

शिव आनंदपा



सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण

► वर्ष □ 06 ► अंक □ 12 ► हिन्दी (मासिक) दिसंबर 2019 सिरोही ► पृष्ठ □ 16 ► मूल्य □ ₹ 9.50

13

हमारे पास जो कुछ
भी आया वह हमारे...

04

मन की शक्ति बढ़ाने
के लिएएक अनोखा
क्लीनिक...

16

प्रतिक्रिया, राजयोगी और बालब्रह्मचारी काउंसलर्स
द्वारा की गई लोगों की काउंसलिंगमानसिक समस्याओं का
एक समाधान... राजयोग

30

करोड़ से ज्यादा लोग दुनियाभर में डिप्रेशन के हैं
शिकार, ज्यादातर मामले पारिवारिक समस्याओं के

मूड क्लीनिक से सीख रहे जीने की कला

मूड क्लीनिक: राजयोग मेडिटेशन और आध्यात्म पर आधारित एक अभिनव विकित्सा पद्धति

जीवन की कई समस्याओं का समाधान
करता है क्लीनिक मूडव्यक्तिगत जीवन, बेहतरीन समाधान
आध्यात्मिक सशक्तिकरण

शिव आमंत्रण ● आबू रोड। ब्रह्माकुमारीज के अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय आबू रोड में पिछले दिनों आयोजित ग्लोबल एक्सपो में मूड क्लीनिक देश-विदेश से आए आठ हजार से अधिक लोगों के लिए विशेष आकर्षण का केंद्र रहा। दरअसल यह एक ऐसा क्लीनिक है जिसमें व्यक्ति के मूड को ठीक करने, मन को सुमन बनाने, मानसिक समस्याओं को दूर कर जीवन जीने की कला सिखाई जाती है।

मूड क्लीनिक में पांच दिन के दौरान करीब 600 से अधिक लोग अपनी समस्याएं लेकर पहुंचे। इनमें से ज्यादातर लोगों की समस्याएं पारिवारिक जीवन से जुड़ी थीं। लोगों ने बताया कि दीदी, मेरी पत्नी कहना नहीं मानती है तो किसी ने बताया कि पति घर में भी अफसरशाही दिखाते हैं। बच्चे कहना नहीं मानते हैं। ज्यादा सोचने की आदत है। मन हमेशा बेचैन रहता है। दुःख, चिंता और डर बेवजह बना रहता है। जल्दी गुस्सा आ जाता है। सबकुछ होने के बाद भी जीवन में खुशी नहीं है। क्लीनिक में जौद 16 प्रशिक्षित, राजयोगी, बालब्रह्मचारी काउंसलर्स की टीम ने लोगों को उनकी प्रकृति, पारिवारिक पृष्ठभूमि, आदतें, स्वभाव और विचारधारा को जानकर समाधान के उपाय बताए। इसमें खासतौर पर सभी को जीवन में राजयोग मेडिटेशन और आध्यात्मिक जीवनशैली अपनाने की सलाह दी गई। क्योंकि आध्यात्म में मन से जुड़ी सभी समस्याओं का समाधान मौजूद है।

3500 600

लोगों ने किया क्लीनिक मूड का
अवलोकन, समस्याओं पर चर्चासमस्याग्रस्त लोगों को मिला
स्थायी समाधान, दिनचर्या बदली

वाले मेडिटेशन एक्सपर्ट, राजयोगी, बालब्रह्मचारी काउंसलर्स हैं। काउंसलर्स मूड क्लीनिक के जरिए प्रत्येक समस्याग्रस्त व्यक्ति की समस्या निवारण के लिए धैर्यता और इत्यनान से एक-एक करके सारी समस्या सुनते हैं। इसके बाद उन्हें जीवनशैली में बदलाव करने की सलाह दी जाती है। साथ ही ध्यान, राजयोग और आध्यात्मिकता का महत्व बताया जाता है। सबसे पहले आने वाले व्यक्ति से एक फॉर्म भरवाया जाता है उसके बाद उससे समस्या की गहराई में जाकर अतीत को जानते हैं फिर समाधान किया जाता है।

इलाज का लक्ष्य

- बीमारी के प्राथमिक लक्षणों की प्रारम्भिक पहचान और प्रारम्भिक उपचार में देरी को कम करना।
- बीमारी के बारे में युवाओं, व्यक्ति और उनके परिवार को शिक्षित करना।
- सामाजिक और व्यावसायिक कामकाज में व्यवधान को कम करना।
- परिवार के सदस्यों और देखभाल करने वालों के बीच समरसता को बढ़ावा देना।
- नेक कार्यों के दौरान युवाओं तथा व्यक्तियों का समर्थन करना।
- मानसिक स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए एक क्रमबद्ध योजना बनाना।
- भय, चिंता और दुख से मुक्त शांतमय जीवन बनाना।
- सुसज्जित परिवार और समाज बनाना।
- कार्य व्यवहार पर बेहतर प्रदर्शन को बढ़ावा देना।

कहां से हुई शुरुआत

ब्रह्माकुमारीज संस्थान ने 27 सितंबर से 1 अक्टूबर तक हुए ग्लोबल समिट के दौरान पहली बार इसका प्रयोग किया गया। इसके नतीजे चौकाने वाले आए। करीब 3500 लोगों ने इसमें भाग लिया और 600 लोग ठीक होकर गए।

ऐसे कार्य करता है मूड क्लीनिक

मूड क्लीनिक में जाने के बाद व्यक्ति के व्यक्तित्व में सकारात्मक बदलाव आता है। जिस चीज़ को वह सही होने पर भी नकारात्मक तरीके से देखता है जिससे नफरत और ईर्ष्या-द्वेष को बढ़ावा मिलता है। वैसे ही वह सकारात्मक आईने से देखने लगता है। बुरी बातें भी अच्छी लगने लगती हैं। सबधूमों में सुधार, सहन शक्ति, समझने और परखने की पावर का भी विकास होता है।

कहां-कहां उपलब्ध है

ब्रह्माकुमारीज संस्थान के देश में स्थित स्थानीय सेवाकेन्द्र, उपसेवाकेन्द्र में इसका लाभ लिया जा सकता है। इसे अंतरराष्ट्रीय पर भी ले जाने की तैयारी की जा रही है।

कौन हैं इसके चिकित्सक

मूड क्लीनिक के चिकित्सक कोई डिग्रीधारी नहीं बल्कि प्रकृति के साथ जीवन जीने वाले और राजयोग आध्यात्म को दिनचर्या का अंग बनाने

13

05

हमारे पास जो कुछ
भी आया वह हमारे...

04

मन की शक्ति बढ़ाने
के लिए

लोगों के अंदर बहुत सारी समस्याएं जब बढ़ जाती हैं वह खुद से इसका समाधान नहीं कर पाता तो उसके अंदर हीनभावना बढ़ने लगती है। ऐसे में मूड क्लीनिक के जरिए उसकी काउंसलिंग उसके व्यक्तित्व और व्यवहार में सकारात्मक बदलाव जरूरी हो जाता है।

बैंके बसुधा, को-आर्डिनेटर, मूड क्लीनिक,
शिवमणि होम, तलहटी, आबू रोड, राजस्थान



समस्याग्रस्त व्यक्ति के हिस्त्री में चले जाते हैं तथा उनकी सभी बातें को सर्च करते हुए उनके प्रकृति के हिस्त्रि से जीवन पद्धति बदलने के लिए प्रेरित करते हैं। इसके साथ ही पीस का अनुभव करते हैं।

अश्विनी दीवान, काउंसलर, मूड क्लीनिक, जींद



हर किसी की अपनी-अपनी समस्या होती है। पहले उसे सुनते हैं और फिर उस हिस्त्रि से सलाह देते हैं। व्यक्ति के अतीत के बारे में गहराई से बताते हुए उसके असली गुणों का अनुभव करते हुए पूरे जीवन की दिनचर्या के बारे में बताकर रिलेक्स करते थे। यह एक अच्छा तरीका है।

मोनिका गोरा, काउंसलर, धर्मशाला



मूड क्लीनिक में काफी मानसिक शांति का अनुभव हुआ। सांसारिकता के दुःख-दर्द को दूर करने का आध्यात्मिक अप्रोच के अलावा दूसरा कोई उपाय नहीं। काउंसलिंग में बचपन से अब तक की जीवन यात्रा का काफी सुकून मिला। आत्म साक्षात्कार से ध्यान साधना और राजयोग से शक्ति बढ़ती है ऐसा महसूस होने लगा है।

एकललव कुमार,
वरिष्ठ पत्रकार, कोलकाता, पर्यावरण बंगाल



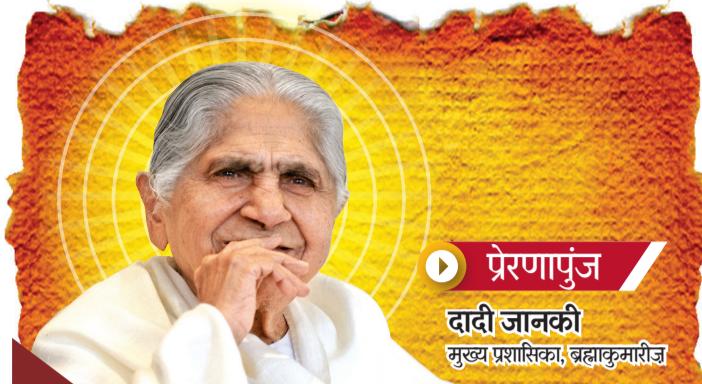
मैं अब अपनी समस्याओं से निपटने में सक्षम हूं। मैं जब मूड क्लीनिक में गया और उसकी बातें का अनुसरण किया तो मन धीरे-धीरे शांत हो गया। अब मैं प्रतिदिन अपने बाली समस्याओं का समाधान खुद करने लगा हूं। इसके लिए मूड क्लीनिक के बाई-बहनों का धन्यवाद करता हूं।

मोहम्मद अली, वरिष्ठ पत्रकार, एनवी, केरला



दैनिक दिनचर्या में कई बार ऐसी स्थितियां आती हैं कि हम डिस्टर्ब हो जाते हैं। यदि इसे तुरन्त ठीक न किया जाए तो वह धीरे-धीरे मन के अंदर बैठ जाता है और कमजोर करने लगता है। परन्तु क्लीनिक मूड में विशेषज्ञों की काउंसलिंग निश्चिततौर पर समस्याओं से निकलने का बेहतर तरीका है।

सुवेन्दु कुमार, भुवनेश्वर, उड़ीसा



प्रेरणापुंज

दादी जानकी
मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज

परमात्मा ने हम बच्चों से तो त्याग कराके हमारा भावय बना दिया

शिव आमंत्रण ► आबू रोड। हमारी भावना में हो कि बाबा जो कहता है, जो करता है इसमें कितना कल्याण है, तो फालों करने से निश्चय अटल है। निश्चित भावी पर रहना भी एक संयानपन है। निश्चित भावी बनी पड़ी है तो बुद्धि को एकाग्र करने की कोशिश नहीं की जाती है, हो ही जाती है और निश्चित भी है। फिरकर किस बात का? विजयी रत्नों में आने वालों को अन्दर विश्वास तो क्या लेकिन पक्का है कि हमारी विजय हुई पड़ी है। बाबा ने हमारे से जो भी ईश्वरीय सेवाएं कराई हैं उसमें भी विजय समाई हुई है। परन्तु मीठे बाबा के बोल उच्चारण होते हैं, वह सिरमाथे पर रहे। भक्तिमार्ग में भी कहते हैं कि 'प्रभु की आज्ञा माने माथे...' माथा मानता है, बुद्धि बिल्कुल अच्छी तरह से मानती है। जानने और मानने में भी फर्क है। जान तो लिया है पर मानते तभी हैं जब पहचानते हैं इसके रहस्य को। कड़ीयों को अपने आपको मानना पड़ता है। तो उसमें फिर मेहनत लगती है।

जब तक दिल माना नहीं है तब तक फालों नहीं कर सकते हैं। अभी करेंगे, अभी नहीं करेंगे। कड़ीयों को मुश्किलात क्यों लगती है? सदा एकरस स्थिति में रहने के लिए, उसी लगन में मग्न रहने के लिए, गुप्त ऐसा पूरुषार्थ न करने के कारण कभी परेशान और कभी पश्चाताप का अनुभव करते रहते हैं। तो हरेक अपने आपसे पूछे कि लाईफ के अन्दर कितना बारी अपने आपको परेशान किया हांगा फिर पश्चाताप किया होगा। ऐसे परेशान होने की कोई बात ही नहीं, अपने आप अपनी शान से उतर जाते हैं, स्वमान में नहीं रहते हैं तो परेशान होते हैं। पराई चीज को अपना बना लेते हैं। अपनी चीज को भूल जाते हैं।

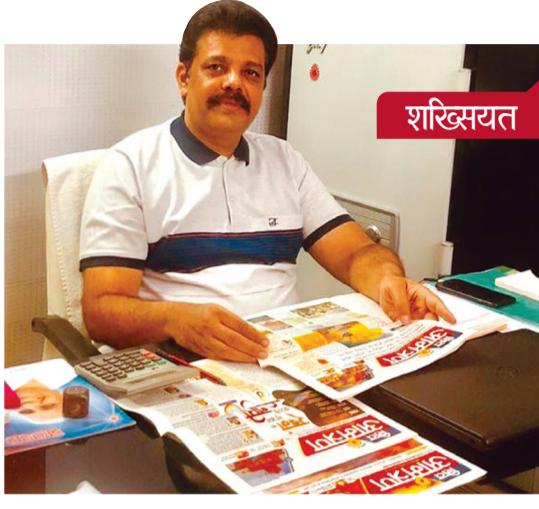
यह देह, यह दुनिया हमारी है ही नहीं और उसको अपना समझ लेते हैं तो क्या होगा? जो सच्च, सयाने और समझदार होते हैं उनकी और खूब दूसरों की चीज में कभी नहीं दूबेगी। वह यह रॉयल्टी नहीं महसूस करेंगे। कहेंगे, जो मेरे पास है वही बहुत है। उसी से संतुष्ट हैं। अन्दर से भगवान के गुण जाते हैं क्योंकि वह समझते हैं रोटी, कपड़ा और रहने के लिए अच्छा मकान तो है ना! और हमको चाहिए ही क्या? वह दूसरे के तरफ ध्यान ही नहीं देते हैं। इनका मेरे पास आ जाये और मेरी चीज को कोई हाथ न लगाये तो कौन हुआ? भगवान को भी कहेंगे तेरा सो मेरा हो जाये, पर मेरे को हाथ नहीं लगाना। वह कौन हुआ? वह कभी सुखी, सन्तुष्ट रह सकता है? नहीं। वह न कोई त्याग करके त्यागी बन सकता है, न कभी अपने को भाव्यावान महसूस कर सकता है।

बड़ी खुशी की बात है, बाबा ने हम बच्चों से तो त्याग कर करके हमारा भावय बना दिया। तो हम यह नहीं कहते कि हम त्यागी बने हैं। नहीं। कचरा सारा चला गया, साफ हुए तो हम भाव्यावान हुए। जब अच्छी चीज मिली, जिसके हाथ हीरे, माती, रन्न आ गये, वह पत्थरों से थोड़ी ही खेलेगा? दोनों तो हाथ में आ नहीं सकते हैं। तो आदत होती है, न खायेंगे तो भी कहेंगे यह करना चाहिए ना, संसार के लिए लेना चाहिए ना, देना चाहिए ना। इतनी तो बाबा ने समझ दी है कि क्या करें, कैसे करें और क्या न करें। इसमें सिर्फ कोई बात की प्रतिज्ञा अपने आप से करनी चाहिए। कोई घड़ी ऐसी मेरी न आये, जो मुझे पश्चाताप करना पड़े। उसके लिए पहले मुझे सावधान रहना है। करके पश्चाताप करना-यह भी मूर्खपना है क्योंकि ऐसा पश्चाताप करने वाला उल्टा कर्म तो मूर्ख ही करते हैं। संगदोष में किया या देह-अभिमान वश किया या लोभ-मोह वश किया, किया तो उल्टा ना! तो और देखने वाले क्या समझेंगे और मेरा मन क्या-क्या समझेगा?

हमारी कॉन्सेस जरूर कहती है- मैंने यह रांग किया, ऐसी घड़ी हमारी न आये। इसका पहले से ध्यान रख सावधान रहने वाले बड़े भाव्यशाली है। इसके लिए बाबा कहते हैं- फालों फादर। कर्म में भी बाबा को फालों करो, वचन में भी, संबन्ध में भी। सबके साथ इतना न्यारा इतना प्यारा रहो। न सिर्फ देह से न्यारा परन्तु हर बात में न्यारा। अभी ऐसा कहां पर भी, बाबा जैसी पर्सनेलिटी वाला कोई नहीं है और हरेक को लगेगा, यह मेरा है, कोई नहीं कहेगा यह इंडियन है या फलाना है। इतना प्यारा है, यह गुण हमारे अन्दर आ जाये। बाबा को फालों करते-करते जैसे बाबा हमारा सबसे न्यारा है और इतना प्यारा है। बाल-बच्चा-बूढ़ा हरेक कहता-बाबा तो मेरा है। बाबा में कौन सी ऐसी खूबी है जो हम चोरी कर लेंगे उसकी, जो हरक कहता है- बाबा तो मेरा है।

- क्रमशः

कम पैसे में फाइव स्टार होटल की सुविधा देने के मक्कसद ने बनाया ज्ञान धन का व्यापारी



शरिक्षयत

ईश्वरीय विश्व विद्यालय के साथ जुड़ने से तीन वर्ष पहले भक्ति पूजा पाठ में बहुत श्रद्धा रखता था। इस संस्थान से जुड़ने के बाद पता चला कि सच्चा सुख देह को सुखी रखना ही नहीं आत्मिक रिथित में रहना भी होता है। मैं अब आत्मिक भाव में कर्मयोगी बन मेडिटेशन का अभ्यास करता हूं। मेरे साथ काम करने वाले सभी स्टॉफ भी ओम शांति का उच्चारण कर एक दूसरे का अभिवादन करते हैं। परमात्मा मेरे माता-पिता हैं इस सोच से हर कर्म को उनके निर्देशानुसार करता हूं। जिससे कर्मों का बोझा मेरे ऊपर ना होकर बिल्कुल हल्का आनंदमयी महसूस करता हूं। मृत्यु का भय समाप्त हो गया है।



21 दिन तक स्वीटजरलैंड में रहकर जानने की कोशिश की कि हीरा क्या होता है? कैसे कारोबार सम्भव है? आदि-आदि। परन्तु उस ज्ञान का मुझे तत्कालिक कोई फायदा नहीं हुआ। 5 लाख रुपये खर्च करने के बाद यह समझ में आ गया कि व्यवसाय के लिए कितना कष्ट सहना पड़ता है। उस दौरान मेरी तीनों होटल ठीक चल रही थी और आमदनी भी अच्छी थी। फिर मुझे सूरत जाने की सलाह मिली, जब मैं सूरत गया तो वहां का कोई भायमंड व्यावसायी 100 करोड़ के नीचे बात करने को तैयार ही नहीं था।

परमात्मा ने पूरी की इच्छाएं

परमात्मा ने मेरी दिल की बात सुनी और मैं जिस हवाई जहाज से आ रहा था मेरे सीट के साथ ही डाइमण्ड मर्चेंट बैटा था। फिर उनसे बात होने लगी फिर उन्होंने कहा इस व्यापार में कितना क्या इनवेस्टमेंट क्या प्रोग्राम कर रहे हो? जब मैंने बताया तो उसने कहा पहले ट्रेनिंग लो और अब काम करने के इरादे से जाओ। वहां मेरा नाम बताना और कहना मुझे काम सीखना है। सात दिन बाद मैं पुनः सूरत गया और हीरा व्यापारियों के साथ नौकरी की तलाश की। बिना सैलरी के ही हम काम करने लगे लेकिन हीरा व्यापारी को लगा गया कि यह कोई साधारण आदमी नहीं है। वहां दो महीने लगातार रह कर प्राई में लोगों की सेवा कर डायमण्ड का काम सीख गया, और वह दो महीने मेरे कई सालों के बराबर थे। फिर तो कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा। आज इस क्षेत्र का सेलर भी हूं और होलसेलर भी हूं। आज परमात्मा की कृपा से मुझे ग्राहक ढूँढ़ते हैं। लेकिन मैं ग्राहक को नहीं ढूँढ़ता हूं। वर्तमान समय अब मैं परमात्मा के श्रीमत अनुसार काम के पीछे नहीं भागता हूं। शांत होकर जितना काम कर सकता हूं करता हूं प्रेरण लेकर नहीं कोई भी काम नहीं करता हूं। जितना ही सके खुद के लिए समय निकाल परमात्मा पिता के साथ कर्मयोग में रहता हूं।

यहां से प्रायम्भ हुआ ज्ञान धन का कारोबार

एक बार की बात है कि एक दिन उसी गार्डन में साई बाबा का व्याख्यान करते हुए धूम रहा था। वहां एक ब्रह्माकुमार अशोक भाई

जो मेरे बातों को सुनकर मेरे पीछे चलते रहे। लेकिन एक दिन

मुझे नमस्ते करके कहा कि आप की बात सुनता हूं रोज गार्डन में अच्छा लगता। यह धन

तो अस्थायी है आपके और आपके परिवार के साथ क्या जायेगा। धीरे-

धीरे उसने ब्रह्माकुमारीज का सारा ज्ञान सुनाया। मैं कटाक्ष

करके सारी बातों को उड़ाता रहा फिर भी उसने हार नहीं मानी। मैंने सात दिन का

कोर्स करना प्रारम्भ किया। इस दौरान मेरे आंखों से असू टपक रहे थे मुझे

लगता था धीरे धीरे है। जब कोर्स पूरा हो तो मैं परमात्मा में इतना खो

गया कि उसके अलावा कुछ दिखता ही नहीं था। अब मैं रोज

मेडिटेशन का अभ्यास करता हूं। हरेक

स्थिति में सकारात्मक रहता हूं।

आत्मिक स्थिति में रहना ही सच्चा सुख है

सुखी रहने का मंत्र समझ में आ गया और मैं अब एक बेहतर जीवन जी रहा हूं। यदि कोई कितना भी व्यस्त हो परन्तु राजयोग का ध्यान करे तो निश्चित तौर पर उसके जीवन में सकारात्मक बदलाव आयेगा। हर तरह के तनाव से मुक्ति मिलेगी, इतना ही नहीं परिवार और समाज सुखी हो जायेगा। सभी शांति से रह सकेंगे। आत्मिक स्थिति में रहना ही सच्चा सुख है। खास करके युवाओं को व्यर्थ से बचकर मेडिटेशन को जीवन में अपनाना चाहिए। तभी एक दिन इस धरा पर स्वर्णिम दुनियां निश्चित रूप से देखने को मिलेगी। तभी सारा संसार सदा काल के लिए सुखी हो जायेगी।

५ सात साल से राजयोग और आध्यात्म की शिक्षा जारी, ब्रह्माकुमारीज संस्था की सामाजिक पहल...

गया जेल की बदलती तस्वीर, कैदी अपराध छोड़ देवताई दुनिया के बने राही, योग-तपस्या में जुटे



गया जेल में एक कार्यक्रम के दौरान कैदियों के साथ ध्यान योग करते हुए ब्रह्माकुमारीज संस्थान के सदस्य



शिव आमंत्रण गया। आज के समय में अपराधी मनोवृत्ति को प्रेम पूर्वक समझकर उसे नेक राह पर चलने के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए। क्योंकि अपराध का मूल कारण मनोवृत्ति और नकारात्मक विचारधारा है। इस विचारधारा को

जेल में बना शांति का माहौल, बंदी जेल स्टॉफ का भी करते हैं सहयोग

समाप्त करने कि दिशा में ब्रह्माकुमारीज संस्थान अहम भूमिका अदा कर रही है। इस संस्थान ने केंद्रीय कारागार गया बिहार जेल में वर्ष 2013 को ईश्वरीय सेवाएं आंभ कर करीब 1500 बंदियों को राजयोग का सप्ताहिक कोर्स कराया। 50 से भी अधिक नक्सली अपने कंमाडेंट के साथ इस मार्ग पर चल पड़े हैं। उनके आचरण और संस्कार मानों कल्युग में दैवी पुरुषों का

आगमन हो चुका है। उनकी दिनचर्या तो तपस्वी जैसी हो चुकी है। करीब 250 से 300 बंदी रोज सुबह 4 बजे से ब्रह्ममुहूर्त में परमात्मा के ध्यान में रम जाते हैं। जहां इन कैदियों के चेहरों पर पहले आत्मग्लानि और पश्चात्प के भाव रहते थे वहाँ अब आत्म संतुष्टि और आत्म सम्मान साफ-साफ देखे जा सकते हैं। ये बंदी कैद में होकर भी ऐसा लगता है कि ये लोग फरिश्तों की बस्ती में रह रहे हैं। जिस प्रकार ब्रह्माकुमारीज सेवा केंद्र पर आध्यात्मिक वातावरण रहता, उसी प्रकार जेल के अंदर भी खुशनुमा और सकारात्मक विचारों वाली एक टोली बस गयी हो। सेवाकेंद्र की

आत्मा और परमात्मा का ज्ञान समझकर जीवन बदला

शिव आमंत्रण गया। ईश्वरीय ज्ञान के पहले छोटी-छोटी बातों पर चीड़-चीड़ जाते थे और दूसरों की नींदा और बुरा भला कहते रहते थे। उसके बाद मुझ पर घारा 302 के तहत केस हो गया। 6 मार्च 2011 में उसके बाद उच्च न्यायालय से जमानत पर था। 18 फरवरी 2018 में सिविल कोर्ट से दोषी करार दे दिया। सेन्ट्रल जेल में आ गया। फिर मानसिक तनाव बढ़ता गया और घबराहट में रहते थे। कुछ भी अच्छा नहीं लगता था। अपने बच्चों के भविष्य के बारे में परिवार के बारे में सोच सोच कर मन दुःखी होता था। धार्मिक पुस्तक पढ़ने में खुद को व्यस्त रखने कि कोशिश करते थे। लेकिन निराशा दूर नहीं होती थी। जैसे तैसे मन लगता था। एक कैदी वरिष्ठ भाई ने बताया आप 15 नं. एवं पुस्तकालय में चलिए वहाँ प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज ईश्वरीय विश्व विद्यालय का सात दिन का कोर्स करते हैं। मैं गया और सात दिन का कोर्स किया। मैं समझा, और साथ में मुरली भी सुनी तब से मैं ईश्वरीय ज्ञान में आया और अपने आप का परिचय दिलाया कि मैं कौन हूँ। तब मैं समझा शरीर नहीं मैं आत्मा हूँ। फिर आत्मा बाप का परिचय दिलाया तब मझे परमपिता शिव परमात्मा का परिचय मिला और राजयोग भी सिखलाया गया। आत्मा और परमात्मा के मिलन से मेरे जीवन में खुशिया पुनः लौट आई। आत्मा परमात्मा के ज्ञान के बारे में सुन कर बहुत ही सुकून मिला, आनन्दिक खुशी की अनुभुति हुई। इसलिए रोज मुरली सूनता हूँ। मैं अपने आप में खुश रहने लगा। दुःख व चिन्ताएँ जैसे मिट गयी। मैं अपने को भाग्यशाली समझा। बाबा ने तकदीर बनाने का अच्छा मौका दिया। जब मैं जेल से बाहर जाऊंगा तब बीके सेन्टर जरूर जाऊंगा और गाँव-गाँव में बाबा का परिचय दूंगा और ईश्वरीय सेवा में सहयोगी बना रुहंगा।

कमलेश पासवान,
केंद्रीय जेल, गया-बिहार

अपराधी जीवन से देवताई जीवन

शिव आमंत्रण गया। मेरा जन्म किसान घर में हुआ। और पढ़ाई दसवीं कक्षा तक कि फिर पढ़ाई छोड़ कर काम सिखने चला गया। वेल्डर का काम सीख कर सन् 2010 में मुझे काम करने चला गया। वहाँ 2014 में वापस आया फिर मेरे लौकिक माता-पिता ने मेरी शादी करा दी। शादी के 8 माह बाद पत्नी कि मृत्यु हो जाने के उपरान्त मेरे ससुराल वाले हमारे समस्त परिवार पर दूसरे के बहकावे में आकर देहज प्रथा का मुकदमा दर्ज कर दिया। कुछ समय बाद मैंने गया कोर्ट में आत्मसमर्पण कर दिया तथा मुझे जेल भेज दिया गया। एक वर्ष जेल में आए हुए हो गये हैं। कोर्ट की तरफ से सुनवाई चल रही थी। जेल में आने के बाद बहुत टेंशन और अशान्ति चल रही थी। जेल के एक वार्ड में भाई लोग मुरली पढ़ रहे थे। मैंने एक दिन बाबा की मुरली सुनी फिर भाई लोग ने मुझे प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज ईश्वरीय विश्व विद्यालय के बारे में बताया और उसका सासाहिक राजयोग कोर्स भी कराया। फिर मैं प्रतिदिन बाबा कि मुरली सुनने लगा। मैं इस जन्म ज्यादा भक्ति तो नहीं किया फिर भी बाबा ने हमें चुना इसलिए परमात्मा को बहुत बहुत शुक्रिया। मैंने ऐसा ज्ञान न कभी सुना न देखा। यह अनोखा विद्यालय है जिसमें सच्चा-सच्चा ज्ञान स्वयं भगवान सुनाते हैं। मुख्य जीवन जीने की कला, देवी देवता बनाना व सच्ची सुख-शान्ति का अनुभव करना। प्रतिदिन बाबा कि सच्ची गीता ज्ञान सुनता हूँ। मन में जो भी प्रश्न आता है उसका उत्तर मुरली में मिल जाता है। जेल में जाने के बाद भी मेरा सोच सकारात्मक ही होगा। रुहानी सेवा करना है रुहानी बाप का नाम बाला करना है।

रामबली विश्वकर्मा, केंद्रीय जेल-गया, बिहार

अब मेदा जीवन जेल में भी दुःख से बदल सुखी हो गया

शिव आमंत्रण गया। मेरा नाम जगदेव प्रसाद एवं पिता का नाम ढेलन महतो हैं। मेरा गाँव मुशैला, मोहनपुर जिला गया का रहने वाला हूँ। मैं जाति का कोइ छोटकी दागी हूँ। मेरे पिता एक किसान थे मैं भी खेती करते थे। इसी बीच मेरे पिता ने गाँव के एक आदमी से जमीन खरीदी लेकिन लिखे नहीं थे वह जमीन आपस में बदल देने की चाही थी। उसे मेरी जीवन की जमीन लोहार मिस्त्री के पास बेच दिया। जिससे मेरा मन बहुत विचलित होने लगा। जिसके कारण तीनों कोटि में हाजिर होने गये तो एक दिन जज ने कहा अभी कागज नहीं आया तो कल आयेगा। तो कल आने पर सारा बना कर जेल भेज दिया गया। पिता जी ने जज के पीए को बोला तो फोन जेल में किया। तो हमलोग शाम में आए तो ओम् शान्ति में जाने लगे और मुरली सुनने लगे, उस दिन से मेरा मन तनिक भी विचलित नहीं रहने लगा। जो मुझे गलती में फँसाकर जेल भेजा वह खुद गिरावट में है। मेरा खुशी खुशी जेल में दिन करने लगा। जेल में आने के बाद बहुत कुछ ज्ञान मिला। शिवबाबा के आधार पर उत्सव के अधार पर जेल में भी लग रही है मैं दसवां पास कर परिवार की सेवा में था।



प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के स्थानीय सेवा केंद्र द्वारा केंद्रीय कारागार गया में पिछले कई वर्षों से बंदियों के चरित्र, आचरण, व्यवहार में बदलाव हेतु कई तरह की आध्यात्मिक कल्याणकारी कार्य सेवाएं ब्रह्माकुमारी द्वारा किया जा रहा है। जिससे बंदियों में तनाव मुक्ति प्रदान कर उन्हें सातिवक जीवन जीने के लिए उत्साहित किया जा रहा है। अब इस तरह के कैदियों में स्वस्थ्य, शांतिमय मानसिकता से समाज की मुख्य धरा से जुड़ने में मदद मिलेगी। मैं स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सुनीता से आशा करता हूँ कि भविष्य में भी इसी तरह कैदियों के लिए जनकल्याण सेवा का कार्यक्रम करती रहेगी।

■ राजीव कुमार, अधीक्षक, केंद्रीय कारागार, गया बिहार



गया केंद्रीय कारागार में सन् 25 फरवरी 2013 को ईश्वरीय सेवाएं शुरू हुई। आंभ में करीब 1500 कैदियों ने मेडिटेशन सपाहिक कार्स किया। जिसमें 250 कैदी रोज ईश्वरीय क्लास करते रहे। जिसमें 50 कैदी नक्सलावादी थे। वहाँ नक्सली कमाडेंट शभू नाम का व्यक्ति, जो किं जेल के कैदी सहित अधिकारी का भी सिरदर्द बनकर खोफ में रहता था। जब वह व्यक्ति इस मेडिटेशन को सीखा जीवन सकारात्मक रूप से परिवर्तन किया तब उसके गुप्त के कई नक्सली भाईयों ने भी उनकी तरह इस राह पर चल पड़े। आज वे लोग जेल से मुक्त होकर समाज में सकारात्मक भूमिका अदा कर रहे हैं। आज भी जेल के अंदर योग दिवस, जन्माष्टमी, राक्षाबद्धन, व्यसनमुक्ति, चरित्र निर्माण, वर्कशॉप आदि का कार्यक्रम होते रहते हैं। इसके अलावा मध्यबुन ब्रह्माकुमारीज हेड कार्टर के भाई-बहनों द्वारा भी इन कैदियों को नया-नया मोटीवेशनल क्लास मिलता ही रहता है। रोज क्लास करने वाले कैदी अमृतवेला उठ कर राजयोग का अभ्यास करने के साथ शुद्ध भोजन लेकर ज्ञान धारणा युक्त जीवन व्यतित करते हैं। कई कैदी जेल से बाहर आकर अपने घर में ज्ञान की पाठशाला भी चलाना शुरू कर दिया है।

■ बीके सुनीता, सेवाकेंद्र प्रभारी, गया, बिहार



मैं 2017 से ईश्वरीय महावाक्य सुनाने के लिए कारागार में जा रहा हूँ। कैदियों को देखकर मुझे कभी नहीं लगा कि ये सब हमारे ईश्वरीय परिवार के सदस्य नहीं हैं। उनके बदलाव को देखते हुए मुझे भी प्रेरणा के साथ बेहद खुशी मिलती है। अब मुझे विश्वास है कि समाज बदल कर स्वर्णीम समाज जरूर बनेगा।

■ बीके प्रमोद, शिक्षक, जीवीआरसी, बोध गया



जेल में करीब पांच हजार कैदियों का जीवन परिवर्तन होते देखा है। कई जेल से बाहर आकर एक सकारात्मक प्रेरणा का स्रोत बन चुका है। लोग कहते हैं जेल तो गए थे असुर बन कर लैकिन अब देवता जैसा कैसे बन कर आए, यह आश्रयजनक है।

■ बीके बैद्यनाथ, व्यवसायी, बोध गया



तीन सालों से केंद्रीय कारागार में जीता हूँ। जहाँ मुझे सभी कैदियों में काफी बदलाव नजर आता है। वे अब अपराधी के तरह नकारात्मक भाव में नहीं दिखते हैं। रोज पढ़ाई के साथ राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास बंदी करते हैं।

■ बीके उदय, शिक्षक, बोध गया बिहार



संपादकीय

श्रेष्ठ और शुद्ध संकल्पों के साथ करें नए साल का द्वागत

पिर से नया साल आ गया। पूरा 365 दिन बीता जिसमें कुछ यादें मीठी तो कुछ खट्टी यादें रही। कभी अच्छा दौर तो कभी बुरा दौर हमेशा आपके ईर्द, गिर्द घूम रहा होगा। परन्तु धीरे धीरे जो साल नया था वह अन्ततः पुराना हो गया। फिर अब तो वापस चला भी गया। पुनः कड़कड़ाती सर्दी में प्रतिदिन लोगों की सेहत को स्वस्थ करने के लिए सूर्य उत्तरा है। हर दिन लोग बेसब्री से इंतजार करते रहते हैं। यहीं सौचकर कि कल का दिन अच्छा जाये। वैसे ही पूरे वर्ष की बात भी सामने आ जाती है। मैं तो कहता हूँ कि केवल एक मिनट, एक घंटा या एक दिन नहीं बल्कि पूरा ही वर्ष नया हो और सब शानदार तरीके से बीते तो निश्चित तौर पर वह एक बहुत अच्छा समय माना जायेगा। इसके लिए प्रतिदिन उठते ही ईश्वर का ध्यान करें, सकारात्मक सोचें। दैनिक दिनचर्यां को अपनाने का पूरा ख्याल रखें। पूरे दिन में यह ध्यान रखें कि किसी को मेरे से दुख ना पहुँचे। क्योंकि जब हम दूसरों को सुख देंगे तो हमें भी सुख ही मिलेगा। दिन भर में जो भी हुआ उसे रात को ईश्वर को अर्पित कर दें।



मेरी कलम से

रविंद्र चौबे]

कृषि एवं जल संसाधन मंत्री, रायपुर, छग

मारत तपस्वियों की भूमि रही है, यहां पर अनेकों ऋषि हुए हैं... जिन्होंने जन कल्याण हेतु अनेकों अविष्कार, कृषि पद्धति, औषधीय वनस्पतियों की खोज की है। यहां पर हम एक ऐसी ऋषि कृषि पद्धति पर चर्चा करने जा रहे हैं। इस की खोज बहुत पहले ही हमारे ऋषि मुनियों द्वारा की जा चुकी थी। किन्तु जानकारी के अभाव में हम उस पद्धति से अनिच्छा रहे हैं। आज हम आपको उहाँ ऋषियों की एक ऐसी पद्धति के बारे में बात करने जा रहे हैं। इस

राजयोग के प्रयोग से किसान अच्छी खेती कर सकते हैं

समस्त फसलों के बीजों की बुवाई नक्षत्र अनुसार करके किसान कम से कम नुकसान होने से बच सकते हैं। इसके साथ हम राजयोग का प्रयोग योगिक खेती करके भी हर तरह की सफलता हासिल कर सकते हैं।

पद्धति के आधार पर यह पता लगाया जा सकता है कि आने वाले वर्ष में कौन सी फसल अच्छी उपजेगी, कौन सी फसल बोने से किसानों को अच्छा लाभ मिल सकेगा... कौन सी फसल अधिक उत्पादन देगी... इस बारे में जानने के लिए एक अनोखा तरीका हमारे ऋषि मुनियों और वरिष्ठ लोग उपयोग में लेते थे। इस आसान से तरीके को सभी किसान भाइयों को अपनाकर देखना चाहिए। इस पद्धति में एक तरीका है जो साल भर की फसल के लिए आने वाला समय में कौन सी फसल अच्छी होगी या कम होगी उसका पूर्वानुमान लगा सकते हैं। इसके लिए एक खास दिन का रात्रि समय चुना जाता है। वो है 'शरद' पूर्णिमा की रात्रि। शरद पूर्णिमा के दिन हमारे पास जितने भी बीज हैं जैसे सब्जी वर्ग, धान्य वर्ग, दलहन, तिलहन,

घास-फूस सब फसल जो खेत में लगाई जाती हैं, उन सभी के बीजों को अपने पास लेकर रखें... इन सभी बीजों को सौ - सौ ग्राम बजन करके अलग अलग कटेरों में भेंजें और जो घास वर्ग के बीज हैं जिसकी कटांग लगती है। उसको एक-एक किलो के हिसाब से लें.. सभी को कागज में लिख लें। अब बीजों को शरद पूर्णिमा की रात को 12 बजे चांदनी की रोशनी में कटोरियों में खुला रख दें और उस पर चन्द्रमा की किरणों की रोशनी पड़ने दें.... सुबह 4 बजे सभी बीजों का फिर से बजन करके देखें पहले वाले लिखे बजन से इसकी तुलना करें किस बीज में ज्यादा बजन बढ़ा है.. किस बीज में बजन कम हुआ है.. किस में बराबर रहा है..। जिस बीज में सबसे ज्यादा बजन बढ़ा है वो फसल इस शरद पूर्णिमा से आने वाली शरद पूर्णिमा के बीच अपनै ऋष्टु अनुसार सबसे ज्यादा पैदावार एवं मुनाफा देगी। इस पद्धति से सभी किसान भाईयों का फसल का पूर्वानुमान लगा कर नुकसान होने से बच सकते हैं... एवं जो हमारे कृषि के ऋषियों की खोज है इन्हें अपने अमल में लाकर किसान भाईयों को नुकसान होने से बचते हुए राजयोग से अच्छी खेती कर सकते हैं।

(बोध कथा जीवन की सीख)

प्रभु तूने मुझे यही समय पर थाम इज्जत बचा ली

एक नगर में रहने वाले एक पंडित जी की खब्बाति दूर-दूर तक थी। पास ही के गांव में स्थित मंदिर के पुजारी का आकस्मिक निधन होने की वजह से उहें वहां का पुजारी नियुक्त किया गया था। एक बार वह अपने गंतव्य की ओर जाने के लिए बस में चढ़े। उन्होंने कंडक्टर को किराए के रूपये काटने के बाद भी दस रुपये ज्यादा दे दिए थे। कंडक्टर मुस्कराते हुए बोला क्या आप ही गांव के मंदिर के नए पुजारी हो? पंडितजी को हामी भरने पर कंडक्टर बोला मेरे मन में कई दिनों से आपके प्रवचन सुनने की इच्छा है। आपको बस में देखा तो खब्बाल आया कि चलो देखते हैं कि मैं ज्यादा पैसे लौटाऊँ तो आप क्या करते हो, अब मुझे पता चल गया कि आपके प्रवचन जैसा ही आपका आचरण है। जिससे सभी को सीख लेनी चाहिए। ये बोलकर कंडक्टर ने गाड़ी आगे बढ़ा दी। पंडित जी बस से उत्तरकर पसीना-पसीना थे उन्होंने दोनों हाथ जोड़कर भगवान से कहा है प्रभु तेरा लाख-लाख शुक्र है जो तूने मुझे बचा लिया। मैंने तो दस रुपये के लालच में तेरी शिक्षाओं की बोली लगा दी थी परंतु तूने सही समय पर मुझे थाम लिया।

संदेश: इस कहानी से यही सीख मिलती है कि हमारे बोल के अनुसार हमारे आचरण भी होने चाहिए, कथनी और करनी एक बयाबर करनी चाहिए तभी हमारा समाज में सम्मान बना रहेगा, नहीं तो कभी भी हमारी परीक्षा ली जा सकती है।

आध्यात्म की
नई उड़ान...

डॉ. सचिन]

मेडिटेशन एक्सपर्ट

ए फॉर अवेयरनेस

अवेयरनेस अर्थात् माइंडफूलनेस अर्थात् जागरण अर्थात् समृद्धि। स्वयं स्वयं को याद दिलाना कि मैं कौन हूँ, हर कार्य अवेयरनेस के साथ करना है। यहां बैठे हैं और सून रहे हैं संपूर्ण जागरण से सूनना है ना अतौत में जाए ना भविष्य में। भोजन कर रहे हैं तो केवल भोजन कर रहे हैं अवेयरनेस के साथ। चल रहे हैं तो इससे मन की आवश्यकता को जागृत करना है इससे मन की शक्ति सूर्य की किरणों की तरह है उसको फोकस कर दो तो वह शक्तिशाली बन जाएंगी तो सबसे पहले विधि है कि उस जागरण को लाना अर्थात् जो कुछ करना है जागकर करना है। जैसे कि अगर हम सड़क पर चल रहे हैं वो रास्ते में गड़ा है अगर मैं संपूर्ण जागृत अवस्था में हूँ तो उस गड़े में नहीं गिरूँगा। लेकिन अगर जागृत अवस्था नहीं है तो शायद उसमें गिरूँगा। कभी भी खा लिया, कितना भी खा लिया, कहां का भी खा लिया, कैसा भी खा लिया, उसमें कोई कंट्रोल ही नहीं है। संसार में बीमारियां बढ़ रही हैं। ज्यादा बीमारियां कम खाने से बढ़ रही हैं ये ज्यादा खाने से? व्यक्ति इतना खाता है कि उसमें से आधा पेट अपना भरता है और आधा डॉक्टर का। डॉक्टर के पेट की उसको ज्यादा चिंता है। मन की शक्ति को बढ़ाने के लिए डाइट में कंट्रोल आना जरूरी है। तीन बातें भोजन में होना जरूरी हैं: पहला भोजन हमारा स्वास्थ्य वर्धक हो, दूसरा ऐसा नहीं है कि जिससे उत्तेजना उत्पन्न हो और तीसरा इतना नहीं है जो आलस और प्रमाद को लेकर आए।

मन की शक्ति बढ़ाने के लिए डाइट कंट्रोल भी जरूरी

मन और आत्मा की शक्ति को बढ़ाने के लिए ज्ञान के लिए धारण करना भी है। ज्ञान का प्रैविटकल एप्लीकेशन होना चाहिए तो ही उस ज्ञान की सार्वकात्मकता है, ज्ञान का अर्थ उपयोग में है पॉइंट्स जमा करने में नहीं तो ऐसे हम 26 पॉइंट्स माइंड पावर को बढ़ाने के इस विवास में पढ़ेंगे। जो क्रमशः होगा.....

तिखना फिर बाद में पढ़ना, याद करना, रिवाइज करना पर उससे भी अच्छा है जब भी कोई नई बात सुनो तुरंत धारण कर लो क्योंकि क्रांति केवल एक क्षण में ही घटती है, कितना भी उस हाथी को निकालने की कोशिश की नहीं हुआ परंतु जैसे हाथी ने रणभरी सुनी एकदम से जागृत, एकदम से क्रांति हो गई और वह बाहर निकल गया। शायद हम भी जीवन में किसी ऐसे सूक्ष्म मानसिक या भावनात्मक दलदल में फंसे हैं और उससे बाहर निकलने के लिए हमें स्वयं से ही बात करना है बाहर निकलेंगे जागरण से, खुद को जगाना है मैं हूँ तो मैं क्या हूँ? मुझे क्या करना है? जिसका लक्ष्य क्या है?

बी फॉर बैलेंस

बैलेंस दो चीजों का भोजन और नींद का। साईटिफिक स्टडी कहती है कि जो ओवरड्रिटिंग करते हैं उनके ब्रेन को कम ऊर्जा मिलती है। चूँकि पर एक्सपरिमेंट किया गया यह उसको बहुत खिलाया गया और पाया गया कि उनके ब्रेन को बहुत कम ऊर्जा मिल रही है यदि माइंड को बढ़ाना है तो डाइट को कंट्रोल करना पड़ेगा, पावर को बढ़ाना है तो भोजन पर बैलेंस लाना पड़ेगा। कभी भी खा लिया, कितना भी खा लिया, कहां का भी खा लिया, कैसा भी खा लिया, उसमें कोई कंट्रोल ही नहीं है। संसार में बीमारियां बढ़ रही हैं। ज्यादा बीमारियां कम खाने से बढ़ रही हैं ये ज्यादा खाने से? व्यक्ति इतना खाता है कि उसमें से आधा पेट अपना भरता है और आधा डॉक्टर का। डॉक्टर के पेट की उसको ज्यादा चिंता है। मन की शक्ति को बढ़ाने के लिए डाइट में कंट्रोल आना जरूरी है। तीन बातें भोजन में होना जरूरी हैं: पहला भोजन हमारा स्वास्थ्य वर्धक हो, दूसरा ऐसा नहीं है कि जिससे उत्तेजना उत्पन्न हो और तीसरा इतना नहीं है जो आलस और प्रमाद को लेकर आए।

क्रमशः

इसा मसीह, धर्म पिता, ईसाई धर्म

“अपने मन को परेशान मत करो, खुद में विश्वास करो और खुदा में विश्वास रखो, तब कल्याण होगा।”



पार्श्वनाथ, तीर्थकर, जैन धर्म

“सभी मनुष्य अपने स्वयं के दोष की वजह से दुःखी होते हैं और वे खुद अपनी गलती सुधार कर प्रसन्न हो सकते हैं।”



बी.के. शिवानी

जीवन प्रबंधन विषेषज्ञ

अतराषाष्टीय गोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज की टीवी ऑफिन, गुरुग्राम, हरियाणा

जीवन प्रबंधन

हमारे पास जो कुछ भी आया वह हमारे भेजे हुए संकल्पों का रिटर्न है

सुबह-सुबह हमारा जैसा संकल्प होगा, वैसा ही संकल्प हमारा सारा दिन चलता रहेगा इसलिए पहला विचार हमारे पावरफुल एवं सकारात्मक होना चाहिए।

शिव आमंत्रण आबू ईड। हमारे सोचने, बोलने और करने से जो शक्ति पैदा होती है, वह हमारा कर्म बनाती है। मैं किसी व्यक्ति से कैसे बात करेगा यह मेरा कर्म है। और कोई व्यक्ति मुझसे कैसे बात करेगा यह मेरा भाव्य है। आप किसी पर विश्वास करें ये आपका कर्म। वो आप पर विश्वास करे या धोखा दे वह आपका भाव्य है। अब दिनभर में जो शक्ति हमारे पास लोगों के व्यवहार, परिस्थिति के रूप में आती है, वह हमारे कर्म का फल है, हमारा भाव्य है। समझने की बात यह है कि सब कुछ जो हमारे पास बाहर से आ रहा है, वह उसी का रिटर्न है जो एनर्जी हमने बाहर भेजी थी।

हम अपने कर्म के भाव्य से, भाग नहीं सकते

ठीक वैसे जैसे हम एक गेंद को दीवार पर फेंकते हैं तो वह लौटकर हमारे पास ही आती है। हम अपने कर्म के भाव्य से, भाग नहीं सकते हैं। किसी ने मुझे कुछ बुरा कहा, हम इस शक्ति का कुछ नहीं कर सकते हैं। लेकिन हमारी पकड़ गेंद पर तभी तक थी जब तक उसे फेंका नहीं गया था। लेकिन, जब कोई मेरी बेड़जती करेगा तो मैं क्या सोचूँगी, कैसा व्यवहार करूँगी यह पूरी तरह से मेरे हाथ में है। मेरी सोच, बोल और प्रतीक्रिया एक नई गेंद है, जो मैंने उसी क्षण फेंकी है। अगर वापस मैंने भी गुस्सा किया तो मैंने एक काले रंग की गेंद वापस भेज दी है। अगर मैं शांत रही, प्यार से बात की, तो मैंने सफेद रंग की गेंद भेज दी। नया कर्म कौन-सा करना है वह पूरी तरह से मेरे हाथ में है। लेकिन होता क्या है—‘उसने ऐसा क्यों कहा, उसने ऐसा क्यों किया?’ ये सब करते-करते नई गेंद भी काले रंग की हो जाती है।

सबसे बड़ी कठिनाई है अहम

पहले हमने काली गेंद भेजी थी इसलिए वैसी ही आई थी। अब फिर से वही भेज देंगे, तो फिर से वही लौटेगी। इस तरह से करते-करते घोर कलयुग आ गया और इस तरह से पूरा समाज काला हो गया। कोई मेरे साथ गलत करे और मैं

उसके लिए दुआ करूँ, क्या यह संभव है? सबसे बड़ी कठिनाई है अहम। जिसने मेरे साथ गलत किया उसके लिए बुरा सोचना सामान्य और स्वाभाविक है। सोचते-सोचते लोग कहते हैं भगवान इसको इस कर्म की सजा जरूर देगा। हम भगवान से उसका कुछ बुरा करने को कहते हैं। ये सारे काली गेंद भेज रहे हैं। अगर मुझे कोई नफरत की, गुरुसे की, शक्तियां भेज रहा है तो इसका मतलब है कि कभी न कभी मेरी तरफ से ऐसी शक्ति गई थी। अब हम उसे बदल नहीं सकते हैं। लेकिन अब जब हम उनके लिए सोच रहे हैं तो ये भी सोच सकते हैं कि हिसाब-किताब आया था, खत्म हुआ।

क्षमा करो, आगे बढ़ो

मेरे पिछले कर्मों का कोई कर्ज था चुकता हो गया। अब मेरा भी बहुत अच्छा चले और इसका भी। किसी के लिए बुरा सोचने की कोई सीमा नहीं होती है उसी तरह अच्छा सोचने की भी नहीं है। जरूरत है कि थोड़ा-सा अंकार दबाकर, खुद पर थोड़ी-सी मेहनत करके, प्यार से खुद को रोक लें। जब हम किसी से नफरत करते हैं, तो मन की खुशी गायब हो जाती है। शरीर में कोई न कोई बीमारी लग जाती है। अगर हम कहें, बात खत्म हुई, क्षमा करो आगे बढ़ो। तो शरीर स्वस्थ हो जाएगा। क्योंकि, सफेद गेंद भेजी तो लौटकर भी तो वही आएगी।

आत्मा को पोषित करेंगे तो तनाव कम होगा

जैसे ही आत्मा शरीर से निकल गई तो शरीर कुछ नहीं कर सकता। सारी जिमेदारियां खत्म। बच्चे वहाँ हैं लेकिन आप उनके लिए कुछ नहीं कर सकते। पेढ़ पानी बिना नहीं रह सकता, गाड़ी पेट्रोल बिना नहीं चल सकती, शरीर भोजन के बिना नहीं चल सकता, लेकिन आत्मा चलती जा रही है जिसका परिणाम आज हमें दिखाई दे रहा है। हम छोटी-छोटी बातों से नाराज हो जाते हैं, उदास हो जाते हैं क्योंकि बहुत सालों या शायद कई जन्मों से आत्मा को पोषित करना ही भूल गए हैं। आत्मा को पोषित कैसे करना है यह हमें मालूम ही नहीं था।

आत्मा गलत तरीके से पोषित हो रही है

आत्मा को सकारात्मक चिंतन से पोषित करने के बजाय कोई ऐसी चीजें डालनी शुरू कर दीं जो उसके लिए सही नहीं हैं तो उसका भी परिणाम दिखाई देने वाला है। हम सुबह उठते थे, तैयार होते थे, काम पर जाते थे, शाम को आते थे परिवार के साथ बैठते थे। ऐसा ही जीवन बहुत सालों से चल रहा था। हमें कभी-कभी थोड़ा गुस्सा आ जाता था, कभी हम थोड़े उदास हो जाते थे, फिर हम ठीक हो जाते थे। हम बहुत सारे लोगों के साथ सामंजस्य बैठा लेते थे, कभी-कभी नाराज भी हो जाते थे लेकिन हम वापस उनके साथ हो जाते थे। हां, यह है कि हम रोज सुबह-सुबह पूजा-पाठ करते थे, फिर सारा दिन सामान्य चलता था। सुबह की वो थोड़ी सी पूजा-पाठ भी आत्मा के लिए पोषण थी। मन भी ठीक चल रहा था, शरीर भी ठीक चल रहा था। उस समय इलाज कम होते थे। तब इलाज उतना अच्छा नहीं होता था जितना आज हमारे पास है। लेकिन बीमारियां भी कम थीं। रिश्ते भी अच्छे चल रहे थे। पिछले 50 सालों से हमने भले पोषित नहीं किया लेकिन ज्यादा कुछ गलत भी नहीं खिलाया। अगर हम पिछले 20 साल को देखें तो हमने इसको बहुत ज्यादा गलत खिलाना शुरू किया है।

गलत पोषण से समस्याएं बढ़ती चली गईं

इससे क्या हुआ कि मन की बीमारियां बढ़ गईं, शरीर की बीमारियां बढ़ गईं, रिश्तों में जो तनाव व कडवाहट बढ़ता जा रहा है। डिप्रेशन रेट बढ़ गया, हृदय रोग बढ़ गए, तलाक बढ़ गए, दुष्कर्म बढ़ गए। आज के बच्चों पर इतना असर क्यूं हो रहा है सूचनाओं का। बच्चों को स्कूल की पढ़ाई मिल रही है लेकिन आत्मा का पोषण नहीं। छोटी सी उम्र में ही उनके हाथ में फोन हैं, गैजेट्स हैं। वे आज अगर कार्टून भी देख रहे हैं तो उसमें भी हिंसा है। जब ये सारी चीजें आत्मा को बचपन से मिलनी शुरू हो जाएंगी तो आत्मा पोषित कहाँ होगी। मैंने अपनी सारी जिमेदारियां निभाई लेकिन इससे मेरी आत्मा खुश नहीं है और मैं संघर्ष का जीवन जीती हूँ। इससे तो हम पीछे की पीढ़ी को भी नुकसान पहुँचा रहे हैं।

डॉ. अजय शुक्ला] बिहारीवर साइटिस्ट

गोल मैडिलर इंटरनेशनल ह्यूमन इंडस्ट्रीज अवार्ड डायरेक्टर (र्प्पीयुल रिचर्च स्टडी एंजुकेशनल ट्रेनिंग सेट, बंगाली, देहस, जप.)



आत्मिक अध्ययन एवं पुरुषार्थ अनुसंधान की श्रेष्ठतम दिव्यता

जीवन का

मनोविज्ञान - 19

पुरुषार्थ अनुसंधान द्वारा धारणात्मक व्यापकता का अध्ययन

मानव जीवन में सदगुणों की प्राप्ति का सन्दर्भ स्वयं से जुड़ा होने के कारण स्व-संवाद के अधिकतम प्रसंग व्यक्तिगत स्वरूप में पूर्णतया निजता से सम्बद्ध होते हैं। अतिमिक उच्चता को ध्यान में रखकर जब जीवात्मा द्वारा ज्ञान, योग, धारणा एवं सेवा का अनुसंधान किया जाता है तब वास्तविक आंकलन की स्थितियां प्रकट होती हैं। लोक व्यवहार में अपनाए जाने वाले धर्म और कर्म की व्यावहारिकता इतनी प्रबल होती है कि इसी जीवन में सर्व सूक्ष्म प्राप्तियों की अनुभूति स्वाध्याय से हो जाती है। स्वयं की आंतरिक शक्तियों का सदुपयोग आध्यात्मिक जगत में करने की उत्कृष्ट व्यक्ति को आध्यात्म एवं पुरुषार्थ के क्षेत्र में पदार्पण करा देती है। जीवन में उत्थान की स्थितियां विकसित करने के लिए पुरुषार्थ अनुसंधान द्वारा धारणात्मक व्यापकता का अध्ययन सर्वाधिक महत्वपूर्ण पक्ष होता है जो मनुष्य की श्रेष्ठतम स्थिति का निष्पक्ष परिणाम है।

अनुभव से समझने एवं सीखने का अनुसरण

स्वयं को महानता की श्रेणी में स्थापित करने के लिए विशेष रूप से व्यक्ति द्वारा आत्मिक अध्ययन में पुरुषार्थ अनुसंधान की गूढ़ता का अनुसंधान किया जाता है। आत्मा के गुण एवं शक्तियों को समझने, सीखने एवं अनुभव करने की प्रक्रिया का अनुसरण करना प्रत्येक व्यक्ति का नैतिक धर्म होता है जो उसे श्रेष्ठ कर्म करने के लिए प्रेरित करता है। जीवन में आत्म ज्ञान हो जाने के पश्चात ईश्वरीय सत्ता के साथ संबंध बन जाना व्यक्ति के पुण्य का परिणाम है जो अन्तःकरण से इसपर स्वृति द्वारा स्वयं स्थिति की उच्चता में उत्थान की स्थिति का उत्तराधिकारी अवस्था का निर्माण होता है। अतिमिक अवस्था का निर्माण पुरुषार्थ से इसलिए सुनिश्चित हो जाता है क्योंकि आत्मा की मूलभूत पूँजी - ज्ञान, सुख, शांति, अनांद, प्रेम, पवित्रता एवं शक्ति अपने वास्तविक स्वरूप में सदा विद्यमान रहती है। व्यक्तिगत जीवन में आत्मिक अध्ययन का परिणाम पुरुषार्थ के परिमार्जन द्वारा ‘स्वमान’ की जागृति है जो कर्म की पवित्रता को बनाए रखने में सहायक होती है।

आत्मिक सरलता के भावजगत में सहज क्रियान्वयन

जीवन के प्रति संवेदनशील दृष्टिकोण का निर्माण करते हुए अतिमिक अध्ययन का सूक्ष्म एवं निष्पक्ष विश्लेषण व्यक्ति को उसके पुरुषार्थ अनुसंधान की दिशा की ओर अग्रसर कर देता है। स्व-चिंतन ही उत्तरि की सीधी है। इस सत्य की स्वीकारोक्ति आत्मा को अन्तर्मुखी अवस्था द्वारा सदा सुखी रहने के रहस्य तक सहजता से पहुँचा देती है। आत्मिक सरलता के भावजगत की पवित्रता के लिए निरंतर पुरुषार्थ क्रियान्वयन का सम्पूर्ण जीवन काल की श्रेष्ठतम स्थिति का महानतम अनुसंधान है। मानव जीवन को हीरे तुल्य बनाने की प्रक्रिया में व्यक्ति की सरलता, सहजता एवं विनम्रता का व्यावहारिक क्रियान्वयन महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सामाजिक अनुसंधान के कई निष्कर्ष सरलता के गुण से युक्त व्यक्तियों को मानवता की रक्षा का प्रेरणास्रोत मानते हैं क्योंकि उनके भीतर आधारमूर्ति, उद्घारमूर्ति, अनुभवीमूर्ति एवं उदाहरणमूर्ति बनकर कल्याणकारी कार्य करने की अद्भुत इच्छा शक्ति निहित होती है।

<h3

रियल लाइफ

ईश्वरीय ज्ञान के मनन-चिंतन और रसास्वादन का आनंद प्रजापिता ब्रह्मा बाबा

संस्थापक

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

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

सेवा-कार्य करने के लिए बाबा द्वारा

बताये हुए नियम

“जब हमें बाबा ने अपने लौकिक घर में जाकर ज्ञान-सेवा करने की आज्ञा दी तो साथ ही साथ उन्होंने हमें छः विशेष बातों के लिए सतर्क रहने की शिक्षा दी। बाबा ने कहा - “बच्ची, जब आप लौकिक सम्बन्धियों के पास जाकर खड़ी हों तब एक तो आपकी स्थिति ऐसी आत्म-निष्ठ हो कि उन्हें आपसे दैहिक सम्बन्ध की रंचक भी भासना न आए। आपको देखते ही उनकों यह संकल्प न आए कि यह हमारी बेटी है, बहन है आदि और उनके मन में मोह जागृत न हो बल्कि उन्हें आप एक शक्ति के रूप में ही दिखाई दें। दूसरे, उन पर आपका इतना आत्मिक प्रभाव होना चाहिए कि वे आपको मोह के वशीभूत होकर गले न लगायें। तीसरे, आप उनके यहाँ फल, दूध आदि शुद्ध ही भोजन ले सकती हैं और कोई चीज नहीं ले सकती। चौथे, आप उनका एक भी पैसा आपने लिए खर्च नहीं कर सकती क्योंकि अभी आप ईश्वरीय कुल की हैं और ऐसा समझिये कि आप योग की भट्टी में हैं। बच्ची, दूसरे धन और अन्न का भी मन पर बहुत प्रभाव पड़ता है। इसलिए आप उनके धन से या उनके हाथों से बना भोजन नहीं ले सकतीं क्योंकि वे मनोविकारों पर विजय प्राप्त करने का पुरुषार्थ नहीं करते हैं। पाँचवें, ईश्वरीय ज्ञान देकर अब उनका दृष्टिकोण बदलना है और आपने इस ज्ञान द्वारा अपना जीवन जैसा उच्च बनाया है, उसका उन्हें परिचय देकर उन्हें भी जीवन दिव्य बनाने की सबल प्रेरणा देनी है। छठवीं बात यह है कि आप उन्हें ईश्वरीय ज्ञान देने में इतनी लगन, इतनी निष्ठा, इतनी मेहनत से कार्य करना कि वे भी उससे प्रभावित और लाभान्वित होकर उत्सुकता एवं जिज्ञासा को लेकर अलौकिक अनुभव करने के लिए आपके साथ ही इस सत्संग में आ जाएँ।”

कई वर्ष ‘यज्ञ’ में रहने के बाद लौकिक घर की ओर यात्रा

इस प्रकार से ईश्वरीय आदेश और सन्देश लेकर पाँच-छः वर्ष निरन्तर यज्ञ में तपस्या में रहने के बाद हम कराची से हैदराबाद गईं। यात्रा करते समय हमने खब

अन्तर्मुखता धारण की और हम ईश्वरीय ज्ञान के अलौकिक मनन-चिंतन और रसास्वादन का ही आनन्द लेती रहीं। आखिर मैं अपने लौकिक घर जा पहुँची। दूसरी बहनें भी अपने-अपने लौकिक घर की ओर चली गयीं।

पिछले पाँच-छः वर्षों से लौकिक सम्बन्धियों से हम नहीं मिली थीं। हाँ, यज्ञ-माता और यज्ञ-पिता के निर्देश के अनुसार हम उन्हें कभी-कभी पत्र लिख दिया करती थीं जिसमें ईश्वरीय ज्ञान ही का वर्णन होता था। इन पत्रों का आशय भी यहीं होता था कि ईश्वरीय ज्ञान द्वारा उनका भी कल्याण हो जाये। अब जब हम घर की ओर रवाना हुई तो हमने घर वालों को पत्र या तार द्वारा अपने आने के बारे में कोई अधिम सूचना नहीं दी थी। हमारे सम्बन्धी शायद सोच भी नहीं सकते थे कि हम कभी लौट कर आपने-आप उनके घर तक पहुँचने से पहले ही मुहल्ले में मेरी लौकिक भतीजी ने मुझे आते देखकर, भाग कर घर में जाकर कहा कि “वह एक जो पहले हमारे घर में थी और ‘ओम मण्डली’ में जाया करती थी और बाद में यहाँ से चली गई थी, वह आ रही है।” उसे मेरा नाम याद न था क्योंकि जब मैंने हैदराबाद छोड़ा था तब वह बहुत छोटी थी। उस कन्या ने जब मेरे आगमन की सूचना दी तो घर वाले बहुत हैरान हो गए थे। उन्हें उसके कथन पर विश्वास भी न हुआ था। उसकी बात को सुनकर घर में हलचल मच गई थी और सभी मुझे देखने के लिए उत्सुक हो गए थे। मेरी लौकिक माँ को भण्डारे (पाकशाला) में जाकर जब किसी ने सूचना दी तो वे सब कार्य छोड़कर ऐसे भाग उठी थीं कि जैसे अनायास ही कोई लाटरी मिल गई हो।

मेरी लौकिक माता के इस कमरे तक पहुँचने के लिए एक जीने पर चढ़कर जाना पड़ता था। मैं सभी सीढ़ियाँ चढ़कर अभी मकान के दरवाजे पर पहुँची ही थीं कि मेरी लौकिक माता भागती हुई भण्डारे से आकर उस दरवाजे तक पहुँची थीं। बस, उस दरवाजे के बाहर मैं खड़ी थी और अन्दर वह खड़ी थी। मैं के हृदय में सुषुप्त ममता शायद जाग उठी होगी। वह बहुत ही खुश और चकित हुई-सी लपक कर मुझे अपनी भुजाओं में लेकर अपने गले से लगाना चाहती थी, ऐसा उनका हाव-भाव मालूम होता था परन्तु....मैं उस जीने की अनिम्न पौड़ी पर एक टिक खड़ी हो गई और अनायास ही मेरा हाथ वरद मुद्रा में खड़ा हो गया मेरी लौकिक माता कि आंखों से कुछ अश्व टपके थे। मैं पहले तो आत्मिक दृष्टि से उनकी ओर देखते हुए मौन-मूर्ति की तरह खड़ी हुई निहारती रही। वह भी थम गयी थी। एक मिनट ही शायद गुजरा होगा कि मेरे मुख से स्वतः अव्यक्त शब्दों में आकाशवाणी कि तरह ज्ञान के कुछ बोल निकल पड़े। अगले अंक में क्रमशः

५ दीपावली पर विशेष कार्यक्रम.....

दीयों की रोशनी के बीच अज्ञान अंधकार मिटाने का संकल्प

राजयोग के अभ्यास से जन्म

जन्मांतर के रोग मिट जाते हैं

शिव आमंत्रण माउंट आबू। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय पाण्डव भवन, ज्ञान सरोकर और शान्तिवन में दुधिया रोशनी के बीच पूरा परिसर जगमगा उठा। तीनों ही स्थानों पर आध्यात्मिकता पूर्ण दिपावली मनायी गयी। देश से लेकर विदेश तक के मेहमान शामिल हुए। सजावट तो ऐसी कि जैसे लगा धरती पर स्वर्ग उत्तर आया हो। इसी सुन्दरता के बीच संस्थान की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने कहा कि ज्ञान का दीप जलाना ही दीपावली मनाना मनाना है। यह सही मायनों में तभी दीपावली होगी जब हम अपने अन्दर व्यास अज्ञान अंधकार मिटाने का संकल्प लेंगे।

संस्था की संयुक्त मुख्य



माउंट आबू का जगमगाता मनोरम दृश्य।

प्रशासिका राजयोगिनी रत्नमोहिनी, ब्रह्माकुमारीज संस्था के महासचिव बीके निवैर, राजयोगिनी दादी पूर्ण शांता, लण्डन से आई ब्रह्माकुमारी संगठन यूके की निदेशिका बीके जयन्ती, ज्ञान सरोकर निदेशिका डॉ. निर्मला, संस्था की कार्यक्रम निदेशिका बीके मुनी, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष बीके करुणा, ब्रह्माकुमारीज संस्था के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय समेत कई लोगों ने अपने अपने विचार व्यक्त किये।

समाज को बुद्धाइयों से मुक्ति का लिया संकल्प



बिलासपुर के सांसद ने किया चैतन्य देवियों की झांकी का अवलोकन

शिव आमंत्रण बिलासपुर। बिलासपुर के सांसद भ्राता अरुण साव ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा दयालबंद स्थित सी.जे. पटेल ग्राउण्ड में आयोजित चैतन्य देवियों की झांकी का अवलोकन किया। दीप प्रज्ज्वलन एवं महाआरती के पश्चात् कार्यक्रम के प्रति शुभकामनाएं व्यक्त करते हुए आपने कहा कि समाज को बुद्धाइयों से मुक्त करने की दिशा में ब्रह्माकुमारीज द्वारा जो कार्य चल रहा है, निश्चित रूप से इसका असर आने वाले समय में हमें देखने को मिलेगा। हमारा सौभाग्य है कि इस झांकी में माता के नीं रूपों और ब्रह्माकुमारी ज्ञानांग के द्वारा हमें आशीर्वाद मिला है क्योंकि चैतन्य देवी बनना एक कठिन तपस्या है और यह तपस्या अलौकिक, अद्भूत व अनुपम है इसकी तुलना करना कठिन है। ऐसी झांकी का आयोजन बिलासपुर शहर व आसपास के लोगों के लिए हर बार होनी चाहिए। इस झांकी बहुत चर्चा रही, कई लोगों ने मुझसे पूछा कि आपने यह झांकी देखी। बहुत लोगों ने इसका अनंद लिया और खास यहां जो बैठकर देखने की व्यवस्था बनाई गई है, इससे सभी ने इत्मिनान से इसका लाभ उठाया है। भ्राता अरुण साव जी के साथ इंश्योरेस सर्वेंयर भ्राता नरेश अग्रवाल एवं सेवाकेंद्र प्रभारी ब्रह्माकुमारी मंजू दीदी थी।

संदेश

उत्तराखण्ड में 25 दिवसीय मेरा उत्तराखण्ड व्यसनमुक्त उत्तराखण्ड अभियान जारी

नथा और तनाव दूर करने में राजयोग है जादू की छड़ी

शिव आमंत्रण देहरादून। ब्रह्माकुमारीज के चिकित्सा प्रभाग द्वारा उत्तराखण्ड में 25 दिवसीय मेरा उत्तराखण्ड व्यसनमुक्त उत्तराखण्ड अभियान चलाया जा रहा है जिसकी लाँचिंग एवं उद्घाटन देहरादून के मुख्य सेवाकेन्द्र सुभाष नगर से की गई। इसके शुभारम्भ पर मुख्यालय से आए प्रभाग के सचिव बीके डॉ. बनारसी लाल ने बताया, कि नशे का मुख्य कारण तनावपूर्ण जीवन है और तनाव से राहत राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से आसानी से प्राप्त की जा सकती है।

राजयोग एक ऐसा जातू है जिससे 10,000 रोगियों की हृदय धमनी खुल गई। राजयोग के अभ्यास के 7 दिनों के भीतर डायबोटिस रोगियों में शर्करा पर नियन्त्रण लाया गया। उन्होंने 21 से 24 नवंबर तक माउंट आबू में होने जा रहे मेडिकल विंग के राष्ट्रीय सम्मेलन में सभी डॉक्टरों को आमंत्रित किया। इस कार्यक्रम में चारथाम विकास



दीप प्रज्ज्वलन कर व्यसनमुक्त उत्तराखण्ड अभियान का शुभारंभ करते अतिथि।

परिषद के उपाध्यक्ष आचार्य शिव प्रसाद ममगई, लॉ एण्ड ऑर्डर के ए.डी.जी.पी अशोक कुमार, आई.एम.ए अध्यक्ष डॉ. संजय कुमार गोयल, मेडिकल विंग पंजाब ज़ोन के इंचार्ज बीके डॉ. राम प्रकाश, देहरादून सबज़ोन प्रभारी बीके मंजू विशेष रूप से उपस्थित थी। इस मैटे पर व्यसनमुक्त भारत के राष्ट्रीय समन्वयक और ग्लोबल टोबैकॉ अवेअरनेस ब्रह्माकुमारिज, मुंबई के निदेशक बीके डॉ.

सचिव ने बताया, कि नशे से बचने और इसे रोकने के लिए एक मजबूत इच्छा शक्ति का होना अति आवश्यक है। बीके डॉ. सचिव परब ने कहा, कि नशा बुरा नहीं है, जीवन का सकारात्मक आनंद सकारात्मक नशा से आना चाहिए। स्कूल और कॉलेज के बच्चों और युवाओं को सुरक्षा देने की जरूरत है। जब युवा इस दलदल से बाहर निकलेंगे तभी दूसरों को प्रेरित कर सकेंगे।

सार समाचार

चैतन्य देवियों की झांकी से दिया संदेश



शिव आमंत्रण बरेली। ब्रह्माकुमारीज के सिविल लाइंस सेवा केंद्र पर चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करते हुए पीएसी कमांडेट विकाश कुमार वैद्य, विवाह वैद्य, बीके पार्वती(क्षेत्रीय संचालिका, बरेली), बीके नीता।

बेटी बच्चाओ, बेटी पढ़ाओ अंतरराष्ट्रीय

बालिका मुहिम घलाने का शुभारंभ

शिव आमंत्रण राजगढ़। अंतर्राष्ट्रीय बालिका दिवस कार्यक्रम की शुरुआत



करते जिला ट्रेजरी अधिकारी आशीष नंदन, जिला महिला सशक्तिकरण अधिकारी श्याम बाबू खरे, धाकड़ समाज की राष्ट्रीय अध्यक्ष मोना सुस्तानी, शिक्षक सत्यनारायण शर्मा तथा ब्रह्माकुमारीज ईश्वरीय विश्व विद्यालय की राजगढ़ जिला प्रभारी बीके मधु बहन।

नारी का सर्वोच्च रूप हैं देवियां, इसलिए

जीवन में देवी बनाने का लक्ष्य एवं

शिव आमंत्रण खड़ा। सेवा केंद्र खड़ा, महराजगंज उत्तरप्रदेश में चैतन्य



महराजगंज खड़ा में चैतन्य नौ देवियों की सजाई गई झांकी।

देवियों की झांकी का 4 दिवसीय आयोजन किया गया। जहां हजारों लोगों को इस चैतन्य देवियों की झांकी का आध्यात्मिक रहस्य बता कर ईश्वरीय संदेश देने का कार्य किया गया। इस झांकी को देखने की संख्या में लोग उपस्थित हुए।

800 बीके भाई-बहनों की मौजूदगी में झांकी निकाल कर दिया ईश्वरीय संदेश

शिव आमंत्रण बैंगलूरु। विश्व शांति राजयोग भवन गोद्वारे, बैंगलूरु में



चैतन्य देवियों की झांकी में सजी बहनें।

स्पार्क विंग की ओर से 'एक्सप्रेसिन्सींग गॉडली नॉलेज' का आयोजन किया गया। जिसमें भारत भर से करीब 800 बीके भाई-बहनों ने भाग लेकर इस कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। जहां चैतन्य देवियों की झांकी लगाकर अनेकों लोगों को ज्ञान और योग का संदेश दिया गया। मौके पर हजारों लोगों ने इस आध्यात्मिक प्रवचन का भी लाभ लिया।

सार समाचार

राज्यपाल ने किया वार्षिक कार्यक्रम का उद्घाटन



शिव आमंत्रण ◎ सुन्नी शिमला। उप सेवाकेन्द्र के द्वितीय वार्षिक उत्सव पर हिमाचल प्रदेश के महामहिम राज्यपाल दीप प्रज्ञलित करते हुए। साथ में मार्डंट आबू से बीके प्रकाश, बीके अंजली, बीके अनिता, बीके शंकुन्तला और बीके रेवादास के साथ कार्यक्रम को उद्घाटन करते हुए। इस कार्यक्रम में अनेक लोगों ने भाग लेकर ईश्वरीय प्रवचन सुनकर लाभ लिया।

एकूली बच्चों को दी मेडिटेशन की शिक्षा



शिव आमंत्रण ◎ सागर/गग्न। भारत को विश्व गुरु बनाने में सर्व वर्गों का योगदान कार्यक्रम के तहत शहर की संस्थाओं व स्कूलों में सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके छाया के नेतृत्व में कई सेमीनार आयोजित किए गए। इस दौरान बीके नारायण इंदौर, बीके बबीता भरतपुर, बीके नीलम, बीके लक्ष्मी, बीके खुशबू, बीके संध्या, बीके ऑकारचंद ने स्कूली छात्र-छात्राओं को चरित्र निर्माण की शिक्षा के साथ राज्योग मेडिटेशन का अभ्यास कराया।

एक दिन पूरे विश्व का गुरु जार्ज बनेगा भारत



शिव आमंत्रण ◎ सतना/गग्न। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा आयोजित कार्यक्रम में कलेक्टर डॉ. सत्यन्द्र सिंह मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। इस दौरान बीके गीता द्विवेदी, डॉ. बीबी सिंह चौहान, डॉ. सीपी तिवारी, राजेश दुबे, बीके हरिनाथ सिंह, बीके छोटेलाल, बीके अशीष, सोम प्रभा, बीके आरयस श्रीवास्तव, बीके सुजाता, अच्छे लाल, ममता, यसके गुप्ता, प्रतिभा, प्रज्ञा आदि उपस्थित रहे।

साधु-संतों को दिया राज्योग का संदेश



शिव आमंत्रण ◎ छतरपुर/गग्न। छतरपुर में स्वामी भगवानदास महाराज, निर्मोही अखाड़ा को ईश्वरीय सौनात देते हुए बीके नारायण भाई इंदौर व बीके रामा। वहाँ अनेक साधु-संतों ने ईश्वरीय संदेश सुनकर लाभान्वित हुए। सबने परमात्मा का सत्य परिचय से अवगत होकर खुशी से झूम उठे। सबने माना कि ब्रह्माकुमारीज का ईश्वरीय ज्ञान जन-जन को बदलाव लाने में महत्वपूर्ण साबित हो रहा है।

सच्चे अर्थों में भारत को विश्वगुरु बनाने का कार्य कर रही है ब्रह्माकुमारीज़: शिवराज सिंह चौहान

शिव आमंत्रण ◎ गोपाल। भारत प्राचीन देश है। यहाँ की संस्कृति बहुत प्राचीन एवं पावन है। जब कई देशों में सभ्यता विकसित नहीं हुई थी, उसके पहले हमारे देश में वेदों की रचना हो गई थी। ब्रह्माकुमारीज की दीदियां ईश्वरीय ज्ञान एवं राज्योग साधना द्वारा चरित्र निर्माण कर पवित्र बनाकर ब्रह्मस्वरूप बना रही हैं।

उक्त विचार मध्यप्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान ने व्यक्त किए। वे ब्रह्माकुमारीज भोपाल जोन द्वारा भारत को विश्व गुरु बनाने में सभी वर्गों के योगदान विषय पर आयोजित सात दिवसीय कार्यक्रम के उद्घाटन में बोल रहे थे।

उन्होंने कहा कि मैं भी इस ईश्वरीय परिवार का सदस्य हूं। भारत को विश्व गुरु बनाने में ब्रह्माकुमारीज 1936 से लगातार कार्य कर रही है। ब्रह्माकुमारीज मीडिया प्रभाग के राष्ट्रीय अध्यक्ष राज्योगी करुणा ने कहा कि 140 देशों में ब्रह्माकुमारीज के सेवाकेन्द्र कार्य रहे हैं, जिनका संचालन बहनें करती हैं। ब्रह्माकुमारीज में तीन बातें सिखाई जाती हैं। एक ईश्वर, एक विश्व, एक परिवार।

वैज्ञानिक एवं अभियंता प्रभाग के राष्ट्रीय अध्यक्ष बीके मोहन सिंहल ने कहा कि पूरी धरती एक कुटुंब है, जिसमें प्रकृति के पांच



सभा को संबोधित करते मध्यप्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान।

तत्व, जानवर एवं पक्षी भी आते हैं। ब्रह्माकुमारीज के संस्थापक प्रजापिता ब्रह्मा बबा में सबको साथ लेकर चलने की कला थी। वे सहज ही दूसरों का मन जीत लेते थे। हमें भी दूसरों के मन जीतने हैं।

रशिया से पथरे ब्रदर सासा ने कहा कि इस ईश्वरीय ज्ञान से प्रेम, आनंद, शक्ति आदि मिलती है, जिससे पवित्रता आती है। इस ज्ञान को सारे विश्व में फैलाएं तो भारत निश्चित ही विश्व गुरु बन जाएगा। ब्रह्माकुमारीज के चिकित्सा प्रभाग के कार्यकारी सचिव बीके बनारसी ने कहा कि राज्योग की चिकित्सा पद्धति से छः महीने में हार्ट के ब्लॉकेज खुल सकते हैं। अनेक ऐसे उदाहरण हैं। हम मार्डंट आबू से विश्व गुरु बन जाएगी। यह अभियान पूरे प्रदेश में चलाया गया।

सिखाकर भोपाल को स्वस्थ एवं हृदय रोग मुक्त करना चाहते हैं।

पुस्तक का किया गया विमोचन कार्यक्रम में दिल्ली से पधारी ब्रह्माकुमारीज ओमशार्ति रिट्रीट सेन्टर, दिल्ली की निदेशिका राज्योगिनी बीके शुक्ला दीदी ने आशीर्वचन दिए। इस अवसर पर सर्व वर्गों की एक पुस्तक का विमोचन भी किया गया। इस कार्यक्रम में भोपाल जोन की निदेशिका बीके अवधेश, छतरपुर क्षेत्र की प्रभारी बीके शैलजा, बीके नीतू, बीके रीना सहित मार्डंट आबू से पथरे राज्योगी बीके भाई-बहनें और स्थानीय नागरिकण बड़ी संख्या में उपस्थित रहे। यह अभियान पूरे प्रदेश में चलाया गया।

दैनिक जीवन में राज्योग के प्रयोग से बढ़ती है खुशहाली: बीके पूनर्जन



बिजनौर, यूपी। गुब्बारे उड़ाकर खुशी का इजहार करते संस्थान के सदस्य तथा अन्य लोग।

संदेश

खुशी बढ़ती है देने से, मांगने से नहीं: बीके संतोष

खुशी मांगने से नहीं देने से बढ़ती है: बीके संतोष



दीप प्रज्ञवलन कर कार्यक्रम का शुभारंभ करते अतिथि।

शिव आमंत्रण ◎ घंडीगढ़। एसडी कॉलेज के ऑडिटोरियम में सहज राज्योग द्वारा शान्ति, एकता एवं खुशहाली विषय पर सेमीनार आयोजित किया गया। इसमें महाराष्ट्र जोन की निदेशिका बीके संतोष ने कहा कि आज के जीवन में हमारे पास भौतिक संसाधनों की कमी नहीं, कमी है तो संतुष्टि की ओर जिसका कारण है स्वार्थ।

मानव को जिस चीज की कमी हो उसकी प्राप्ति का एकमात्र उपाय उस चीज का दान है। इस दौरान जस्टिस दया चौधरी, जस्टिस राजन गुप्ता, जस्टिस एन जिंदल, चंडीगढ़ कमीशन फॉर प्रोटेक्शन ऑफ चाइल्ड राइट्स की अध्यक्षा हरजिंदर कौर, संस्था के प्रजावाज जोन के निदेशक बीके अमीरचंद, चाइना की नेशनल कॉर्डिनेटर बीके सपना,

चंडीगढ़ सेक्टर-44 सी की प्रभारी बीके कविता भी विशेष तौर पर मौजूद थीं। चाइना के कलाकारों ने बांधा समाज इसमें चाइना से आई बीके सपना ने उपस्थित लोगों को राज्योग मेडिटेशन का अभ्यास कराया, साथ ही चीन से आए कलाकारों ने भारतीय गीतों पर समां बांध दिया।

समर्थयों का आना एवमाविक है लेकिन उसका समाधान भी हमारे पास है: मंत्री रमेशचंद्र मीणा



प्लैबैक सिंगर मामे खान को सौगात भेट करते हुए बीके स्नेहा, बीके प्रीति और बीके पूजा।

शिव आमंत्रण ◎ जयपुर। राजस्थान सरकार से खाद्य मंत्री रमेशचंद्र मीणा ने युवाओं को संबोधित करते हुए कहा, की ब्रह्माकुमारी संस्थान विश्व भर में हर मानव को जीवन जीने की श्रेष्ठ कला बता रही है। उन्होंने कहा, कि हम सभी के जीवन में समस्याओं का आना स्वभाविक है परंतु उसका समाधान भी हमारे पास है। केवल हम अपने आपको

जांच करे तो समाधान मिल जाएगा। शरीर तंदुरुस्त रखे और आत्मा के फिटनेस के लिए आधा एक घंटा ध्यान लगाये। अदमी को सत्य और धर्म के उपर चलना चाहिए। ब्रह्माकुमारीज ने नशा प्रवृत्ति छोड़ने के लिए जो सिस्टम डेवलप की है उसके लिए तोड़ नहीं है। जयपुर में राजस्थान विश्वविद्यालय में ब्रह्माकुमारीज द्वारा चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों

के प्रबंधन विषय पर कार्यक्रम का आयोजन हुआ। राजापार्क सबजोन प्रभारी बीके पूनम ने युवाओं को अनेकानेक चुनौतियों का सामना करने के गुरु सिखाए। कार्यक्रम में मसूर बॉलीवुड प्लैबैक सिंगर मामे खान ने अपनी सुंदर प्रस्तुति से कार्यक्रम को रंगारंग बना दिया। मामे खान ने कहा, इतने बड़े हितुस्तान में एक लाख लोग मुझे जानते हैं, तो यह अपने आप में बहुत बड़ी उपलब्धि है, जिंदगी का सक्सेस है। सफलता एक दिन में नहीं मिलती उसके लिए कठी मेहनत करनी पड़ेगी। यह जीवन एक सुंदर प्रवास है। सफलता के लिए मेहनत कीजिए और सफल जीवन जीये। मौके पर उपस्थित मिसेज इंडिया यूनिवर्स प्रीति मीणा ने अपना अनुभव सुनाते हुए कहा, की चुनौतियों का सकारात्मक सोच के साथ डटकर सामना करें। उन्होंने आगे कहा कि चुनौतियां हमें आगे बढ़ाने के लिए आती हैं हमें दूसरों की कमी कमजोरी को ना देख कर स्वयं की कमी कमजोरी को देखें तथा उसको सुधारने का प्रयास करें।

बीके मुज्जी को वर्ल्ड बुक ऑफ रिकार्ड्स, लंदन ने किया सर्वानित



शिव आमंत्रण ◎ शातिवन। ब्रह्माकुमारीज की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी की उपस्थिति में कार्यक्रम प्रबंधक व मैनेजर राजयोगिनी बीके मुन्त्री को ईश्वरीय सेवा के 50 साल पूरे होने पर वर्ल्ड बुक ऑफ रिकार्ड्स लंदन द्वारा अहमदनगर के डॉ. दीपक हरके ने प्रशस्ति पत्र भेट किया। इस मौके पर, बीके हंसा, डॉ. बीके सुवर्णा, बीके संजय, बीके उषा मौजूद रहीं।

जिला कलेक्टर को दिया ईश्वरीय संदेश



शिव आमंत्रण ◎ राजस्थान। जिला कलेक्टर चेतन देवरा जी को म्हरो राजस्थान, समृद्ध राजस्थान अभियान की जानकारी देने के पश्चात प्रशस्ति पत्र लेते हुए बीके आशा बहन, बीके शिवली बहन, बीके अनिता बहन।

ज्ञान रूपी ज्योति जगाने का पर्व है दीपावली



शिव आमंत्रण ◎ बिलासपुर/छग। ओम शाति सरोवर सेवाकेंद्र के बीके भाई-बहनों ने बड़े ही धूमधाम से मनाया दीपावली का पर्व। जहां बीके छाया ने इस दीपावली का आध्यात्मिक रहस्य बताते हुए कहा कि यह अज्ञान रूपी अंधकार को मिटाकर ज्ञान रूपी ज्योति जगाने का पर्व है। मौके पर उपस्थित बीके संगीता, बीके कृष्णा, बीके गरिमा, बीके सरिता, बीके दुर्गा और बीके खुशी मौजूद होकर ईश्वरीय संदेश देने में सहयोग दिया।

श्रीश्री रविशंकर को ईश्वरीय सौगात देते बहनें



शिव आमंत्रण ◎ शिनोઈ/गुजरात। आर्ट ऑफ लीविंग के संस्थापक श्री श्री रविशंकर महाराज को ईश्वरीय सौगात देकर बीके धरती ने ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय आने का निमंत्रण दिया।

खेलों के माध्यम से कराया इनर लीडर से परिचय



सामुहिक शारीरिक योग करते प्रोफेशनल्स।

शिव आमंत्रण ◎ बैंगलुरु। बैंगलुरु के ज़कुर रिट्रीट सेंटर में 'द आर्ट ऑफ इनर लीडरशिप' थीम पर आई.टी. प्रोफेशनल्स के लिए त्रिविद्यारी साइलेन्स रिट्रीट आयोजित की गई, जिसमें सैकड़ों लोगों ने भाग लिया। इस रिट्रीट की शुरुआत कैंडल लाइटिंग से हुई, जहां विरष्ट राजयोग शिक्षिका बीके पद्मा, बीके बिंदु एवं मुख्य वक्ता बीके प्रकाश ने सभी प्रतिभागियों को अपनी शुभकामनाएं देते हुए इस आयोजन का पूर्ण लाभ लेने का आग्रह किया। रिट्रीट की मुख्य केन्द्र बिन्दुओं की बात करें तो कई रचनात्मक गतिविधियां समेत आध्यात्मिक खेलों के माध्यम से सभी का मनोरंजन हुआ, वहाँ 'डिस्कवर द इनर लीडर' विषय के तहत उन्हें स्वयं की सत्य पहचान करते हुए आत्मा में निहित शक्तियों से अवगत कराया गया, आगे 'विजडम टू बी', 'द होलिस्टिक कनेक्शन' 'एस.ओ.एल रिफ्लेक्शन' आदि विषयों के द्वारा परमात्मा के साथ जुड़ने की टेक्नीक सिखाई गई। रिट्रीट के आखरी दिन उन्नत नेतृत्व के लिए 7 अनुष्ठान के बारे में बताया गया, जिसमें स्वयं के आंतरिक जांच, विश्वास का निर्माण, सोच में उल्कृष्टता तथा अन्य टॉपिक शामिल थे। इसके अलावा वर्चु हब, आध्यात्मिक स्टॉल्स, विजुअल हाइलाइट्स, योग सेशन्स समेत कई प्रतियोगिताएं भी विशेष रूप से शामिल रही।

ईश्वर का पता नहीं होने से नहीं ले पा रहे ताकत

शिव आमंत्रण

गोहाली। पंजाब, हरियाणा, हिमाचल, जम्मू कश्मीर, उत्तराखण्ड व चंडीगढ़ के ब्रह्माकुमारीज के निदेशक बीके अमीर चंद ने कहा, कि वर्तमान समय जितनी अधिक साधन व सुविधाएं हैं उतनी अशांति, भय व आतंक बढ़ रहे हैं। पहले झूठ नहीं बोलते थे, किसी को दुःख नहीं देते थे सुख से जीवन व्यतीत करते



सभा को संबोधित करते बीके अमीरचंद।

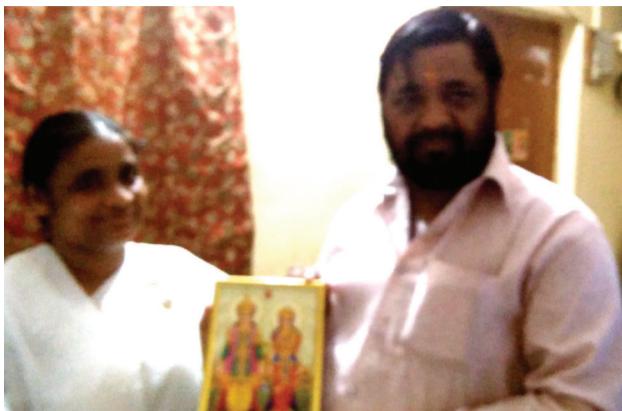
थे। ईश्वर पर विश्वास है पर उसका न पता है न समझ है इसलिए उससे ताकत नहीं ले पा रहे। परिवार का ढांचा चरमरा रहा है, बच्चों से भी बात करने से डरने व घबराने लगे हैं। अपल में आध्यात्म से दूर होने से मूल्य नहीं रहे हैं। अब मूल्यों को अपनाने की जरूरत है उसके लिए राजयोग सीखें। आध्यात्म से जुड़ेंगे तो गलत कर्म नहीं होंगे। ये विचार ब्रह्माकुमारीज के सुख शांति भवन फेज 7 में राजयोगी बीके अमीरचंद ने 'परमात्म शक्ति द्वारा स्वर्णिम युग' की भव्य लाचिंग के कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में सभा को संबोधित करते हुए व्यक्त किये। लाचिंग सेरीमनी में मोहाली के विभिन्न वर्गों के 31 गणमान्य व्यक्तियों जिनमें बस्सी के विधायक गुरुप्रीत सिंह,

राजयोगिनी बीके संतोष, बीके योगिनी, बीके प्रेमलता, बीबी परमजीत कौर लांडरां, बीके रमा, बीके कविता, हरियाणा के अतिरिक्त एडवोकेट जनरल हरीश घई, डीप्पलास्ट प्लास्टिक्स लि. के प्रबंध निदेशक अशोक गुप्ता, सीनीयर डिप्टी मेयर रिश्व जैन, एयर पोर्ट के मेनेजर एस.पी.सिंह, पी. जी.आई. के सर्जन डा.

मंजुल त्रिपाठी, पूर्व जिला एवं सत्र न्यायाधीश गुरुचरन सिंह सरां, एन.एस. कलसी व कई नगर निगम के पार्षदों आदि ने भाग लिया। मुख्य से पधारी ब्रह्माकुमारीज के महाराष्ट्र, आग्रा प्रदेश व तेलंगाना राज्यों की जोनल प्रमुख राजयोगिनी बीके संतोष ने कहा, परमात्मा पिता को भूलने से ही आत्मा शक्तिहीन हो दुःख, अशांति व विकारों की शिकार हुई है और देवत्व खो बैठी है। अब राजयोग अपनायें और जीवन दिव्य बनायें। इससे व्यक्ति अपनी कर्मदिव्यों का राजा बन सकता है। उन्होंने आगे कहा, कि आत्मा शांत स्वरूप है उसके वास्तविक स्वरूप में स्थित होने से ही वातावरण, समाज, देश व विश्व में शांति स्थापित हो सकती है।

सार समाचार

सांसद को बताया राजयोग का महत्व



शिव आमंत्रण सीतापुर। भ्राता कौशल किशोर, सांसद सिधौली को बीके रश्मि बहन, सिधौली ब्रह्माकुमारीज सेंटर इंचार्ज के द्वारा ईश्वरीय सौगात देते हुए। जहां उन्हें राजयोग मेडिटेशन के बारे में भी बताया गया।

मानसिक एवारथ्य दिवस पर कार्यक्रम आयोजित



शिव आमंत्रण वार्पी/गुजरात। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय वार्पी के द्वारा विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें मेडम लिना, मेजर भुतिया, बीके रश्मि, बीके लवन्या, भ्राता अमित मेहता, सागर भाई, डॉ. नलिन, अनिल भाई व अन्य कई भाई-बहनें शामिल हुए।

परमात्म शक्ति द्वारा आ रहा एवरिंग युग



शिव आमंत्रण काठमांडू। समाज सेवा प्रभाग के द्वारा 'परमात्म शक्ति द्वारा स्वर्णिम युग की स्थापना' विषयक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए नेपाल की केंद्रीय मंत्री बहन पदमा कुमारी, बीके राज दीदी, बीके अमीरचंद, बीके प्रेम भाई।

डॉक्टरों को राजयोग का प्रयोग बताया



शिव आमंत्रण दिल्ली। विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस को लेकर सभी डॉक्टरों को जागरूक करने के उद्देश्य से ब्रह्माकुमारीज इंद्रपुरी से बीके गायत्री व बीके अभिनव द्वारा दिल्ली के संजय गांधी हॉस्पिटल के एम. एस. डॉ. पी.एस. नर्यर, डॉ. हरीश ग्रोवर (एमबीबीएस, एम. डी.गोल्डमेडल, एफआरएसटीएम लंदन, एफसीजीपी इंडिया) सर गंगाराम हॉस्पिटल, डॉ. चंद्रकांता, डॉ. डॉली, डॉ. वरुण शर्मा (बीएमएस) जैसे दर्जनों डॉक्टरों को राजयोग के महत्व को बताते हुए उन्हें जागरूक किया गया। बीके गायत्री ने उन्हें जागरूक करते हुए बताया कि राजयोग के प्रयोग से मानसिक तनाव से छुटकारा पाया जा सकता है साथ ही खुशनुमा जीवन जीने की कला तथा सकारात्मक सोच से खुद को ऊर्जावान बनाया जा सकता है। आगे उन्हें आहान किया कि व राजयोग की निःशुल्क शिक्षा लें तथा उनके पास आने वाले मरीजों को भी राजयोग सीखने की सलाह दें। जिससे एक सभ्य समाज का निर्माण हो और डब्ल्यूएचओ द्वारा विशेष रूप से जोर दिए जा रहे आत्म-हत्या के मामलों को पूर्णरूप से रोका जा सके।

३ दिल्ली के मयूर विहार फेज-1 में 'भगवत धाम' सेवाकेंद्र शुरू ब्रह्माकुमारीज के नए सेवाकेंद्र का शुभारंभ

शिव आमंत्रण **दिल्ली**। दिल्ली के मयूर विहार फेज-1 में नए सेवाकेन्द्र 'भगवत धाम' के शुभारम्भ पर उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया ने शिरकत कर अपनी शुभकामनाएं दी। इस मौके पर आयोजित कार्यक्रम में मयूर विहार फेज-1 के पार्श्व विहारी, गुरुग्राम के ओम् शन्ति रिट्रीट सेंटर की निदेशिका बीके आशा, मण्डावली सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सुनीता, मयूर विहार फेज-3 की प्रभारी बीके सीमा, स्थानीय सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शिर्ष, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक बीके जगरूप समेत अन्य कई सेवाकेन्द्रों की वरिष्ठ बीके बहनें मुख्य रूप से उपस्थित थीं। इस दौरान बीके आशा ने नए भवन के प्रति अपने उद्गार रखें एवं ईश्वरीय सेवाओं के विस्तार के लिए सभी से सहयोगी बनने का आह्वान किया। वहीं बीके सुनीता समेत अन्य वरिष्ठ सदस्यों ने अपनी शुभआशाएं व्यक्त की। इस कार्यक्रम में मण्डावली, इंद्रापुरम, मयूर विहार फेज-1, फेज-2 समेत अन्य केन्द्रों से जुड़े सदस्य भी मौजूद थे।



ब्रह्माकुमारीज के वरिष्ठ सदस्यों के सम्मान में अभिनन्दन महोत्सव का आयोजन



ओ.आर.सी कार्यक्रम में मंच पर उपस्थित अतिथि एवम् श्रोतागण।

शिव आमंत्रण गुरुग्राम। ब्रह्माकुमारीज के भोड़कलां स्थित ओम् शन्ति रिट्रीट सेंटर में संस्था के वरिष्ठ सदस्यों के सम्मान में अभिनन्दन पर्व का आयोजन हुआ। ब्रह्मा बाबा के समय से संस्था से जुड़े 80 से अधिक सदस्यों का शोभा यात्रा के माध्यम से बड़ी ही धूमधाम से स्वागत किया गया। अपनी त्याग-तपस्या और सेवा के बल से संस्था को आज इस ऊँचाई पर ले जाने में इन महान आत्माओं का विशेष योगदान रहा। कार्यक्रम में सभी के सम्मान में अभिनन्दन पत्र तैयार किये गये। कार्यक्रम का प्रारम्भ शंखनाद के द्वारा हुआ। कार्यक्रम में ओ.आर.सी. की निदेशिका बीके आशा ने अपने स्वागत संबोधन में कहा, कि ऐसी महान विभूतियों का सहयोग एक ऐसे समय पर रहा, जब संस्था अपने प्रारम्भिक दौर में थी। उन्होंने कहा, कि इन्होंने अपने तन-मन-धन से जो सहयोग दिया, उसने विश्व परिवर्तन के लिए आयोजित यज्ञ के लिए एक आधार का कार्य किया। ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन ने कहा, कि ब्रह्मा बाबा से जो भी मिला, उससे

उनके जीवन में व्यक्तित्व की एक अमिट छाप पड़ी। उन्होंने कहा, कि बाबा हमेशा निन्दा करने वाले को भी गले लगाते थे। उन दिनों की याद से आज भी आँखों में प्रेम के आँसू निकल आते हैं। दिली हरिनगर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शुक्ला ने कहा, कि बाबा के बल शिक्षा ही नहीं देते थे बल्कि हर कार्य पहले करके दिखाते थे। उन्होंने कहा, कि बाबा का जीवन सदैव ही मेरे लिए एक प्रेरणा स्रोत रहा है। कार्यक्रम में बीके गीता, बीके चक्रधारी, बीके विमला, बीके जयप्रकाश, बीके विद्या सागर, बीके शिव कुमार एवं संस्था के अन्य अनेक वरिष्ठ सदस्यों ने भी ब्रह्मा बाबा के समय के अपने अनुभवों को साझा किया। कार्यक्रम में गीत, संगीत, कविता एवं नृत्य नाटिका के माध्यम से भी सभी का स्वागत किया गया। कार्यक्रम में प्रसिद्ध गायक बीके युगरत्न और बीके जय गोपाल ने अपनी गायकी से सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। कार्यक्रम का संचालन बीके उमिल, बीके मधु, बीके दिव्या एवं बीके येशु ने किया। कार्यक्रम में 1000 से भी अधिक लोगों ने शिरकत की।

हेल्थ एंड हैप्पीनेस

वर्ल्ड मेंटल हेल्थ डे पर बीके पिंकी ने कहा-

बिना मानसिक एवारथ्य के नहीं हो सकता सम्पूर्ण एवारथ्य

शिव आमंत्रण कोलकाता। कोलकाता के बारानगर में वर्ल्ड मेंटल हेल्थ डे के तहत कार्यक्रम में सभा को संबोधित करते ब्रह्माकुमारीज की बारानगर शाखा से उपस्थित राजयोगिनी बीके पिंकी ने कहा, कि विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार प्रतिवर्ष विश्व में आठ लाख से अधिक लोग आत्महत्या करते हैं। इसमें 15 से 29 वर्ष के लोग ज्यादा हैं। 79 प्रतिशत आत्महत्याएं मध्यम तथा कम आय वाले देशों में होती हैं। कार्यक्रम का आयोजन नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर एम्पावरमेंट ऑफ पर्सन्स विद इंटेलेक्यूअल डिसएबिलिटिज में किया गया, जहां ब्रह्माकुमारीज आमंत्रित हुए। राजयोग शिक्षिका बीके पिंकी ने बताया, कि वर्तमान समय आत्महत्या की घटनाएं बढ़ती जा रही हैं जिसका कारण मानसिक असुल्तन है। प्रत्येक



सभा को संबोधित करती बीके पिंकी।

40 सेकण्ड में एक व्यक्ति की मृत्यु आत्महत्या के कारण होती है। लेकिन शारीरिक स्वास्थ्य पर समाज जितना सचेतन है उतना मानसिक स्वास्थ्य पर नहीं है। बिना मानसिक स्वास्थ्य के सम्पूर्ण स्वास्थ्य की कल्पना नहीं की जा सकती, इसलिए शरीर की स्वच्छता से पहले

मन का स्वास्थ्य बेहतर बनाना आवश्यक है। मानसिक बीमारियों की जड़ है नकारात्मक तथा व्यर्थ संकल्प इस अवसर पर संस्था के रीजनल सेंटर इंचार्ज डॉ. एच.एस. केशवाल ने मौजूद सभी लोगों को राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराया गया।

पुलिस अधिकारियों को बताए खुश रहने के उपाय

तनावमुक्त, सुखी जीवन पर कार्यक्रम आयोजित



सभा को ध्यान से सुनते पुलिस विभाग के अधिकारी।

शिव आमंत्रण ◎ शाजापुर/ग्रा।

ब्रह्माकुमारीज के सुरक्षा प्रभाग के अन्तर्गत शाजापुर पुलिस विभाग के लिए तनाव मुक्त सुखी जीवन पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें दीपक भाई ने मंच संचालन

करते हुए ब्रह्माकुमारीज संस्थान का परिचय दिया। बीके किन्जल बहन ने राजयोग की कला सिखाई और जीवन में तनाव मुक्ति के गुर बताए और सभी को राजयोग का अभ्यास करवाया। बीके अजय ने कहा मन से व्यर्थ की

बातों का बोझ खाली करने की प्रक्रिया ही राजयोग की विशेष विधि है। अम्बावतीया जी ने अपने जीवन में राजयोग से क्या लाभ हुआ अपने अनुभव से साझा किया। बीके मनोहर नायक ने भी अपने जीवन में राजयोग से आए परिवर्तन और सुखी जीवन के अनुभव सुनाए। आरआई साहब ने कार्यक्रम में पधारी बीके बहन व भाइयों का आभार व्यक्त किया और संस्थान द्वारा की जा रही सेवाओं की प्रशंसा की। कार्यक्रम में बीके किन्जल बहन, गुजरात अमरेली, बीके अजय ज्ञान सरोवर माउण्ट आबू, बीके दीपक सेवाकेन्द्र, आरआई भद्रायिया साहब शाजापुर पुलिस वैज्ञानिक बीके अम्बावतीया जी बीके मनोहर नायक, इन्जीनियर एमपीईबी उपस्थित थे।

सामाजिक विकास में मीडिया का अहम योगदान

शिव आमंत्रण ◎ बालोद।

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय आमापारा बालोद के तत्वावधान में आत्मज्ञान भवन में 'आध्यात्म, सामाजिक विकास एवं पत्रकारिता में मीडिया की भूमिका' विषय पर सेमीनार आयोजित किया गया। इसमें राजी खुशी के सम्पादक प्रोफेसर कमल दीक्षित ने कहा कि मीडिया के माध्यम से फैलाई गई सकारात्मक खबरों से समाज में एक सकारात्मक परिवर्तन लाया जा सकता है। समाज में ऐसे कई लोग मौजूद हैं जो स्वयं भी अनेक लोगों की सहायता करने के लिए तत्पर रहते हैं और लोगों को



मीडिया सेमीनार का उद्घाटन करते हुए अतिथि।

सकारात्मक रखने में सहायता प्रदान करते हैं। आजादी के बाद से पत्रकारिता में अनेक परिवर्तन नजर आ रहा है। राजयोगिनी बीके सरिता दीदी ने सभी को राजयोग का महत्व बताते हुए आत्मिक शान्ति की अनुभूति कराई। बालोद की मुख्य संचालिका राजयोगिनी बीके विजयलक्ष्मी दीदी ने सभी का स्वाग किया।

विद्यान द्वच्छ, द्वर्धिमि और सथक्त भारत के निर्माता



यौगिक खेती को प्रोत्साहित करते हुए बीके भाई -बहनें।

शिव आमंत्रण ◎ दुर्ग/छत्तीसगढ़।

ब्रह्माकुमारीज के बधेरा स्थित आनंद सरोवर में ग्राम विकास प्रभाग द्वारा शाश्वत यौगिक खेती तथा किसानों के किसान सशक्तिकरण अभियान का

आगाज किया गया। इसमें किसान भाई-बहनों को गाँव-गाँव पहुंचकर शाश्वत यौगिक खेती तथा किसानों के सशक्तिकरण हेतु व्यवहारिक ज्ञान एवं

प्रशिक्षण के साथ सरकार द्वारा किसानों को दी जा रही सुविधाओं की जानकारी दी जाएगी। अभियान में बीके अर्चना बहन (बुरहानपुर) बीके राजेन्द्र भाई (बुरहानपुर), बीके बालू भाई (नांदेड़ महाराष्ट्र) से विशेष रूप से उपस्थित थे। माया बेलचंदन (अध्यक्ष, जिला पंचायत दुर्ग), प्रीतापाल बेलचंदन (अध्यक्ष, केंद्रीय नागरिक सहकारी बैंक) व किसान भाई-बहनें उपस्थित थे। दुर्ग सेवाकेन्द्र की संचालिक बीके रीटा ने किसान भाइयों से अभियान का लाभ लेने का आह्वान किया।

संदेश

लाइनेस क्लब और इटर्नल स्कूल में कार्यक्रम आयोजित

राजयोग से जीवन बनेगा सुखी और शांत



स्कूल में राजयोग मेडिटेशन का महत्व बताते हुए बीके बहनें।

शिव आमंत्रण ◎ शाजापुर/ग्रा। लाइनेस क्लब एवं इटर्नल स्कूल में राजयोग द्वारा मूल्यनिष्ठ शिक्षा एवं समाज सेवा प्रभाग ब्रह्माकुमारीज द्वारा कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्ज्वलित कर किया गया। वलसाड से पधारी ब्रह्माकुमारी मधु बहन ने राजयोग के द्वारा कैसे मनोविकारों पर विजया पा सकते हैं एवं शांत व सुखी जीवन में किस प्रकार राजयोग सार्थक है समझ किया।

बाद में शाजापुर, मप्र की प्रभारी बीके प्रतिभा ने सभी को निःशुल्क राजयोग सीखने का निमंत्रण भी दिया। बीके प्रतिभा बहन ने संस्थान द्वारा सभी वर्गों के लिए की जा रही सेवाएं की विस्तृत जानकारी दी। आभार स्कूल के डायरेक्टर दिनेशचंद्र ज्ञाला एवं प्रिन्सिपल सौदामनी माना। इस दौरान लायनेस क्लब की सेक्रेटरी कीर्ति, वीणा बहन, बीके प्रतिभा, वलसाड से पधारी बीके मधु, बीके तृष्णा ने अपने विचार रखे।

पिछले अंक से क्रमशः



बीके डॉ. श्रीमंत कुलकर्णी

गोबिल हॉस्पिटल, माउंट आबू



अलविदा
डायबिटीज



डायबिटीज से बचाव की युक्तियां

जीवन शैली में बदलाव

● **कर्मयोगी बनें, समायानुवर्ति बनें:** मानव जीवन में आजीविका के लिए कुछ न कुछ कर्म तो करना ही पड़ता है। परंतु कोई भी कर्म, चाहे व्यापार व नौकरी तनावग्रस्त होकर कर रहे हैं तो इसका प्रभाव शरीर पर पड़ता है। डायबिटीज और उच्च रक्तचाप आदि बीमारियों का एक मुख्य कारण तनाव है। हर कार्य को खुशी-खुशी से, प्यार से रुचि से और सेवाभाव से करें तो तनाव नहीं होगा। कार्य करते समय अगर हमें परमात्मा पिता की स्मृति रहती है तो कर्म श्रेष्ठ होगा, हरेक कार्य सुचारू रीति से भी कर सकेंगे। इसे ही कर्मयोग कहा जाता है। समयानुवर्तिता भी एक जीवन मूल्य है, जो व्यक्ति को तनावमुक्त रहने में मदद करती है। इसलिए हरेक कार्य समयानुसार और कर्मयोगी होकर करें।

● **आलस्य अलबेलापन से दूर रहें:** आलस्य और अलबेलापन जीवन के महान शत्रु हैं। इन्हें छठा विकार भी कहा जाता है। सबकुछ विशेषता होते हुए भी ये विकार मनुष्य को सफलता से दूर ले जाते हैं। कर्मठ जीवन तथा अपने दिनचर्या में अटल रहने से सुगर भी नियन्त्रित रहता है।

● **पारिवारिक संबंधों में मधुरता हो:** किसी ने ठीक ही कहा है जीवन में कहीं न कहीं, चाहे बोल, चाहे व्यवहार संबंध या सोच विचार में मधुरता की कमी हो जाती है तब फिर मधुमेह (Diabetes) हो जाती है। आज समाज में घर-घर की परिस्थिति को हम भली-भाली जानते हैं। आध्यात्मिकता की शक्ति, एक दूसरे से प्यार, शुभावना ही एक स्वस्थ परिवार, समाज एवं विश्व बना सकती है। आज इसके लिए पुरुषार्थी की आवश्यकता है।

● **अपना शरीर तथा परिवेश की स्वच्छता:** अस्वच्छता चाहे तन की, मन की वा परिवेश की, अनेकानेक बीमारियां पैदा कर देती हैं। डायबिटीज की बीमारी में शरीर में शुगर की मात्रा ज्यादा होने के कारण जर्मस भी बहुत जल्दी फैल जाते हैं और इफेक्सन फैलकर जानलेवा बन सकती है। इसलिए अपने पैरों का, दांतों का तथा पूरे शरीर की स्वच्छता के लिए विशेष ध्यान देना जरूरी है। वातावरण दूषित होने से भी अनेक व्याधियां होती हैं। इसका भी ध्यान रखना होगा।

नियमित चेकिंग करना (Regular check up)

मनुष्य का शरीर एक मशीन व गाड़ी की तरह है। जैसे गाड़ी को नियमित रूप से सर्वीसिंग व चेकिंग कराने की आवश्यकता होती है। ठीक ऐसे ही अपने शरीर की चेकिंग नियमित रूप से कराना अनिवार्य है। डायबिटीज एक खामोश बीमारी है इसलिए यह कब आ जाती है हमें पता ही नहीं पड़ता है। इसलिए आज हरेक वयस्क व्यक्ति को साल में एक बार अपनी शारीरिक चेकिंग करा लेना चाहिए। जिसमें ब्लड शुगर (Blood sugar) और ब्लड प्रेशर (Blood pressure) निश्चित रूप से शामिल हो। डायबिटीज मरीजों को हर महीने अपना खाली पेट (fasting) और PP sugar (नास्ते, दोपहर का भोजन और रात्रि के भोजन के बाद) जरूर चेक करना चाहिए। और 3-4 महीने में HbA1c test भी और फिर एक साल में अपनी पूरी चेकिंग चाहिए जिसमें आंखों का परदा (fundoscopy), दांत, हृदय (ECG) कलेस्टोरल (LIPID Profile), गुर्द (kidney), यकृत (Liver) और पैर (Bio-Thesiometry) आदि-आदि अवश्य होने चाहिए।

सही दवाई (Right Medication)

डायबिटीज का Primary Prevention में अर्थात हमें डायबिटीज नहीं हैं और चाहते हैं कि भविष्य में ना हो, इसके लिए कोई भी दवाई की आवश्यकता नहीं है। अपने जीवन शैली (Life style) में बदलाव लाने से ही हम बीमारी से बच सकते हैं। परंतु जो डायबिटीज से पीड़ित है उन्हें सही दवाई (Right medicine) का सेवन करना चाहिए। दवाई किसी भी पैथी (pathy) का क्यों न हो परंतु ब्लड शुगर (blood sugar) के साथ-साथ अन्यान्य Parameters भी अवश्य कंट्रोल में रहे तो फिर कुछ भी दुष्प्रभाव (complications) नहीं हो सकता है। आज डायबिटीज के लिए बहुत सारी दवाईयां उपलब्ध हैं और सही दवाई का सेवन न करने से लाभ के बदले नुकसान भी हो सकता है।

शोध और नियमित परामर्श (Early & Regular consultation)

डायबिटीज के दुष्प्रभाव (complications) से बचने के लिए हमें नियमित रूप से परामर्श करने चाहिए क्योंकि यह एक खामोश बीमारी है। डायबिटीज से ग्रसित व्यक्ति महीने में एक बार अपना शुगर और रक्तचाप (BP) चेक करा लेना चाहिए और जब भी कोई परेशानी की शुरुआत हो तब शीघ्र ही डॉक्टर (Physician) से परामर्श लेना चाहिए। किसी भी तरह का Infection या कोई समस्या हो टालनी नहीं चाहिए क्योंकि डायबिटीज में शुगर की मात्रा ज्यादा होने के कारण बहुत ही शीघ्र फैलने के साथ जानलेवा भी हो सकता है। रात को 4-5 घंटा sound और Undisturbed sleep करना उत्तम स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य है। देखा जाता है जिन्हें टेंशन है वे देर रात तक जगे रहते हैं। उन्हें नींद ही नहीं आती

५ मोटिवेशनल ट्रेनर बीके पीयूष ने बताए समस्याओं को दूर करने के उपाय जीवाजी विवि के योग साधना विभाग में शिक्षकों को बताया राजयोग का महत्व



विश्वविद्यालय में क्लास करते हुए बीके पीयूष।

शिव आमंत्रण ◎ गवालियर/मध्यप्रदेश। जीवाजी विश्व विद्यालय में ब्रह्माकुमारीज के सिटी सेन्टर द्वारा "भारत को विश्व गुरु बनाने में खेल एवं युवा प्रभाग का योगदान" विषय पर विश्व विद्यालय के योग साधना डिपार्टमेंट में स्व-प्रबंधन विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें मध्यप्रदेश से आए हुए सभी एमपीएड के युवा शिक्षकों द्वारा ब्रह्माकुमारीज के वक्ताओं से विभिन्न प्रश्न पछे गए। रोजमरा के जीवन में निर्भित होने वाली भय की स्थिति, नकारात्मक विचार एक-दूसरे से भली-भाति संवाद स्थापित न कर पाना, जीवन में आगे बढ़ने के प्रयास में दूसरों द्वारा जीवन में बाधाएं उत्पन्न होना, ईर्ष्या द्वारा नकारात्मक प्रवृत्ति का सामना करना, परीक्षा में फेल होने का भय, खेल में बेहतीन प्रदर्शन को लेकर नर्वस रहना आदि युवाओं के ऐसे प्रश्नों के उत्तर कुशलतापूर्वक बीके पीयूष, बीके चेतना, बीके समरजीत द्वारा दिए गए। सभी युवा अपने-अपने समस्याओं का निदान पाकर बहुत संतुष्ट हुए। कार्यक्रम में लगभग 100 प्रतिभागियों ने भाग लिया। इसके बाद बीके चेतना बहन ने सभी को राजयोग की विधि से परिचित करते हुए राजयोग कॉमेन्ट्री द्वारा शांति एवं शक्ति की अनुभूति कराई। डॉ. बीके रीति सिंह ने आभार व्यक्त किया।

जीवन में ज्ञान रूपी दीपक जलाकर पुराने द्विभाव संस्कारों को जलाएं



सेवाकेंद्र पर दीपावली कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए बीके भाई बहनें।

शिव आमंत्रण ◎ अबिकापुर। भारत त्योहारों का देश है दिवाली का पर्व भारतीय संस्कृति और सभ्यता को किसी न किसी रूप में आध्यात्मिक सत्ता से जोड़ता है। इससे हम कुछ सीखें और जीवन में आगे बढ़ें। दीपों का त्योहार दीपावली ब्रह्माकुमारीज के नव विश्व भवन में धूमधाम से मानाया गया। सेवाकेन्द्र संचालिका विद्या बहन ने कहा ये पर्व हमारे जीवन में बहुत महत्व रखता है। मनुष्य के जीवन में आज अज्ञानता का अंधकार तेजी से फैलता जा रहा है। यदि हमें इससे दूर करने का प्रयास नहीं करेंगे तो जीवन में कभी भी रोशनी का प्रकाश नहीं हो रहा। हम रस्मों के रूप में ही दिवाली मना लेते हैं लेकिन उसके आध्यात्मिक रहस्यों से विमुख हो रहे हैं। दीपक जलाना, अर्थात् जीवन में ज्ञान का दीपक जलाना, अतिशबाजी

जलाना अर्थात् पुराने स्वभाव संस्कार जो कमज़ोर बना देते हैं उनको दृढ़ की तीली से जलाना। चारों कोनों की सफाई अर्थात् मन-वचन-कर्म में पवित्रता को धारण करना और मिठाइ खाना और खिलाना अर्थात् सबसे मीठा बोलना और व्यवहार में श्रेष्ठता लाना। ऐसे करने से आपके घर में लक्ष्मी आएंगी अर्थात् आपके अंदर लक्ष्मी जैसे गुण का आहान हो जाएगा। आपकी तीन दिन नहीं हर दिन दिवाली हो जाएगी। ईश्वरीय परिवार की तरफ से इस श्रेष्ठ पर्व की सभी को शुभकामनाएं दी। पार्षद मनोज कंसारी ने भी अपने विचार व्यक्त किए। इस दौरान लक्ष्मी-नारायण एवं राधे-कृष्ण की आकर्षक रंगोली भी बनाई गई। 500 भाई-बहनों ने सम्मालित होकर इस कार्यक्रम का लाभ लिया।



सूष्टि को चलाने के लिए परमात्मा के पास पूरी योजना है

पिछले अंक से क्रमशः...

स्व प्रबंधन

बीके ऊषा,
स्व प्रबंधन विशेषज्ञ, माउंट आबू

भारत अविनाशी भूमि है

इसलिए अब ज्यादा समय नहीं है। ऐसे अधर्म के समय जब हर बात की अति ही जाती है तो परमात्मा को भी गीत में दिए हुए अपने वायदे के अनुसार इस संसार में आना ही पड़ता है। पूरे विश्व में भारत अविनाशी भूमि है और भारत में भी एक साधारण मनुष्य तन का आधार लेकर ज्ञान और योग की शिक्षा देते हुए परमात्मा यहीं संदेश दे रहे हैं कि बच्चे, अब वापस घर जाना है क्योंकि अब इस दुनिया का महान परिवर्तन होना है। इस समय की मांग को देखते हुए निराकार परमपिता परमात्मा शिव कहते हैं कि 'हे आत्माओं, आत्म शुद्धिकरण करो। योगी बनो, पवित्र बनो।' दुनिया कैसे चलेगी इसकी चिंता हम ना करें-

परंतु मनुष्य भाव न समझने कारण कहते हैं कि 'अरे! अगर

सारे लोग पवित्र हो गए, फिर यह दुनिया कैसे चलेगी? जरा सोचने की बात है कि क्या दुनिया को चलाने का ठेका मनुष्य का है? वह तो परमात्मा का है। तो क्या उसको मालूम नहीं है कि दुनिया को कैसे चलाना है। फिर दुनिया कैसे चलेगी उसकी चिंता हम क्यों करें?

एक-एक बात तर्कयुक्त और प्रैक्टिकल लगी

मुझे याद आता है कि एक बार एक शहर में मेरा सप्ताह का कार्यक्रम था। बहुत सुन्दर एक सप्ताह तक कार्यक्रम चला। हर रोज काफी लोग ज्ञान सुनने के लिए आते रहे। अन्तिम दिन एक बुजुर्ग भाई अपना अनुभव सुनाने के लिए मंच पर आकर कहने लगे कि उसने पहली बार ब्रह्माकुमारीज का ज्ञान सुना और इनकी एक-एक बात में सत्यता महसूस हुई। आध्यात्मिकता की एक-एक बात तर्कयुक्त और प्रैक्टिकल लगी। ऐसा लगा जैसे किसी चीज को कूट-कूट कर महीन बनाया है, जिससे यह ज्ञान की बातें सहज हजम कर सकें।

भाई-बहन बनाने का कार्य ब्रह्माकुमारीज नहीं करती

जीवन में उसे धारण करने की समझ मिली। ये सात दिन जीवन के अच्छे बीते। परन्तु ब्रह्माकुमारीज की एक बात पवित्रता के कारण ही वह कभी आश्रम पर नहीं गए, फिर उन्होंने सुनाया कि इनके बारे में समाज में यह गलतफहमी फैली हुई है कि यह लोगों को अपने गृहस्थ धर्म से छुड़ाकर भाई-बहन बना देते हैं। ब्रह्माकुमारियों को क्या पड़ी है किसी पति-पत्नी को भाई-बहन बनाने की?

आत्मा ज्ञान रूपी धृत से सदा जगमगाती रहती है तो व्यक्ति पूज्यनीय बन जाता है



दीपोत्सव कार्यक्रम के दौरान सभा को संबोधित करते हुए बीके भावना।

शिव आमंत्रण ◎ सादाबाद। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के 'शिव शक्ति भवन' सादाबाद में दीपोत्सव कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें मुख्य अतिथि तहसीलदार टीपी सिंह ने कह कि आप शुद्ध मन से उस परमात्मा को ध्यान करते हुए सदैव सत्कर्म करो तो निश्चित ही हमारे जीवन में सफलता ही होगी। भरतपुर राजस्थान से पथारी राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी कविता बहन ने दीपावली का आध्यात्मिक अर्थ बताते हुए कहा कि दीपों के पर्व की हमारे जीवन में बहुत महत्व है। मनुष्य के जीवन में आज अज्ञानता का अंधकार तेजी से फैलता जा रहा है। यदि हमें इससे दूर करने का प्रयास नहीं करेंगे तो जीवन में कभी भी रोशनी का प्रकाश नहीं हो पाएगा। हम केवल रस्मों के रूप में ही दिवाली मना लेते हैं, लेकिन उसके आध्यात्मिक रहस्यों से विमुख हो रहे हैं। यदि हमें हर घर को रोशन करना है तो जीवन में ज्ञान का दीपक जलाना होगा। हमारा पर्व भारतीय संस्कृति और सभ्यता को किसी न किसी रूप में आध्यात्मिक सत्ता से जोड़ता है।

स्थानीय प्रभारी बी.के. भावना बहन ने कहा दीपक मिठी का बना होता है। एक या दो रुपया उसकी कीमत होती है परंतु जब उसमें तेल और बाती डल जाती है और वह जल उठता है तो पूजनीय बन जाता है। उसको नमस्कार किया जाता है, उसकी रोशनी को सिर-माथे से लगाया जाता है। उस प्रज्ञविलित दीपक पर धन तथा पदार्थ वारी किए जाते हैं, उसे साक्षी मान प्रण किए जाते हैं लेकिन तेल खत्म होते ही बाती बुझते ही दीपक को कचरे में फेंक दिया जाता है। मानव शरीर भी मिठी के दीपक सदृश्य ही है। जब इसमें आत्मा रूपी ज्योति प्रवेश हो जाती है और ज्ञान रूपी धृत से वह ज्योति निरंतर जगमगाती रहती है तो व्यक्ति पूज्यनीय बन जाता है।

बॉलीवुड अमिनेता बोले- परमात्मा द्वारा सिखाए जा रहे राजयोग मेडिटेशन को अवश्य सीखूँगा



शिव आमंत्रण ◎ कूदू/विहार। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके संपां टॉलीवुड और बॉलीवुड के सिनेमा एक्टर सबयाक्षी चक्रवर्ती को ईश्वरीय सौगात देकर परमात्मा का संदेश दिया। परमात्मा का सत्य परिचय जानकर वे बेहद खुश हुए। साथ ही अपने को बहुत भाग्यशाली बताकर कहा कि मैं परमात्मा द्वारा सिखाए जा रहे राजयोग को जीवन में अवश्य धारण करूँगा। अपने जीवन को संपूर्ण सुखमय और शारीरिक बनाकर स्वर्णिम दुनियां के लिए पढ़ाई पढ़ूँगा।

ब्रह्माकुमारीज परमात्मा का पैगाम देती है-

वे तो सिर्फ परमात्मा का पैगाम देती हैं, परन्तु उनकी यह बात सुनने के बाद मन में एक विचार आया कि जब भी भारतवासी मन्दिर जाते हैं। भगवान के सामने हाथ जोड़कर यह प्रार्थना जरूर करते हैं कि तुम माता-पिता हम बालक तेरे...। ऐसे नहीं कि यह सिर्फ भाई ही गते हैं और बहनों ने कुछ और कहा हो कि मेरे पति के माता-पिता तो मेरे सास-ससुरा। कभी भी किसी ने नहीं कहा। जब गृहस्थ धर्म में रहने वाले पति-पत्नी यह प्रार्थना कर रहे थे तब वे क्या बन गए थे? भावार्थ परमात्मा के सामने तो सभी मनुष्य उनके बच्चे हैं, वहां तो दूसरा कोई संबंध ही नहीं होता।

दुनियां का चलाने की परमात्मा के पास पूरी योजना है-

श्रीमद्भगवद्गीता में भगवान ने अर्जुन को भी योगी बनने की प्रेरणा दी। साथ ही काम को महाशत्रु कहकर उसे जीतने की प्रेरणा दी। परन्तु कहीं पर भी यह आज्ञा नहीं दी कि तुम अपना गृहस्थ छोड़ दो। लेकिन तब कई लोग सवाल करते हैं कि फिर दुनिया कैसे चलेगी? दुनिया को चलाने की परमात्मा के पास पूरी योजना है। हमें बस उसकी आज्ञा का पालन करना है। वर्तमान समय भी यह सकेत दे रहा है कि आत्म संयम को धारण करो। आज दुनिया में सबसे भयानक बीमारी चल रही है वह एड्स है। जिसका कोई इलाज नहीं है। तो समय भी सकेत दे रहा है कि अगर आत्म-संयम नहीं रखेंगे तो समय के शिकार बन जाएंगे। समय व्यक्ति के अस्तित्व को नष्ट कर देगा। संसार के परिवर्तन की प्रक्रिया को स



समस्या समाधान

ब्र.कु. सूरज भाई
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

मनोबल को
सशक्त बनाकर
मन शांत रखना
अनेक तरह से
फायदेमंद

वर्त्या जीवन ऐसा भी किया जा सकता है जिसमें कोई समस्या ना हो? कलियुग के इस माहौल में लोग तो यह सोचेंगे कि ऐसा जीवन जीना सभव तो है लेकिन कठिन बहुत है, परंतु हम इसको आसान बनाएं। इसके लिए हमें अपनी नेचर को भी इजी बनाना होगा। आप लोगों को यह पसंद होगा जरूर क्योंकि आज के जीवन में तनाव बहुत है। बहुत लोग मुझे मिलते हैं उनकी एक ही शिकायत रहती है कि स्ट्रेस (तनाव) बहुत रहता है। अगर हम अपनी नेचर को ऐसा बना लें कि जीवन की चैलेंज को, बिजी लाइफ को, उसमें आने वाली छोटी-मोटी बातों को विशेष रूप से अपने रिलेशनशिप को यदि अच्छा कर लें तो समस्याएं समाप्त हो जाती हैं।

पुण्य कर्म हमारे गुड़ फ्रेंड बनकर साथ रहते हैं

मैं आपके सामने कुछ चीजें रखत हूं कि उनके आधार से जीवन समस्याओं से मुक्त ऐसा ही रहेगा जैसे सदा ही समाधान है। कोई प्रॉब्लम नहीं है। उसमें सबसे बड़ी चीज होती है पुण्य कर्म। इसके बारे में लोग आजकल बहुत कम अवेंयर हैं। कर्म मनुष्य के साथी हैं परन्तु पुण्य कर्म हमारे गुड़ फ्रेंड बनकर हमारे साथ रहते हैं। जिनके पास पुण्य कर्मों का खाता बहुत ज्यादा है समस्याएं आएंगी, चली जाएंगी, सफलता सहज होगी, बीमारियां भी आएंगी तो सहज जाएंगी। संबंध बहुत स्वीट होंगे और अगर पाप का खाता बड़ा हुआ है तो कांटा भी लगेगा तो पैर काटना पड़ेगा। भारी रोग बन जाएगा अगर पाप बड़ा हुआ है तो इंगो भी बढ़ेगा। संबंधों में समस्याएं आ जाएंगी, जिंदगी का मजा बिगड़ जाएगा। बहुत लोग अकेले रह गए जिंदगी में, अकेले नहीं होना है। भारत के कल्चर की व्यूटी है कि यहां फैमिली लाइफ है और जिनका सेपरेशन हो जाता है वे लोग आजकल डिप्रेशन का शिकार हो रहे हैं, अकेलापन महसूस होता है। डिप्रेशन, बहुत चिङ्गाचापन, खुशी समाप्त और देखिए अगर एक ही चीज अपना ले इंगो लैसनेस तो अनेक समस्याएं एक ही बाण से खत्म हो जाएंगी। राजयोग हमें ऐसा जीवन जीना सिखाता है कि हम इंगो लैस हो जाएं, पोलाइट (सरल) हो जाएं, झुकना सीख लें। झुकना अच्छा है या झुकाना अच्छा है? अधिक केसों में हमें झुक जाना चाहिए। केवल 10 केसों में अगर मनुष्य इंगो में है तो वह हर जगह पर दूसरों को झुकाना चाहेगा, हराना चाहेगा। इससे समस्याएं बढ़ जाती हैं। ऐसा व्यक्ति जीवन में अकेला रह जाता है फिर कोई उसका साथी नहीं होता।

पीस का मतलब है कोई लड़ाई-झगड़ा नहीं

राजयोग हमारे मन को शांत करता है। शांति के दो अर्थ हैं पीस और साइलेंस। पीस एक आम शब्द है जैसे कि हम बोलते हैं कि हमारे देश में बहुत पीस है। हमारे परिवार में पीस है। इसका मतलब है कि कोई लड़ाई झगड़ा नहीं है। सभी बड़े प्रेम से रहते हैं परंतु साइलेंस है? जब मनुष्य के मन की स्पीड स्लो डाउन हो जाती है। हमारे सोचने की स्पीड है 25 विचार 1 मिनट में यह एक नार्मल स्पीड है। आजकल यह बढ़कर 40 विचार 1 मिनट हो गई है। इसको 20-15 पर मिनट तक रखना और फिर उसको स्लो डाउन कर देना वह सायलेंस कहलाती है। हमें याद रखना है मन जब साइलेंट है तो बहुत फायदे होते हैं। मन साइलेंट है तो बुद्धि की एफिशिएंसी 100 प्रतिशत होगी मन अगर विचलित है तो एक बहुत बुद्धिमान व्यक्ति भी गड़बड़ करता रहेगा। उसकी बुद्धि की एफिशिएंसी दिखाई नहीं देगी। मन शांत है तो हमारा तन भी एनरजेटिक रहेगा।

एनर्जी चारों तरफ फैलती है हमारा ओरा बहुत बड़ा हो जाता

अगर राजयोग से मन को बहुत साइलेंट कर दें तो हमारे से बहुत पावरफल एनर्जी चारों तरफ फैलती है। हमारा ओरा बहुत बड़ा हो जाता है। एक मान्यता के अनुसार दूरी तक रहता है। अगर हमारा मन एकदम शांत हो जाए तो यह 2500 फीट तक बढ़ जाता है एकदम 100 गुना ज्यादा। मनोबल को सशक्त बनाकर माइंड साइलेंट रखना अनेक तरह से फायदेमंद है। तो हम मन को राजयोग से शांत करें। राजयोग एक ऐसी विद्या है जो सिर्फ एक लाइन की ही है। आत्म स्थिति में स्थित होकर सुप्रीम पावर से कनेक्ट हो जाए। लेकिन योग ही संसार की सबसे गहरी विद्या भी है। कई लोग इसको 1 मिनट में सीख लेते हैं। कई 100 साल में भी नहीं सीखते हैं। यह इतनी गहरी विद्या है क्योंकि यह एकाग्रता पर निर्भर करती है। इसकी गहराई को अनुभवों से जाना जा सकता है।

जीवन में राजयोग का निरंतर अम्यास जरूरी: राजयपाल

शिव आमंत्रण ◎ छिंदवाड़ा/मग्ना। छिंदवाड़ा के विश्व दर्शन भवन में शिक्षक दिवस पर विशेष स्नेह मिलन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित छत्तीसगढ़ की राज्यपाल अनुसूर्या ऊर्ध्वे के नेतृत्व में कहा है कि जीवन में राजयोग का निरंतर अभ्यास करते रहना चाहिए। ब्रह्माकुमारीज द्वारा किए गए प्रयास समाज में सराहनीय हैं। आज ऐसे प्रयासों की समाज के लिए जरूरत है। वरिष्ठ वकील दौलत सिंह ठाकुर ने भी संस्थान के कार्यों की सराहना करते हुए इसे समाज के लिए जरूरी बताया। चौराझ देवाकेन्द्र की संचालिका बीके मंगला ने राजयोग का महत्व बताते हुए इसे जीवन में शामिल करने का आहान किया। साथ ही राजयोग मेडिटेशन का जीवन में महत्व बताया। परसिया की संचालिका बीके विमला ने भी प्रस्तुत किया गया। बीके गणेशी ने कहा कि वर्तमान समय को देखते हुए शिक्षा में आध्यात्मिकता को जोड़ा जाना चाहिए। ताकि सुनहरे भविष्य का निर्माण किया जा सके। साथ ही सभी को शुभ विचारों के माध्यम से राजयोग का अभ्यास भी कराया। उसके बाद



कार्यक्रम शुभारंभ करते छत्तीसगढ़ की राज्यपाल अनुसूर्या ऊर्ध्वे एवं अन्य अतिथि।

सभी उपस्थित शिक्षकों को श्रीफल एवं सौगात देकर सम्मानित किया गया। बीके गणेशी ने अनुसूर्या ऊर्ध्वे को भी सौगात भेंट की। अंत में सभी उपस्थित भाई एवं बहनों को सौगात एवं प्रसाद वितरण किया गया। इस मैटे पर बड़ी संख्या में शिक्षकगण मौजूद रहे।

इंटरनेशनल स्कूल में सिखाया योग

शिव आमंत्रण ◎ तोशाम/हरियाणा। लॉर्ड कृष्णा इंटरनेशनल स्कूल, भरताना में विद्यार्थियों को योग शिक्षा ईश्वरीय संदेश देने के बाद बुराइयों से मुक्त रहने की शपथ दिलवाते हुए बीके चंद्रकला।



देवियों की झांकी से दिया संदेश

शिव आमंत्रण ◎ कोल्हापुर/महाराष्ट्र। सिरोल सेवाकेन्द्र पर नवरात्रि पर देवियों की चैतन्य झांकी निकालकर दिया गया ईश्वरीय संदेश।

अनुमंडल पदाधिकारी को दिया गया ईश्वरीय संदेश



शिव आमंत्रण ◎ निर्मली। निर्मली अनुमंडल पदाधिकारी नीरज नारायण पांडे को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात उनके परिवारजन के साथ गुप्त फोटो में ब्रह्माकुमारी वैजयंती बहन ब्रह्माकुमारी अनोखा बहन तथा ब्रह्माकुमार रमेश।

आयोजन

जीवन को उत्सव की तरह जीएं तो हमेशा रहेंगे खुशी: बीके जानकी

शिव आमंत्रण ◎ बीना/गग्ना। भारतीय संस्कृति इतनी महान है कि यहां हर दिन कोई न कोई व्रत-त्योहार-पर्व होता है, जिन्हें हम सभी मिलकर मनाते हैं। यदि हम इन त्योहारों और पर्वों के महत्व को जानकर अपने जीवन में उतार लें, उसके संदेश को आत्मसात कर लें तो हमारा हर एक दिन उत्सव बन जाएगा। त्योहार हमें संदेश देते हैं कि इन्हें सिर्फ मनाकर न भूल जाए बल्कि हमारा जीवन उत्सव की तरह हो। यदि जीवन को उत्सव की तरह जीएं तो सदा खुश रहेंगे। क्योंकि उत्सव, उमंग-उत्साह, प्रेम, स्नेह, आपसी भाईचारा, एकता और खुशी लेकर आते हैं।

उक्त उदार युवा प्रभाग की क्षेत्रीय समन्वयक व वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके जानकी दीदी ने व्यक्त किए। मौका था प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के खिमलासा सेवाकेन्द्र के स्थापना दिवस का। सोमवार को धूमधारा



स्थापना दिवस कार्यक्रम का उद्घाटन करते बीके जानकी व अन्य बहनें।

से उत्सव मनाया गया। खिमलासा में कई वर्षों से ईश्वरीय सेवाएं जारी हैं। पठारी सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शिवानी, बीके सरस्वती, मुकेश भाई, गुलाब भाई, जिनेंद्र भाई, पुष्पा बहन सहित अन्य भाई-बहन मौजूद रहे। सेवाकेन्द्र

पर पिछले एक साल से नियमित म्यूजिकल एक्सरसाइज का प्रशिक्षण जारी है। रोजाना सुबह 6 से 7 बजे तक राजयोग मेडिटेशन, याग, प्राणायाम का प्रशिक्षण दिया जाता है। इससे कई लोगों को स्वास्थ्य लाभ मिला है।

संस्कारशाला के रूप में विकसित होगा, गुलजार उपवनः सीएम

शिव आमंत्रण ◎ लखनऊ। यूपी की राजधानी में ब्रह्माकुमारीज संस्थान के विशाल गुलजार उपवन रिट्रीट सेंटर की नींव रखने पहुंचे सूबे के सीएम योगी आदित्यनाथ ने ब्रह्माकुमारीज संस्था की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी से मुलाकात की।

सीएम योगी आदित्यनाथ ने कहा कि श्रेष्ठ मनुष्य बनने की प्रेरणा देने के लिए गुलजार उपवन संस्कारशाला मानवीय मूल्यों को जागृत करेगा। हमारे यहां शास्त्रों में मान्यता रही है कि हमारा जो मन है वह हमारे बन्धन और मोक्ष दोनों का कारण है। यदि हमारा मन अन्तर्मुखी है, मन पर नियंत्रण है तो हमारा स्वर मीठा होगा। यदि हम अपने चंचल वृत्तियों पर नियंत्रण नहीं कर पा रहे हैं तो यह हमारे मोक्ष के बन्धन का कारण बनेगा। राजयोग की विधा मानव मन में बहुत सहजता, सरलता के भाव जागृत करती है। मनुष्य को श्रेष्ठ बनाने का मार्ग प्रशस्त करते हैं। ब्रह्माकुमारीज संस्थान यह कार्य सुचारू रूप से कर रहा है। राजयोग से आम आदमी को मानवीय मूल्यों के जरिए जुड़ने का अवसर दे रहा है।

ब्रह्माकुमारीज संस्था की मुख्य प्रशासिका



लखनऊ में रिट्रीट सेंटर की नींव रखते सीएम योगी व दादी जानकी।

दादी जानकी ने कहा कि मनुष्य के जीवन में पांच गुण होने चाहिए। पवित्रता, नप्रता, धैर्यता, सुख, शांति इससे ही मनुष्य एक अच्छा जीवन जी सकता है।

उपमुख्यमंत्री दिनेश शर्मा ने कहा कि ध्यान,

के साथ दूसरों के भले के बारे में भी सोचता है। मंत्री सुरेश राणा, बृजेश पाठक, महेन्द्र सिंह समेत यूपी सरकार के बड़ी संख्या में आला अफसर मौजूद थे। इस मौके पर गोमती नगर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके राधा, इलाहाबाद क्षेत्र की प्रभारी बीके मनोरमा, बीके ललित समेत बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

आदित्यनाथ ने कहा कि ध्यान, सेवा के बारे में भी सोचता है। मंत्री सुरेश राणा, बृजेश पाठक, महेन्द्र सिंह समेत यूपी सरकार के बड़ी संख्या में आला अफसर मौजूद थे। इस मौके पर गोमती नगर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके राधा, इलाहाबाद क्षेत्र की प्रभारी बीके मनोरमा, बीके ललित समेत बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।



योगिक खेती के बारे में बताते हुए बीके बालासाहेब।

कम लागत में अच्छा मुनाफा, यौगिक खेती की मिसाल

शिव आमंत्रण ◎ कोल्हापुर। महाराष्ट्र के इचलकरंजी में किसान बाला साहेब शाश्वत योगिक और जैविक खेती कर कम लागत में अच्छा मुनाफा कमा रहे हैं। उन्होंने जैविक और योगिक खेती से कारोबार पैने एक एकड़ में चार माह में चुकन्दर और सोयाबीन की खेती से चालीस हजार रुपए कमाए हैं। ब्रह्माकुमारीज से जुड़े कृषक बाला साहेब बताते हैं कि हमने पूरी तरह से परम्परागत शाश्वत जैविक और योगिक खेती की विधि अपनाई है। अब तो दूसरे फसलों की अपेक्षा हमारे पैदा हुए अनाज की मांग बढ़ गई है और महंगा भी मिलता है। किसान जैविक-योगिक खेती करके अच्छा खासा मुनाफा कमा सकता है। पपीता, मक्का, दलहनी फसलों के साथ कई प्रकार के फसलों से अच्छा खासा मुनाफा कमा सकते हैं।

दैनिक भारकर के सहयोग से किया पौधारोपण अभियान चलाया



पंचवटी में पौधारोपण करते बीके गांवांती एवं अज्य भाई-बहनें।

शिव आमंत्रण ◎ नाशिक/ महाराष्ट्र। ब्रह्माकुमारीज एवं दैनिक भास्कर ग्रुप-दिव्य मराठी के संयुक्त प्रयास से सासाहिक राशीय पौधारोपण अभियान का आयोजन हुआ। नाशिक के प्रभु प्रसाद सेवाकेन्द्र से इसकी शुरुआत की गई। उद्घाटन अवसर पर वन अधिकारी रवीन्द्र सोनार, आपले पर्यावरण संस्था से शेखर गायकवाड, संपादक जयप्रकाश पवार, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके वासंती ने अभियान की लांचिंग की। इसी क्रम में सिडिको सेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित कार्यक्रम में नगर सेविका पुष्पाताई साहेबराव आव्हाड, समर्थ हॉस्पिटल डॉ. दिगंबर शिरुडे ने पौधारोपण किया, गंगापुर रोड में मानिक नगर स्थित सत्य ग्राउंड में अतिथि के तौर पर सहायक पुलिस निरीक्षक भूषण बुराडे ने शिरकत की। आगे मेरी व पंचवटी, विधाते नगर एवं खोड़े नगर में भी पौधे रोपे गए। इसी तरह नाशिक रोड सेवाकेन्द्र द्वारा चैतन्य नगर गार्डन तथा सिन्नर के कई स्थानों में पौधारोपण का कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

राजयोग सीखने का आह्वान किया



शिव आमंत्रण ◎ तासगंव। सकारात्मक सोच, गहरी नींद और व्यायाम के साथ राजयोग सीखने के लिए डॉ. वैश्लाली बहन ने सभी माताओं व बहनों का आह्वान किया। एमएलए आमदार सुमनताई पाटील ने कहा कि नारी स्वस्थ हो तो परिवार भी स्वस्थ रह सकता है।

मुख्यमंत्री को तिलक लगाकर दी बधाई



शिव आमंत्रण ◎ रायपुर/ छत्तीसगढ़। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल से निवास कार्यालय में प्रजाप्रिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की रायपुर शाखा की प्रमुख बीके कमला बहन के नेतृत्व में ब्रह्माकुमारी बहनों ने सौजन्य मुलाकात की। उन्होंने मुख्यमंत्री को दीपावली, भाइदूज की बधाई और शुभकामनाएं दीं। इस दौरान बीके सविता बहन भी उपस्थित थीं।

“पवित्रता ही सर्व समस्याओं का समाधान है”

(नई राहें)

जीवन यज्ञ में प्रतिस्पर्धा की वेदी पर बचपन की आहूति

बीके पुष्पेन्द्र



यज्ञ के पहले विधि-विधान से तैयारी कर मंडप बनाते हैं। वेदी को लीप-पोतकर स्वच्छ-पवित्र व पावन बनाते हैं। फिर यज्ञाचार्यों के मार्गदर्शन में मंत्रोच्चार के बीच धी-जीतिल के मिश्रण को स्वाहा करते हैं। पर आज बचपन को हम बिना पूर्व तैयारी, विधि-विधान और संस्कारों रूपी शिक्षा-दीक्षा और मार्गदर्शन के प्रतिस्पर्धा की वेदी पर स्वाहा कर कर रहे हैं। जैसे बिना विधि-विधान के किए गए यज्ञ का फल नहीं मिलता है, वैसे ही बच्चों को सेयता, संस्कृत और संस्कारों की शिक्षा के बिना श्रेष्ठ नागरिक रूपी फल की अपेक्षा नहीं कर सकते हैं। क्योंकि हमने प्रतिस्पर्धा के फेर में बच्चों की नैसर्जिक उन्नति और विकास को अवश्य कर सकते हैं। यद्योंकि हमने प्रतिस्पर्धा के फेर में बच्चों की नैसर्जिक उन्नति और विकास को अवश्य कर सकते हैं। यज्ञमान बनाकर उत्तर दिया है। उसे तो यह भी पता कि वह जिस जीवन यज्ञ में आहूति देने जा रहे हैं उसमें क्या सावधानियां (नियम, संयम, मर्यादा, धैर्यता और इमानदारी) रखनी हैं और प्राथमिक तैयारी (मानसिक अवस्था) कैसे करना है। प्रतिस्पर्धा, नंबरों का गणित और 90 प्लस के फेर में बचपन असमय ही पचपन की दहलीज पर पहुंच रहा है। सुबह स्कूल की टाइमिंग मिलाने में सैर-सपाटा, योग-ध्यान और साधना होमवर्क बन गया है।

आत्मबल का ज्ञान कक्षारा सीखने के समान

प्रतिस्पर्धा के फेर में बचपन की आहत उस बांझ फसल के समान है जिसे बोवनी के बाद भरपूर खाद्य-पानी देने के बाद भी फल नहीं लगते। क्योंकि बोवनी के पूर्व हमने उस बीज का परीक्षण नहीं किया। बिना परखे बोवनी कर दी, नतीजा पूरी मेहनत, लागत के बाद भी हासिल आई शून्य। इसी तरह यदि बच्चों को बचपन से ही श्रेष्ठ विद्यारूपी बीजारोपण नहीं किया गया तो लाख खाद्य-पानी अर्थात् बड़ी-बड़ी डिग्रियां, पढ़ाई-लिखाई सब व्यर्थ है। जीवन चक्र में पुरुषार्थ और लक्ष्य की प्राप्ति के लिए आत्मबल का ज्ञान कक्षारा सीखने के समान है। इसी आत्मबल से ही महापुरुषों ने इतिहास रचा है और इसी की कमी ने आज आत्म हत्या का रूप ले लिया है। आत्म बल हमें जीवन की प्रत्येक परिस्थिति, सुख-दुख को स्वीकार कर आगे बढ़ने में प्राणावायु का काम करता है। आत्म बल की शक्ति से असंभव कार्य को संभव किया जा सकता है। हार को जीत में बदलकर लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है। आत्मबल का मूल आत्मा का ज्ञान और अध्ययन है।

बिना ड्राइवर के करोड़ों की कार बेकार है

कार कितनी ही महंगी हो पर ड्राइवर को चलाना नहीं आता है तो वह किसी काम की नहीं है। ऐसे ही वैचारिक शिक्षा, संस्कारित आचरण और मनोबल की शिक्षा के बिना जीवन महंगी कार के समान है, जहां मालिक के पास करोड़ों की कार तो है पर चलाना नहीं आता है। ऐसे में कार को चलाने पर दुर्घटना तय है, उसी तरह आज युवा अच्छी शिक्षा, जॉब, अच्छे वेतन के बाद भी तनाव का शिकार है। वह छोटी-छोटी बातों में निराश होकर इस अमूल्य जीवन को समाप्त कर रहे हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक भारत में हर वर्ष सात लाख से अधिक लोग मानसिक रूप से परेशान होकर खुदकुरी करते हैं। इस भयानक त्रासदी से बचने के लिए हमें बेटे-बेटियों को विद्यारूपी की शक्ति, विचार क्या है, विचार कैसे करें, कौन से विचार सकारात्मक और कौन से नकारात्मक है, कब-किस समय विद्यारूपी की आदर्श रिप्टिटि क्या हो जाती है, आत्मबल क्या है? इसकी क्या शक्ति है? आदि का शिक्षण- प्रशिक्षण देना होगा। जब तक उन्हें इन बातों का गहराईपूर्ण ज्ञान नहीं देंगे तो वह बड़ी-बड़ी डिग्रियां लेकर भी वैचारिक धरातल पर अभावग्रस्त महसूस करेंगे।

मन की शिक्षा देता है राजयोग मेडिटेशन

जैसे शरीर के लिए संतुलित आहार जरूरी है, वैसे ही हमारे मन के लिए संतुलित विचार जरूरी है। कब, कौन सा विचार करना है और कब नहीं करना है ये भी एक कला है। मानसिक तनाव, चिंता, दुख, भय हमारे वैचारिक अशिक्षा को दर्शाता है। वैचारिक रूप से शिक्षित व्यक्ति हर एक परिस्थिति में सदा एक समान और समभाव लिए होता है। उस पर बाहरी परिस्थितियां, आंतरिक अवस्था पर हावी नहीं होती हैं। इस कला को राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से बख्खी सीखा जा सकता है। खासतौर पर भविष्य के कर्णधार बेटे-बेटियों को अनिवार

● अब निःशुल्क राजयोग मेडिटेशन कोर्स कर सकेंगे श्रीलंकाई

श्रीलंका में ब्रह्माकुमारीज़ का नया सेवाकेंद्र शुरू



ब्रह्माकुमारीज़ के नए सेवाकेंद्र का मुख्य द्वार और उसका उद्घाटन करते हुए अतिथि।

शिव आमंत्रण ● श्रीलंका। श्रीलंका के त्रिकोमली में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के नए सेवाकेंद्र का उद्घाटन किया गया। सेवाकेंद्र का उद्घाटन इस्टर्न प्रोविन्स के गवर्नर शान विजयालाल दे सिल्वा तथा ब्रह्माकुमारीज़ संस्था दक्षिण-पूर्व एशिया की निदेशिका बीके डॉ. निर्मला, श्रीलंका के राष्ट्रीय संयोजक बीके गणेश, पूर्वी प्रांतीय परिषद के प्रमुख सचिव डीएमएस अबायगुनवारदाना, त्रिकोमली के सराकरी

एजेंट निशांक पुष्पा कुमारा ने किया। कार्यक्रम में उपस्थित अतिथियों ने कहा कि मनुष्य के जीवन में सकारात्मक बदलाव मूल्यों से ही आता है। यदि व्यक्ति के जीवन में मूल्य होंगे तो निश्चित तौर पर उनके स्वभाव और संस्कार में भी बदलाव आयेगा। परमात्मा का ज्ञान मनुष्य के जीवन में मूल्यों को बढ़ाता है। इसी क्रम में कोटाहेना में सेवाकेंद्र के नवीकरण के पश्चात भवन के शुभारम्भ

पर राष्ट्रीय एकता, आधिकारिक भाषाओं, सामाजिक प्रगति और हिंदू धार्मिक मामलों के मंत्री मैंने गणेशन एवं बीके डॉ. निर्मला ने बधाई देते हुए अपने विचार व्यक्त किए। इस दौरान श्रीलंका के पूर्व राष्ट्रपति महिन्दा राजपक्षे ने भी कोलम्बो सेवाकेंद्र पर शिरकत की। वहाँ देहीवाला में आयोजित सार्वजनिक कार्यक्रम में शहर के कई प्रतिष्ठित लोग शामिल हुए।

आध्यात्मिक शिक्षा के बिना जीवन अधूरा है: बीके उमा



शिव आमंत्रण ● सिडनी (ऑस्ट्रेलिया)। ऑस्ट्रेलिया विड राइड और लिडकोम्बे में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर तमिलनाडु के तिरुवन्नामलाई ब्रह्माकुमारीज केंद्रों की प्रभारी बीके उमा तथा ईश्वरीय सेवा के 40 साल से अधिक समय से जुड़े भाई-बहनों का जत्था सिडनी पहुंचा। इस दौरान बीके उमा ने कहा कि परमात्मा में जितनी हमारी बुद्धि लेगी उतना ही आंतरिक शक्ति का सचार होगा। आध्यात्मिक शिक्षा के बिना जीवन अधूरा है। कुछ देर के लिए उन्होंने राजयोग मेडिटेशन भी कराया। साथ ही सभी को राजयोग को जीवन में धारण करने व इसके फायदे के बारे में बताया।

आत्मा का दीपक जलाना ही दीपावली है: दादी जानकी

शिव आमंत्रण ● लेस्टर यूके। यूके लेस्टर के हार्मनी हाउस में दीपोत्सव कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें विशेष रूप से ब्रह्माकुमारीज संस्था की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने अपना बीड़ियो संदेश सभी को दीपावली की शुभकामनाएं दी। दादी ने कहा कि आत्मा का दीपक जलाना ही सच्ची दीपावली मनाना है। कार्यक्रम के दौरान नृत्य नाटिक भी आयोजित की गई। इसमें कलाकारों ने प्रस्तुतियों से दीपावली के आध्यात्मिक रहस्यों से अवगत कराया। साथ ही परमपिता परमात्मा का सत्य परिचय देते हुए आने वाली नई सत्युगी दुनिया का भी संदेश दिया। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके जैमिनी ने स्थानीय रहवासियों को इस त्यौहार के आध्यात्मिक रहस्यों से अवगत कराया। प्रारम्भ में सभी को संस्था प्रमुख राजयोगिनी दादी जानकी का शुभकामना संदेश सुनाया गया।



सीख

रोटरी क्लब के कार्यक्रम में वक्ता के रूप में किया आमंत्रित

जीवन मूल्य मानव को महान बनाते हैं: बीके पायल

शिव आमंत्रण ● प्रिसेस टाउन, त्रिनिडाड। प्रिसेस टाउन, साउथ त्रिनिडाड में रोटरी क्लब में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें स्पीकर के रूप में बीके पायल को विशेष रूप से आमंत्रित किया गया। उन्होंने कहा कि जीवन मूल्य मानव को महान बनाते हैं। बीके गोबिन, बीके राडिकी भी मौजूद रहे। रोटरी क्लब अध्यक्ष जमीर ओसमैन, अध्यक्ष चुनाव ऋषि रामलोगन, कोषाध्यक्ष कैपिलदेव बेर्ही और रोटरी क्लब के सदस्य परिवार के साथ उपस्थित थे।



सार समाचार

न्यू जर्सी के एडिसन मेयर से संस्था के सदस्यों ने की मुलाकात



शिव आमंत्रण ● पन्ना। न्यू जर्सी में एडिसन के मेयर थॉमस लाके से ब्रह्माकुमारीज के सदस्यों ने मुलाकात की और ईश्वरीय संदेश दिया। इस अवसर पर भारत में पंजाब जौन के निदेशक बीके अमीरचंद, न्यार्क के बीके रामप्रकाश, बीके शीतल मौजूद थीं। वहाँ स्थानीय राजयोगा सेन्ऱर पर पिक्सैट्रेवे के मेयर ब्रियेन वॉहलर ने शिरकत की, जहां उनके साथ काउंसिलमैन कपिल शाह भी मौजूद रहे।

सेंटलुईस में मनाया दीपोत्सव पर्व



शिव आमंत्रण ● सेंटलुईस, मिसौरी। मिसौरी के सेंटलुईस में ब्रह्माकुमारीज के सेवाकेन्द्र पर दीपोत्सव कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें सेवाकेन्द्र कॉर्डिनेटर बीके प्रिया ने सभी को दिवाली पर्व का आध्यात्मिक महत्व बताया।

अतीत को याद करने से मन की शिवित होती है कम, इसे भूलकर बढ़ें आगे



शिव आमंत्रण ● वर्जीनिया। संयुक्त राष्ट्र में वर्जीनिया स्थित ब्रह्माकुमारीज के मेडिटेशन म्यूजियम-2 में विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें वारिंगटन डीसी में ब्रह्माकुमारीज के मेडिटेशन म्यूजियम की डायरेक्टर बीके जेन्ना ने कहा कि अतीत को भूलकर जीवन में आगे बढ़ने का प्रयास करना चाहिए। यदि मनुष्य अपने पुराने कर्मों को भूलकर श्रेष्ठ कर्म करने का संकल्प ले तो निश्चित तौर पर उनके जीवन में खुशहाली आएगी। अतीत की यादों में खोए रहने से हमारे मन की शक्ति खत्म होती है। मन कमज़ोर होता है। मन की रचनात्मक भी कम होने लगती है। इससे हमारे वर्तमान का आनंद खत्म हो जाता है। हमारा जीवन में निराशा आने लगती है। मन बैचेन हो जाता है। इसलिए जीवन में सदा वर्तमान में जीना चाहिए। वर्तमान में जीना वाला मनुष्य ही खुश रह सकता है। इस दौरान उन्होंने दीपावली पर्व का आध्यात्मिक महत्व भी बताया। जर्मनी से आई राजयोगा टीचर बीके गुदरन ने भी अपने विचार रखते हुए सभी को राजयोग मेडिटेशन का महत्व बताया। साथ ही इसे जीवन में अपनाने का आह्वान किया।