया की स्थापना में मन्सा, वाचा, कर्माणा में तत्पर रहना मुझ आत्मा का श्रेष्ठ कर्तव्य है। पवित्रता मुझ आत्मा का श्रृंगार है। पवित्र संकल्प ही मेरी बुद्धि का भोजन है। पवित्रता के सागर शिवबाबा ने स्वयं मुझे पवित्र दुनिया के महान कार्य को पूर्ण करने के निमित्त बनाया है...।

धारणा - व्यर्थ से पूरी तरह मुक्त, सदा समर्थ - बाबा ने कहा बच्चे व्यर्थ में चले जाते हैं। संकल्प, समय, श्वास, शक्तियां, गुण आदि कई खजाने व्यर्थ में ही चले जाते हैं। इसलिए हम बापदादा से दिल से प्रतिज्ञा करें

- प्यारे बाबा हम व्यर्थ में नहीं जाएंगे, न व्यर्थ सोचेंगे, न व्यर्थ बोलेंगे, न व्यर्थ समय गंवाएंगे, न व्यर्थ सुनेंगे, न व्यर्थ देखेंगे। मोटे शिव बाबा हम सदा व्यर्थ से मुक्त रह समर्थ स्थिति बनाकर अपने चलन और चेहरे से आपको प्रत्यक्षता करने में कोई कसर नहीं छोड़ेंगे। इस प्रतिज्ञा को रोज अमृतवेले बाबा के सम्मुख दोहराएंगे और दिन में विशेष अटेंशन रख अपने पुरुषार्थ में मस्त रहेंगे, अन्तर्मुखी होकर अतीन्द्रिय सुख के अनुभव में खोए रहेंगे। दृष्टि में आत्मिक भाव, मन्सा में शुभ भावना, बोल में मधुरता और कर्म में सबको संतुष्ट करने की भावना हो।

विशेष - निमित्त आत्माओं के वायब्रेशन्स चारों ओर फैलते हैं इसलिए अभी आत्माओं को एक्सट्रा सकारा दो। हम सकारा देने में इतना व्यस्त हो जाए कि स्वप्न में भी सम्पूर्ण पवित्रता का सकारा पूरे विश्व में फैलता रहे...।



पुणे। सुप्रसिद्ध फिल्म अभिनेता विनोद खन्ना को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु. रूपा। साथ है ब.कु. दीपक।



मोहाली। महिला दिवस पर आयोजित सेमिनार का दीप प्रज्वलन द्वारा उद्घाटन करते हुए ब.कु. प्रेमलता, ब.कु. रमा, श्रीमती नीना संगु, प्रेसीडेंट डिट्रिक्ट फोरम, रोपर, बीबी सिमरण जीत कौर सिद्धू, पंजाब स्टेट वुमेन कमिशन मेम्बर, बीबी सुरजीत कौर, जेनेरेशन सेवियर एंड हुमन राइट्स मंच प्रेसीडेंट, बीबी हरजीत कौर सिद्धू तथा बीबी बलजिन्दर कौर।



ऋषिकेश। शिवजयन्ती के अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए श्री राजेंद्र गिरी जी महाराज, निरंजनी अखाड़ा, महंत श्री अखिलेश भारती जी महाराज, महानिर्वाणी अखाड़ा, महंत श्री रामेश्वर जी महाराज, जूना अखाड़ा, ब.कु. आरती तथा ब.कु. मातवर सिंह राणा।



पलवल। ज्योति दलाल को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु.राज। साथ है ब.कु.रानी एवं ब.कु.राजेंद्र।



उषानगर-इन्दौर। "नारी सुरक्षा-हमारी सुरक्षा" अभियान का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए डॉ. रीता जैन, लायन्स क्लब प्रेसीडेंट एवं समाजसेवी, संगीता अग्निहोत्री, प्रथम महिला तबला वादक, म.प्र., मन्जूषा जोहरी, डायरेक्टर, शिवमू कला केन्द्र, ब.कु. मंजू, ब.कु. अनिता, ब.कु. सुमिना, कार्डिनेटर, महिला प्रभाग, ब.कु. ललिता, ब.कु. संगीता तथा क्रिकेट खिलाड़ी बिन्देश्वरी गोपाल।



रांगमनेर। शिव संदेश रत्नवे यात्रा का उद्घाटन करते हुए नगर अध्यक्ष दिलीप पुंड, ब.कु. भारती तथा अन्य।

स्वमान - मैं आत्मा विश्व कल्याणकारी हूँ

मैं शुद्ध, पवित्र आत्मा इस संसार में सर्व का कल्याण करने के लिए ही अवतरित हुई हूँ... मुझे तो प्रकृति सहित सारे विश्व का कल्याण करना है।

योगाभ्यास - मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मास्टर ज्ञानसूर्य हूँ... मेरी मस्तक और नयनों से निरंतर सकारा निकल कर चारों ओर फैल रही है। विश्व की सर्व आत्माओं के व्यर्थ संकल्प व विकर्म भ्रम हो रहे हैं... सर्वशक्तियों से सम्पन्न मैं आत्मा अपने अव्यक्त आकारों फारिशते चोले मैं विश्व के ग्लोब पर बैठी हूँ... सर्व आत्माओं का कल्याण हो... सबके दुःख दूर हो जाएं... सर्व आत्माएं सम्पूर्ण पावन बन जाएं... ऐसे अनुभव करें कि मेरी नजर संसार की सभी आत्माओं पर पड़ रही है... सब आत्माएं बाबा की सर्वशक्तियों रूपी किरणों से नहा रही हैं...। प्रकृति के पांचों तत्वों सहित सभी आत्माएं पावन बनती जा रही हैं।

योग का प्रयोग - सकारा द्वारा अन्यात्माओं की बुद्धि को बदलने की सेवा करना, जिस आत्मा की सेवा करनी है उसे इमर्ज कर विचार देना है कि आप बहुत अच्छी आत्मा

हो, आप विश्व कल्याणकारी आत्मा हो, आप मेरे फ्रेंड हो। ऐसे ही शराब छुड़ाने वाले के लिए विचार दे सकते हैं कि यह बहुत खराब आदत है, इससे बहुत नुकसान होता है, इसे आप छोड़ दो। क्योंकि जो विचार हम परमात्म याद में करते हैं, उस समय उस आत्मा को इमर्ज करके देंगे तो वह उसके मन को पूरा टच होगा। इसका प्रयोग सात दिन या इक्कीस दिन अवश्य करना है, इसके लिए मन बिल्कुल शुद्ध हो। सम्पूर्ण विश्वास के साथ यह सेवा करनी है।

सदा याद रहे - जैसा बाप वैसे बच्चे, जिस प्रकार बाबा के मन में सदैव सर्व के प्रति कल्याण की भावना समाई हुई है उसी प्रकार मेरे मन में भी सर्व आत्माओं के प्रति कल्याण की भावना भरी हुई है। क्योंकि हम सब आत्माएं एक ही परिवार के हैं, एक ही घर से आए हैं, एक ही पिता के बच्चे हैं तो फिर भेदभाव ही ही नहीं सकता। इसलिए हम किसी के प्रति अकल्याण का संकल्प भी नहीं कर सकते।

बाबा से दोस्ती का अनुभव भी करें - एक खुदा शिव बाबा ही मेरा सच्चा दोस्त है...। अपने प्यारे दोस्त से बातें करें...

मेरे प्यारे दोस्त शिव बाबा आप कितने मीठे, सर्व के हितकारी हो...। आपने मेरे से दोस्ती कर मुझे कितना कुछ दिया, मेरी सर्व समस्याओं को हल कर दिया...। हर समय आप मेरे पास चले आते हो...। सचमुच मेरे जिगरी दोस्त आपने मेरा जीवन ही खुशबूदार बना दिया...। जीवन में सुख, शांति, आनंद व खुशियों की खुशबू बिखेर दी...। मैं धन्य-धन्य हो गया। मेरे दिलाराम शिव बाबा आपकी इस निःस्वार्थ दोस्ती से मैं हल्का हो गया, लाइट हो गया।

धारणा - निर्विकल्प संकल्पों के साथ निःस्वार्थ सेवा करनी है। जरा भी स्वार्थ की भावना न हो।

चिन्तन - हम स्वयं से व दूसरों के साथ अच्छा व्यवहार कैसे करें? चिन्तन कर अच्छे अच्छे विचार लिखें।

अपने से पूछो - मैं क्या पुरुषार्थ करता हूँ, और क्या कर सकता हूँ - निश्चित ही मन गवाही देगा कि मैं जो पुरुषार्थ कर रहा हूँ, उससे कई गुणा ज़्यादा कर सकता हूँ। तो जो मैं कर सकता हूँ वो तो कर लूँ ताकि अंत में मेरा मन यह सोचकर न पछताए कि मैं कर तो सकता था, परन्तु मैंने किया नहीं।

सकारात्मक चिंतन...

व्यक्त करते हुए कहा कि वह सम्मान रक्षा करते हुए भविष्य में गरीबों व असहायों के उत्थान के लिये कार्य करेंगे।

इस अवसर पर विशिष्ट सेवाओं के लिए सम्मानित किये गये राजस्थान ब्रजभाषा अकादमी के पूर्व अध्यक्ष होरालाल शर्मा 'सरोज' का परिचय डॉ. दाऊदयाल गुप्ता ने तथा रमेशचन्द्र पाराशर, पूर्व उपनिदेशक कृषि का परिचय रामबाबू शुक्ल द्वारा प्रस्तुत किया गया। इन दोनों का मंचासीन अतिथियों द्वारा

पेज 12 का शेष सम्मान किया गया तथा उन्होंने अपने उद्बोधन में सम्मान के प्रति आभार व्यक्त किया। सोहनलाल शर्मा 'प्रेम' ने भी कन्याओं के सर्वाभिमान की रक्षा पर गीत प्रस्तुत किया।

कार्यक्रम का प्रारम्भ माँ सरस्वती की तस्वीर के समक्ष दीप प्रज्वलन, ब.कु. गीता द्वारा प्रस्तुत गीत, डॉ. हरिओम गौतम दिवाकर की सरस्वती वंदना एवं मंचासीन अतिथियों को प्रत्यास एवं समितित अध्यक्ष द्वारा पुष्पहार तथा डॉ. योगेन्द्रसिंह ने बैज

लागकर स्वागत के साथ किया।

इस अवसर पर मेवाराम कटारा, राजेंद्र भूषण शर्मा, नित्यप्रकाश मुदगल, भुवमोहन शर्मा, डॉ. सुशील कुमार पाराशर, वैद्य निर्मल खण्डेलवाल, ब.कु. जुगलकिशोर सैनी, वैद्य श्रीमती रीना खण्डेलवाल, ब्रजेश कौशिक, श्रीमती किरन सैनी, राजेंद्र शर्मा, दाऊदयाल सिंघल के अतिरिक्त काफी संख्या में शहर के गणमान्य नागरिक, साहित्यकार, आयुर्वेदकर्मा आदि उपस्थित थे।

हर आत्मा अलग है लेकिन गलत नहीं - शिवानी

नई दिल्ली। हमारी जिंदगी में वाह वाह क्यों नहीं है? क्योंकि हम यह समझते हैं कि सभी लोग हमारे अनुसार चलें। हमने मन में प्रोग्रामिंग की हुई है कि लोग हमारे अनुसार नहीं चलेंगे नहीं करेंगे तो हम खुश नहीं होंगे। हमें अपनी प्रोग्रामिंग बदलनी पड़ेगी कि कोई हमारे अनुसार चले या न चले हमें खुश रहना ही है। उक्त ब्रह्माकुमारीज़, लोधी रोड, नई दिल्ली तथा ऑयलइंडिया लिमिटेड, भारत सरकार के सहयोग से श्री सत्य साई इंटरनेशनल सेंटर में आयोजित सार्वजनिक कार्यक्रम "वाह जिंदगी वाह" में मुख्य वक्ता ब्र.कु. शिवानी ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि, हमें प्रथम चैप्टर में बताया जाता है, सबको आत्मा समझो, उनके अलग-अलग संस्कार हैं। हमें हर आत्मा को स्वीकार करना है, अस्वीकार करने का विचार नहीं आना चाहिए। हम किसी को राय दे सकते हैं, वह उसे स्वीकार करे या न



नई दिल्ली-लोधी रोड। कार्यक्रम के उद्घाटन के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में ए.के.पुरवाहा, करे यह उसकी मर्जी है। हम अपने कार्मिक एकाउण्ट से नहीं बच सकते। हम उसे रोक नहीं सकते। उन्होंने आगे कहा कि, हमें किसी भी कठिन स्थिति में हमेशा यही कहना है वाह क्या दृश्य है। हरेक जगह निगेटिव/पॉजिटिव है। हमें केवल पॉजिटिव ही देखना है। हमें होम वर्क करना है, जिससे हमारी नहीं बनती है उसको विशेषता लिखें। कोई न कोई विशेषता जरूर मिल ही जाएगी। फिर वह व्यक्ति अच्छा लगने लगेगा। इसके साथ ही उन्होंने सभी को गहन राजयोग का अभ्यास कराया तथा जिंदगी को बेहतर बनाने के लिए ब्रह्माकुमारी राजयोगा केन्द्र पर जाने का अनुरोध किया।



वीना स्वरूप, ब्र.कु.शिवानी, ब्र.कु.पुष्पा एवं वी. ईश्वरीया। कार्यक्रम का लाभ उठाते श्रोतागण। कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्थान निस्वार्थ भाव से कार्य कर रही है तथा जिंदगी को खुशनुमा बनाने के लिए बहुत ही सरल तरीके से यहां पढ़ाया जाता है। वीना स्वरूप, निदेशक मावन ससाधन, इंजीनियर्स इंडिया लिमिटेड ने कहा कि कार्यालय के कर्मचारियों में तनाव होने से उनकी कार्यक्षमता प्रभावित होती है। ब्र.कु. डॉ. सविता आनंद, प्रिंसिपल चीफ कंजर्वेट ऑफ फॉरेस्ट, राजस्थान सरकार ने भी अपने जीवन

तनाव से बचने के लिए आध्यात्मिकता और भौतिकता का संतुलन जरूरी

रायपुर। वर्तमान सदी को तनाव और अवसाद की सदी कहा जाए तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। जीवन को तनाव से बचाने और सुखी बनाने के लिए आध्यात्मिकता और भौतिकता का संतुलन होना जरूरी है।

उक्त उद्घार उद्योग-व्यापार प्रभाग, ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा थोक फल और सब्जी विक्रेताओं के लिए आयोजित

करते हुए कहा कि सारे दिन में हमारे मन में पच्चीस से तीस हजार विचार पैदा होते हैं। मुख्य तीन प्रकार के विचार होते हैं - व्यर्थ अथवा नकारात्मक, सकारात्मक और आवश्यक विचार। इनमें से व्यर्थ अथवा नकारात्मक विचार हमारे मन को कमजोर करते हैं। हमारे विचारों का प्रभाव वायुमण्डल और प्रकृति पर भी पड़ता है।



रायपुर। कार्यक्रम में अपना वक्तव्य देते हुए ब्र.कु. कमला। साथ ही डॉ. कमल किशोर राठी तथा अन्य जत 'आध्यात्मिकता द्वारा मेरे व्यवसाय में उन्नति' कार्यक्रम में ब्र.कु. कमला, क्षेत्रीय प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़ ने व्यक्त किये। उन्होंने आगे कहा कि संकल्पों से हमारा मनोबल कम होता है। यदि जीवन को सुखी और सफल बनाना चाहते हैं तो संकल्पों में श्रेष्ठता लानी होगी, जो कि राजयोग द्वारा ही संभव है।

ब्र.कु. प्रियंका ने सभा को संबोधित किया। कार्यक्रम के उद्घाटन के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में ए.के.पुरवाहा, करे यह उसकी मर्जी है। हम अपने कार्मिक एकाउण्ट से नहीं बच सकते। हम उसे रोक नहीं सकते। उन्होंने आगे कहा कि, हमें किसी भी कठिन स्थिति में हमेशा यही कहना है वाह क्या दृश्य है। हरेक जगह निगेटिव/पॉजिटिव है। हमें केवल पॉजिटिव ही देखना है। हमें होम वर्क करना है, जिससे हमारी नहीं बनती है उसको विशेषता लिखें। कोई न कोई विशेषता जरूर मिल ही जाएगी। फिर वह व्यक्ति अच्छा लगने लगेगा। इसके साथ ही उन्होंने सभी को गहन राजयोग का अभ्यास कराया तथा जिंदगी को बेहतर बनाने के लिए ब्रह्माकुमारी राजयोगा केन्द्र पर जाने का अनुरोध किया।

सकारात्मक चिंतन स्वस्थ व सुदृढ़ बनाता है-ब्र.कु.कविता

हिन्दी साहित्य समिति की सहभागिता से राजस्थान दिवस पर सप्तम् गौरव पुरस्कार एवं सम्मान समारोह का आयोजन

भरतपुर। हम अपनी संस्कृति को छोड़कर विदेशी संस्कृति की ओर दौड़ रहे हैं जिससे हमारा मानसिक, शारीरिक, सामाजिक व आध्यात्मिक स्वास्थ्य दिन-प्रतिदिन रसातल को जा रहा है।

उक्त उद्घार गुनवती कुन्दनलाल पल्लोवाल जैन पुण्यार्थ प्रन्यास, भरतपुर द्वारा श्री हिन्दी साहित्य समिति की सहभागिता से राजस्थान दिवस पर आयोजित सप्तम् गौरव पुरस्कार एवं सम्मान समारोह में विशिष्ट अतिथि के रूप में ब्र.कु. कविता ने व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि हमें भारतीय संस्कृति के सकारात्मक चिंतन की ओर पुनः आना होगा।

डॉ. के.डी. स्वामी, कुलपति, सूरजमल ब्रज विश्वविद्यालय ने कहा कि समाज द्वारा दिया गया सम्मान व पुरस्कार महत्वपूर्ण होता है न कि पुरस्कार की राशि। उन्होंने साहित्यकार समाज का दर्पण होता है, समाज के वर्तमान स्वरूप को देखते हुए नये साहित्य के सृजन की आवश्यकता है।

चौधरी हरीसिंह कुम्हरे, पूर्व पशुपालन एवं डेयरी विकास राज्यमंत्री, राजस्थान ने कहा कि देश के



भरतपुर। पुरस्कार वितरण समारोह के दौरान मंचासीन हैं ब्र.कु. कविता, डॉ. के.डी. स्वामी, चौधरी हरीसिंह कुम्हरे, पं. रामकिशन एवं ब्र.कु. अमरसिंह।

विज्ञान की उन्नति में आयुर्वेद का महत्वपूर्ण योगदान है।

पं. रामकिशन, पूर्व सांसद ने कहा कि भौतिकवाद एवं आध्यात्मिकवाद दोनों मानव जीवन को समृद्ध बनाने के लिए आवश्यक हैं। उन्होंने आह्वान किया कि हम कलियुग में रहते हुए भी सतयुग के मानदण्डों को अपने जीवन में उतारें। सभी वक्ताओं ने पुरस्कार प्राप्त करने वाली कु. निशा शर्मा के व्यक्तित्व एवं कृतित्व की सराहना करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

ब्र.कु. अमरसिंह, एडवोकेट ने सभी का स्वागत करते हुए कहा कि प्रन्यास का मुख्य लक्ष्य है कि अधिक से

अधिक प्रतिभावान व्यक्तियों को सम्मानित कर समाज में गौरवान्वित किया जाये।

श्री हिन्दी साहित्य समिति की ओर से स्वागत करते हुए मोहनबल्लभ शर्मा ने संस्था की गतिविधियों को जानकारी दी एवं प्रन्यास के प्रयासों की सराहना की।

सप्तम् गौरव पुरस्कार प्राप्तकर्ता कु. निशा शर्मा का परिचय प्रन्यासी डॉ. ओमप्रकाश शर्मा ने दिया जबकि समान मंचीय अतिथियों द्वारा किया गया तथा पुरस्कार राशि 21,000 रुपये प्रन्यास अध्यक्ष ब्र.कु. अमरसिंह, एडवोकेट ने भेंट की। ब्र.कु. निशा ने अपने उद्बोधन में सम्मान के प्रति आभार

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आवू रोड (राज.)- 307510

सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088, Email- mediabkm@gmail.com, omshantimedia@bktiv.org, Website- www.omshantimedia.info

सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 170 रुपये, तीन वर्ष 510 रुपये, आजीवन 4000 रुपये। विदेश - 2000 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आवू रोड) द्वारा भेजें।

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/12-14, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)

Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2013-14, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 4th April 2014

संपादक: ब्र.कु. गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु. करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई. आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.वी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।