RNI:RJHIN/2013/53539
Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2018-20
Licensed to Post without pre-payment
No. RJ/WR/WPP/18/2018

आध्यात्म की नई उड़ान...

# शिव आमंत्रण

बिहार, झारखंड संस्करण

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण

वर्ष 07 अंक 02 हिन्दी (मासिक) फरवरी 2019 सिरोही पृष्ठ 16 मूल्य ₹ 9.50

महा शिवरात्रि विशेष

04 अपने बच्चों को विरासत में दें अच्छे संस्कार...

07 परमात्मा शिव से मिलन का महाकुंभ:शिवरात्रि

**ब्रह्माकुमारीज़ की पहल... सेना, बीएसएफ, सीआरपीएफ, सीआईएसएफ और पुलिस के जवानों को सिखा रहे राजयोग मेडिटेशन की कला**

# सरहद के 'प्रहरियों' को सिखा रहे मन की 'पहरेदारी'

कार्यक्रम की शुरुआत **2001**

अब तक जवानों के कार्यक्रम **2000**

जवानों ने लिया राजयोग प्रशिक्षण **50000**

**शिव आमंत्रण** आबू रोड। भारतीय सेना के वीर जवानों के पराक्रम, साहस, शक्ति और वीर गाथाओं को शब्दों में बांधना अतिश्योक्ति होगी। सैनिकों की जीवटता का अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि माइनस 40 डिग्री तापमान में भी ये बहादुर देशभक्त पूरी मुस्तैदी के साथ सरहद की रक्षा में दिन-रात डटे रहते हैं। ऐसे में यह महत्वपूर्ण है जो जवान हमारी खातिर हाड़-कांप सर्दी में सीमा पर तैनात हैं उन्हें हम आत्म सम्मान, आत्म गौरव के साथ देश सेवा करने के लिए मानसिक स्तर पर बढ़ावा दें।

इसे देखते हुए ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा सैनिकों के कल्याण के लिए देशभर में वर्ष 2001 से राजयोग मेडिटेशन प्रशिक्षण कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं। इसका मकसद जवानों को मेडिटेशन, प्राणायाम, सकारात्मक चिंतन के साथ खुशी-आनंद के साथ जीवन जीने की कला सिखाना है। संस्थान द्वारा पिछले 18 वर्षों से जवानों के लिए लेह-लद्दाख से लेकर सियाचीन, पूर्वी भारत, जम्मू-कश्मीर समेत देश के कोने-कोने में जाकर तनावमुक्ति के लिए राजयोग ध्यान सिखाया जा रहा है। दो हजार से अधिक वर्कशॉप, सेमीनार, सभा, संगोष्ठी और कार्यशालाओं के माध्यम से सेना, बीएसएफ, सीआरपीएफ, सीआईएसएफ और पुलिस के 50 हजार जवानों को राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण निःशुल्क दिया गया है। इसी का नतीजा है कि आज सैकड़ों की संख्या में जवान नियमित राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कर रहे हैं। इससे जहां उनमें सकारात्मकता बढ़ी है वहीं पहले की अपेक्षा खुशी का स्तर भी बढ़ा है।

**राजयोग सिखाता है वर्तमान में जीना:** चाहे सैनिक हों या आम नागरिक जीवन में तनाव के मुख्य कारण वर्तमान में नहीं जीना है। जबकि राजयोग मेडिटेशन हमें वर्तमान में जीना सिखाता है। इसके अभ्यास से खुश रहने और सकारात्मक सोचने की कला का विकास होता है। जीवन का कोई भी क्षेत्र हो हर घटना के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण हमें उमंग-उत्साह के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा देता है। मेडिटेशन से मन के मलीन विचार दग्ध हो जाते हैं और मन की शक्तियां पुनः जागृत होने लगती हैं। इससे मन की शक्ति बढ़ जाती है।

राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करते अधिकारी

## मोटिवेशन से जवानों में बढ़ी जीवटता...

जवानों में निराशा का भाव जागृत न हो इसे देखते हुए भारत सरकार एवं सेना अधिकारियों ने उन्हें मोटिवेट करने, आध्यात्मिकता का विकास, योग-प्राणायाम और सकारात्मक चिंतन के प्रशिक्षण की शुरुआत की। इसके लिए समाजसेवी संस्थाओं के साथ ब्रह्माकुमारी संस्थान की मदद ली गई। प्रभाग द्वारा साल में दो बार संस्था के अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय माउंट आबू में नेशनल कॉन्फ्रेंस आयोजित की जाती है। इसमें सुरक्षा से जुड़े एक्सपर्ट, सेना के वरिष्ठ अधिकारी, पुलिस अधिकारी भाग लेते हैं। इनमें भाग लेकर रक्षा क्षेत्र से जुड़े अधिकारियों- जवानों के जीवन में सकारात्मक बदलाव आया है।

प्रभाग द्वारा चलाए जा रहे

## कोर्स...

* इंन्सप्रीशनल लीडरशिप फॉर चैलेंजिंग टाइम्स
* हॉर्मोनीअस रिलेशनशिप एट वर्क एंड होम
* कॉपिंग विथ स्ट्रैसफुल सिचुएशन
* सेल्फ कॉन्सेप्ट एंड डिसीजन मेकिंग
* मेडिटेशन फॉर एजुसिंग इनेट क्वालिटीज
* इनर स्टेबिलिटी ऑफ सेल्फ इम्पॉवरमेंट
* स्लीप मैनेजमेंट एंड मेंटल इम्पॉवरमेंट
* हॉलीस्टिक फिटनेस एंड डी-एडिक्शन
* प्रीवेनटिंग मेसर्स फॉर करबिंग सुसाइड
* पॉजीटिव थिंकिंग
* आर्ट ऑफ हैप्पी लिविंग
* स्प्रीचुअल जीपीएस

प्रभाग द्वारा जवानों और अधिकारियों के लिए मोटिवेट करने के साथ सकारात्मक चिंतन, राजयोग मेडिटेशन और पीसफुल लाइफ की कला सिखाई जा रही है। जिसका शरीर के साथ मन भी शक्तिशाली है वही योद्धा रण में फतह हासिल कर सकता है। संस्थानों के प्रयासों से जवानों में सकारात्मक बढ़ी है।

**अशोक गाबा**
अध्यक्ष, सुरक्षा सेवा प्रभाग, ब्रह्माकुमारीज़, माउंट आबू

नशा से मेरा जीवन तनाव में गुजर रहा था। ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशिक्षण से सब छूट गया। प्रतिदिन राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास से सकारात्मकता बढ़ी है और पहले से ज्यादा खुश रहता हूं। नकारात्मक विचारों पर विजय किसी भौतिक जंग से कम नहीं है।

**हरीओम मलिक,** हवलदार, असम राईफल्स, मणिपुर

## राजयोग से जवानों में आएगा बदलाव

ब्रह्माकुमारीज़ संस्था पूरे विश्व के 140 देशों में शांति का संदेश दे रही है। संस्थान का मकसद पूरे विश्व में सिर्फ शांति स्थापित करना है। लेकिन जिस तरीके से कार्रवाई हो रही है, आतंकवाद बढ़ रहा है। इससे दुनिया विनाश की ओर बढ़ रही रही है। ऐसे समय में ब्रह्माकुमारीज़ जैसे आध्यात्मिक संस्थाओं के ज्ञान की जरूरत है। सेना का कार्य भी शांति बनाए रखने में सहयोग करना है। इसलिए ब्रह्माकुमारीज़ और सेना दोनों का एक ही मकसद है। राजयोग ध्यान से सेना के जवानों में सकारात्मक बदलाव आएगा।

**जनरल विपिन रावत,** सेनाध्यक्ष, भारतीय सेना

**काफी** लोगों का आध्यात्म के प्रति रूझान बढ़ा है। उनकी जीवन शैली में बदलाव आया है। तनाव और अकेलापन से मुक्ति में मदद मिलती है। जीवन में खुशी आती है। नेवी के ब्रिगेडियर थे जो 2001 में माउंट आबू में आए थे तब सेना में तनावमुक्ति के लिए कार्यक्रम का आग्रह किया था। तब से इस कार्यक्रम को चलाया जा रहा है। पहली बार जब कार्यक्रम शुरू किया गया तो 20 लोग आए फिर इसके बाद बड़े स्तर पर होने लगा।

**कर्नल बीसी सती**
प्रशिक्षक, राजयोग मेडिटेशन एवं आध्यात्म, दिल्ली

राजयोग मेडिटेशन से हमारा सोचने का नजरिया पूरी तरह से सकारात्मक हो जाता है। जंग चाहे सरहद की हो या निजी जीवन की, सबमें हमारा सकारात्मक दृष्टिकोण महत्वपूर्ण है। इससे हम कठिन हालातों का सामना आसानी से कर पाते हैं। दूसरों से काम कराना भी आसान हो जाता है।

**कैप्टन राजकुमार,** भारतीय सेना, जबलपुर

सेना में रहते हुए बहुत ज्यादा पैसे नहीं कमा सकते इस सोच से कई जवानों में हीन भावना आती है। इससे बाहर निकलने में राजयोग और ध्यान मदद करता है। जब हम खुद से बात करना सीख जाते हैं तो जीवन अच्छा बन जाता है। जवानों के लिए यह बहुत जरूरी है। ब्रह्माकुमारीज़ इसमें बहुत मदद करता है।

**एसजी गंगोत्रा,** लेफ्टिनेंट कर्नल, भारतीय सेना, दिल्ली

प्रेरणापुंज

**दादी जानकी**
मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

## महावीर का काम है विकारों पर सदा विजय पाना

ज्ञान कहता है- इच्छाओं-तृष्णाओं को मारो, खत्म करो। लोभ-मोह वश ही भक्ति में भावना रही कि यह भी मिले, धन भी मिले, मान-मर्तबा भी मिले। इन सबसे छूट गए। अभी इन सबसे छूटने के लिए हिम्मत, समझ और विश्वास चाहिए। जब ज्ञान से समझदार बनते हैं, तब हिम्मतवान बनते हैं। हिम्मत तब आती है, जब विश्वास है। भक्ति मार्ग में कितना पुरूषार्थ किया, काशी कलवट खाई। लेकिन विकर्मों से छूटने की शक्ति नहीं आई। वह आएगी सिर्फ बाबा की समझ से, ज्ञान से। ज्ञानवान समझते हैं कि अब हमारे से कोई विकर्म न हों और जो पास्ट में विकर्म किए हैं वह भी खत्म होते जाएं। बाबा कहते हैं कि विनाश सामने खड़ा है। हम सब देख रहे हैं तो हमें क्या करना है? सारा दिन-रात यह चित्त में हो कि हमारे पास्ट के विकर्म विनाश हो जाएं। विनाश के पहले कुछ रह न जाए। लोग पूछते हैं कि विनाश कब आएगा? लेकिन पहले यह देखो कि क्या तुम्हारे विकर्म विनाश हुए हैं? विनाश तो आया कि आया। दूसरा, पास्ट के सारे विकर्म विनाश हो जाएं तब आत्मा को हल्कापन महसूस हो।

अपवित्रता खत्म होती जाए। फिर हमारे पास जो असली पवित्रता, शांति, सुख की शक्ति है, वह महसूस होगी। विकर्मों ने हमको शोक वाटिका में बिठा दिया। तो पहले पुराने विकर्मों का जो कर्जा या बोझा है, वह उतारना है। तो ज्ञानी तू आत्मा वह है जिसकी आत्मा में ज्ञान भरा हुआ हो। वाणी की सेवा ने कितनों को संबंध-संपर्क में नजदीक लाया है, लेकिन अभी आवाज फैलाने वाले माइक की जरूरत है। वह भी तैयार हो रहे हैं। पुरूषार्थ में अटेन्शन हो कि कहां भी हिसाब-किताब जुड़ें नहीं। अभी जो बाबा के बच्चे बनते हैं, जिनको थोड़ा भी ज्ञान मिलता है, वो जल्दी सेवा में लग जाते हैं। लेकिन उन्हें विकर्म विनाश करने का या किसी के साथ कोई हिसाब-किताब जुट न जाए यह ध्यान नहीं रहता है। एक तोड़ा ही नहीं, छूटा ही नहीं और दूसरा जुट जाता है।

हम सबको शुरू में ही बाबा ने यह पाठ पक्का कराया कि किसके साथ भी हिसाब-किताब जुट न जाए इसका ध्यान रखना है। लौकिक में भी कोई मोह न हो, कोई हमारी आशा, इच्छा न हो, हिसाब-किताब न हो यह बहुत ध्यान रहता था। किसी से पानी का गिलास भी लिया तो भी हिसाब-किताब का बड़ा ध्यान रखना पड़ता था। किसी को कोई चीज देना लेना यह भी हिसाब-किताब नहीं जोड़ना है। यह हम सबने 14 साल की तपस्या में बहुत ध्यान दिया है। दुनिया में बाहर क्या हो रहा है, कुछ पता नहीं था। एक ही बाबा को याद करना है, सबको देवता बनना है, दैवी गुण धारण करना है। इसी पर ध्यान रहता था। आपस में कभी कोई चर्चा नहीं, कोई लौकिक बात नहीं, कोई आया गया, भागन्ती हुआ, फलाना हुआ, वह भी कुछ बात नहीं। क्योंकि बुद्धि में यह फिक्स बैठा हुआ था कि लौकिक और अलौकिक में रात-दिन का फर्क है। इसलिए इतना तक ध्यान रखते थे कि लौकिक कोई हमको टच भी न करे। यह हमको नहीं चाहिए। बाप-बेटी करके ऐसे मुझे टच करे, मुझे नहीं चाहिए। लौकिक वाला मोह वश हमें कोई चीज न देवे। इसके लिए चाहिए दिल का त्याग और तपस्या। फिर बाबा बहुत मदद करता है क्योंकि याद है-बाबा मिला है तो सब कुछ मिला है। बाबा से मिले, बाबा को देखा, बाबा से दृष्टि मिली। बस, खुशी बहुत है। पुराना खान-पान सब आदतें बदल गई तो हमारे लिए यह कितना सहज और अच्छा हो गया है। कोई कहता है कि मुझे वैराग्य की जरूरत है। मैं कहती हूँ कि उसने ज्ञान समझा ही नहीं है। ज्ञान माना- मैं कौन हूं? मेरा क्या है? वैराग्य की बात ही नहीं है। जब मैं कौन हूँ यह पता नहीं था तो देह, सम्बन्ध, यह दुनिया मेरी है, ऐसा लगता था। अभी मेरा कुछ नहीं है। जिनका दुनिया में लगाव होता है वह लगाव को छोड़ने के लिए कहते हैं। अभी मुझे वैराग्य चाहिए। हमें ज्ञान कहता है कि लगाव किस बात में रखें? हम ज्ञानियों के लिए तो अब ड्रामा में लगाव का पार्ट ही पूरा हो गया। विकारों वश, देह के संबंधियों में रहना, देह वही, परंतु आत्मा के अन्दर जो विकार भर गए थे, वह विकार बिचारे चले गए तो आत्मा खाली हो गई। आत्मा वही है। उस आत्मा में पहले विकार भरे हुए थे। कोई भी देहधारी को देखा, मेल-फीमेल को देखा तो आकर्षण हुई। अभी समझ में आ गया, यह देह क्या है?

क्रमशः...

# महिलाएं अपनी भावनाओं पर नियंत्रण रखना सीखें..




शख्सियत

**शिव आमंत्रण » आबू रोड।** आज की नारी का सफर चुनौती भरा जरूर है पर आज उसमें चुनौतियों से लड़ने का साहस आ गया है। अपने आत्म विश्वास के बल पर आज वह दुनिया में अपनी एक अलग पहचान बना रही है। आज की नारी आर्थिक व मानसिक रूप से आत्मनिर्भर है। परिवार व अपने कैरियर दोनों में तालमेल बैठाती नारी का कौशल वाकई काबिले तारीफ है।

ऐसी ही हिम्मत के साथ जीवन में नए मुकाम हासिल करने वाली झारखंड जमशेदपुर टाटानगर के एक साधारण परिवार में जन्मी फिल्म अभिनेत्री शालिनी चन्द्रन हैं। आपने अपने लगन और मेहनत से आज फिल्म जगत में अच्छा मुकाम हासिल किया है। शालिनी ने अपने जज्बा-जुनून से साबित किया है कि सकारात्मक सोच हो तो बड़ी से बड़ी विघ्न-बाधाओं को पार करके मंजिल को पाया जा सकता है। बता दें कि शालिनी एक बेहतरीन अदाकारा हैं जो बॉलीवुड इंडस्ट्री में अपनी मेहनत और काबिलियत के दम पर अच्छे मुकाम पर हैं। वे अपनी सफलता की ऊंचाइयों का श्रेय राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास के साथ-साथ सकारात्मकता और धैर्यता को देती हैं। ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय आबू रोड स्थित शिव आमंत्रण के साथ चर्चा में उन्होंने अपने जीवन के अनुभव और सफलता के राज साझां किए। उन्हीं के शब्दों में जानिए कैसा रहा ये सफर...

> “ **बॉलीवुड अभिनेत्री शालिनी चन्द्रन यशराज, रेड चिल्ली जैसे बड़ी कंपनी के साथ काम कर चुकी हैं। ‘शानदार’ फिल्म में करण जौहर, शाहिद कपूर, आलिया भट्ट जैसे कई नामचीन हस्तियों के साथ काम करके अब तक चार सीरियल और करीब 40 कमर्शियल एड फिल्में भी कर चुकी हैं। आध्यात्मिकता में भी उनकी विशेष रूचि है। आबू रोड प्रवास के दौरान शिव आमंत्रण से विशेष बातचीत में उन्होंने अपने अनुभव सांझा किए...**

### बचपन से ही अकेले रहकर खुद एक्टिंग करती रहती थीं...

फिल्म अभिनेत्री बनने से पहले बचपन से ही मुझे दो चीजों में ज्यादा रूचि रही। एक मनोविज्ञान दूसरा नैचुरल एक्टिंग। मैं बचपन से ही अकेले रहकर खुद एक्टिंग करती थी। मैंने कोई एक्टिंग एजुकेशन या ड्रामा में भी कभी भाग नहीं लिया। बस अंतर्मन से आवाज आती कि मुझे एक्ट्रेस बनना है। जैसे-जैसे मैं बड़ी हुई तो लगा कि मैं ग्लैमर की दुनिया में फिट नहीं हो सकती हूं। कुछ और कर लूंगी। इसी बीच मेरे भाई को स्वप्न में साक्षात्कार हुआ कि तुम मुंबई में बहुत बड़ी हीरोइन बनोगी। मुझे विश्वास नहीं हुआ तो फिर भाई ने मुझे काफी प्रोत्साहित किया। मैंने वर्ल्ड फेमस एक्टिंग गुरु बैरी जॉन जो शाहरूख खान, मनोज वाजपेयी जैसे कलाकारों के भी गुरु रह चुके हैं, उनसे ही कोर्स पूरा करके फिल्म इंडस्ट्री में कदम रखा।

एक महीने के अंदर मुझे धारावाहिक कहानी घर-घर की में पार्वती का लीड रोल मिल गया। जबकि उस कहानी के लिए उन्होंने ऑल इंडिया लेवल ऑडिशन रखा था। इसके बाद यशराज फिल्मस, रेड चिल्ली जैसी बड़ी कंपनियों के साथ काम करने का मौका मिला। अब तक हमने चार धारावाहिकों में काम किया और करीब 40 कमर्शियल एड फिल्मों में काम किया। हाल ही में शानदार फिल्म में करण जौहर, शाहिद कपूर और आलिया भट्ट जैसे कलाकारों के साथ काम करने का मौका मिला। फैंटम फिल्मस के बैनर तले मुझे पोलैंड जाकर विदेश में शूटिंग करने का मौका भी मिला।

### अभिनय जैसे क्षेत्र में होकर भी नैतिक मूल्यों के साथ समझौता नहीं किया...

ऊंची मंजिल पाने के लिए सबसे बड़ा गॉडफादर आपका कर्म के आधार से बना हुआ भाग्य है। फिल्म इंडस्ट्री की किसी भी हस्ती से मेरी दूर-दूर तक कोई जान-पहचान नहीं थी। जैसा हम सोचते हैं, करते हैं, वैसा फल मिलता ही है। मैं बचपन से ऐसे घर में पली-बढ़ी हूं जहां संस्कारों को बहुत ज्यादा महत्व दिया जाता है। लेकिन टॉलीवुड में जब गई तो कुछ निगेटिव परिस्थितियों का सामना करना पड़ा। लेकिन बॉलीवुड में ऐसा कुछ नहीं हुआ। क्योंकि मैंने अपने चरित्र और नैतिक मूल्यों के साथ कभी समझौता नहीं किया। टाइम पर पहुंचना और टाइम पर अपना काम ठीक से करना, ये मेरा दायित्व है। इस बात के लिए इंडस्ट्री में लोग मेरा बहुत आदर भी करते हैं।

### सारी शक्ति और नियंत्रण हमारे ही पास है...

अभिनेत्री शालिनी बताती हैं कि मैं कई बार अत्यधिक डिप्रेशन में चली गई। अंत में मेरे साथ एक ऐसा मोड़ आया जहां सारे संबंध बिखर रहे थे। तनाव की चरम सीमा आत्महत्या तक आ चुकी थी। रिलेशनशिप में मैं स्थिर जीवन खोज रही थी। मैं अपने जीवन में सत्यता के साथ फादर फिगर भी खोज रही थी। जो मुझे अपने पिता की तरह ही ध्यान रख सके। तनाव का एक कारण बचपन के साथ-साथ हीन भावनाओं से ग्रसित होना भी था। इसलिए मैंने काफी सारे धर्मों को देखा। इसी सफर में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से जुड़ी और इससे मैं अध्यात्म की राह पर चल पड़ी। तब से सबकुछ सकारात्मक रूप में बदल गया। वैसे आजकल की महिलाएं आर्थिक रूप से काफी खुद पर निर्भर हैं। लेकिन जब उनकी भावनाओं पर बात आती है तब उन्हें अपने आप पर भरोसा नहीं होता है। उनको कोई चाहिए जिनका वो सहारा ले सकें। लेकिन किसी दिन अचानक वो सहारा किसी कारण से मृत्यु, तलाक, धोखा, जुदाई में बदल गया तो वो फिर तनाव में चलीं जाती हैं। मैंने तय किया कि भावनात्मक रूप से कमजोर नहीं, मजबूत बनना है। उसके लिए हमें निरंतर प्रयास के साथ खुद का ध्यान रखना पड़ेगा। हर तरह की शक्ति हमारे पास है और सारा नियंत्रण भी हमारे ही पास है।

### जहां हम असफल होते हैं, जिंदगी वही पाठ बार-बार सिखाने की कोशिश करती है...

जितना हमारे अंदर खालीपन होता है, उतना ही दूसरों से अपेक्षाएं बढ़ जाती हैं। अगर आशाएं पूरी नहीं होती हैं तो निराशा, तनाव व क्रोध उत्पन्न होते हैं। फिर आप दूसरे व्यक्ति को चेंज होने का इंतजार करते हैं। दुःख तब और भी बढ़ जाता है जब हमारे अनुसार कुछ भी होता नहीं दिख रहा हो। तो फिर वही दोषारोपण, शिकायत के साथ नकारात्मकता जीवन में आने लगती है। जीवन में ऐसी ही घटना एक के बाद एक घटती जा रही होती है। फिर भी उस बात पर ध्यान नहीं जाता कि वही घटनाएं बार-बार क्यों हमारी वृति में घूम रही हैं? जिस पाठ में हम बार-बार असफल होते हैं, जिंदगी भी वही पाठ बार-बार सिखाने की कोशिश करती है। सृष्टि की हर एक चीज आपको आगे बढ़ाने में मदद करने की कोशिश कर रही है। परंतु हम उन सकारात्मक इशारों को समझ नहीं पाते हैं क्योंकि बुद्धि अनेक तरह की नकारात्मकता में उलझी रहती है।

### समाज को बनाने-बिगाड़ने में मीडिया-फिल्म इंडस्ट्री एक पावर...

फिल्म इंडस्ट्री ऐसा मानती है कि जो दुनिया, समाज में आज हो रहा है हम वही दिखाते हैं। परंतु हमारे समाज के बुद्धि जीवी वर्ग का मानना है कि मीडिया-फिल्म की वजह से हमारा समाज बहुत प्रभावित हो रहा है। लेकिन सच्चाई तो यही है कि मीडिया-फिल्म में जो दिखाते हैं वही हमारे सोसाइटी में बढ़ने लगता है। निश्चित रूप से मीडिया-फिल्म इंडस्ट्री एक पावर है। न मीडिया गलत है, न ही इंडस्ट्री गलत है। लेकिन जो कंटेंट आजकल बन रहे हैं वह बहस का विषय है। तो उनकी जिम्मेदारी होनी चाहिए कि मीडिया सभ्य-समाज का दर्पण बने। जैसे फैशन और आपसी संबंधों का ताना-बाना, जिससे हमारे बच्चों और हमारे समाज पर सकारात्मक प्रभाव पड़े। क्योंकि आप (मीडिया) समाज के रोल मॉडल हैं। आप जो करेंगे बच्चे उसका अनुसरण करते हैं।

### तनाव, आकर्षण और नशा पतन के कारण...

अभिनेत्री शालिनी ने कहा आध्यात्मिकता को आज की युवा पीढ़ी अलग ढंग से लेती है। उनको लगता है इसे अपनाने से जीवन और भी बोरिंग हो जाएगी। पता नहीं क्या-क्या छोड़ना पड़ेगा। उन्हें ऐसा लगता है कि बिना संघर्ष-लड़ाई के कुछ हासिल होने वाला नहीं है। 127-ऑवर्स मूवी को ऑस्कर अवार्ड विजेता डैनी बॉयल ने बनाया है। इस फिल्म को देखकर युवा बहुत प्रेरित हो सकते हैं। युवाओं के लिए तनाव, आकर्षण और नशा की बुरी लत पतन के कारण हैं। इससे बचें और खुद को चेक करें कि दिमाग में क्या चल रहा है। यदि आध्यात्मिकता को अपनाते हैं तो आकर्षण का नियम कहता है खुद की वृत्ति और सोच जब सही कर ली तो जिन चीजों के पीछे भाग रहे थे, वो आपके पीछे आएगी। उसे पाने का एक मात्र तरीका है आध्यात्मिकता। मेडिटेशन के अभ्यास से आप रोज कुछ न कुछ सकारात्मक बदलाव खुद में देखेंगे।

ठाणे कारागृह बन गया सुधारगृह... वर्ष अलसुबह से ही हो जाते हैं ध्यानमग्न

# ठाणे जेल में 22 साल से चल रही योग और आध्यात्म की पाठशाला

- वर्ष 1998 से जारी है राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण
- 25 से 50 कैदी प्रतिदिन लगाते हैं ध्यान
- सैकड़ों कैदियों का बदला जीवन
- हजारों कैदियों की बदली सोच

ठाणे कारागृह में ध्यान लगाते बंदी भाई।

शिव आमंत्रण ठाणे/मुंबई। मुंबई के ठाणे में पिछले 22 वर्षों से चल रहा आध्यात्मिक ज्ञान और मेडिटेशन ने कारागार का माहौल पूरी तरह बदल दिया है। जेल में आज प्रातः काल से ध्यान, साधना और राजयोग मेडिटेशन प्रारम्भ हो जाता है। सलाखों के पीछे कैदी राजयोग अभ्यास कर बेहतर जीवन शैली जी रहे हैं। हजारों कैदी स्वयं के सत्य परिचय को जान गुनाहों के विचार छोड़ रहे हैं। सद्विचार, सदाचार, सद्व्यवहार से कारागृह का एक परिवार जैसा माहौल बन चुका है। जहां कारागृह में दहशत के वातावरण हुआ करता था, वहीं अब शांति, प्रेम, सम्मान और सहयोग के प्रयोग से प्रभु रहमत झलक रही है। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान, थाने मध्यवर्ती कारागृह में 1998 से आज भी निर्बाध रूप से अपनी सेवाएं दे रहीं है। संस्थान की सेवा के प्रयास से धर्म, प्रांत, जाति की सीमाएं टूटी हैं।

### अच्छे आचरण में बदलने लगा स्वभाव

सामान्यतौर कारागार में कैदियों के बीच आपसी मन मुटाव, गाली-गलौज, कहासुनी का भय रहता था। परन्तु राजयोग की जीवनशैली और आध्यात्मिक ज्ञान ने कैदियों के पूरे स्वभाव को बदल दिया। यहां के कैदी दोषारोपण, कुदृष्टि को बंद कर गुणग्राही बन रहे हैं। सद्भावपूर्ण माहौल में हर कोई आध्यात्मिक ज्ञान का श्रवणकर और राजयोग में मगन रहता है। इससे जेल का माहौल एक सुन्दर और शांतिमय बन जाता है।

### 25 कैदियों को राखी बांधकर हुई कार्यक्रम की शुरुआत...

सन् 1997 में कारागृह में ईश्वरीय सेवा की शुरुआत 25 कैदी भाईयों को ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा राखी बांधकर की। 24 जुलाई 1998 को आईजी जेल टी शृगारवेल और डीआईजी अशोक किनिंगेजी की स्वीकृति से थाने मध्यवर्ती कारागृह के अधीक्षक रामकृष्ण महालेजी के निर्देशन में सेवाओं का शुभारम्भ हुआ। यहीं से धीरे-धीरे सेवाओं का विस्तार होता गया। बीके गोदावरी बहन व बीके लतिका बहन ने कारागृह के 1500 बंदियों को राजयोग मेडिटेशन के प्रशिक्षण के साथ बदलाव की इस मुहिम का शंखनाद किया।

### कई खूंखार कैदियों ने भी सीखा राजयोग मेडिटेशन...

राजयोग और ध्यान का जेल में इतना असर हुआ कि मुंबई के अंडरवर्ल्ड डॉन अरुण गवली और उनके 80 सहयोगी भी प्रतिदिन सुबह सफेद वस्त्र में डायरी पेन लेकर सत्संग में बैठ ईश्वरीय ज्ञान सुना करते थे। जेल में सभी कैदी दुःखी होकर अपने घर-परिवार से बिछड़े हुए महसूस कर रहे थे, वहीं ईश्वरीय ज्ञान अमृत पीकर एक मीठे परिवार की अलौकिक भासना से खुद को धन्य-धन्य महसूस कर रहे है। संस्था के अन्तर्राष्ट्रीय मुख्यालय से अनेक तपस्वी भाई-बहनें जेल में आकर समय प्रति समय अपना अनुभव सुनाकर श्रेष्ठ जीवन के लिए प्रेरित करते हैं।

### इन बालब्रह्मचारी भाई-बहनों की मेहनत लाई रंग...

सेवाकेन्द्र के बीके नारायण, बीके मयूर, बीके भारती, बीके रेखा, बीके मीना, बीके बिंदिया बहन हर शुक्रवार को कारागृह में जाकर ईश्वरीय ज्ञान से सभी को पालना देती आई हैं। इसके साथ ही अन्तर्राष्ट्रीय मुख्यालय से बीके शारदा बहन, बीके राजू भाई, बीके रामनाथ भाई, बीके गीता बहन, बीके चक्रधारी बहन, बीके आशा बहन, बीके भगवान भाई आदि ने भी बंदियों को आध्यात्मिक ज्ञान से प्रकाशित किया है।

### संस्था से जुड़े डॉ. सचिन लोगों को व्यसनमुक्त बनाने की सेवा में जुटे...

व्यसनों की आदतों को छुड़ाने में ब्रह्माकुमारीज़ के व्यसनमुक्ति सेवा प्रभाग के प्रमुख डॉ. सचिन के प्रयास से बहुत सकारात्मक बदलाव आया। समाजरत्न कहे जाने वाले डॉ. नानजी भाई, खिमजी भाई, ठक्कर ठाणावाला, मगन भाई, डॉ. राजेश मढवी, डॉ. सुधीर, कमला दीक्षित जैसे समाजसेवी सहयोगी बने। साथ ही बीके पंचम सिंह भाई उर्फ डाकू पंचम सिंह के जीवन परिवर्तन सुनकर जेल में कैदियों ने जीवन बदलने की प्रेरणा ली। इस ईश्वरीय सेवा से कुछ कैदी रिहाई के बाद ब्रह्माकुमारीज़ के स्थानीय सेवाकेंद्र के नियमित विद्यार्थी बनकर तन, मन, धन से अपनी सेवा दे रहे हैं।

### महिला कारागृह में भी चार साल से राजयोग का प्रशिक्षण जारी...

जेल अधीक्षक वायचलजी की प्रेरणा से पिछले 4 साल से थाने मध्यवर्ती महिला कारागृह में भी ब्रह्माकुमारीज़ के भाई-बहनों द्वारा बंदियों को राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण दिया जा रहा है। सेवाकेंद्र की बीके मोहिनी, बीके वृंदा कारागृह में महिला बंदियों को आध्यात्मिक ज्ञान, मोटिवेशन, सकारात्मक चिंतन और राजयोग मेडिटेशन के जरिए बदलाव लाने में जुटी हुई हैं। आध्यात्मिक ज्ञान का ही नतीजा है कि आज कई महिला बंदी अलसुबह से ध्यान में मग्न हो जाती हैं। जो पहले पश्चाताप की आग में झुलस रही थीं वह अब प्रभु के प्यार में मग्न होकर खुशी-खुशी जेल में समय गुजार रही हैं। इस प्रशिक्षण में बंदियों में सकारात्मकता बढ़ी है। एक जेल में सत्संग करने आने वाली एक बंदी बहन के रिहाई की सूचना मिली, फिर दो दिन बाद अचानक उसे उम्रकैद की सजा मिल गई। इससे वह मन से टूट गई थी। परंतु आध्यात्मिक ज्ञान के कारण कर्म सिद्धांत को समझकर वह जल्दी ही संभल गई। यह घटना अनेकों बंदियों के लिए प्रेरणा स्त्रोत बन गई। संस्थान के प्रयासों का ही नतीजा है कि आज पूरे जेल का माहौल सकारात्मक हो गया है। बंदियों में लड़ाई-झगड़े बंद हो गए हैं। माहौल शांतिमय हो गया है।

जब मन और दिल में खुशी होगी तो लोग अपराध नहीं करेंगे। आज दिल और मन में खुशी लाना एक बड़ी चुनौती है। ब्रह्माकुमारी संस्थान इस क्षेत्र में जो कार्य कर रहा है वह सराहनीय है। इससे पूरे जेल का माहौल सद्भावपूर्ण और आध्यात्ममय हो गया है। इसके लिए ब्रह्माकुमारी संस्थान को बधाई।
**अंकुश सदापूले**, उपपुलिस अधीक्षक, केंद्रीय कारागार, ठाणे

जुर्म करना यह मन की बीमारी है। इसका इलाज आध्यात्मिक ज्ञान और ध्यान में मिलता है। जबसे कैदी भाई यह ज्ञान सुन रहे हैं तब से कारागृह के अंदर दहशत का वातावरण बदलकर ओम शांतिमय बन गया। परमात्मा शिव बाबा ने मुझे निमित्त बनाकर ऐसी सेवा कराई जो उस समय पूरे भारत देश में यह कारागृह आदर्श सेवा का केन्द्र बन गया है।
**रामकृष्ण महाले**, पूर्व जेल अधीक्षक, ठाणे

जब से जेल की सेवाएं प्रारंभ हुई हैं तब से कैदियों में बहुत सकारात्मक बदलाव आया है। जब कोई जेल अधीक्षक बदल जाता है तो फिर भी वह भोलेनाथ अपने भोले बच्चों से जेल में अखंड सेवाएं लेता जा रहा है। यह कोई मनुष्य का काम नहीं हो सकता है। ये सब वही परमपिता परमात्मा करा रहे हैं। हम सब तो सिर्फ निमित्त हैं। कारागार अधीक्षक समेत सभी कर्मचारी और पुलिस अधिकारी बहुत दिल से मदद करते हैं।
**बीके लतिका**, सेवाकेन्द्र प्रभारी, ठाणे

सभी अधिकारियों के लिए ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग का अभ्यास एक बहुत सुंदर विकल्प है। जो मन को श्रेष्ठ चिंतन की विधि सिखाता है। एक युवा कैदी भाई पुलिस अधिकारी को मारकर मुंबई का सबसे खतरनाक गुंडा बनने का लक्ष्य लेकर कारागृह में पहुंचा। जहां उसने आध्यात्मिक ज्ञान सुन कर राजयोग के अभ्यास से मन परिवर्तन कर सबका प्रेरक बन गया। एक कैदी भाई ने ज्ञान लेने के बाद कहा कि वास्तव में राजयोग के अभ्यास से मुझे स्वर्ग के राजमहल में जाने का राजमार्ग प्राप्त हुआ है अब मैं पीछे नहीं मुड़ सकता हूं।
**किशोर माहुरे**, पूर्व जेल अधीक्षक, कारागृह, ठाणे

# मां और मातृभूमि की सेवा यानी स्वर्ग की प्राप्ति होना: सेनाध्यक्ष

शिव आमंत्रण आबू रोड। भारतीय सेना देश में अमन-शांति की स्थापना करने के लिए सीमा पर जिस तरह से कार्यवाही करती है ठीक उसी तरह अमन और चैन के लिए ब्रह्माकुमारी संस्था एक ही लक्ष्य के साथ कार्यरत रहती है। हमारी देश के जवान और ब्रह्माकुमारी में यही सबसे बड़ी समानता है कि दोनों देश में शांति का संदेश देने की कोशिश कर रही हैं।

उक्त विचार भारतीय सेनाध्यक्ष जनरल बिपिन रावत ने ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से आयोजित शहीदों के स्मरणोत्सव में कहीं। उन्होंने जवानों की तत्परता और सेना के लक्ष्य को दोहराते हुए कहा कि मां और मातृभूमि की सेवा करना यानी स्वर्ग की प्राप्ति होना। हर किसी को ऐसा सौभाग्य नहीं मिलता है। उन्होंने कहा ब्रह्माकुमारीज़ के लक्ष्य को यूनाइटेड नेशन ने भी सराहा है और मैसेंजर ऑफ पीस के सम्मान से नवाजा है। ऐसे में सेना और ब्रह्माकुमारीज़ दोनों को हाथ मिलाकर चलना चाहिए।

### हमारा देश हमेशा शांति का पक्षधर रहा है...

उन्होंने संस्था से इस शांति के दीए को देश में रोशन करने के लिए कंधे से कंधा मिलाकर चलने की भी अपील की है। संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी ने कहा कि हमारा देश हमेशा से शांति का पक्षधर रहा है। हमारे देश में ही शांति और सौहार्द्र की हमेशा बात की जाती है ताकि पूरे विश्व में अमन चैन बन सके। संस्था के अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन ने कहा कि संस्थान हमेशा शांति के लिए कार्य कर रहा है। ब्रह्माकुमारीज़ सेना के साथ हमेशा हर कार्य में तैयार है। कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय ने कहा आज का दिन शहीदों को समर्पित है, जो देश की रक्षा के लिए अपनी जान गंवाने के बारे में एक बार भी नहीं सोचते। इस दौरान सेनाध्यक्ष ने अपनी धर्मपत्नी के साथ संस्थान के शांतिवन परिसर सहित माउंट आबू स्थित पांडव भवन का भ्रमण कर यहां की व्यवस्थाओं का जायजा लिया। उन्होंने पूरे परिसर का भ्रमण करने के बाद यहां की व्यवस्थाओं और मैनेजमेंट की सराहना की।

सेनाध्यक्ष को मोमेंटों भेंट करती दादी जानकी तथा दादी रतनमोहिनी तथा अन्य।

**दादी जानकी से की मुलाकात:** कार्यक्रम के पश्चात सेनाध्यक्ष ने संस्था प्रमुख राजयोगिनी दादी जानकी से मुलाकात कर कुशलक्षेम पूछी तथा काफी देर तक चर्चा की। जिस पर दादी ने विश्व शांति के लिए प्रेरित किया और जीवन में राजयोग मेडिटेशन का महत्वपूर्ण बताया।

### शहीद की पत्नी को किया सम्मानित

कार्यक्रम के दौरान जीरावल के शहीद चेताराम की पत्नी अमिया देवी को शॉल और मोमेंटों भेंट कर सम्मानित किया गया।

संपादकीय

# सोच बदलिए, समाज बदलेगा

**हम** हमेशा अपने आसपास सकारात्मक और स्वस्थ माहौल में रहना चाहते हैं। इसके लिए हम अपने के बजाए दूसरों से उम्मीदें करने लगते हैं कि सामने वाला हमारे लिए क्यों नहीं सोच रहा है। परन्तु क्या हम यह सोचते हैं कि हम अपने लिए और दूसरों के लिए कितना सकारात्मक सोच रखते हैं। क्योंकि जब तक हम अपनी सोच नहीं बदलेंगे तब तक दूसरा हमारे लिए नहीं बदल सकता है। जब हम अपनी सोच बदलेंगे तो समय, समाज, संस्कृति सबकुछ बदला नजर आएगा। क्योंकि जैसा हम सोचते हैं वैसा ही माहौल बनता है। जैसा नजरिया वैसे नजारे बनते-बिगड़ते हैं। हमारी सोच अच्छी होगी। इसके लिए कोई खास समय नहीं होता बल्कि हर वक्त हमें उस पर निगरानी रखने की जरूरत होती है। धीरे-धीरे हमारे संस्कार सकारात्मक और सौहाद्रपूर्ण हो जाते हैं। इसलिए सबके लिए अच्छा सोचें आपका सबकुछ अच्छा होगा।

बोध कथा जीवन की सीख

## सत्यता की राहों से न भटकने वाला ही महावीर



**बहुत** समय पहले तिब्बत की राजधानी ल्हासा में बौद्ध भिक्षुओं के दो आश्रम थे। बड़ा आश्रम ल्हासा में था। उसकी एक छोटी गांव में थी। इसके लामा वृद्ध हो गए थे। उन्होंने सोचा कोई उत्तराधिकारी बनाया जाए। तो वो अपने एक शिष्य को उस बड़े आश्रम में भेजते हैं। इस पर कहीं दूर के आश्रम से वहां के गुरु उस शिष्य के साथ दस शिष्यों को भेजते हैं। परंतु शिष्य कहता है कि दस शिष्य नहीं, सिर्फ एक ही। परंतु वो कहते हैं चिंता न करो पहुंचेगा एक ही। तो दूसरे दिन वो दस शिष्य भिक्षु और यह भिक्षु निकल पड़ते हैं। यात्रा बहुत लंबी थी। चलते-2 एक शिष्य सोचता है कि कैसा मेरा जीवन रहा? आश्रम में सुबह-सुबह उठकर ध्यान के लिए बैठो, प्रवचन सुनो, दिन भर सेवाएं फिर शाम को वापिस ध्यान में बैठो। शास्त्र पढ़ो और फिर वही-2 बातें। ऐसा मेरा कठोर जीवन है। जिस रास्ते से जाते हैं, उस रास्ते में अपना गांव देखकर उसे घर याद आ जाता है। वो साथियों से कहता है कि आगे चलो मैं थोड़ी देर में आता हूं। काफिला आगे बढ़ता है, थोड़े समय बाद दूसरा शिष्य भी सोचता है कि ये कैसा जीवन है? आश्रम में कितने सालों से सेवाएं, साधनाएं, तपस्या कर रहा हूं, परंतु कोई उन्नति का लक्षण दिखाई नहीं देता। तो वो भी कहता है कि थोड़ी दूर ही मेरे गांव में मेरी बूढ़ी मां बीमार है। मैं चाहता हूं कि कुछ दिन वहां बिताऊं फिर वो भी रूक जाता है। बाकी सभी आगे बढ़ते हैं। तीसरे शिष्य के मन में भी कुछ हल-चल होने लगती है। तभी राजा के तीन सिपाही वहां आकर कहते हैं कि राजपुरोहित की मृत्यु हो गई है। राजा की आज्ञा है कि जो भी भिक्षुक इच्छुक है वो राजपुरोहित बन सकता है। अचानक तीसरा शिष्य सोचता है कि कब तक यह कठोर जीवन जीएं, क्यों न राजपुरोहित बन जाऊं? कम से कम सुख-सुविधाआराम तो होगा।

यहां तो सब काम स्वयं करने पड़ते हैं। वह शिष्य भी सैनिकों के साथ चला जाता है। काफिला आगे बढ़ता है। एक स्त्री कहती है मेरे पिता बहुत समय से घर नहीं पहुंचे हैं। मैं अकेली हूं। तुममें से कोई एक मेरी कुटिया में रूके तो बहुत अच्छा होगा। अब चौथा शिष्य भी सोचता है कि रोज देखो ब्रह्मचर्य-2 की दिन-रात शिक्षा दी जाती है। वो शिष्य भी वहीं ठहर जाता है। इस तरह पांचवा, छटा, सातवा और आठवा शिष्य रास्ते में कुछ न कुछ प्रलोभन में आकर रुक जाते हैं। कारवां आगे बढ़ता है और रास्ते में कुछ ग्रामीण मिलते हैं वो कहते हैं अरे तुम कहां जा रहे हो? इस आश्रम का लामा तो बड़ा ही दुष्ट है। उसके साथ जो भी शिष्य थे सब उसे छोडकर् चले गए। ये बातें नौवां शिष्य सुनते ही वहीं रह जाता है। दसवां शिष्य बहुत संवेदनशील था उसे महल में लोग कहते हैं कि तुम्हें सबने छोड़ दिया है, अब अकेला मैं रहकर क्या करूंगा? वो भी चला जाता है। केवल वही शिष्य बचा, जो लेने गया था। तब लामा ने कहा मुझे पता था कि तुम्ही इस जिम्मेदारी के योग्य हो।

**संदेश:** हमने जीवन को साधना के मार्ग पर, पवित्र मार्ग पर ले जाने या चलने का निर्णय लिया है तो पूरी सिद्दत, समर्पण भाव, एकाग्रता और परमात्म प्यार में मगन होकर पूरी लगन के साथ उस मार्ग पर चलना चाहिए तभी मंजिल मिलती है। रास्ते में आने वाली बांधाएं तो हमारी परीक्षा के लिए आती हैं कि हम कितने योग्य हैं।

# जिंदगी की सफलता संतोष और शांति में ही है



मेरी कलम से

नरेश कौशिक

विधायक तथा पंचायतीराज कमेटी हरियाणा विधानसभा के सदस्य हैं

**इस जीवन** में हर इंसान यह सोचता है कि मैं अपने उस पड़ाव को बड़े अच्छे तरीके से अच्छी सफलता के साथ आगे बढ़कर सबसे पहले प्राप्त करूं। लेकिन जिंदगी की सफलता संतोष और शांति में ही निहित है। जो मुझे यहां आकर के सीखने को मिलता है। एक कहावत है-'गो धन-गज धन, रतन धन खान। जब आए संतोष धन सब धन धूरि समान। सबसे बड़ा संतोष और शांति का धन है। जिसकी खोज में आदमी दर-दर भटकता है। जब भी भगवान के इस आबू धराधाम पर आता हूं। बहुत सुकून मिलता है। इस धराधाम पर बराबर पहुंचने की हमारी पूरी कोशिश हमेशा रहती है। लेकिन राजनीति क्षेत्र में व्यस्त होने के कारण कठिनाइयां बनी रहती हैं। मैं यहां आकर तथा सेवाकेन्द्र पर जाकर हमेशा कुछ ना कुछ सीखने का प्रयास करता रहता हूं।

ब्रह्मा बाबा का जीवन हमेशा दूसरों के लिए प्रेरणास्रोत है। जिससे जीवन में अच्छा सीखने को मिलता है। मैं महसूस करता हूं कि आबू धराधाम पर रहने वाले सभी बहुत ही सौभाग्यशाली हैं जो लगातार निरंतर ब्रह्मा बाबा जी के संस्थान से जुड़े हुए हैं। यहां कि पवित्र खुशियां लगातार प्राप्त कर रहे हैं। सकारात्मकता और रूहानी आध्यात्मिक विचारधारा अपनाने की जरूरत आज हम सब को है। वो परमात्मा सबसे न्यारा-प्यारा, सर्वोच्च लीलाधारी है। साधक जैसा चिंतन करता है वैसा ही बन जाता है। श्रेष्ठ चिंतन करने से साधारण भी अमर बन जाता है। इसीलिए सबसे पहले जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण और रूहानी आध्यात्मिक विचारधारा अपनाने की नितांत जरूरत है। अगर ज्ञान और विवेक की दृष्टि से देखा जाए तो प्रकृति अनित्य है, जड़ है और विकारजन्य है। परंतु आत्मा सदा सर्वदा नित्य, स्वयं सिद्ध और अविनाशी है। इसीलिए अखिल ब्रह्मांड में जहां गति है, विकास है और बदलाव है यह सब आत्म बल के कारण है।

आत्मा एक ऐसी हस्ती है जिसे आग जला नहीं सकती, पानी गला नहीं सकता, हवा उड़ा नहीं सकती। कोई अस्त्र-शस्त्र भी उसे काट नहीं सकता। आत्म तत्व एक ऐसी धुरी है जिसके इर्द-गिर्द अनादि काल से सारी सृष्टि का चक्र घूम रहा है। संसार हमेशा गतिमान रहता है, बनता और बिगड़ता रहता है परंतु आत्मा ज्यों की त्यों, सभी कृत्यों का साक्षी, सभी अनुकूल और प्रतिकूल परिस्थितियों में सब कुछ करने में सक्षम एवं अपने आप में स्वतंत्र और स्थिर रहती है ।

## खुद से बातें करना सीखें...

**मनोविज्ञान कहता है कि हर व्यक्ति अपना ही नाम लेकर स्वयं से बातें करे। अपने को ही देखे और पूछे कि तुम क्या कर रहे हो? करने क्या आए थे? जब आए, तब लक्ष्य क्या था? स्वप्न क्या लेकर आए थे? वे सब कहां खो गए? क्या वैसा अमृतबेला हो रहा है, जैसा होना चाहिए? क्या मेरी एलर्ट और लाइट-माइट की स्थिति है? क्या भगवान का एक-एक शब्द मानस वा स्मृति-पटल पर छप रहा है? क्या हम उसके स्वरूप बन रहे हैं? क्या स्वयं को माया के चक्रव्यूह से बाहर निकालने के लिए ज्ञान, चिंतन और मनन को बढ़ा रहे हैं? मैं जो कर रहा हूं, वो कितना सही है? सुबह से लेकर रात तक की दिनचर्या में कितना उमंग-उत्साह रहता है? सुबह उठते ही कहीं दुःख, दर्द, पीड़ा के संकल्प तो नहीं आते हैं? क्या महान संकल्प आते हैं?**

आध्यात्म की नई उड़ान...

डॉ. सचिन ] मेडिटेशन एक्सपर्ट

# अधूरे ज्ञान से चक्रव्यूह में फंसता अभिमन्यु

### बहुतों की स्थिति अर्जुन-पुत्र अभिमन्यु की तरह

जीवन की इस मनोरम यात्रा में जब हम किसी लक्ष्य की ओर बढ़ रहे होते हैं तब बीच में ऐसे बहुत से विघ्न आते हैं जो हमें रोकते और भटकाते हैं। उनको जानने, समझने और निवारण करने की यदि हमारे पास योग्यता, शक्ति व ज्ञान नहीं है। अगर हो भी तो अधूरा ज्ञान होने पर हमारी स्थिति शास्त्रों में वर्णित उस अभिमन्यु की तरह है जिसे ये तो पता था कि कौरवों के रचे हुए चक्रव्यूह में कैसे प्रवेश करें। परंतु पराक्रम, साहस व पुरूषार्थ के साथ अधूरा ज्ञान था। इसलिए अर्ध-ज्ञान से वह अंदर तो चला गया, परंतु बाहर नहीं आ सका। जब वह चक्रव्यूह में फंस गया तब उसके पिता वहां नहीं थे। अधूरे ज्ञान के कारण ही वह अंततोगत्वा वीर गति को प्राप्त हुआ। तो इस ब्राह्मण जीवन में भी बहुतों की स्थिति उसी अर्जुन पुत्र अभिमन्यु की तरह है जो परमात्मा पिता को भूल अधूरे ज्ञान के सहारे चल रहे हैं।

### आत्मा ज्ञान सुनते-2 सो जाए तो ज्ञान भी अधुरा ही धारण करेगी...

क्या ब्राह्मण जीवन में भी ऐसे कुछ चक्रव्यूह हैं? ब्राह्मण आत्मा अपने जीवन को प्रभु अर्पण करने के बाद भी ऐसी समर्पित श्रेष्ठ योगी आत्मा भी माया के किसी चक्रव्यूह में फंस जाती है। चाहे वो कितना भी महारथी क्यों न हो? एक बार अभिमन्यु की श्रेष्ठता को जानकर द्रौपदी ने पांडवों से कहा कि तुम सब कायर हो, कौरवों से युद्ध करने से डरते हो। इससे तो अच्छा होगा कि मेरे पुत्र अभिमन्यु की अध्यक्षता में कौरवों से लड़ें। इतना शक्तिशाली होने पर भी वह हार गया। अंदर तो चला गया परंतु निकल नहीं पाया। अभिमन्यु जब द्रौपदी के गर्भ में था, तब ज्ञान सुनाये जाने के दौरान द्रौपदी के सोने पर वह भी सो गया था। अब प्रातः कालीन परमात्म महावाक्य मधुर मुरली सुनते-सुनते आत्मा सो जाए तो ज्ञान भी अधूरा ही धारण करेगी। फिर ऐसी आत्मा माया के चक्रव्यूह में फंस जाती है और निकल नहीं पाती। अंततः हार जाती है।

### समय है श्रेष्ठ पुरूषार्थ का...

हम अंग्रेजी के वर्णमाला एबीसीडी के आधार से ऐसे दस चक्रव्यूहों की चर्चा करेंगे जिसमें आत्मा अपूर्ण ज्ञान की वजह से फंसकर निकल नहीं पाती है। फिर त्राही-त्राही चिल्लाती है। सारा खजाना भगवान ने दे दिया फिर भी सबके पास खजाने अलग-अलग हैं, ऐसा क्यों? **पहला चक्रव्यूह (ए) अर्थात आलस्य-अलबेलापन:** पहला शिष्य थक कर आश्रम के कठोर नियमों से ऊब चुका था। आलस्य-अलबेलेपन के चक्रव्यूह में फंसकर आराम चाहता था। इस ब्राह्मण जीवन में भी एक चक्रव्यूह ऐसा ही है, जिसमें आत्मा खुद अंदर जाती है परंतु चक्रव्यूह में ऐसी फंसती है कि निकल नहीं पाती। भगवान ने कहा-तुम दाता हो। क्या तुमको दुःख-अशांति की आवाज सुनाई नहीं देती? पहले स्वयं को कारण शब्द से मुक्त करो तभी दूसरी आत्माओं को मुक्त कर सकोगे। हे मुक्तिदाता! अभी भी आलस्य-अलबेलेपन के चक्रव्यूह में डूबे हुए हो? जबकि श्रेष्ठ पुरूषार्थ का समय चल रहा है।

### कारण नहीं निवारण करो...

**दूसरा चक्रव्यूह (बी) अर्थात् बहानेबाजी:** सारा महावाक्य चला कारण को निवारण, परिवर्तन करने के लिए। परंतु कारण शब्द को सामने लाने या सोचने से निवारण नहीं होगा। कारण के कुछ साथी हैं- ऐसे, कैसे, वैसे। जिससे बुद्धि का दरवाजा बंद हो जाता। जैसे दूसरे शिष्य ने बहाना बनाया, बूढ़ी मां की बीमारी का। कारण दिया और चला गया। ये एक ऐसी आदत है, जो हर जिम्मेदारी में कारण देना जैसे ये हुआ, इसकी वजह से वो हुआ, उसकी वजह से, ये जो हो रहा है ये उस परिस्थिति की वजह से हो रहा है। भगवान का अव्यक्त महावाक्य है, न स्थान बदलेगा, न ही स्थिति बदलेगी और न ही परिस्थिति बदलेगी, बदलना सिर्फ तुमको पड़ेगा। ब्राह्मणों के हिसाब-किताब ब्राह्मणों के द्वारा ही चुक्तू होंगे। ये ब्राह्मण परिवार ही परीक्षा हॉल है और हर एक ब्राह्मण आत्मा पेपर है। इसलिए कारण नहीं, निवारण करो।

### जितनी विपरीत परिस्थितियां उतनी ही आत्मा शक्तिशाली...

मन रूपी दर्पण पर रोज संकल्पों की धूल जमती है। सुबह से लेकर रात तक मन दर्पण में बारंबार चेक करो। जितनी विपरीत परिस्थितियां उतनी ही आत्मा शक्तिशाली, जितना ही विरोध, उतना ही आत्मा में बल भरता है। कमल अनुकूल स्थितियों में नहीं, प्रतिकूल परिस्थितियों में खिलता है। जितना जिसके जीवन में संघर्ष होगा वो उतना आगे। जितने पेपर अधिक उतने क्लास आगे। जितने विघ्न अधिक उतने विघ्न विनाशक के सर्टिफिकेट अधिक। इसलिए हर चीज में कारण देना ये एक आदत चक्रव्यूह सी बन गई है। अमृतबेला शक्तिशाली नहीं, ये कारण। मुरली का चिंतन क्यों नहीं ये कारण। समय नहीं है, लेकिन अब समय को चुराना है। जो समय हमारा व्यर्थ बोलने में, साधनों में जा रहा है, वो समय श्रेष्ठ चिंतन में लग जाए तो वृति श्रेष्ठ हो जाएगी। जिसकी स्थिति श्रेष्ठ, वही आगे। इसलिए बहानेबाजी और कारण के चक्रव्यूह से स्वयं को बाहर निकालना है। कैसे निकालेंगे? ज्ञान के श्रेष्ठ चिंतन से? जो गाय जुगाली कम करती है, वो कम दूध देती है। जो गाय ज्यादा जुगाली करती है, वो ज्यादा दूध देती है। जो गाय जुगाली करती ही नहीं वो बीमार है। ऐसे ही जो बच्चे विचार सागर मंथन नहीं करते वे बीमार हैं। वे माया के चक्रव्यूह में फंस चुके हैं। इसलिए आलस्य, अलबेलापन, कारण, बहानेबाजी जैसे चक्रव्यूहों से बाहर निकल औरों को निकालने वाला बनना है।

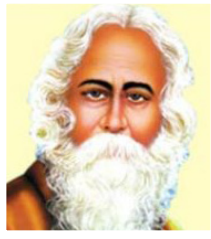
अगले अंक में आप जानेंगे चक्रव्यूह की तीसरा, चौथा, पांचवां, छठा घेराव और उससे बाहर आने की सहज विधि।



प्रेरक विचार Spiritual THOUGHTS

सरदार वल्लभ भाई पटेल, लौह पुरुष

"इस मिट्टी में कुछ अनूठा है जो कई बाधाओं के बावजूद हमेशा महान आत्माओं का वास रहा है"





रवीन्द्रनाथ टैगोर, गुरुदेव, राष्ट्रगान के लेखक

"यदि आप सभी गलतियों के लिए दरवाजे बंद कर देंगे तो सच बाहर रह जाएगा"

## जीवन प्रबंधन

बी.के. शिवानी
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ
अंतरराष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज़ की टीवी ऑइकॉन, गुरुग्राम, हरियाणा

# अपने बच्चों को विरासत में दें अच्छे संस्कार रूपी संपत्ति

अपने हिसाब से दूसरों को बदलना ये एक अंत न होने वाला खेल
आत्मा की शक्ति को दुर्बल करने का आसान तरीका है

शिव आमंत्रण » माउंट आबू। अपने आप से पूछें कि मेरा आने वाला भविष्य क्या है? मेरे आने वाले बच्चों का भविष्य क्या होगा? मैंने अपने बच्चों को विरासत में क्या दिया? जो मेरे पुराने संस्कार, जीवन जीने का तरीका, घर का माहौल, वही हमने अपने बच्चों को दिया। आज अगर हम जिम्मेदारी उठाते हैं तो घर में सबका जीवन जीने का तरीका बदल जाएगा। इसका सीधा-सीधा लाभ बच्चों को मिलेगा। क्या सिर्फ हमारी यही जिम्मेदारी है कि उनको अच्छे स्कूल में डालना है, अच्छे कॉलेज में भेजना, अच्छे कपड़े देने हैं, खाना देना है, घर देना है? प्रायः सभी माता-पिता सोचते देखते हैं कि हम अपने बच्चों को विरासत में क्या देकर जाएं? हम अपनी बेटी की शादी में उसे क्या ऐसी ताकत के रूप में संपत्ति दे सकते हैं? अगर आज हम बेटी को एक ऐसी ताकत देकर ससुराल भेजें कि तुम्हारा कैसा भी परिवार हो तुम्हें समायोजित होकर वहीं रहना है। हमने उसको गाड़ी, बंगला, जेवर आदि सब कुछ दिया लेकिन उस परिवार में समायोजित रहने की ताकत और तरीके नहीं दिए तो बेटी और सामान दोनों वापस आ जाते हैं। यह प्रायः समाज में आज देखा जा रहा है। ये बहुत ही महत्वपूर्ण है कि हमें बच्चों को क्या देना है। क्या हमें अपने बेटे को फैक्ट्री खड़ी करके देनी है? व्यवसाय खड़ा करके देना है? या व्यवसाय चलाने की ताकत देनी है? तय करें क्या देना है? आज तक तो सब कुछ बाहर वाला ही देते आए हैं। क्योंकि हमारे पास सब कुछ सिर्फ बाहर वाला ही है तो आज हमें अपनी प्राथमिकता को बदलने की जरूरत है। हमें अपने परिवार और बच्चों को अच्छे संस्कार देने हैं। अपनी प्योर वाइब्रेशन देनी है। बोल के नहीं देना है कि तुम बदल जाओ, वैसा बनकर देना है। सर्वप्रथम ये जिम्मेदारी हम सबकी है।

### जरा हट के, सार्थक कर्म से आत्मिक ताकत बढ़ती है

मैं आत्मा थोड़ा-सा ध्यान अपने पर रखूंगी तो उसका संपूर्ण लाभ पूरे परिवार को मिलेगा। जहां हम काम करते हैं उनको भी मिलेगा। तो हमें इतने सारे लोगों के लिए और खुद के लिए भी सार्थक कर्म करने और अच्छे संस्कार बनाने का निर्णय लेना ही है। तो हम इतनी आसानी से कैसे कहेंगे कि बहुत मुश्किल है। जो कर्म सब लोग कर रहे हैं, वो करना कोई बड़ी बात नहीं। लेकिन उससे जरा हट के करना, उससे आत्मा की ताकत बढ़ती है। तब जब वो कर्म सही डायरेक्शन में हो। क्या ये संभव है कि आज से लोग मुझसे कैसा भी व्यवहार करें, हम जोर-जोर से डिस्टर्ब होकर नहीं बोलेंगे, गुस्सा नहीं करेंगे। अगर हम अपने मन को धीरे से कह दें कि ये मुश्किल है तो क्या होगा? जैसे आपके पास कोई आए और कहे कि ये काम करना है। और धीरे से ये भी कहे कि ये मुश्किल है, तो क्या हो जाएगा? उसने ही मेरी ताकत को कम करने का काम किया। यही अगर बड़े से बड़ा काम हो और साथ में धीरे से कहना है बहुत आसान है तुम आराम से कर सकते हो, सब असानी से हो जाएगा। तो अपने आप को रोज सुबह कहना कि ये जो हमने ऐसा कर्म करने का तय किया है, यह करना बहुत आसान है। ऐसा संकल्प खुद को बार-बार दें। अगर मेरे आसपास वाले लोगों को ये काम मुश्किल भी लग रहा हो तो भी। भले लगे मेरे लिए तो बहुत आसान है। मेरा ये करना उनके लिए भी आसान करवा देगा। क्योंकि अब हमारे घर सहित आसपास की भी वाईब्रेशन बदल जाएगी।

### दूसरों के बदलने का इंतजार कब तक...

हमें क्यों लोगों पर गुस्सा आता है? क्योंकि वे हमारे हिसाब से नहीं होते, परिस्थितियां भी हमारे हिसाब से नहीं होती। प्यार से अपने आप से एक साधारण चीज पूछें फिर निर्णय लें। क्या यह संभव है कि परिस्थितियां हमारे हिसाब से ही होंगी? ऐसा क्यों नहीं हो सकता? हो जाए तो सब कुछ आसान हो जाएगा। हम दूसरों को बदल दें, क्या ये संभव है? लोग हमारे हिसाब से हो जाएं, क्या ऐसा हो सकता है? बदलाव के लिए लोगों को ज्यादा दूर न ढूंढना। बस अपनी नजदीक वाले जैसे पति-पत्नी, माता-पिता, बच्चे बस ये चार पांच लोगों को देखना। वो लोग ही हमारे हिसाब से हो जाएं तो घर स्वर्ग हो जाए। क्यों नहीं होते वो हमारे हिसाब से? एक ऑप्शन है कि वो हमारे हिसाब से हो जाएं और एक दूसरा ऑप्शन भी है कि हम उनके हिसाब से हो जाएं। क्या हम उनके हिसाब से बनने के लिए तैयार हैं? जब वो जैसा चाहते हैं हम वैसा बनने को तैयार नहीं हैं तो फिर हम क्यों इंतजार कर रहे हैं कि हम जैसा चाहते वो वैसा एक न एक दिन बन ही जाएं। हम अगर तैयार नहीं हैं उनके जैसा बनने के लिए तो फिर वो मेरे हिसाब से क्यों बनें? फिर क्यों इंतजार? वो क्यों तैयार नहीं हो रहे? क्यों वो वैसा नहीं बनना चाहते जैसा हम चाहते हैं? क्या कारण है? अच्छा वो छोड़ो। हम वैसा क्यों नहीं बनना चाहते , जैसा वो चाहते? कितना सिंपल है? कोई हमें कहता है आप ऐसे नहीं ऐसे हो जाओ, बदल जाओ हम क्यों नहीं बदलना चाहते और वैसा क्यों नहीं बनना चाहते जैसा वो चाहते हैं? इन बातों पर गहराई से विचार करने की जरूरत है। हम बदलेंगे तो हमें देखकर सब बदलेंगे।

## समस्या समाधान

ब्र.कु. सूरज भाई
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

# जो श्रेष्ठ विचार स्वयं को चाहिए- वही औरों को देते चलें...

### सबेरे उठ सुंदर विचारों से मन को चार्ज करें

राजयोग के अभ्यास के साथ-साथ सबेरे उठने का नियम बहुत अच्छा है। जब हम उठें तब सुंदर विचारों से मन को चार्ज कर लें। मैं महान आत्मा सभी गुणों, शक्तियों, खजानों से भरपूर हूं। ऐसे कई वैराइटी संकल्प करें। जो लोग 8 बजे, 9 बजे, 10 बजे, कई लोग तो और भी लेट 12 बजे सो कर उठते हैं। उनका सुस्त जीवन सफल जीवन नहीं हो सकता। जिस मनुष्य ने कभी उगते हुए सूरज का दर्शन ही नहीं किया है, उसके भाग्य का सूरज तेजी से अस्त हो जाता है। भाग्य केवल धन संपदा को नहीं कहते हैं। कोई कहे मेरे पास बहुत धन संपदा है। रात को 1 बजे 2 बजे तक होटलों में घूमना गंदा पीना-खाना, फिर दिन 12 से 2 बजे तक सोया रहना। क्या ये भाग्य है? नहीं, ये दुर्भाग्यवश अज्ञान अंधकार है। इसको कोई भाग्य समझ ले, यह बहुत बड़ी मिस्टेक है। ऐसा भाग्य जल्दी ही साथ छोड़ जाएगा। फिर अस्पतालों के बहुत चक्कर काटने पड़ते हैं।

### मनोविकार: मनुष्य को गंदगी में धकेल रहा

मनोविकार, सेक्स मनुष्य को गंदगी में धकेल रहे हैं। मुंबई की कहानी बड़ी वन्डरफुल होती है। एक ही परिवार के बच्चों में इधर लड़की का तलाक हुआ, उधर आस्ट्रेलिया में लड़के का तलाक हुआ। कारण सेक्सुअल फीलिंग, घमंड जैसे मनोविकार आदि हैं। इस संसार में आज अगर देखें तो 60 प्रतिशत पाप सेक्स, वासनाओं की वजह से ही हो रहे हैं।

यह सब पापों का मूल बीज है। इसलिए गीता में भगवान ने कहा- हे अर्जुन, इस काम महाबैरी को जीतो। कोई नहीं जानता इस काम को। डॉक्टर, वैज्ञानिकों ने गलत प्रचार कर दिया। अब भगवान आकर कह रहे हैं-इस संसार को यदि संभालना है और अपने जीवन को सुख शांति का भंडार बनाना है तो पवित्र बनो। यहां से पवित्रता ब्रह्मचर्य का जल्द लक्ष्य लें। अन्यथा इसके बिना सरवाइव करना संसार में बहुत कठिन हो जाएगा। वासनाओं की ही वजह से अधिकतर मानसिक रोग बढ़ रहे हैं।

### मिले हुए भाग्यशाली जीवन का दुरुपयोग न करें

यदि कोई अपने प्रालब्ध भाग्य यानी पूर्व के अच्छे कर्मों के फल को दुरुपयोग करता है तो वैसा भाग्य जल्दी ही साथ छोड़ जाता है। किसी के पास पैसा बहुत हो गया तो गंदा खान-पान अपनाकर जीवन गंदा कर लेते हैं, तो पैसा भी साथ छोड़ जाता। अगर पैसा साथ न भी छोड़े तो समय पर पैसा काम नहीं आएगा। ऐसा बहुत दिख रहा है। एक फैक्ट्री मालिक से जब हम मिल रहे थे तो उन्होंने बताया कि अपनी पत्नी के इलाज के लिए तीन करोड़ रुपए लेकर डॉक्टरों के पास बैठा था कि ये ले लो, इसे बचा दो। कोई नहीं बचा सका तो हम सभी सबेरे समय को जरूर सार्थक कर खुद पर ध्यान देंगे। खुद को टाइम देकर नित्य राजयोग का अभ्यास करें। समय पर सोना, समय पर उठना, ये स्वास्थ्य और बुद्धि को श्रेष्ठ बनाने का अच्छा तरीका है।

डॉ. अजय शुक्ला ] बिहेवियर साइंटिस्ट
गोल्ड मेडलिस्ट इंटरनेशनल ह्यूमन राइट्स मिलेनियम अवार्ड
डायरेक्टर (स्प्रीचुअल रिसर्च स्टडी एंड ट्रेनिंग सेंटर, बंजारी, देवास, मप्र)

# उत्कृष्टता की स्मृति से सम्पूर्णता की प्राप्ति

जीवन का मनोविज्ञान- 04

स्वयं के प्रति उच्च दृष्टि व्यक्ति को इस बात की अनुभूति कराती है कि आत्मा ने पुरुषार्थ से समझने-सीखने एवं अनुभव करने की आधारभूत गतिविधि को पूर्ण कर लिया है। जीवन में केवल उत्कृष्टता की स्मृति से व्यक्ति स्वयं को इतनी ऊंची स्थिति में स्थापित कर लेता है जिससे वह सम्पूर्णता की प्राप्ति सहज ही उपलब्धि के रूप में अर्जित कर सके। श्रेष्ठ सामाजिक संरचना का व्यवहार पक्ष व्यक्ति को सदा स्वयं की श्रेष्ठता को बनाए रखने के लिए उत्कृष्टता की स्मृति के लिए सचेत करता रहता है। जीव-जगत की आंतरिक अभिलाषा स्वयं को पूर्णता की प्राप्ति से संबद्ध रखती है, जिसके लिए वह कई जन्मों से प्रयासरत रहते हुए सम्पूर्ण बन जाने के लिए त्याग-तपस्या एवं सेवा का अनुकरण भी करती है। व्यक्ति द्वारा आत्मा के स्वभावगत आचरण का सम्मान करना और उसके विकास के मूल स्वरूप के लिए प्रतिबद्धता व्यक्त करना उत्कृष्टता की स्मृति से सम्पूर्णता की प्राप्ति का वृहद् प्रमाण होता है।

### समर्पण द्वारा ऊर्ध्वगामी चिंतन की स्थिति...

जीवन के व्यापक परिदृश्य में जब स्वयं के उत्थान की स्थिति निर्मित होती है तब मनुष्य के समर्पित भाव का उल्लेख व्यवहार में परिलक्षित होने लगता है। यदि व्यक्ति के भीतर स्वयं को सम्पूर्ण बनाने की लगन है तो वह अपने लक्ष्य के प्रति समर्पण के जीवन मूल्य को अपनाते हुए पुरुषार्थ के प्रति निष्ठावान रहता है। जीवन का दार्शनिक बोध व्यक्ति को उमंग उत्साह की सद्प्रेरणा प्रदान करता है जिससे निर्धारित लक्ष्य हेतु लक्षण धारण करके ऊर्ध्वगामी चिंतन की स्थिति से सम्पूर्णता को प्राप्त किया जा सकता है। स्वयं के द्वारा बुद्धि का समर्पण आत्मा के स्वमान की रक्षा करता है, जिससे स्व-विकास के मार्ग को प्रशस्त करना आसान हो जाता है। आत्मिक समृद्धि के विभिन्न आयाम सूक्ष्म प्राप्ति को समर्पणता के संदर्भ में रेखांकित करते हैं जिन्हें चिन्तन की उच्चता से सदा गहरा लगाव होता है।

### जीवन के परिष्कार में गुणात्मकता की अवस्था...

व्यक्ति अपने जीवन में श्रेष्ठ अवस्था का मालिक बनकर जीना चाहता है और इस गुणात्मकता के लिए स्वयं को परिष्कृत करने की ललक उसे सम्पूर्ण व्यक्तित्व के निर्माण के लिए प्रेरित करती है। जीवन की उत्कृष्टता को व्यवहार में लाने पर ज्ञात होता है कि स्वयं को गुण एवं शक्ति संपन्न बनाना आत्मा की पवित्र अवस्था से जुड़ा महत्वपूर्ण प्रसंग है। स्वयं के उत्कर्ष में गुणात्मकता का समावेश व्यक्तिगत परिष्कार का श्रेष्ठतम उदाहरण है जिसमें राजयोग का प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष योगदान होता है। जीवन में आत्म स्थिति की उच्च अवस्था के द्वारा जब परमात्म सत्ता से संबंध स्थापित कर लिया जाता है तब आत्म स्वरूप की निरन्तरता सदा के लिए कायम हो जाती है। स्वयं का परिष्कार चेतना का वह श्रेष्ठ स्तर होता है जहां से व्यक्ति सम्पूर्णता की अनुभूति पूर्णरूपेण समर्पित भाव से करने लगता है और आत्मिक गुणवत्ता को परिपक्वता से बनाए रखता है ।

### स्वयं के वास्तविक स्वरूप की अनुभूति...

जीवन में नियम-संयम , जप - तप , ध्यान-धारणा, स्वाध्याय-सत्य, प्रेम-अहिंसा, राजयोग एवं मौन से जुड़ी साधना का प्रयोग एक साधक अपने साध्य तक पहुंचने के लिए करता है। स्वयं के वास्तविक स्वरूप की अनुभूति आत्मा को सम्पूर्ण बनाने के संदर्भ में होने से यह अहसास होता है कि दीर्घकाल के पुरुषार्थ के पश्चात अभी सम्पूर्णता शेष है तो वहां समर्पित हो जाना बेहतर विकल्प के रूप में दिखाई देता है। जीवन दर्शन के प्रति निष्ठा व्यक्ति को धर्म-कर्म के सिद्धांत एवं व्यवहार से संबद्ध कर देती है जिसमें स्वयं की सम्पूर्णता का पक्ष मुख्य आधार होता है। मानव जब स्वयं के वास्तविक स्वरूप की अनुभूति से आत्म दर्शन को जीवन के साक्षात्कार से अभिभूत पाता है तो वह अध्यात्म पुरुषार्थ की ओर गतिशील हो जाता है। आत्म उन्नति के शिखर को परमात्म दर्शन की धन्यता से स्वीकार करते हुए जब आत्मा राजयोग- मौन को अंगीकार कर लेती है तब स्वयं के सत्य स्वरूप की अनुभूति सुनिश्चित हो जाती है।

रियल लाइफ

# कोर्ट में ओम राधे का जवाब सुनकर सभी चौंक गए

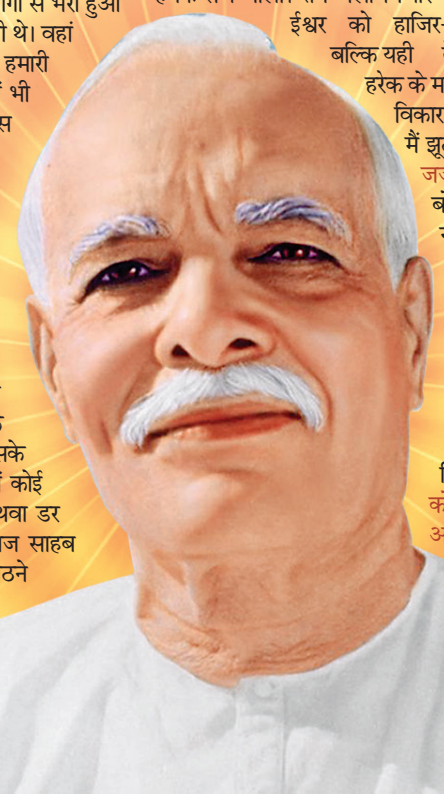
## प्रजापिता ब्रह्मा बाबा

**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 सरलता से किया.... जीवन को पलटने वाली अद्भुत जीवन कहानी पुस्तक से क्रमश...

पिछले अंक में आपने जाना कि कराची में ओम मंडली के प्रभाव से 15 कन्याएं ज्ञान लेने पहुंची तब विघ्न विनाशक प्रभु ने किया विघ्नों से कैसे पार किया।

**एक बार** एक अभियोग के सिलसिले में ओम मंडली की व्यस्थापक समिति की प्रधान ओम राधे (मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती 'मम्मा') को न्यायालय में साक्षी के तौर पर बुलाया गया था। क्योंकि माताओं-कन्याओं के इस ईश्वरीय ज्ञान यज्ञ की संभाल करने के लिए दिव्य गुणों की मूर्ति ओम राधे ही निमित्त थीं। लोगों ने सोचा था कि कोर्ट में ओम राधे से उल्टे सुल्टे प्रश्न किए जाएंगे और इससे हम इस संस्था को बदनाम करेंगें। परंतु हुआ इसके विपरीत। उस समय न्यायालय के विचित्र दृश्य और उसमें मजिस्ट्रेट से हुए प्रश्न-उत्तर का उल्लेख दादी प्रकाशमणि जो प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की मुख्य प्रशासिका थीं ने इस प्रकार किया... ओम राधेजी के साथ हम अन्य पांच बहनों को भी न्यायालय में जाने के लिए प्रवेश-पत्र मिला था। हम कराची से हैदराबाद उस न्यायालय में आई थीं। कोर्ट का कमरा लोगों से भरा हुआ था। उनमें काफी संख्या में मुसलमान लोग भी थे। वहां पुलिस इन्सपेक्टर आदि भी मौजूद थे। जब हमारी कार कोर्ट के बाहर आकर रूकी थी तो वहां भी भीड़ को काबू में रखने के लिए काफी पुलिस का प्रबंध था। ओम राधे के साथ हम पांचों ईश्वरीय बहनों ने कोर्ट के कमरे में प्रवेश किया तो सभी लोग उत्साहपूर्वक हमारी ओर देख रहे थे। ऐसा लगता था जैसे आज सारा शहर इकट्ठा हो गया है। हम लोग बिल्कुल निर्भय अवस्था में थीं। क्योंकि हमें यह ज्ञान मिला था कि संसार जीत-हार का खेल है। इसमें एक की जीत दूसरे की हार तो है ही। अतः हमारी स्थिति ऐसी थी जैसे कि हम खेल देखने आई हों। बाबा के द्वारा हमें जो इतना उच्च ज्ञान मिला था, उसके होते हुए हम डरती क्यों? फिर हमारे मन में कोई बुराई भी न थी तो हमें किससे संकोच अथवा डर होता? कोर्ट में सन्नाटा-सा छा गया था। जज साहब कुर्सी पर बैठे थे। हम पांच बहनों को भी बैठने के लिए उन्होंने कुर्सियां दिलाई। फिर ओम राधे को गवाही के कठघरे में आने के लिए कहा गया। ओम राधे का व्यक्तित्व उस समय एक शक्ति-जैसा दिख रहा था। श्वेत वस्त्रों में सौम्य स्वभाव वाली वह एक देवी-सी प्रतीत हो रही थीं। जैसे कहीं आकाश से वहां उतरी हों। ओम राधे के वहां ठहरने पर जज साहब ने कहा- पहले गीता हाथ में उठाकर कसम (शपथ) लीजिए कि आप सच बोलेंगी।



ओम राधेः क्या कसम उठाना है? क्या बोलना है?
जजः आप गीता को हाथ में उठाकर यह कहिए कि मैं भगवान को हाजिर-नाजिर देखकर जो कुछ कहूंगी सच कहूंगी।
ओम राधेः जज साहब, मैं इन आंखों से तो आपको ही हाजिर -नाजिर देख रही हूं। भगवान को तो इन नेत्रों से नहीं देख सकती हूं। तब भला मैं तो आप आत्मा को ही जज के रूप में देख रही हूं। इसलिए अगर आप कहें तो मैं यह कसम उठा सकती हूं कि मैं आप आत्मा को जज साहब के रूप में हाजिर-नाजिर देखकर जो कुछ बोलूंगी, सच बोलूंगी। यह विचित्र उत्तर सुनकर कोर्ट में बैठे हुए लोगों को बहुत आश्चर्य हुआ और कई तो हंसने भी लगे। किसी-किसी ने तो ताली भी बजाई। कोई-कोई बोल उठा कि ओम राधे ने बिल्कुल ठीक कहा है। जज साहब थोड़ा नाराज हुए और उन्होंने 'आर्डर-आर्डर' बोलकर सबको चुप कराया।
जजः मैं कोई भगवान थोड़े ही हूं कि आप मेरी कसम उठाएंगी। भगवान के नाम पर कसम उठाना। यह इस कोर्ट का लॉ नियम अथवा विधान है। हम इस विधान को तोड़ नहीं सकते।
ओम राधे ने नम्रतापूर्वक कहा- जज साहब आप स्वयं ही कहते हैं कि सच बोलो। तब भला विचार कीजिए कि जब मैं यहां ईश्वर को हाजिर-नाजिर नहीं देखती, बल्कि यही देखती हूं कि आज हरेक के मन में काम-क्रोधादि विकार ही भरे हुए हैं, तो फिर मैं झूठी कसम कैसे लूं?
जजः (थोड़ा आवेग से बोले) यह कोर्ट है, सत्संग नहीं, जहां आप मुझे ज्ञान देने लगी हैं। यहां तो कानून चलता है। यदि आप यहां इस कानून को तोड़ेंगी तो आपको अदालत की हतक (अपमान) के अपराध में गिरफ्तार किया जा सकता है।
कोर्ट में आगे क्या हुआ अगले अंक में क्रमशः....

वंडर्स ऑफ BRAHMAKUMARIS

इस कॉलम के माध्यम से हर बार हम आपको ब्रह्माकुमारीज़ के वंडर्स के बारे में रूबरू कराएंगे। इस बार आप जानेंगे रक्षाबंधन के पावन पर्व के उपलक्ष्य में बनाई गई विश्व की सबसे बड़ी राखी और 3-डी हार्टकेयर तकनीक के जनक डॉ. सतीश गुप्ता को लाइफ टाइम अचीवमेंट अवार्ड से नवाजा गया...

## इंदौर जोन की क्षेत्रीय निदेशिका बीके कमला को पूर्व मुख्यमंत्री रमन सिंह ने 'स्त्री शक्ति सम्मान' प्रदान किया

शिव आमंत्रण ➤ रायगढ़। अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ के इंदौर जोन की क्षेत्रीय निदेशिका बीके कमला को तत्कालीन मुख्यमंत्री डॉ. रमन सिंह ने स्त्री शक्ति सम्मान से सम्मानित किया। उन्हें यह सम्मान पूरे प्रदेश में आध्यात्मिक ज्ञान के प्रचार-प्रसान करने, समाज में नैतिक मूल्यों का शिक्षा देने, समाज सेवा, समाज कल्याण, महिला सशक्तिकरण, नशा मुक्ति एवं समाज में किए गए उल्लेखनीय कार्यक्रम के लिए प्रदान किया गया। साथ ही मुख्यमंत्री सिंह ने संस्था के कार्यों की सराहना करते हुए इसे समाज के लिए बहुत जरूरी बताया। उन्होंने कहा कि आज समाज के प्रत्येक व्यक्ति को मेडिटेशन सीखना चाहिए। इससे व्यक्ति की आंतरिक शक्ति बढ़ती है।

## पर्यावरण के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने पर वर्ष 1992 में तत्कालीन एचआरडी मंत्री ने 'पर्यावरणश्री अवार्ड' से नवाजा

शिव आमंत्रण ➤ नई दिल्ली। ब्रह्माकुमारीज़ के साइंटिस्ट एवं इंजीनियरिंग विंग द्वारा अपनी स्थापना के समय से ही पर्यावरण संरक्षण, पौधरोपण एवं पर्यावरण जागरुकता को लेकर देशव्यापी रैली, अभियान का आयोजन किया जाता रहा है। विंग की इन्हीं सामाजिक क्षेत्र में गतिविधियों, पर्यावरण के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने, लोगों को पर्यावरण संरक्षण का संदेश देने, पौधारोपण पर वर्ष 1992 में तत्कालीन एचआरडी मंत्री अर्जुन सिंह ने विंग के उपाध्यक्ष बीके मोहन सिंघल को 'पर्यावरण श्री' अवार्ड से नवाजा। साथ ही संस्था द्वारा पर्यावरण क्षेत्र में किए जा रहे कार्यों की सराहना की। बता दें कि संस्थान के इंजीनियरिंग प्रभाग द्वारा हर वर्ष पर्यावरण को लेकर राष्ट्रीय सम्मेलनों का आयोजन किया जाता है। साथ ही अब तक कई राष्ट्रीय देशव्यापी अभियान भी निकाले गए हैं।

**अगले अंक में आप जानेंगे संस्था की अन्य उपलब्धियों के बारे में... पढ़ते रहिए शिव आमंत्रण।**

माइंड पॉवर ऑफ YOUTH

## राजयोग के अभ्यास से मन हुआ शांत, विचार हुए सकारात्मक

जितेन्द्र सिंह राजपूत
वरिष्ठ टैक्स कंसल्टेंट, बीना, मध्यप्रदेश

जब से राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास शुरू किया है जीवन पूरी तरह बदल गया है। अब पहले से ज्यादा सकारात्मक हो गया हूं। मन शांत रहता है और जल्दी क्रोध नहीं आता है। ईश्वरीय याद से मन शक्तिशाली होता है और जीवन सुखमय बन जाता है। ब्रह्माकुमारीज़ के इस ज्ञान को जानकर लगता है कि अब जीवन की तलाश पूरी हो गई है। मेरा अनुभव है कि इससे बड़ा कोई ज्ञान हो नहीं सकता है। यहां दिया जा रहा ज्ञान पूरी तरह से वैज्ञानिक और तार्किक है। इसमें अंध श्रद्धा की कोई बात नहीं है। वास्तव में राजयोग मेडिटेशन का कोर्स हमारे विचारों की सर्जरी कर देता है। इससे हमें ज्ञात होता है कि हमारा कौन सा विचार सही है और कौन सा विचार नकारात्मक है। वास्तव में आध्यात्मिकता हमें वर्तमान में जीना सिखाती है। वर्तमान में लोगों को इसकी बहुत जरूरत है।

## आज जो हूं, परमात्मा की ही देन है, खुद को धन्य समझती हूं

बीके शिवानी
सेवाकेंद्र संचालिका, पठारी (बीना), मध्यप्रदेश

मैं अपने अनुभव से कह सकती हूं कि राजयोग मेडिटेशन में वो जादुई शक्ति से है, जिसमें प्रत्येक समस्या का समाधान समाया हुआ है। राजयोग के अभ्यास से मेरा पूरी जीवन ही बदल गया। आज जो हूं परमात्मा की ही देन है। बचपन से ही मन में विचार चलते थे कि समाज के लिए अपने लोगों के लिए कुछ करना है। दुःख, दर्द में जी रहे लोगों को सुख-शांति का संदेश देना है। जिसे परमात्मा ने अपना बनाकर पूरा कर दिया। खुद को धन्य समझती हूं कि ये जीवन ईश्वर की सेवा में लगाने का मौका मिला। इस ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग मेडिटेशन से लोगों की जिंदगी बदलते देख एक आत्मिक संतोष होता है। मेरा सभी युवा भाई-बहनों से अनुरोध है कि अपने जीवन में राजयोग का अभ्यास शामिल करें और इसके चमत्कारिक परिणाम देखें। राजयोग हमें सन्यास नहीं बल्कि कर्मयोग सिखाता है।

RNI:RJHIN/2013/53539
Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2018-20
Licensed to Post without pre-payment
No. RJ/WR/WPP/18/2018

# शिव आमंत्रण

आध्यात्म की नई उड़ान...
सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण
वर्ष 07 हिन्दी (मासिक) सिरोही महाशिवरात्रि पर्व पर विशेष

महा शिवरात्रि विशेष

04 यहां हो रही नई दुनिया की परिकल्पना
09 सबका मालिक एक...

[ब्रह्माकुमारीज़, आबू रोड के शांतिवन में परमात्मा शिव से अव्यक्त मिलन का भव्य दृश्य]

## परमात्मा के हाथों में जिंदगी

मेरी जिंदगी परमात्मा के हाथों में हैं। जैसे चलाता है वैसे ही मैं चलती हूं। ईश्वर ने जो पढ़ाया है और जो पढ़ा रहा है उसे एक बच्चे की तरह पढ़ती हूं। सदा एक ही बात याद रखती हूं कि मैं कौन (एक आत्मा) और मेरा कौन (एक परमात्मा)। परमात्मा की याद दिनरात दिल में समाई रहती है। सुख-शांति और प्रेम मेरे तीन बच्चे हैं और दिलवाले (परमात्मा) मेरे पति हैं। ये पूरा विश्व मेरा परिवार है। जन्मोजन्म का भाग्य बनाने का ये उचित समय है।

**राजयोगिनी दादी जानकी**
मुख्य प्रशासिका,
ब्रह्माकुमारीज़, माउंट आबू, राजस्थान



अंधकार के बाद प्रकाश, रात के बाद दिन आना प्रकृति का नियम है। जब यह दुनिया पुरानी हो जाती है तब नई बनने की नव शुरुआत होती है। मनुष्य को खुद को बदले चाहे ना बदले लेकिन समय अवश्य बदलता है। वर्तमान समय बदलाव का है। पुरानी और आसुरी दुनिया से बदल नई दुनिया बनने का है। यह कार्य स्वयं परमात्मा के सान्निध्य में पिछले 83 वर्षों से हो रहा है।

महाशिवरात्रि का पर्व आत्मा और परमात्मा के मिलन का महाकुंभ है। इस महान परिवर्तन का विस्तृत विश्लेषण...

# परमात्मा शिव से मिलन का महाकुंभ:शिवरात्रि

- आध्यात्म के महाकुंभ में डुबकी लगाकर लाखों लोग जीवन को ले जा रहे पवित्र मार्ग पर
- गीता में वर्णित परमात्मा का दिव्य अवतरण हो चुका है, लाखों लोग बने इसके गवाह

**शिव आमंत्रण » आबू रोड।** परमात्मा शिव से मिलन, महाकुंभ और महाशिवरात्रि एक-दूसरे से संबंधित हैं। इस संसार में परमात्मा ने जो महान कार्य किए हैं उसकी यादगार ही महाकुंभ और महाशिवरात्रि है। जब एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति से लंबे समय तक बिछुड़ जाए या बेटा अपने मां-बाप से बिछुड़ जाए और लंबे समय के बाद मुलाकात हो तो उसका मिलन ही नहीं महामिलन होता है। क्योंकि दोनों ओर की भावनाएं और प्यार एक-दूसरे पर न्यौछावर हो जाती हैं। ठीक इसी तरह आत्मा का परमात्मा से लंबे समय तक बिछुड़ने के बाद फिर पूरे सृष्टि चक्र में एक बार मिलन होता है, तब यह महाकुंभ कहलाता है। क्योंकि चारों युगों में यह घटनाक्रम सिर्फ कलियुग के अंत और सतयुग के आदि में होता है। इसलिए इस महामिलन का नाम महाकुंभ हो जाता है। जहां ज्ञान स्नान से आत्मा की मेल साफ हो जाती है और फिर वह नर से श्रीनारायण और नारी से श्रीलक्ष्मी जैसा बन जाती है। यह समय पानी और नदियों के मिलन का नहीं बल्कि आत्मा-परमात्मा के मिलन का युग है, जो कलियुग के अंत में हो रहा है।

### परिवर्तन की गाथा लिख रहे सृष्टि के नियंता

आज सबकुछ तेजी से बदल रहा है। धरती, आकाश, पानी, हवा, लोग, सोच, संस्कार सबकुछ बड़ी तीव्रता के साथ बदलता जा रहा है। पारिवारिक ढांचा, भाई-बहनों के संबंधों का प्यार, बाप-बेटी के रिश्ते सबकुछ अपने निम्नकाल में जा रहे हैं। मूल्यों की गिरती साख ने मानव के जीवन को खतरे में डाल दिया है। प्राकृतिक असंतुलन इसका प्रबल संकेत है। वास्तव में जब संसार में किसी भी चीज की अति होती है तो उसका अंत स्वाभाविक है। स्वार्थ की डाली चारों तरफ फल-फूल रही है। यह इस बात का प्रतीक है कि हम अब बदलाव के मुहाने पर हैं। प्रकृति और पुरुष दोनों ही बदलाव के कगार पर खड़े हैं। ऐसे समय में सृष्टि के नियंता, ईश्वर का अवतरण हुआ है जो परिवर्तन की पूरी गाथा लिख रहे हैं।

### पावन दुनिया बनाने का पुनीत कार्य जारी...

शास्त्रों में उल्लेखित अति धर्म की ग्लानि का ये समय प्रबल संकेत है। आज ये दुनिया दुःख देने वाली हो गई है। हर जगह स्वार्थ और नफरत की धूल भरी हुई है। भौतिकता की चकाचौंध से हर कोई चौंधिया गया है। अश्लीलता, मदिरा-मांस का सेवन और व्याभिचार ने पूरे मानव समाज को खोखला कर दिया है। यह परमात्मा के अवतरण और नई दुनिया बनाने का प्रबल संकेत है। इस पुरानी दुनिया को फिर से स्वर्णिम दुनिया बनाने के लिए परमात्मा शिव का इस सृष्टि पर अवतरण हो चुका है। प्रजापिता ब्रह्मा के तन का आधार लेकर वह फिर से पावन दुनिया बनाने का महान और पुनीत कार्य कर रहे हैं। आने वाली दुनिया में प्रकृति और पुरुष सबकुछ अनुशासित होंगे। परमात्मा के सान्निध्य में लाखों लोग सच्चा गीता ज्ञान लेकर राजयोग ध्यान द्वारा परमात्मा से शक्ति लेकर अपने जीवन को श्रेष्ठ और पवित्र बना रहे हैं।

## भारत की प्रतिष्ठा को बढ़ाया

मैं ब्रह्माकुमारी संस्थान का स्वच्छता अभियान से जुड़ने के लिए आभार व्यक्त करता हूं। संस्थान ने भारत की प्रतिष्ठा को दुनियाभर में पुनः प्रतिस्थापित करने का काम किया है। संस्थान हमेशा से समाज से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए अपनी भूमिका निभाता रहा है। स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन का जो आपका मार्ग है वह स्वच्छता के स्थायी संस्कार विकसित करने में महत्वपूर्ण साबित हो रहा है। पर्यावरण संरक्षण, बेटी बचाओ,महिला सशक्तिकरण को लेकर सराहनीय कार्य कर रहे हैं।

**नरेन्द्र मोदी**
प्रधानमंत्री, भारत

# परमात्मा एक हैं...सत्य, सर्वोच्च और सर्वज्ञ हैं

- परमेश्वर, ईश्वर, ओंकार, अल्लाह, खुदा, गॉड, नूर सब एक ही सत्ता के हैं अलग-अलग नाम
- परमात्मा ही परमशिक्षक, परमसद्गुरु और परमशिक्षक हैं
- सर्व गुणों, शक्तियों के भंडार और विश्व की सर्व आत्माओं के पिता हैं

**सर्वमान्यः** परमात्मा एक और सत्य हैं। परमात्मा उसे कहा जाएगा जो सर्वमान्य हो यानी जिसे सभी धर्मों की आत्माएं स्वीकार करें। क्योंकि वह सर्व धर्मों की आत्माओं के परमपिता हैं। उन्हें अलग-अलग भाषाओं और धर्मों में अलग-अलग नामों से याद किया जाता है। जैसे- परमेश्वर, ईश्वर, ओंकार, अल्लाह, खुदा, गॉड, नूर इत्यादि उसके ही नाम हैं।

**सर्वोच्चः** परमात्मा उसे कहेंगे जो सर्वोच्च, सर्वश्रेष्ठ, सर्वोत्तम और परम हो यानी उसके ऊपर कोई नहीं हो। परमात्मा का कोई माता-पिता, शिक्षक, गुरु या रक्षक नहीं है। बल्कि वे ही सर्व आत्माओं के परमपिता, परमशिक्षक, परम सत्गुरु और परम रक्षक हैं।

**सबसे न्यारा:** परमात्मा उसे कहेंगे जो सबसे न्यारा हो। परमात्मा जन्म-मरण कर्म-फल, पाप-पुण्य, दुःख-सुख न्यारा है। वह सर्व प्राकृतिक बन्धनों से मुक्त हैं।

**सर्वज्ञः** परमात्मा उसे कहेंगे जो सर्वज्ञ हो अर्थात् सब कुछ जानता हो। व्यक्ति की समझ में जब कोई बात नहीं आती है तो ईश्वर को याद करते हुए कहते हैं कि भगवान जाने या अल्लाह जाने क्योंकि वह सर्वज्ञ है।

**शक्तियों का भंडारः** परमात्मा उसे कहेंगे जो सर्व गुणों और शक्तियों का भंडार अथवा दाता हो। परमात्मा कभी भी किसी से लेता नहीं है परन्तु सागर या सूर्य के समान अपने गुणों और शक्तियों को विश्व की सर्व आत्माओं को देता ही रहता है।

## शिवपुरी के वासी हैं परमपिता शिव...

**स्थूल लोकः** इस सृष्टि में तीन लोक होते हैं। पहला स्थूल वतन, दूसरा सूक्ष्म वतन और तीसरा मूल वतन अर्थात् परमधाम (ब्रह्मलोक, शांतिधाम या निर्वाणधाम) मनुष्य सृष्टि अथवा स्थूल लोक जिसमें हम निवास करते हैं। इसे कर्म क्षेत्र भी कहते हैं।

**सूक्ष्म लोकः** सूर्य-चांद से भी पार एक अति सूक्ष्म लोक है। इसमें पहले सफेद रंग के प्रकाश तत्व में ब्रह्मापुरी, उसके ऊपर सुनहरे लाल प्रकाश में विष्णुपुरी और उसके भी पार शंकरपुरी है। इन तीनों देवताओं की पुरियों को संयुक्त रूप से सूक्ष्म लोक कहते हैं।

**ब्रह्मलोकः** सूक्ष्म लोक से भी ऊपर एक असीमित तेज सुनहरे लाल रंग का प्रकाश है, इसे अखंड ज्योति ब्रह्म तत्व कहते हैं। ज्योतिर्बिन्दु त्रिमूर्ति परमपिता परमात्मा शिव और सभी धर्मों की आत्माएं इसी लोक में निवास करती हैं। इसे ब्रह्मलोक, परमधाम, शांतिधाम, निर्वाणधाम, मोक्षधाम अथवा शिवपुरी कहा जाता है। यही परमपिता शिव का वास्तविक निवास स्थान है।

## 33 करोड़ देवी-देवताओं के पिता हैं परमात्मा

33 करोड़ देवी-देवताओं के रचनाकार, देवों के भी देव महादेव, ब्रह्मा, विष्णु, शंकर के भी रचयिता त्रिमूर्ति, तीनों लोकों के मालिक त्रिलोकीनाथ, तीनों कालों को जानने वाले त्रिकालदर्शी ही परमपिता परमात्मा शिव हैं। वह विश्व की सभी आत्माओं के परमपिता भी हैं। शिव जन्म-मरण से न्यारे हैं। उनका जन्म नहीं होता बल्कि परकाया प्रवेश होता है। वह अजन्मा, अभोक्ता हैं। वह सुख के सागर, शांति के सागर, प्रेम के सागर, पवित्रता के सागर, आनंद, ज्ञान और शक्ति के सागर हैं।

## 'शिवलिंग' पर तीन रेखाएं ही क्यों

शिवलिंग पर तीन रेखाएं परमात्मा द्वारा रचे गए तीन देवताओं का ही प्रतीक हैं। शिवलिंग पर तीन रेखाएं और एक आंख दिखाई जाती है। साथ ही तीन पत्तों का बेलपत्र चढ़ाया जाता है। इसका अर्थ है शिव तीनों लोकों के स्वामी हैं। तीन पत्तों का बेलपत्र परमात्मा के ब्रह्मा, विष्णु, शंकर के भी रचयिता होने का प्रतीक है।

### दुनियाभर में परमात्मा की यादगार

- सोमनाथ
- महाकालेश्वर
- ओंकारेश्वर
- मल्लिकार्जुन
- केदारनाथ
- भीमाशंकर
- मल्लिकार्जुन
- काशी विश्वनाथ
- त्रंबकेश्वर
- वैद्यनाथ
- नागेश्वर
- रामेश्वर
- घृष्णेश्वर

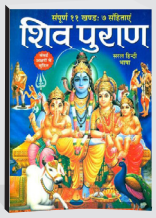
## एक नहीं हैं शिव और शंकर

शिव और शंकर में है महान अंतर, इन्हें एक मानना मनुष्यों की सबसे बड़ी भूल...

**शिवः** शिवलिंग परमात्मा शिव की प्रतिमा है। परमात्मा निराकार ज्योति स्वरूप हैं। शिव का अर्थ है 'कल्याणकारी' और लिंग का अर्थ है 'चिह्न'। यानी कल्याणकारी परमात्मा को साकार में पूजने के लिए शिवलिंग का निर्माण किया गया। शिवलिंग काला इसलिए दिखाया गया क्योंकि अज्ञानता रूपी रात्रि में परमात्मा अवतरित होकर अज्ञान-अंधकार मिटाते हैं। परमपिता परमात्मा शिव देवताओं एवं समस्त मनुष्यात्माओं के पिता हैं। उनका दिव्य अवतरण होता है। वे अजन्मा, अभोक्ता, अकर्ता और ब्रह्मलोक के निवासी हैं।

**शंकरः** शिव और शंकर में उतना ही अंतर है जितना कि पिता और पुत्र में। शंकर का आकारी शरीर है। शंकर परमात्मा शिव की रचना हैं। परमात्मा शिव ने शंकर को इस कलियुगी सृष्टि के विनाश के लिए रचना की है। यही वजह है कि शंकर हमेशा शिवलिंग के सामने तपस्या करते हुए दिखाए जाते हैं। यदि शंकर स्वयं भगवान होते तो उन्हें ध्यान करने की कोई जरूरत नहीं। ध्यान मग्न शंकर की भाव-भंगिमाएं एक तपस्वी के अलंकारी रूप हैं। शंकर और शिव को एक मिला देने के कारण परमात्म प्राप्तियों से वंचित रहे।

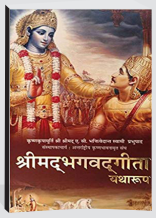
## शास्त्रों में परमात्मा के अवतरण का स्पष्ट उल्लेख...



### शिव पुराण

**मैं ब्रह्मा के ललाट से प्रकट होऊंगा...**

शिवपुराण में कोटि रुद्र संहिता के 42वें अध्याय में लिखा है कि भगवान शिव ने कहा- 'मैं ब्रह्माजी के ललाट से प्रकट होऊंगा'। इस कथन के अनुसार समस्त संसार पर अनुगृह करने के लिए शिव ब्रह्माजी के ललाट से प्रकट हुए और उनका नाम रूद्र हुआ। शिव ने ब्रह्मा मुख द्वारा सृष्टि रची। शिवपुराण में अनेक बार यह उल्लेख आया है कि भगवान शिव ने पहले प्रजापिता ब्रह्मा को रचा और फिर उनके द्वारा सतयुगी सृष्टि की स्थापना की।



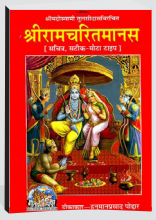
### गीता

**मेरा जन्म दिव्य और अलौकिक है...**

भगवान के महावाक्य हैं कि ''मेरा जन्म दिव्य और अलौकिक है। मैं सूर्य, चांद और तारागण के भी पार परमधाम का वासी हूं। मैं प्रकृति को वश करके इस लोक में धर्म की स्थापना करने और प्रायः लुप्त हुआ ज्ञान सुनाने आता हूं। वत्स तू मन को मुझ में लगा। मैं तुझे सब पापों से मुक्त करुंगा, मैं तुम्हें परमधाम ले चलूंगा'' **यदा-यदा ही धर्मस्य, ग्लानिर्भवति भारत् अभ्युत्थानम्धर्मस्य तदात्मानम् सृजाम्यहम् ।।** अर्थात् जब-जब भारत में धर्म ग्लानि, पापाचार, भ्रष्टाचार, अत्याचार की अति होती है, तब-तब भारत में परमात्मा का अवतरण होता है। कलयुग के अंत और सतयुग के आदि के संगम पर ही परमात्मा का अवतरण होता है तो ये समय संगमयुग कहलाता है। इसी समय परमपिता परमात्मा प्रजापिता ब्रह्मा के तन में अवतरित होकर हम मनुष्यात्माओं को सहज राजयोग का ज्ञान देकर नर से नारायण और नारी से लक्ष्मी बनाकर सतयुग की पुनर्स्थापना करते हैं।

**अवजानन्ति मॉ मूढ़ा मानुषी तनुमाश्रितम्,**
**परं भावमजानन्तो मम भूतमहेश्वरम्।**

परमात्मा ने गीता में नौवें अध्याय 11वें श्लोक में कहा है कि मनुष्य तन का आश्रय लेने वाले मुझको मूढ़मति लोग नहीं जानते। यद्यपि मैं महेश्वर (परमात्मा) हूं तो भी व्यक्त भाव वाले वे लोग मुझे नहीं पहचान सकते। वहीं यजुर्वेद (32/2) का वचन है कि सर्वे निमेषा जज्ञिरे विद्युत पुरूषाधि अर्थात् वह विद्युत पुरुष ज्योतिर्लिंग प्रगट हुआ जिससे निमेष जज्ञिरे विद्युत पुरुषादधि अर्थात वह विद्युत पुरुष प्रगट हुआ जिससे निमेष कला का आदि का प्रारंभ हुआ।

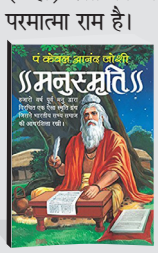


### रामायण

**वह बिना पैर के चलता है...**

**बिनु पद चलइ सुनइ बिनु काना। कर बिनु करम करइ विधि नाना। आनन रहित सकल रस भोगी।**
**बिनु बानी बकता बड़ जोगी (शिव के लिए)।।**

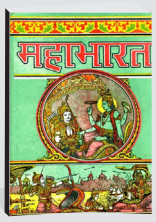
वह निराकार परमात्मा (ब्रह्मलोक निवासी) बिना ही पैर के चलता है, बिना ही कान के सुनता है, बिना ही हाथ के नाना प्रकार के काम करता है। फिर भी हजारों भुजा वाला है, बिना मुंह (जिह्वा) के ही सारे (छहों) रसों का आनंद लेता है और बिना वाणी के बहुत योग्य वक्ता है। वही हमारा परमात्मा राम है।



### मनुस्मृति

**जो हजारों सूर्य के समान तेजस्वी है...**

मनुस्मृति में भी यही लिखा है कि सृष्टि के आरंभ में एक अंड प्रकट हुआ, जो हजारों सूर्य के समान तेजस्वी और प्रकाशमान था। इसी प्रकार शिवपुराण में धर्मसंहिता में लिखा है कि कलियुग के अंत में प्रलय काल में एक अद्भुत ज्योतिर्लिंग प्रकट हुआ जो कि कालाग्नि के समान ज्वालामान था। वह न घटता था और न बढ़ता था, वह अनुपम था और उस द्वारा ही सृष्टि का आरंभ हुआ। इस तरह हम देखते हैं कि भारत के सभी वेद-ग्रंथों में परमात्मा के अवतरण की बात कहीं गई है। कहीं उसकी व्याख्या ज्योति तो कहीं सूर्य से भी प्रकाशमान ज्योति के रूप में की गई है।



### महाभारत

**ज्योति ने की नवयुग की स्थापना...**

सबसे पहले जब यह सृष्टि तमोगुण और अंधकार से आच्छादित थी तब एक अण्डाकार ज्योति प्रकट हुई और वह ज्योतिर्लिंग ही नए युग की स्थापना के निमित्त बना। उसने कुछ शब्द कहे और प्रजापिता ब्रह्मा को अलौकिक रीति से जन्म दिया।

- विश्व के सभी धर्मों में है किसी न किसी रूप में ज्योति की व्याख्या
- धर्मग्रंथों में भी सर्वोच्च सत्ता की महिमा, धर्मगुरुओं ने भी उस परम शक्ति की ओर किया इशारा

### सर्व आत्माओं के परमपिता




# सबका मालिक एक...

शिव आमंत्रण » आबू रोड।

**विश्व का कोई भी धर्म हो...हिंदू-मुस्लिम, सिख, ईसाई, पारसी, बौद्ध सभी के धर्मग्रंथों में कहीं न कहीं एक सर्वोच्च सत्ता, निराकार, परम ज्योति का उल्लेख किया गया है। इससे स्पष्ट है कि दुनिया के तमाम धर्म, संप्रदाय और समुदाय का मालिक एक है तो फिर ये संसार क्यों बंटा हुआ है। धर्म के नाम पर खून-खराबा क्यों? सभी धर्मों का मूल शांति और उस परम सत्ता की प्राप्ति ही है तो मजहब के नाम पर इतनी अशांति क्यों? ये वो सवाल हैं जिन पर हमें गंभीरता से सोचने की जरूरत है। हमारी भारतीय संस्कृति की पहचान भी वसुधैव कुटुम्बकम् की रही है।**

## मुस्लिम धर्म

### नूर-ए-इलाही

मुस्लिम धर्म में मान्यता है जीवन में एक बार मक्का मदीना की यात्रा अवश्य करनी चाहिए। इस पवित्र पत्थर का दर्शन मुसलमानों के लिए आवश्यक माना गया है। वो भी निराकार है, जिसकी कोई साकार आकृति नहीं है। उसको ही संग-ए-असवद और अल्लाह कहा। उसे नूर-ए-इलाही भी कहते हैं। नूर-ए-इलाही अर्थात् वो नूर, वो तेज, वो तेजोमय स्वरूप जिसको हमने ज्योतिर्लिंगम वा ज्योतिस्वरूप कहा है। ज्योति माना ही तेज। अतः सभी ने किसी न किसी रूप मे परमसत्ता की शक्ति को स्वीकारा है।

## सिख धर्म

### एक ओंकार निराकार

सिख धर्म में श्रीगुरुनानक देवजी ने कहा है ‘एक ओंकार निराकार’। उन्होंने बड़े स्पष्ट शब्दों में परमात्मा के सत्य स्वरूप का वर्णन किया है। ‘वो निराकार है, निर्वैर है, सतनाम् है’ जिसको काल कभी नहीं खा सकता। यह सब महिमा गुरुवाणी में लिखी हुई है। हमने ज्योतिर्लिंगम कहा उन्होंने निराकार, निर्वैर, सतनाम कहा। साथ ही उन्हें हमेशा ऊपर की तरफ अंगुली करते दिखाया गया है।

## ईसाई

### गॉड इज लाइट

जीजस ने परमात्मा को लाइट कहा। उन्होंने कहा ‘गॉड इज लाइट’, आई एम द सन् ऑफ गॉड। आज भी चर्च में एक बड़ी मोमबत्ती जलाते हैं जो परम ज्योति परमात्मा का ही सूचक है। ओल्ड टेस्टामेंट में दिखाया है कि जब हजरत मूसा शिनाई पर्वत पर गए तो उन्हें परमज्योति का साक्षात्कार हुआ, जिसे देख हजरत मूसा ने कहा - जेहोवा। वहीं जापान में तीन फीट की ऊंचाई पर स्टैंड पर एक लाल पत्थर को रखकर ध्यान करते हैं, जो शिकोनिजम सेक्ट वाले हैं वो इस पत्थर को करनी का पत्थर कहते हैं। इसे चिंकोनसेंकी कहा जाता है।

## श्रीकृष्ण...

### कुरुक्षेत्र में शिवलिंग की पूजा

महाभारत युद्ध के पहले कुरुक्षेत्र के मैदान में श्रीकृष्ण ने भी ज्ञानेश्वर, सर्वेश्वर की स्थापना कर उस परमपिता, सर्व शक्तिवान, निराकार शिव की पूजा-अर्चना की और उस शक्तियों के दाता से शक्ति प्राप्त कर युद्ध के मैदान में उतरे। श्रीकृष्ण ने पांडवों से भी शिव की पूजा करवाई। इसके बाद वह युद्ध के मैदान में उतरे और कौरवों पर विजय प्राप्त की। शिव को भोलेनाथ भी कहा गया है, क्योंकि वह सहज ही प्रसन्न होने वाले हैं।

## बुराइयों को परमात्मा पर अर्पित करने का पर्व शिवरात्रि

श्रीराम का और श्रीकृष्ण का जन्मदिन मनाते हैं। परन्तु परमात्मा शिव की रात्रि की क्यों मनाते हैं? यह विचार करने वाला प्रश्न है। ‘रात्रि’ वास्तव में अज्ञान, तमोगुण अथवा पापाचार की निशानी है। अतः कलियुग के समय को ‘रात्रि’ कहा जाता है। कलियुग के अंत में जब सभी मनुष्य विषय-विकारों से ग्रस्त, पतित व दुःखी होते हैं और अज्ञान-निद्रा में सोए पड़े रहते हैं। ऐसे समय में पतित-पावन परमपिता परमात्मा शिव का इस सृष्टि में दिव्य अवतरण होता है। इसलिए अन्य देवी-देवताओं का जन्मोत्सव ‘जन्मदिन’ के रूप में मनाया जाता है परन्तु परमात्मा शिव के जन्म-दिन को ‘शिवरात्रि’ कहा जाता है। क्योंकि शिव कलियुग के अंत में मनुष्य को अज्ञान-अंधकार से जगाने और सहज राजयोग की शिक्षा देने परकाया प्रवेश करते हैं। साथ ही नवदुनिया की स्थापना के निमित्त ब्रह्मा को अपना सारथी बनाते हैं।

### पूरे भारतभर में होती है परमात्मा शिव की पूजा

आज भारत के अंदर देखा जाए तो देवताओं की पूजा क्षेत्रीय स्तर पर हो गई है अर्थात् नार्थ की तरफ जाएंगे तो श्रीराम, श्रीकृष्ण की पूजा मिलेगी। दक्षिण की ओर श्री व्यंकटेश्वर या श्री बालाजी अर्थात् विष्णु की पूजा होती है। ईस्ट में काली पूजा, दुर्गा पूजा मिलेगी। वेस्ट में गुजरात एवं महाराष्ट्र की ओर श्रीगणेश की पूजा मिलेगी। अर्थात् देवताओं की पूजा क्षेत्रीय स्तर की हो गई, लेकिन शिव की पूजा सारे भारत भर में होती है।

### सर्व के नाथ हैं परमपिता शिव

आज कुछ ऐसे प्रश्न हैं जिनका उत्तर जानना हमारे लिए बेहद जरूरी है। जैसे परमपिता परमात्मा को ज्योतिर्लिंगम क्यों कहा? क्योंकि परमात्मा ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप निराकार हैं। जिनका अपना कोई शरीर नहीं है तथा जो सदा ज्योति के समान प्रकाशमान है। परमात्मा को ज्योति स्वरूप का एक लिंग रूप बनाकर मनुष्य के सामने रखा ताकि मनुष्य अपनी भावनाएं अर्पित कर सकें। पूजा कर सकें। भारत में भी मंदिरों के नाम के पीछे भी नाथ या ईश्वर शब्द जुड़ा है। क्योंकि वो सर्व का नाथ, सर्व का ईश्वर है। जैसे नाथ के रूप में मान्यता है। भोलेनाथ, सोमनाथ, विश्वनाथ, बबूलनाथ, अमरनाथ आदि। ईश्वर के रूप में-गोपेश्वर, विश्वेश्वर, पापकटेश्वर, रामेश्वर, महाकालेश्वर, ओंकारेश्वर। सर्व का नाथ और ईश्वर वहीं एक परमात्मा शिव है।

## श्रीराम

### रामेश्वरम् में शिवलिंग की पूजा

परमात्मा शिव की पूजा स्वयं श्रीराम ने भी की है, जो वर्तमान समय में रामेश्वरम के रूप में पूजा जाता है। शिव श्रीराम के भी आराध्य हैं। श्रीराम जानते थे रावण को अपनी जिस शक्ति का अभिमान है वह उसने परमात्मा शिव की तपस्या करके ही प्राप्त की थी। शिव की शक्ति के सामने मुकाबला करने के लिए उनकी शक्ति से ही विजयी हो सकते हैं।

## शंकरजी

### हमेशा लगाते हैं शिव का ध्यान

हम शंकरजी को हमेशा ध्यान की मुद्रा में देखते हैं। इससे स्पष्ट है उनके भी कोई आराध्य या देव हैं, जिनका वह स्मरण करते रहते हैं। परमात्मा शिव, शंकर के भी रचयिता हैं। वह शंकर द्वारा इस आसुरी सृष्टि का विनाश कराते हैं। शंकर जी की ध्यानमुद्रा में योग की वह अवस्था बताई है। अर्धनेत्र खुले और अर्ध पद्मासन या सुखासन का आसन, जिसमें वह निराकार परमात्मा का ध्यान लगाते हैं।

## स्वामी विवेकानंद

### परमात्मा ज्योति स्वरूप

स्वामी विवेकानंद ने भी अपने शिव स्त्रोत में शिव की वंदना इन शब्दों में की है - सृष्टि की स्थापना, विनाश और पालन करने वाले हैं, जो अपरंपार महिमा वाले हैं। उन पारलौकिक परमात्मा को मेरे जीवन की श्रद्धा-ज्योति समर्पित है। परमात्मा शिव निराशा और अंधकार से सदा परे ज्योतिस्वरूप हैं। उन्हें अखंड प्रभु-स्मृति द्वारा ही अनुभव किया जा सकता है। वे ही कलियुगी, विकारी सृष्टि के विकार मिटाने वाले प्रभु हैं। उन्हें मेरा प्रणाम है।

## पारसी

### रोम में प्रियपस कहा

पारसियों के अग्यारी में होली फायर मिलता है। पारसी जब भारत आए तो जलती हुई अग्नि का अंश लेकर आए। वह आज भी जब नई अग्यारी की स्थापना करते हैं तो जलती हुई ज्योत का अंश स्थापन करते हैं, जो परमज्योति का प्रतीक है। मिस्र में शिव की पूजा सेवा नाम से तथा फैजी देश में शिव को सेवा या सेवाजिया नाम से पूजते हैं। रोम में शिवलिंग को प्रियपस कहा जाता है। इटली में गिरजाघर में शिवलिंग की प्रतिमा रखी जाती रही है।

## जैन धर्म

### णमो-णमो अरिहंताणम्

जैन धर्म के चौबीसवें तीर्थंकर महावीर स्वामी ने भी अपने मन, वाणी में जय बोलो भगवान की णमो-णमो अरिहंताणम् (नमस्कार है उस बुराई को नष्ट करने वाली प्रकाश तेजोमय भगवान की जय हो) कहकर प्रार्थना की है। जो उस निराकार परमात्मा की ही प्रार्थना है। इसके अलावा महावीर स्वामी को हमेशा ध्यान की मुद्रा में दिखाया गया है।

## बौद्ध धर्म...

बौद्ध धर्म दर्शन के त्रिपटक में परमात्मा को अवर्णनीय बताया गया है। जिसका वर्णन करना आसान नहीं है। शून्यतावाद के अंतर्गत बौद्ध धर्म में ईश्वर की साकार सत्ता की मान्यता नहीं है। बौद्धी मेडिटेशन में बताया गया है कि ज्योति स्वरूप ऊर्जा पर आत्म केंद्रित होकर असीम उर्जा की उत्पत्ति की जा सकती है।

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान

माउंट आबू में पिछले 83 वर्षों से जारी है आत्मा-परमात्मा का अव्यक्त महामिलन, मन के आकाश से कर रहे परमात्मा की सुखद अनुभूति

# यहां हो रही नई दुनिया की परिकल्पना साकार...

## स्वर्णयुग की तैयारी

**1937** में लगाया गया पौधा बन गया है वटवृक्ष

**140** देशों में फैला ईश्वरीय पैगाम

**1950** में ब्रह्माकुमारीज़ का माउंट आबू स्थानांतरण

**46** हजार बहनें विश्व परिवर्तन के कार्य में जुटीं

**12** लाख लोग विश्व विद्यालय के नियमित विद्यार्थी

**20** प्रभागों के माध्यम से समाज के सभी वर्गों की कर रहे सेवा

**4200** से अधिक विश्वभर में स्थित सेवाकेंद्रों से दिया जा रहा राजयोग मेडिटेशन का प्रशिक्षण

**83** साल से जारी है स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन का ये महाअभियान

### दादा लेखराज को परमात्मा ने कराए नई दुनिया के दिव्य साक्षात्कार

### ब्रह्माकुमारीज़ की शिक्षा के चार मुख्य सब्जेक्ट: ज्ञान, योग, सेवा और धारणा

शिव आमंत्रण » आबू रोड। आत्मा और परमात्मा को एक समझना मानव की सबसे बड़ी भूल है। परमात्मा से हमारा वही संबंध है जो एक पिता-पुत्र का होता है। परमात्मा शिव तो हम आत्माओं के पिता हैं। हम उनकी संतान हैं। फिर आत्मा-परमात्मा एक कैसे हो सकते हैं? परमात्मा परमधाम के निवासी हैं। हम सब आत्माएं भी परमधाम की निवासी हैं। वे अजन्मा, अकर्ता, अभोक्ता हैं जबकि मनुष्यात्माओं का जन्म होता है। वह शरीर के माध्यम से जो कर्म करती हैं उसका फल भी भोगती हैं। परमात्मा सर्व गुणों, शक्तियों, ज्ञान, प्रेम, पवित्रता के सागर हैं तो हम आत्माएं उसका स्वरूप हैं। परमात्मा ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप हैं। आत्माओं का स्वरूप भी ज्योतिर्बिन्दु है। वह तीनों लोको के रचनाकार, परमशक्ति हैं।

### नई सतयुगी सृष्टि की स्थापना के लिए साधारण मनुष्य तन का लेते हैं आधार

कहा जाता है **बिन पग चले सुनै बिन काना, कर्म करहूं, केहि विधि नाना।** चूंकि परमात्मा पिता का अपना शरीर नहीं होता। वह तो ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप, अजन्मा, अकर्ता हैं। इसलिए इस दिव्य कार्य के लिए साधारण मनुष्य तन का आधार लेकर परकाया प्रवेश करते हैं और उन्हें नाम देते हैं प्रजापिता ब्रह्मा। परमात्मा शिव पहले ब्रह्मा को पुरानी दुनिया के विनाश और नई दुनिया की स्थापना का साक्षात्कार कराते हैं।

सन् 1937 में हीरे-जवाहरात के व्यापारी दादा लेखराज के तन को परमात्मा ने अपने अवतरण का आधार बनाया। हैदराबाद सिंध (अभी पाकिस्तान में है) में इस मिलन का एक छोटे स्तर से प्रारम्भ हुआ। क्योंकि तब परमात्मा को एक ऐसे सशक्त संगठन की जरूरत थी जिससे लोगों को यह एहसास हो सके यह कोई साधारण नहीं बल्कि परमात्मा की शिव शक्ति सेना है। चूंकि परमात्मा को भारत और वन्दे मातरम् की गाथा को भी चरितार्थ करना था, इसलिए माताओं-बहनों के सिर पर ज्ञान का कलश रखा और उन्हें इस महाभियान में अग्रणी बनाया। परमात्मा तो जानी जाननहार है, इसलिए उन्होंने ब्रह्मा वत्सों की भविष्य की स्थिति को शक्तिशाली और परमात्मा के अवतरण को पुख्ता करते हुए 14 वर्ष तक घोर तपस्या कराई। संस्था के प्रारंभ में जुड़ने वाली अधिकतर माताएं-बहनें और कुछ भाई 14 वर्ष तक घर से बाहर नहीं निकले और तपस्या करके स्वयं को इतना शक्तिशाली बना लिया कि आज उनके तप व त्याग की शक्ति दूसरों को भी आध्यात्म और परमात्म मिलन के पथ पर अग्रसर कर रही है।

### परमात्मा ने स्वयं दिया था अपना परिचय

दादा लेखराज एक दिन वाराणसी में अपने मित्र के यहां गए थे कि उन्हें रात्रि के समय अचानक इस दुनिया के भयंकर महाविनाश का साक्षात्कार होने लगा। ऐसे विनाशक हथियारों का साक्षात्कार हुआ जो उस समय इसकी परिकल्पना तक नहीं थी। फिर इसके बाद नई दुनिया की स्थापना के लिए आसमान से उतरते देवी-देवताओं का भी साक्षात्कार हुआ। दादा लेखराज को यह बात समझ नहीं आई। फिर जब वे अपने घर पहुंचे और एक दिन अपने कमरे में बैठे थे तब उनके अन्दर निराकार परमपिता परमात्मा ने प्रवेश कर साक्षात्कार कराया तथा स्वयं परमात्मा ने अपना परिचय दिया कि-

निजानन्द् स्वरूपं शिवोहम्, शिवोहम्। आनन्द स्वरूपम शिवोहम् शिवोहम्। प्रकाश स्वरूपम शिवोहम् शिवोहम्।

इस परिचय के साथ स्वयं परमपिता परमात्मा ने यह आदेश दिया कि अब तुम्हें एक नई दुनिया बनानी है। यही से शुरू हुआ परमपिता परमात्मा के दुनिया बदलाव का गुप्त कार्य जो आज तक अनवरत चल रहा है।

### 1950 में माउंट आबू में स्थानांतरण

भारत-पाकिस्तान के बंटवारे के बाद परमात्मा के निर्देशानुसार यह संस्था राजस्थान के एकमात्र हिल स्टेशन माउण्ट आबू में स्थानांतरण हुआ। यहां एक छोटे से रूप में संस्था के सेवा कार्यों की शुरुआत हुई। माउण्ट आबू से ही पूरी दुनिया में ईश्वरीय निर्देशन में अध्यात्म और परमात्मा के अवतरण के आने की सूचना और विश्व परिवर्तन के कार्य का शंखनाद हुआ। संस्था का मुख्यालय माउण्ट आबू में ही है। 83 वर्ष पूर्व प्रारंभ हुई संस्था आज पूरे विश्व में एक वट वृक्ष का रूप ले चुकी है। संस्था के पूरे विश्व के 140 मुल्कों में करीब 4200 से भी ज्यादा सेवाकेन्द्र हैं। संस्थान में समर्पित रूप से 46 हजार से अधिक बहनें विश्व परिवर्तन के महान कार्य में तन-मन-धन से लगी हुई हैं। वहीं 12 लाख से ज्यादा लोग रोज आध्यात्मिक नियमों का पालन करते हुए इस मार्ग पर निरंतर आगे बढ़ते जा रहे हैं। इनके माध्यम से मनुष्यात्माओं को परमात्मा के आने की सूचना और उनसे शक्ति लेकर अपने जीवन को श्रेष्ठ बनाने की सेवा अनवरत जारी है। आज पूरे विश्व में संस्था के 12 लाख से अधिक नियमित विद्यार्थी हैं। जो नियमित परमात्मा के महावाक्यों का श्रवण और राजयोग के माध्यम से परमात्मा से सीधा संवाद करते हैं। राजयोग ध्यान और आध्यात्मिक शिक्षा द्वारा मनुष्य नर से नारायण तथा नारी से लक्ष्मी जैसा बनने का श्रेष्ठ कर्म कर रहे हैं।

## राजयोग क्या है?

राजयोग को योगों का राजा कहा जाता है। इसमें सभी योगों का सार समाया हुआ है। यह योग हमारे मन से दूषित विचारों को दूर कर पावन बना देता है। वास्तव में राजयोग अंतर्जगत की एक यात्रा है। इसके माध्यम से हम अपने विचारों को एक सकारात्मक चिंतन की ओर ले जाते हैं और श्रेष्ठ दिशा देते हैं। जब हमारे विचार शुद्ध, पवित्र, दूसरों के लिए सुखदायी, शुभभावना-शुभकामना संपन्न होते हैं तो हमारी बुद्धि भी उसी अनुसार निर्णय देती है। बुद्धि द्वारा दिए गए निर्णय के आधार पर ही हमारी कर्मेन्द्रियां शरीर से कर्म करती हैं। जैसे-जैसे राजयोग के माध्यम से हमारा सकारात्मक और श्रेष्ठ चिंतन बढ़ता जाता है, वैसे-वैसे हमारे विचारों में सकारात्मकता आती जाती है। दूसरे शब्दों में कहें तो राजयोग के माध्यम से हमें खुद की कमी-कमजोरियों को पहचानने, उन्हें दूर करने का मौका मिलता है। जब हम एकांत में बैठकर चिंतन करते हैं तो जीवन से जुड़ी समस्याएं का समाधान मिलने लगता है। चिंतन श्रेष्ठ होने से मन की कार्यकुशलता बढ़ जाती है और कर्मों में प्रवीणता आने लगती है। एक अेयास के बाद हमें जीवन जीने की श्रेष्ठ कला मिल जाती है। जब हम कर्मों पर अटेंशन रखते हैं तो हमारे कर्म श्रेष्ठ कर्म बन जाते हैं और तनाव, चिंता, दु:ख, हीनभावना, पश्चाताप और आत्मग्लानि कोसों दूर चली जाती है। राजयोग का अेयास किसी भी समय, किसी भी स्थान पर किया जा सकता है। इसके लिए न उम्र का बंधन है और न जातिपात का। राजयोग तो आत्मदर्शन कराना वाला और राजाई पद दिलाने वाला सर्वश्रेष्ठ योग है। इसकी महिमा गीता में भी गाई हुई है।

### स्थानीय सेवाकेंद्र का पता

### पत्र व्यवहार का पता

**संपादक** » **ब्र.कु. कोमल**, ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया एवं पब्लिक रिलेशन ऑफिस, शांतिवन, आबू रोड, जिला- सिरोही, राजस्थान, पिन कोड- 307510
**मो** » 9414172596, 9413384884, 9179018078
**Email** » shivamantran@bkivv.org
»bkkomal@gmail.com

● **प्रकाशक एवं मुद्रक:** ब्र.कु. करुणा द्वारा प्रकाशित एवं डी.बी. सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित ● सलाहकार संपादक: **प्रो. कमल दीक्षित** ● संपादक: **ब्र.कु. कोमल** ● संयुक्त संपादक: **ब्र.कु. पुष्पेन्द्र** ● ग्राफिक एवं लेआउट: **अमर (नोएडा)** ● **RNI No.: RJHIN/2013/53539**

# चरित्र निर्माण कर दूसरों का जीवन बनाना सच्ची समाजसेवा

शिव आमंत्रण बेगुसराय (बिहार)। दुनिया में भौतिक चीजों का दान करने की सेवा तो एक अपराधी के साथ-साथ और भी लोग करते हैं। अभी जरूरत है अशांत नफरत चरीत्रहीनता जैसी दरिद्र कुसंस्कार को मिटाकर सुख, शांति, प्रेम, आनंदमयी जीवन चरित्रार्थ कर औरों को भी इन सूक्ष्म शक्तियों का दान करते रहना समाज सेवा का एक नया आयाम है। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज़ के समाज प्रभाग के उपाध्यक्ष बीके अमीरचंद ने व्यक्त किए। वे बेगुसराय स्थित प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्वविद्यालय के प्रभु पसंद भवन में आयोजित सेमिनार में बोल रहे थे। इसका विषय 'समाज सेवा के नए आयाम' था। उन्होंने कहा कि दूसरों का चरित्र निर्माण कर उसका जीवन बना देना ही सच्ची समाज सेवा है। माउंट आबू से आए बीके प्रो. ओंकार चंद्र ने कहा कि सबसे बड़ा सामाजिक कार्यकर्ता परमपिता शिव हैं। वे निःस्वार्थ भाव से हमें ज्ञान, गुण व शक्तियां देते रहते हैं। समाज सेवा के साथ समाज का उत्थान भी जरूरी है।

## नशा मुक्ति प्रदर्शनी से दिया संदेश

शिव आमंत्रण **मुजफ्फरपुर/बिहार।** नशा मुक्ति दिवस पर प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय आम गोला रोड द्वारा चित्र प्रदर्शनी लगाकर नशा मुक्ति का संदेश दिया गया। साथ ही नशे के दुष्प्रभाव बताए गए। नशा सेवन करने वालों को सात दिवसीय राजयोग प्रशिक्षण शिविर के लिए नामकरण भी किया गया। बीके संगीता बहन ने कहा बीड़ी, दारु, सिगरेट, पान मसाला, गुटखा सेवन करने वालों को भयावह कष्टदाई जानलेवा बीमारियों से ग्रसित होना पड़ता है। प्रदर्शनी में 20 लोगों ने नशा छोड़ने का संकल्प लिया।

## डिजीटल गांव का उद्घाटन

शिव आमंत्रण अरेराज धाम(बिहार)। डिजिटल गांव के उद्घाटन कार्यक्रम में केंद्रीय कृषि एवं किसान कल्याण मंत्री राधामोहन सिंह को ईश्वरीय सौगात देती बीके मीना साथ में हैं बीके मीरा, भाजपा के पूर्व जिला अध्यक्ष भ्राता सुनीलमणि तिवारी एवं अन्य।

**प्रभु पसंद सेवाकेंद्र के भाई-बहनों ने निकाली विश्वकर्मा रैली, नवयुग का दिया संदेश**

# फ्रांस से आए भाई-बहनों ने गीतों की प्रस्तुति से मोहा मन

शिव आमंत्रण **बेगुसराय/बिहार।** ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के प्रभु पसंद सेवाकेंद्र पर भव्य रैली निकाली गई। जो पूरे शहर का भ्रमण करते हुए ईश्वरीय संदेश देते हुए वापस सेवाकेंद्र पर समाप्त हुई। इस दौरान सेवाकेंद्र संचालिका बीके कंचन बहन ने कहा कि जल्द सतयुग की स्थापना होने वाली है। माउंट आबू से पधारे बीके कीर्ति भाई ने कहा कि सतयुग की स्थापना में अपने सहयोग के हाथ बढ़ाए।

### गीतों से किया मंत्रमुग्ध....

वहीं सेवाकेंद्र पर फ्रांस से बीके मिशेल तथा आयरलैंड से बीके शिशिल बहन पधारीं। इस दौरान उन्होंने अपने जीवन में राजयोग मेडिटेशन से आए बदलाव से सभी को रूबरू कराया। 41 वर्षों से राजयोग का अभ्यास कर रहे बीके मिशेल पूरे विश्व में भ्रमण करते हुए जगह-जगह भारतीय आध्यात्म और राजयोग मेडिटेशन का संदेश दे रहे हैं। इस दौरान उन्होंने गीतों और डांस की जोरदार प्रस्तुति से सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। वहीं 32 वर्षों से राजयोग का अभ्यास करीं बीके शिशिल ने भी अपने जीवन के अनुभव सभी के साथ सांझा किए। आप वैल्यू एजुकेशन प्रभाग के ट्रेनर भी हैं।

## अलबिदा डायबिटीज

बीके डॉ. श्रीमंत साहू
ग्लोबल हॉस्पिटल, माउंट आबू

**डायबिटीज** या शुगर एक गंभीर समस्या है। पिछले कुछ दशकों में डायबिटीज के मरीजों की तादाद काफी बढ़ गई है। डायबिटीज के बारे में लोगों को जागरूक करने और इससे बचाव के लिए हर साल 14 नवंबर को विश्व डायबिटीज दिवस के रूप में मनाया जाता है। डायबिटीज की स्थिति में मरीज के खून में शुगर घुलने लगता है, जिसके कारण कई तरह की परेशानियां शुरू हो जाती हैं। ब्लड में शुगर की मात्रा बढ़ जाने पर हार्ट अटैक, किडनी फेल्योर, फेफड़ों और लिवर की कई बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। डायबिटीज शरीर के साथ-साथ मस्तिष्क को भी काफी प्रभावित करता है। इसलिए इससे बचाव बहुत जरूरी है। आइए आपको बताते हैं कि सामान्य तौर पर आपका ब्लड शुगर कितना होना चाहिए और ब्लड शुगर की जांच आप किस तरह कर सकते हैं।

### घर पर भी चेक करें ब्लड शुगर

डायबिटीज की स्थिति में ब्लड में शुगर की मात्रा बढ़ जाती है इसलिए इसकी आशंका होने पर या डायबिटीज की पुष्टि होने पर आपको लगातार अपना ब्लड शुगर चेक करते रहना चाहिए। ये चेकअप आप आसानी से घर पर ही नियम-संयम अपनाकर खुद ही कर सकते हैं। इसके लिए बाजार में ग्लूकोमीटर मौजूद हैं। जिसे आप आसानी से खरीद सकते हैं। शुगर लेवल चेक करने के दो तरीके हैं- पीपी और फास्टिंग

### कितना होना चाहिए आपका ब्लड शुगर

फास्टिंग टेस्ट के दौरान आपको खाली पेट शुगर चेक करनी होती है। फास्टिंग का अर्थ है- आप कम से कम आठ-नौ घंटे खाली पेट रहें। यदि खाली पेट शुगर टेस्ट में आपका शुगर लेवल 70 से 100 एमजी के बीच है तो आपकी शुगर ठीक है लेकिन शुगर लेवल इससे अधिक है तो आपकी शुगर लेवल बढ़ना शुरू हो गया है। वहीं पीपी टेस्ट के दौरान आप खाना खाने के डेढ़ से दो घंटे बाद अपना शुगर लेवल टेस्ट कर सकते हैं। इस टेस्ट के दौरान यदि आपका शुगर लेवल 100 से 140 एमजी के बीच है, तो आपकी डायबिटीज नियंत्रण में है, लेकिन यदि इससे अधिक है तो आपकी यह डायबिटीज की पहली स्टेज है।

### 20 साल से ज्यादा उम्र के लोगों में

फास्टिंग (खाली पेट शुगर चेक) में- 100 एमजी/डीएल से कम ब्लड शुगर होना चाहिए, खाने से पहले- 70-130 एमजी/डीएल ब्लड शुगर होना चाहिए , खाने के एक से दो घंटे बाद- 180 एमजी/डीएल से कम ब्लड शुगर होना चाहिए। एक्सरसाइज से पहले (अगर इंसुलिन लेते हैं) - 100 एमजी/डीएल से कम ब्लड शुगर होना चाहिए, सोने के समय- 100 से 140 एमजी/डीएल ब्लड शुगर होना चाहिए।

### ग्लूकोमीटर से ऐसे चेक करें ब्लड शुगर

सबसे पहले गर्म पानी से अपने हाथ को धो कर साफ तौलिए या कॉटन से पोंछ लीजिए। अपनी उंगली से सूई की मदद से खून की एक बूंद निकालकर डिवाइस में रख दीजिए। उसके बाद जांच के लिए एक कांच की पट्टी बॉटल से लीजिए। पट्टी में खून की बूंद का नमूना डालने के बाद तुरंत बॉटल को बंद कर लीजिए ताकि कोई अन्य टेस्टिंग स्ट्रिप या नमी उससे मिले नहीं। टेस्टिंग डिवाइस के लेवेल पर लगे निर्देशों को पढकर ब्लड शुगर मीटर को तैयार रखिए। रूई के साफ टुकडे को लेकर लैंसेट (खून निकालने के लिए एक प्रकार की नीडिल) को उंगली में चुभोइए। खून निकालने के बाद यह निश्चित कर लीजिए कि खून जांच करने के बिंदु पर ही डाला गया है या नहीं। उसके बाद अच्छी तरह से परीक्षण करने वाले क्षेत्र को कवर कर दीजिए। उंगली के जिस भाग से आपका खून निकला है, वहां रूई लगाइए जिससे ज्यादा खून न निकले। ब्लड शुगर का परिणाम जानने के लिए कुछ वक्त तक इंतजार कीजिए। मीटर कुछ सेकेंड में यह रिजल्ट दे देता है।

### शुगर टेस्ट में ध्यान रखें ये बात

नए मीटर से आप उंगली के अलावा शरीर के अन्य स्थानों से खून लेकर जांच कर सकते हैं। इसके लिए बांह, अंगूठा और जांघ से खून के नमूने लिए जा सकते हैं। हालांकि यह हो सकता है कि शरीर के अन्य भाग जांच के दौरान ब्लड शुगर के स्तर का परिणाम उंगली से अलग दे सकते हैं। शरीर के अन्य जगहों की अपेक्षा उंगली पर ब्लड शुगर का स्तर ज्यादा संवेदनशील होता है।

### लैब में भी करवा सकते हैं टेस्ट

इसके अलावा भी डायबिटीज डायग्नोस करने का तरीका है। आप लैब में भी जाकर अपना टेस्ट करवा सकते हैं। यहां आपका ब्लड इंजेक्शन से लेकर शुगर लेवल चैक किया जाता है। हालांकि ये प्रोसेस थोड़ा लंबा होता है और इसकी रिपोर्ट भी आपको तुरंत नहीं, थोड़ी देर से मिलती है।

**यहां करें संपर्क**

बीके जगजीत मो. 9413464808, डॉ. सविता सोनर मो. 9461604139
पेशेंट रिलेशन ऑफिस, ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, माउंट आबू, जिला- सिरोही, राजस्थान,

# चार धामों का बना प्रतिरूप, दादी जानकी ने किया उद्घाटन

शिव आमंत्रण अटलादरा। दादी जानकी जी के पहुंचने पर संस्थान के सदस्यों द्वारा अभिनंदन किया गया। संस्था के मुख्यालय पाण्डव भवन में स्थित चार धामों का प्रतिरूप अटलादरा के आत्म चिंतन भवन में बनाया गया। जिसका उद्घाटन दादी जानकी जी ने अपने करकमलों से किया। इसके पश्चात् यहां बनने वाले भंडारे की नींव भी रखी गई। इस उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम में अहमदाबाद के अंबावाड़ी सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शारदा, सुख-शान्ति भवन की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके नेहा, स्थानीय सेवाकेन्द्र की प्रभारी बीके अरुणा, सह-प्रभारी बीके पूनम की उपस्थिति में दादी जी का 103वां जन्मदिन भी हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर दादी ने अपने आशीर्वचनों से सभी को लाभान्वित किया और सभी वरिष्ठ बहनों ने दादी जी के साथ केक काटकर उन्हें जन्मदिन की ढेर सारी शुभकामनाएं दी।

# निमित्त बन जनसेवा करने से मिलता है पुण्य: दादी

शिव आमंत्रण आबू रोड। राजस्थान के वन एवं पर्यावरण मंत्री स्वतंत प्रभार सुखराम विश्नोई ने ब्रह्माकुमारीज संस्था की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी से मुलाकात की। करीब आधे घंटे की मुलाकात में दादी ने कहा कि परमात्मा ने बड़ा दायित्व बड़े उम्मीदों से दिया है ताकि लोगों का भला हो सके। निमित्त भाव से कार्य करने से लोगों की दुआयें मिलती हैं। आध्यात्मिकता मनुष्य को अन्दर से सुन्दर बनाती है। हम जितना दूसरों की सेवा करते हैं उतना ही खुशी मिलती है। मंत्री विश्नोई ने कहा आध्यात्म में गहरा लगाव है और लम्बे समय से संस्थान से जुड़ाव रहा है। यह संस्थान लोगों के कल्याण के लिए पुण्य का कार्य कर रही है। हम सबको मिलकर इसे आगे बढ़ाने का कार्य करना चाहिए। इस दौरान दादी ने शॉल ओढ़ाकर तथा ईश्वरीय सौगात भेंटकर सम्मानित किया।

# हर ब्लॉक के एक गांव में चलाया जाएगा यौगिक- जैविक खेती का प्रोजेक्ट: केंद्रीय मंत्री

शिव आमंत्रण वेटर लोएडा। शहीद विजय सिंह पथिक खेल परिसर में तीन दिवसीय योगा एण्ड वेलनेस फेस्टिवल व किसान महासम्मेलन का आयोजन किया गया। इसमें मुख्य अतिथि के रूप में पधारे केंद्रीय मंत्री सूर्य प्रताप शाही ने कहा यौगिक खेती व जैविक खेती को उत्तर प्रदेश के हर ब्लॉक के एक गांव में पायलट प्रोजेक्ट के रूप में चलाया जाएगा। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने एक संदेश के माध्यम से ब्रह्माकुमारीज द्वारा किए जा रहे प्रयासों के सफलता की शुभकामनाएं दी और संस्थान द्वारा आयोजित इस योग और कल्याण महोत्सव की भी प्रशंसा की। इस मौके पर दादरी के विधायक तेजपाल नागर एवं जेवर के विधायक धीरेंद्र सिंह, कृषि विभाग के निदेशक सौराज सिंह, कृषि एवं ग्राम विभाग प्रभाग के उपाध्यक्ष बीके राजू, करोल बाग सेवाकेंद्र प्रभारी बीके पुष्पा, इंडिया एक्सपो मार्ट के निदेशक तथा मेले के संयोजक विवेक विकास सहित बड़ी संख्या में किसान मौजूद रहे।

उत्सव

विश्वभर से पहुंचे बीके भाई-बहनें प्रतिनिधि, सांस्कृतिक प्रस्तुतियों ने मन मोहा

# दादी का 103वां जन्मदिन धूमधाम से मनाया

शिव आमंत्रण आबू रोड। नारी शक्ति का प्रतीक विश्वव्यापी संगठन प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी का 103वां जन्मदिन हर्षोल्लास से मनाया गया। शांतिवन के डायमंड हॉल में हजारों लोगों की उपस्थिति ने दादी के दीर्घायु होने की कामना की।

कार्यक्रम में दादी जानकी ने कहा कि उनका जीवन केवल परमात्मा के सहारे है। परमात्मा से मन की डोर बंधी होने के कारण वह हमें चलने और कार्य करने की शक्ति देता है। यदि मन की डोर परमात्मा से लग जाए तो व्यक्ति कभी ऊर्जाहीन नहीं होगा। लोगों की सेवा करने से जीवन में पुण्य जमा हो जाता है। यही लम्बी उम्र का रहस्य है। हजारों की संख्या में समर्पित बहनें अपने जीवन को धन्य बना रही हैं।

संस्था के महासचिव बीके निर्वैर ने कहा कि 103 वर्ष की उम्र में आज भी एक्टिव होकर पूरे संस्थान का कार्य संभाल रही हैं। दुनिया में ऐसे कम लोग हैं जो इतनी उम्र में भी इतने बड़े संस्थान की मुखिया हैं। यह गौरव की बात है। सिरोही के पूर्व महाराजा रघुवीर सिंह ने कहा कि दादी जैसी हस्ती हमारे सिरोही में है यह हमारे लिए बहुत ही गर्व की बात है। दादी पूरी दुनिया की दादी हो गई हैं। अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन ने कहा कि जिसकी उम्र सौ साल के पार हो जाए वह आज के युग में अजूबा से कम नहीं है।

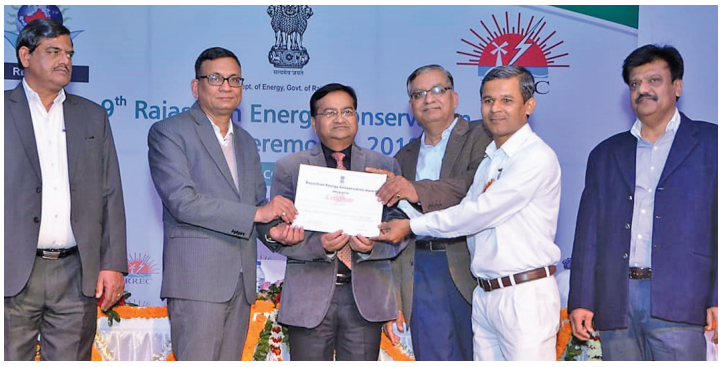
**13 फीट ऊंचा सिंहासन बनाया:** दादी के सम्मान में 13 फीट ऊंचा सिंहासन बनाया गया था। इसमें चारों ओर देवियों का प्रतिरूप तथा बीच में दादी विराजमान थीं। समारोह में महाराष्ट्र से आए कलाकारों ने प्रस्तुति से समां बांध दिया। फिल्म अभिनेत्री दिव्य कुमार खोसला ने भी अपनी प्रस्तुतियों से दादी का स्वागत किया। मंचासीन अतिथियों ने केक काटकर दादीजी को बधाई दी। कई स्थानों से आए कलाकारों ने नृत्य की सुंदर प्रस्तुति देकर लोगों को भाव विभोर कर दिया।

सार समाचार

# राजयोग भवन का दादी ने किया उद्घाटन

शिव आमंत्रण मंजलपुर (बड़ोदरा)/गुजरात। ब्रह्माकुमारीज़ के नवनिर्मित भवन का उद्घाटन संस्थान की मुखिया 103 वर्षीय राजयोगिनी दादी जानकी ने किया। कार्यक्रम में दादीजी ने सभी को चिंता से मुक्त हो अष्ट शक्तियों को धारण करने का आह्वान किया। साथ ही अपने आध्यात्मिक जीवन के अविस्मरणीय अनुभव सांझा किए। अंबावाड़ी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शारदा ने सभी से परदर्शन, परचिंतन एवं विकारों को छोड़ने की अपील की। इस दौरान मुख्य अतिथि के रूप में सांसद रंजन भट्ट, एरिया कॉर्पोरेटर चिराज झवेरी, मुंबई से आए चांद मिश्रा, स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके धीरज, माउंट आबू से ओम शांति मीडिया पत्रिका के संपादक बीके गंगाधर, मंगलवाडी सेवाकेंद्र की संचालिका बीके राज, अलकापुरी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके डॉ. निरंजना समेत बड़ी संख्या में सदस्य उपस्थित रहे। अंत में दादी जानकी के 104वें वर्ष में प्रवेश करने की खुशी में सभी बीके सदस्यों ने केक कटिंग कर दादीजी को शुभकामनाएं दी।

# ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर को ऊर्जा संरक्षण अवार्ड मिला



शिव आमंत्रण माउंट आबू। ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा माउंट आबू में संचालित ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर को सौर ऊर्जा के क्षेत्र में योगदान के लिए राजस्थान सरकार के ऊर्जा विभाग द्वारा राजस्थान ऊर्जा संरक्षण पुरस्कार-2018 से सम्मानित किया गया है। जयपुर के इंद्रलोक ऑडिटोरियम में आयोजित समारोह में राजस्थान सरकार के ऊर्जा विभाग के प्रधान सचिव संजय मल्होत्रा और अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक आरजी गुप्ता ने ग्लोबल हॉस्पिटल के ऊर्जा लेखा परीक्षक बीके केदार को अवार्ड देकर सम्मानित किया। ग्लोबल हॉस्पिटल ऊर्जा संरक्षण का बेहतर उदाहरण बन चुका है। क्योंकि यह पहला हॉस्पिटल है जिसमें ऊर्जा की सभी जरूरतें सौर उर्जा से हो रही हैं। यह ऊर्जा संरक्षण के लिए प्रेरणास्रोत है। इसके साथ ही हॉस्पिटल द्वारा दी जा रही ग्रामीण स्तर पर सेवाओं को विस्तार करते हुए सौर ऊर्जा के लिए भी प्रेरित कर रहा है। ग्लोबल हॉस्पिटल के डॉ. प्रताप मिडढा ने इसके लिए ग्लोबल हॉस्पिटल के कर्मचारियों तथा स्टाफ को बधाई दी है।

# गॉडलीवुड स्टूडियो को नेपाल टेलीविजन का आभार

बीके हरीलाल
कार्यकारी निदेशक
गॉडलीवुड स्टूडियो

गॉडलीवुड स्टूडियो नित नये मुकाम हासिल करता जा रहा है। नेपाल सरकार के नेपाली टेलीविजन में पिछले दो वर्ष से नया दिग्दर्शन कार्यक्रम प्रसारण हो रहा है। स्टूडियो द्वारा दिया जा रहे मूल्यनिष्ठ कार्यक्रम के प्रसारण को लोगों का खूब समर्थन प्राप्त हुआ है तथा परमात्मा का संदेश मिला है। इससे नेपाल टेलीविजन में भी दर्शकों की संख्या बढ़ी। इस उपलब्धि को देखते हुए नेपाल टेलीविजन के कार्काकारी अध्यक्ष तथा कार्यक्रम निदेशक ने गॉडलीवुड स्टूडियो को प्रशास्ति पत्र देकर सम्मानित किया। यह गॉडलीवुड स्टूडियो तथा ब्रह्माकुमारीज संस्थान के लिए उपलब्धि है। गॉडलीवुड स्टूडियो लगातार प्रयास कर रहा है कि देश और दुनिया के कोने कोने में परमात्मा के अवतरण का संदेश मिले। जिससे लोग अपने जीवन को श्रेष्ठ बना सकें।

# रोजाना तन के साथ मन की सफाई भी जरूरी

**शिव आमंत्रण** **गया/बिहार।** एपी कॉलोनी एवं पिपरपाती गांव सेवाकेंद्र द्वारा पांच दिवसीय तनाव प्रबंधन एवं सकारात्मक चिंतन शिविर आयोजित किया गया। इसके तहत बोधगया के डेल्टा होटल, गया कॉलेज, मारवाड़ी पंचायती धर्मशाला, ज़िला परिषद के सभा भवन और सेंट्रल जेल में मुंबई से आए मोटिवेशनल स्पीकर प्रो. बीके ईवी गिरीश ने लोगों को सकारात्मक चिंतन के साथ राजयोग का महत्व बताया। उन्होंने कहा कि रोजाना तन के साथ मन की सफाई की भी आवश्यकता है। राजयोग मेडिटेशन को जीवन में शामिल करने से खुशनुमा बन जाएगा। स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सुनीता ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

## नफरत छोड़ो, दुआएं दो दुआएं लो

**शिव आमंत्रण** मोतिहारी/बिहार। केंद्रीय कारागृह में संस्कार परिवर्तन अपराधमुक्त जीवन विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें माउंट आबू से पधारे बीके भगवान ने कैदियों को संबोधित करते हुए नफरत की भावना को बदल सभी को दुआएं देने और सभी से दुआएं लेने की बात कही। अपने अतीत को भुलाकर परमात्म याद में जीवन यापन करने पर ज़ोर दिया। बाद में ईश्वरीय साहित्य के वितरण के साथ मेडिटेशन कराया गया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके निशा, जेल अधीक्षक सरोज कुमार राय, बीके रामाधार, बीके उदय मौजूद थे।

## क्रिसमस पर्व मनाया

**शिव आमंत्रण** हजारीबाग/ झारखंड। सेवाकेन्द्र पर क्रिसमस पर्व का आध्यात्मिक रहस्य कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें संचालिका बीके हर्षा ने केक काटकर ज्योतिर्बिंदु निराकार परमात्मा शिव को पिता के रूप में याद करने और वर्से के रूप में उनसे स्वर्ग की बादशाही लेने का संदेश दिया। लोहरदगा के केकेएम स्कूल में ब्रह्माकुमारीज़ को आमंत्रित किया गया। इसमें बीके बहनों ने पर्व को प्रेम और स्नेह का पर्व बताया।

## अच्छी बातों को जीवन में धारण करें विद्यार्थी: सुनील कुमार

**शिव आमंत्रण** रांची। मेरा भारत स्वर्णिम भारत आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी बस अभियान के पहुंचने पर शहर में कई स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित किए गए। इस उपलक्ष्य में नीओरी के विकास विद्यालय में बच्चों को बीके राजेश, बीके पूनम एवं बीके भारती ने संबोधित करते हुए मेडिटेशन का महत्व बताया। विद्यालय के वरिष्ठ अध्यापक सुनील कुमार झा ने अच्छी बातों को जीवन में धारण करने की प्रेरणा दी।

**सूचना**

सामाजिक सेवाओं तथा आंतरिक सशक्तिकरण के प्रयास के साथ निकाला गया मासिक **शिव आमंत्रण समाचार पत्र** एक संपूर्ण अखबार है। इसमें आप सभी पाठकों का लगातार सहयोग मिल रहा है, यही हमारी ताकत है।

**वार्षिक मूल्य** 110 रुपए
**तीन वर्ष** 330
**आजीवन** 2500 रुपए

**पत्र व्यवहार का पता**

**संपादक** ब्र.कु. कोमल
ब्रह्माकुमारीज़ शिव आमंत्रण ऑफिस,
शांतिवन, आबू रोड, जिला- सिरोही,
राजस्थान, पिन कोड- 307510
**मो** 9414172596, 9413384884
**Email** shivamantran@bkivv.org
amantran.bihar@gmail.com




# सृष्टि के काल चक्र का रहस्य हर धर्म में मौजूद




**बीके ऊषा**
स्व प्रबंधन विशेषज्ञ, माउंट आबू

इस पांच हजार साल के काल चक्र का वर्णन हर धर्म में किसी न किसी रूप में हुआ है। जिसका विवेचन इस प्रकार है...

### हिन्दू धर्म में काल-चक्र

हिन्दू धर्म की दृष्टि से शास्त्रों के अनुसार महाभारत युद्ध को पांच हजार साल हुए हैं। महाभारत के अंतिम पर्व में यह बात लिखी गई है कि जब हर घर के अन्दर महाभारत होने लगे तब समझना कि महाभारत काल पुनः आ गया है। आज घर-घर के अन्दर महाभारत ही चल रहा है। आज समाज में हर मोड़ पर महाभरत के पात्र दिखाई देते हैं। शकुनि जैसे पात्र घर-घर में रिश्तों में आग लगा रहे हैं। दुर्योधन अर्थात् धन का दुरुपयोग करने वाले पात्रों से दुनिया भरी पड़ी है। दु:शासन जैसे पात्र शासन का दुरुपयोग करते दिखाई पड़ते हैं। पुत्र-मोह में अंधे माता-पिता भी समाज में देखने को मिलते हैं। अब जबकि समाज में महाभारत के पात्र विद्यमान हैं, इससे समझ लेना चाहिए कि महाभारत काल पुनः आ गया है। श्रीमद्भागवत गीता के चौथे अध्याय में भगवान् ने अर्जुन के साथ वायदा किया कि 'यदा-यदा हि धर्मस्य ग्लानि......' के चिन्ह भी अभी दिखाई देते हैं। स्पष्ट है कि यह वही महाभारत का समय है। इससे पांच हजार वर्ष का काल-चक्र सिद्ध होता है।

### इस्लाम धर्म में काल-चक्र

इस्लाम धर्म की पवित्र धर्म पुस्तक में यह लिखा है कि कयामत का समय हर पांच हजार साल के बाद एक बार आता है। उनकी इस पवित्र धर्म पुस्तक के हिसाब से कयामत का समय आ रहा है। अतः पांच हजार साल का यह चक्र सिद्ध हो जाता है।

### क्रिश्चियन धर्म में काल-चक्र

क्रिश्चियन धर्मशास्त्र के हिसाब से भी यह स्पष्ट है कि क्राइस्ट के तीन हजार साल पूर्व पृथ्वी पर स्वर्ग था। अर्थात् तीन हजार साल पूर्व और दो हजार साल बाद - नोस्त्रोदेमोस की भविष्यवाणी के हिसाब से अब वह सुनहरा युग आया कि आया।

### मायन संस्कृति में काल-चक्र

मायन संस्कृति में कैलेंडर 5000 साल का दर्शया गया है। जिसके लिए उन्होंने बताया था कि 21.12.2012 को उनका कैलेंडर पूरा होकर 22.12.2012 को इनका नया कैलेंडर शुरू हो गया है और उसके पहले संसार में परिवर्तन की प्रक्रिया शुरू हो जाएगी, जिसको हम साक्षी होकर देख रहे हैं। इस तरह हम देख सकते हैं कि हर धर्म में काल चक्र का समय 5000 साल किसी न किसी तरीके से स्वीकार किया गया है। हम इसे समझ नहीं पाए और वर्तमान समय के साथ उसको जोड़ नहीं पाए। अज्ञानता के कारण फिर जिसने जो कहा उसे स्वीकर कर लिया और सोचने लगे कि हां लाखों साल का एक-एक युग है। लेकिन किसी भी धर्म में यह वर्णन नहीं है। यहां यह सवाल उठता है कि पुरातत्व सर्वे में किसी पत्थर को लाखों या करोड़ों वर्ष पुराना बताया जाता है, वह सही है या गलत है? वह भी सही है। जैसे एक दिन और रात का चक्र 24 घण्टे का होता है। लेकिन ऐसे दिन और रात का चक्र तो चलता ही था। एक काल चक्र पांच हजार साल का है परन्तु ऐसे पांच हजार साल के काल-चक्र कितनी बार इस पृथ्वी पर घूम चुके हैं। पृथ्वी तो करोड़ों साल पुरानी है ही, बल्कि इसे अविनाशी कहना उपयुक्त होगा । इसलिए पत्थर तो अवश्य मिलेंगे। क्रमशः

## नरकटियागंज थाना प्रभारी को प्रदान की सौगात



**शिव आमंत्रण** नरकटियागंज (बिहार)। नरकटियागंज थाना प्रभारी जितेन्द्र भाई को ईश्वरीय संदेश के साथ ईश्वरीय सौगात देते हुए बीके अबिता, बीके रेखा, और बीके राजेन्द्र भाई।

मेरा भारत स्वर्णिम भारत युवा यात्रा के जमशेदपुर पहुंचने पर किया जोरदार स्वागत, बाइक रैली से युवाओं को दिया सशक्त बनने का संदेश

# युवा अपनी शक्ति पहचानें और सकारात्मक कार्यों में लगाएं

शिव आमंत्रण **जमशेदपुर/झारखंड।** ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के युवा प्रभाग द्वारा निकाले जा रहे देशव्यापी मेरा भारत स्वर्णिम भारत अभियान के जमशेदपुर पहुंचने पर जोरदार स्वागत किया गया। अभियान के तहत पीस मैसेंजर बस के माध्यम से युवाओं को आध्यात्मिक मूल्यों एवं चरित्र निर्माण के लिए प्रोत्साहित करना, स्वच्छ-स्वस्थ भारत के लिए लोगों की सक्रिय भूमिका को बढ़ावा देना, सकारात्मकता के माध्यम से परिवर्तन लाने का प्रयास करना है।

शहर आगमन पर बस अभियान का बजरंग दल, बीजेपी युवा मोर्चा सेक्रेटरी, समाजसेवक मूलचंद साहू, प्रभात खबर के चीफ एडिटर ने स्वागत किया। साथ ही युवाओं के अन्दर सकारात्मक अलख जगाने वाले इस अभियान की सराहना करते हुए शुभकामनाएं दी।

अभियान के तहत आदित्यपुर में गुरुद्वारा, मारवाड़ी महिला मंच, गुजराती इंग्लिश स्कूल, गुरुनानक स्कूल, यांगो थाना, सकची गुरुद्वारा हाई स्कूल जैसे विविध स्थानों पर नुक्कड़ नाटक एवं प्रदर्शनी के माध्यम से कई बीके सदस्यों ने नैतिक मूल्यों के साथ सुखमय जीवन शैली के लिए राजयोग मेडिटेशन की जानकारी दी। वहीं बाइक रैली के जरिए ईश्वरीय सन्देश दिया।

## यात्रा से करीब पांच हजार युवाओं ने लिया लाभ...

अभियान के जमशेदपुर पहुंचने पर शहर में बालब्रह्मचारी अभियान यात्रियों ने मोटर साइकिल रैली निकाली। इसके माध्यम से युवाओं को नशामुक्त जीवन अपनाने, जीवन में सकारात्मक विचारों के साथ आगे बढ़ने और युवा शक्ति को रचनात्मक कार्यों में लगाने का आह्वान किया। रैली का सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके अंजू ने शिवध्वज फहराकर रवाना किया। बस अभियान के आगमन पर शहर के करीब 200 स्कूलों एवं कॉलेजों में कार्यक्रम आयोजित किए गए। इसके माध्यम से करीब पांच हज़ार विद्यार्थियों ने लाभ लिया। अभियान यात्रियों का स्वागत विधायक लक्ष्मण टुडु, पूर्व सांसद आभा महतो, पूर्वी सिंहभूम ज़िला माड़वाड़ी सम्मेलन के महामंत्री अशोक मोदी ने किया।

## किसान यौगिक खेती से बढ़ा सकते हैं उत्पादन

शिव आमंत्रण **लोहरदगा/झारखंड)।** प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय लोहरदगा के बटन पुर गांव स्थित किसान भवन में किसान सशक्तिकरण अभियान के पहुंचने पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें मुख्य अतिथि पुलिस कप्तान प्रियदर्शी आलोक ने कहा भारत कृषि प्रधान देश है। किसान अन्नदाता है शाश्वत यौगिक खेती से भूमि की उपयोगिता को हम बढ़ा सकते हैं। इससे अनाज की गुणवत्ता के साथ उत्पादन में वृद्धि होगी हरियाणा से आए बीके राजेंद्र ने कृषि और ग्राम विकास के बारे में विस्तृत जानकारी दी। महाराष्ट्र से आए प्रतिनिधि बीके निखिल ने साथियों की खेती के अनुभव के बारे में स्थानीय किसानों को बताया कार्यक्रम में लोहरदगा जिला कृषक प्रतिनिधि लाल नवल किशोर नाथ शाहदेव विहंगम योग समिति झारखंड के मंत्री गुलाब भगत राजा मोहन राम कमलापति चौधरी अखिलेश सिंह डॉ राज मित्तल, मधु कुमारी ने संबोधित किया।

राष्ट्रीय प्रदूषण नियंत्रण दिवस पर संगोष्ठी

# अपने मन को स्वस्थ बनाए रखना जरूरी

शिव आमंत्रण **मुजफ्फरपुर/बिहार।** आम गोला रोड स्थित ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर राष्ट्रीय प्रदूषण नियंत्रण दिवस पर संगोष्ठी आयोजित की गई। यह दिवस 1984 के भोपाल गैस कांड के बाद पीड़ितों की याद में मनाया जाता है। आज वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण, ध्वनि प्रदूषण, मानसिक विचार प्रदूषण जैसे अनेक प्रदूषण हमारे समाज, पर्यावरण को दूषित कर रहा है। इससे निपटने का सबसे कारगर उपाय आध्यात्मिक ज्ञान के साथ सकारात्मक जीवन पद्धति है। इस पद्धति में ही इसका समाधान निहित है। इस अवसर पर बिहार सेवा केंद्रों की जोनल इंचार्ज राजयोगिनी बीके रानी दीदी ने कहा आज मन को स्वस्थ बनाए रखने की सबसे अधिक आवश्यकता है। धरती को हरित बनाएं रखने में साइलेंस पावर का अहम योगदान है। संगोष्ठी में पधारे संत-महात्माओं ने भी अपने विचार प्रकट किए।

# राजयोग मेडिटेशन जीवन में करें शामिल, सभी मानसिक समस्याएं दूर हो जाएंगी

शिव आमंत्रण **चक्रधरपुर/झारखंड।** प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की चक्रधरपुर गीता पाठशाला द्वारा सीआरपीएफ के 60 बटालियन मुख्यालय परिसर में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें प्रभारी बीके मणिनी बहन ने सीआरपीएफ जवानों और अधिकारियों को आत्म स्मृति का तिलक लगाकर लंबी उम्र की कामना की।

कमांडेंट राज डी नाईट ने कहा कि भाई-बहन के अटूट स्नेह का प्रतीक माने जाने वाले भैया दूज पर्व के अवसर पर ब्रह्माकुमारीज द्वारा जो भी सीख मिली उसे धारण कर अपने जीवन को हम तनाव मुक्त बना सकते हैं। इस दौरान सीआरपीएफ अधिकारी कौशल यादव, राजकुमार सिंह सहित 50 से अधिक सीआरपीएफ जवान उपस्थित रहे। कार्यक्रम के दौरान बहनों ने सभी को राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से शांति की गहन अनुभूति कराई। बीके यशोदा और बीके वीणा ने भी जवानों को सकारात्मक विचारों का महत्व बताया। आयोजन को अधिकारियों ने समाज को सौहार्दपूर्ण वातावरण निर्माण के लिए यह एक सकारात्मक संदेश बताया।

अखिल भारतीय गीता महासम्मेलन में बड़ी संख्या में संत-महात्माओं ने लिया भाग...

# भगवान कभी हिंसक युद्ध के लिए प्रेरित नहीं करते

**शिव आमंत्रण गुरुग्राम।** ओम् शान्ति रिट्रीट सेन्टर में भगवद् गीता सत्य विषय पर त्रिदिवसीय अखिल भारतीय गीता महासम्मेलन का आयोजन किया गया। संस्था प्रमुख राजयोगिनी दादी जानकी के आगमन पर ओआरसी की सभी बीके बहनों की ओर से फूलों का हृदय बनाकर दादी को भेंट किया।

सम्मेलन में दादी जानकी ने कहा आप सभी आत्माएं एक परमात्मा के बच्चे हैं। परमात्मा एक है। श्रीकृष्ण आश्रम हरिद्वार से आए स्वामी हरिओम् गिरि महाराज ने कहा गीता में वर्णित युद्ध वास्तव में मानव के अन्दर चलने वाले द्वन्द का प्रतीक है। स्वामी ईश्वरदास महाराज ने कहा ब्रह्माकुमारीज संस्था वास्तव में गीता को जीवन में उतारने का एक बेहतर कार्य कर रही है। बीके बृजमोहन ने कहा गीता ज्ञान की वास्तविकता को लोगों के सामने लाना ही हमारा उद्देश्य है। ओआरसी की निदेशिका बीके आशा ने कहा आध्यात्मिक सत्ता के कारण ही आज तक भारत विश्व गुरु कहलाता है। गीता में वर्णित युद्ध हिंसक था या अहिंसक?

### गीता ज्ञान सभी आत्माएं के लिए....

माउंट आबू से पधारीं गीता विशेषज्ञ बीके ऊषा ने गीता में वर्णित महावाक्यों की गहनता को स्पष्ट करते हुए समझाया कि भगवान कभी किसी को हिंसक युद्ध के लिए प्रेरित नहीं कर सकते हैं। बीके वीणा ने कहा वास्तव में गीता ज्ञान भगवान ने केवल एक अर्जुन को नहीं दिया अपितु ज्ञान का अर्जन करने वाली समस्त मनुष्यात्माओं को दिया है।

महासम्मेलन के दूसरे दिन का विषय था गीता में वर्णित धर्मग्लानि का समय-कलयुग का अंत। इसमें हरिद्वार से सिद्ध पीठ श्री मंगला काली मंदिर के पीठाधीश्वर स्वामी विवेकानन्द ब्रह्मचारी, शिव योगी धाम के संस्थापक स्वामी शिव योगीजी महाराज, हैदराबाद से आए स्वामी गोपालाकृष्णानंदा, जबलपुर से पधारी भगवद् गीता शोध विदूषी डॉ. पुष्पा पांडे, हुबली से आए गीता शोध विद्वान बीके बसवराज ने भी अपने विचार व्यक्त किए। इंडोनेशिया की राजधानी बाली से आए कलाकारों ने भी अपनी सुंदर सांस्कृतिक प्रस्तुतियां दीं।

तीसरे दिन पैनल चर्चा में आए मेहमानों ने अपने अनुभव सांझा करते हुए कहा इस प्रकार के सम्मेलनों से समाज में एक सकारात्मक संदेश जाता है और मानव श्रेष्ठ कर्म के प्रति प्रेरित होता है। साध्वी विजयलक्ष्मी ने कहा परमात्मा के निकट आने के लिए प्रेम भाव जरूरी है।

# राजयोग के नियमित अभ्यास से विचार बनते हैं सकारात्मक

**शिव आमंत्रण धूरी/संगरुर।** धूरी में अलविदा तनाव विषय पर दो दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया। इसमें मुख्यालय माउण्ट आबू से पधारी वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके ऊषा ने मुख्य वक्ता के रूप में कहा कि अपने ही नकारात्मक विचारों की वजह से तनाव बढ़ता है और राजयोग का प्रतिदिन अभ्यास हमारे विचारों को सकारात्मक तथा श्रेष्ठ बनाता है। बीके ऊषा के धूरी पहुंचने पर संस्थान के सदस्यों द्वारा उनका भव्य स्वागत हुआ। इसके बाद दो दिवसीय शिविर में लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। तनाव, एक ऐसी समस्या बन गई है जो केवल बड़े बुजुर्गों में ही नहीं बल्कि बच्चे भी आज तनाव का शिकार होते नजर आ रहे हैं। ब्रह्माकुमारीज निरन्तर ऐसे आयोजनों से लोगों को सुखमय जीवन जीने की कला सिखाने का प्रयास करती रहती है। कार्यक्रम का उद्घाटन अतिथियों ने दीप जलाकर किया जिनमें एडवोकेट धनवंत सिंह, कैम्ब्रिज स्कूल की वाइस प्रिंसिपल मीनाक्षी सक्सेना, व्यापार मंडल के अध्यक्ष विकास जैन, पीटीसी चैनल से एनके कांसल, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके मूर्ति समेत अन्य कई विशिष्ट अतिथि शामिल थे। जिन्हें ईश्वरीय सौगात भी भेंट की गई।

पहल

56 युवाओं ने किया रक्तदान, अतिथियों ने बढ़ाया सभी का हौसला

# रक्तदान से होता है स्वयं के साथ समाज का उत्थान

**शिव आमंत्रण कादमा।** हिंदुस्तान स्काउट गाइड, जयहिंद मंच झोझूकलां व ब्रह्माकुमारी संस्थान के संयुक्त तत्वावधान में रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। इसमें कादमा-झोझूकलां क्षेत्र की प्रभारी बीके वसुधा ने कहा रक्तदान से देश प्रेम की भावना उत्पन्न होती है और देने की भावना से हम अपने भारत देश का उत्थान कर सकते हैं। किसी भी जरूरतमंद को प्राणदान देने का कार्य करना बड़ी सेवा है। इससे जीवन में सकारात्मकता, शांति, आनंद स्वतः ही आता है। यदि आज का युवा अपनी सकारात्मक सोच व आध्यात्म से देश प्रेम की भावना स्वयं में उत्पन्न करें तो अवश्य ही हमारा देश पुनः मूल्य आधारित बन सकता है।

पूर्व नौसेना कमांडर सुनील शर्मा ने कहा ब्रह्माकुमारीज के पवित्र प्रांगण में आयोजित यह शिविर एक सुखद अनुभूति करा रहा है जिससे समाज में अवश्य ही सकारात्मक परिवर्तन आएगा। जन सेवा महासंघ अध्यक्ष सत्यवान शास्त्री, खंड शिक्षा अधिकारी दयानंद स्वामी, शिविर संयोजक बिशन सिंह आर्य व हिंदुस्तान स्काउट्स के जिला सचिव अमित जाखड़ ने भी विचार व्यक्त किए। शिविर में 56 युवाओं ने रक्तदान किया।

नई राहें

# बच्चों में करें संस्कारों रूपी पूंजी का निवेश

बीके पुष्पेन्द्र
संयुक्त संपादक, शिव आमंत्रण

बेटी। बेटी परिवार, समाज और इस धरा की वह धुरी है जिसके आसपास पूरा 'जीवन' घूमता है। बेटी एक शब्द नहीं पूरा संसार है। बेटी परिभाषा नहीं पर्वदीगार का अवतार है। निराशा में उगते सूरज की किरण तो ढलती सांझ में सबेरा है बेटी। कुलदीपक और समाज की पतवार हैं बेटियां। आज जीवन का कोई ऐसा क्षेत्र नहीं है जहां बेटियों ने अपनी प्रतिभा साबित नहीं की हो। फिर बात चाहे विज्ञान की हो या आध्यात्म की। हर जगह बेटियों ने अपनी बुद्धिमत्ता, कौशल से नए कीर्तिमान बनाए हैं। सृष्टि के आदिकाल लेकर अब तक जो भी धर्म-ग्रंथ, साहित्य लिखे गए हैं सभी में कहीं न कहीं बेटियां का गायन मिलता ही है। ऋग्वेद के 7-47-1 अध्याय में तो यहां तक लिखा है कि हे! स्त्री तुम सभी कर्मों को जानती हो। तुम हमें ऐश्वर्य और समृद्धि दो।

बेटी जब छोटी होती है तो उसे कन्या, देवी का अवतार कहते हैं। कोई भी शुभ कार्य करने के पहले हम बेटी के हाथों से उसकी शुरुआत कराते हैं,ताकि वह सफल और फलदायी हो। उसे ईश्वर का वरदान और उपहार मानते हैं। परिवार का कुलदीपक और आंखों का तारा मानते हैं। लेकिन आज वही बेटी अपनों के बीच असुरक्षित महसूस कर रही है। आज बेटी के पांव घर की दहलीज से बाहर निकलने से पहले कांपते हैं। उसमें कहीं न कहीं असुरक्षा का भाव होता है। क्या इस स्थिति के पीछे हम जिम्मेदार नहीं हैं? जिस देश और संस्कृति में बेटी को माता का दर्जा दिया गया है, वहां बेटियों के साथ ऐसा अमानवीय व्यवहार? पांच वर्ष की मासूम तक के साथ ऐसा कृत्य, जो मानवता को ही शर्मसार कर दे, क्या ये मानवीयता पर प्रहार नहीं है? अपनी ही मां-बहन नजर आती हैं दूसरों की क्यों नहीं? क्यों बेटियों की सिसकियां और दर्द नजर नहीं आता है? आज जो पुरुष कर रहा है ऐसे कृत्यों का तो शास्त्रों में भी गायन नहीं है, क्या हम इतने गिर गए हैं? फिर पशु और इंसान में क्या भेद रह जाएगा? क्या हमारे कर्म व सोच दानवों से भी बद्तर नहीं हो गई है?

ये वो सवाल हैं जो आज हर मन में कौंधते हैं। इसके लिए जरूरत है तो हमें अपने मानसिक प्रदूषण को दूर करने की। दुनिया में तमाम अपराधों की जड़ मानसिक विकृति ही है। इस विकृति या बीमारी को नैतिक शिक्षा, मूल्यशिक्षा, आध्यात्म और संस्कारों के शुद्धिकरण से ही दूर किया जा सकता है। इसके लिए हमें बेटा-बेटी को बचपन से ही ऐसे मूल्य और संस्कारों का बीजारोपण करना होगा ताकि वह किसी भी परिस्थिति में बच्चों को दीवार की तरह ढाल बनकर उनका मार्गदर्शन करें। संस्कार परिवार की वह धुरी हैं जो ताउम्र राह दिखाते हैं। बच्चों को घर-परिवार में बचपन से ही अपनी मां-बहन की इज्जत करने, उनका सम्मान करने और आदर भाव रखने की शिक्षा देना होगी। उनमें नारी के प्रति गौरव का भाव विकसित करना होगा। इसकी शुरुआत आपको, हमें अपनी घर से करना होगी। खुद के घर को संस्कारों का गुरुकुल और नैतिक शिक्षा की नर्सरी में तब्दील करना होगा। बच्चों के सामने बड़ों को भी अपनी मां-पत्नी के प्रति आदर और सम्मान का भाव दर्शाना होगा। क्योंकि बच्चे घर-परिवार में जो देखते और सुनते हैं वहीं सीखते हैं।

### बचपन से जगाया जाए आत्म सम्मान का भाव...

आज हम बच्चों को भौतिक सुख-सुविधाएं तो मुहैया करा रहे हैं लेकिन संस्कारों की पूंजी जमा करने, उसे सजाने-संवारने पर जोर कम ही है। बच्चों को यदि भविष्य में श्रेष्ठ नागरिक का निर्माण करना है तो आज उनमें संस्कारों रूपी पूंजी का निवेश करना होगा। आज हम देखते हैं कि संपन्न परिवारों के बच्चे सबसे ज्यादा बुरी संगत या लत में पड़कर गलत दिशा में मुड़ जाते हैं। उन्हें बड़े होकर श्रेष्ठ नागरिक बनने, मूल्यनिष्ठ व्यक्तित्व बनाने पर जोर कम ही है। यदि बच्चे में आत्म सम्मान का भाव, ईमानदारी, सदाचार, सच्चाई और सफाई के भाव बचपन से ही विकसित हो जाएंगे तो बड़े होकर विचारों का वह पौधा वटवृक्ष बन जाएगा। फिर कोई भी बुरी आदतें उसके संस्कार रूपी भवन को हिला नहीं सकेंगी। यदि एक-एक परिवार अपने बच्चों को संस्कारित करने का बीड़ा उठा ले तो फिर कोई बेटी की सिसकियां नहीं झकझोरेंगीं। साथ ही समाज में फिर कोई बेटी के पांव घर से बाहर निकलने से पहले कांपे नहीं। हम बदलेंगे, हमें देखकर और बदलेंगे और एक दिन सारा विश्व बदल जाएगा।

प्रशिक्षण

एशिया रिट्रीट सेंटर में नाडा कर्मचारियों के लिए आवासीय प्रशिक्षण

# राजयोग से आएगी आंतरिक शक्ति, कर्मों की गुह्य गति बताई

शिव आमंत्रण » मलेशिया। नेशनल एंटी-ड्रग्स एजेंसी (नाडा) और ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त प्रयास से मलेशिया के एशिया रिट्रीट सेंटर में सायको स्प्रिचुअल थेरेपी कॉम्पीटेंसी के अंतर्गत 30 दिनों के लिए आवासीय प्रशिक्षण का आयोजन किया गया। यह प्रशिक्षण चुनिंदा नाडा कर्मचारियों के लिए आयोजित किया गया था, जिसमें इस्लामिक साइंस यूनिवर्सिटी के प्रो. डॉ. मोहमद रुशदान जैलानी, मलेशिया में ब्रह्माकुमारीज की निदेशिका बीके मीरा मुख्य रूप से मौजूद थीं।

प्रशिक्षण बीके सदस्य द्वारा किए गए एक शैक्षणिक अनुसंधान का हिस्सा था जो मलेशिया के इस्लामिक साइंस यूनिवर्सिटी में पीएचडी उम्मीदवार हैं। इसमें ब्रह्माकुमारीज द्वारा दी जा रही शिक्षाओं को शामिल किया गया। जिसके अन्तर्गत आत्मा, परमात्मा, कर्मों की गुह्य गति, सद्गुणों की प्राप्ति, आंतरिक शक्तियों की समझ और जीवनशैली में बदलाव के साथ आत्म-परिवर्तन पर जोर दिया गया।

# योगगुरु डॉ. वारनाकुला ने बताए राजयोग मेडिटेशन के फायदे

## ब्रह्माकुमारीज ने भी कराया राजयोग मेडिटेशन

योग का अभ्यास करते हुए विशाल जनसमूह।

शिव आमंत्रण » श्रीलंका। श्रीलंका के प्रसिद्ध योग गुरु डॉ. चैमिन वारनाकुला की 15वीं वार्षिक योग कार्यशाला का आयोजन महरागामा के नेशनल यूथ सेन्टर स्टेडियम में किया गया। इसमें द्वीप के कई क्षेत्रों से लगभग 2000 लोगों ने शिरकत की। मुख्य अतिथि एसएल आर्मी के पूर्व कमांडर लेफ्टिनेंट जनरल दया रायका समेत प्रेजिडेन्ट्स सिक्योरिटी यूनिट के अफसरों, प्रमुख व्यवसायिक व्यक्तियों, शिक्षाविद्, प्रमुख मीडियाकर्मियों समेत ब्रह्माकुमारीज के भाई-बहन मौजूद थे। कार्यक्रम में डॉ. चैमिन ने राजयोग के बारे में बताते हुए अपने व्यक्तिगत अनुभवों को सांझा किया। साथ ही ब्रह्माकुमारीज संस्था का परिचय भी दिया। इस अवसर पर बीके श्रीमा ने स्ट्रेस फ्री लिविंग के लिए राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराया। वहीं 1500 लोगों ने संस्था द्वारा लगाए गए स्टॉल का अवलोकन किया तथा राजयोग एवं तनावमुक्त जीवन के टिप्स की जानकारी हासिल की।

# तू प्यार का सागर है... गीत की प्रस्तुति से बांधा समां, सुनकर हुए मंत्रमुग्ध

शिव आमंत्रण » देनापसार। स्वामी विवेकानंद कल्चरल सेंटर में विश्व हिंदी दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज द्वारा भी सहभागिता की गई। इसमें अतिथि के रूप में काउंसिल जनरल सुनील बाबू, स्वामी विवेकानंद कल्चरल सेंटर के निदेशक मनोहर पुरी थे। इसमें बीके भाई-बहनों ने एकल और समूह गीत में भाग लिया। एकल गीत में तू प्यार का सागर है और समूह गीत में अच्युतम् केशवम् रामा नारायणा गीत पर जोरदार प्रस्तुति देकर उपस्थित सभी दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया।

# क्रिसमस के उपलक्ष्य में स्नेह मिलन कार्यक्रम आयोजित

शिव आमंत्रण » मकाती/फिलीपींस। क्रिसमस के उपलक्ष में ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर स्नेह-मिलन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस मौके पर जापान और फिलीपींस में ब्रह्माकुमारीज की निदेशिका बीके रजनी ने त्यौहार का आध्यात्मिक अर्थ स्पष्ट किया। साथ ही कुछ गतिविधियों के बाद सभी बीके सदस्यों को उपहार भी भेंट किए गए। बाद में सभी को राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराते हुए इसे जीवन में शामिल करने की अपील की। इस दौरान सभी ने एक-दूसरे को क्रिसमस की बधाई दी।

## सार समाचार

# डॉ. अनुपम ने काउंसिल जनरल ऑफ इंडिया को भेंट किया तिरंगा झंडा

शिव आमंत्रण » होस्टन/अमेरिका। काउंसिल जनरल ऑफ इंडिया डॉ. अनुपम राय से बीके मार्क ने मुलाकात की। बीके डॉ. हंसाबेन और टेक्सास में ईश्वरीय फैमिली की तरफ से उन्हे नए वर्ष की शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर भारत का तिरंगा भी भेंट किया। टोली के साथ तिरंगा देख के काउंसिल जनरल खुश हुए और इसका फोटो उन्होंने अपने ट्वीटर अकाउंट पर पोस्ट किया। उनके साथ में डेप्युटी कांउसिल जनरल श्री. आदना भी थे।

# 'पॉज फॉर पीस' प्रोजेक्ट का पांच हजार से अधिक लोगों को मिला लाभ

शिव आमंत्रण » ब्रह्माकुमारीज की पहल 'पॉज फॉर पीस' प्रोजेक्ट के अंतर्गत पूर्व अफ्रीका के युगांडा में कई स्थानों पर विशेष सत्रों का आयोजन किया गया जिसमें सकारात्मक सोच, तनाव मुक्त जीवन, रिश्तों में सामंजस्यता, दैनिक जीवन में आध्यात्मिक मूल्य जैसे कई विषयों पर प्रकाश डाला गया। इस पहल का उद्देश्य युवाओं के भीतर शांति लाने और फिर परिवार, दोस्तों, समुदाय और दुनिया में शांति और भाईचारे का सन्देश फैलाना है जिसमें 29 कस्बों में 99 कार्यक्रम आयोजित किए गए और 5 हजार से भी अधिक लोगों ने इस योजना के तहत लाभ लिया। जीन्जा के नाइल एग्रो इंडस्ट्री, मॉडर्न पेपर फैक्ट्री, फातिमा कैथोलिक चर्च, अपैक्स एफ एम रेडियो, मायुग शुगर फैक्ट्री, इगाना में बॉन होल्डिंग्स लिमिटेड और बॉयज हॉस्टल, बुसिया में सेकेंडरी स्कूल, फोर्ट पोर्टल में यूगांडा ह्यूमन राइट्स, कफाला में सेंटेनरी बैंक, एल्युमीनियम फै1ट्री, मबेले में क्रिश्चियन यूनिवर्सिटी समेत अनेक स्थानों में बीके प्रतिभा, बीके उर्वशी समेत कई बीके बहनों ने शांति का सन्देश दिया। वहीं आगे अरुआ, मोरोटो, गुलू, इशाक के विविध स्थानों पर भी कार्यक्रमों का आयोजन हुआ।

# एंटरटेनमेंट विद एनलाइटनमेंट कॉन्सर्ट, टेंपल ऑफ फाइन आर्ट्स में आयोजित

शिव आमंत्रण » कुआलालाम्पुर। मलेशिया की राजधानी कुआलालाम्पुर स्थित टेंपल ऑफ फाइन आर्ट्स में ब्रह्माकुमारीज द्वारा 'सेलिब्रेटिंग यूनिटी इन डाइवर्सिटी विद लाइट एंड साउंड' विषय के अंतर्गत एंटरटेनमेंट विद् एनलाइटनमेंट कॉन्सर्ट का आयोजन किया गया। इस मौके पर मानव संसाधन मंत्री वाय.बी एम् कुलसेगरण, मलेशिया में ब्रह्माकुमारीज की निदेशिका बीके मीरा, यूएस डिज़ाईनर विनय हेगडे, लिनेन होस और यूसुफ गनियर भी मुख्य रूप से मौजूद रहे। इस कॉन्सर्ट में जहां विनय हेगडे ने लेजर लाइट से ग्लो आर्ट और कॉस्मिक स्प्लैश जैसी आधुनिक तकनीकों द्वारा पेंटिंग्स बनाकर दर्शकों का दिल जीत लिया वहीं बीके सदस्यों के द्वारा अनेकानेक गीतों की प्रस्तुतियों ने समा बांध दिया। इस कॉन्सर्ट का मुख्य उद्देश मनोरंजन में संगीत के ज़रिये अपनी आंतरिक चेतना को उजागर करना था।

Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2018-20, Licensed to Post without pre-payment No. RJ/WR/WPP/18/2018

Posted at Shantivan P.O. Dt. 18 to 20 of Each Month

● प्रकाशक एवं मुद्रकः ब्र.कु. करुणा द्वारा प्रकाशित एवं डी.बी. सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित ● सलाहकार संपादकः प्रो. कमल दीक्षित ● संपादकः ब्र.कु. कोमल ● राज्य संपादकः ब्र.कु. रानी ● संयुक्त संपादकः ब्र.कु. पुष्पेन्द्र ● लेआउटः अमर (नोएडा) ● RNI No.: RJHIN/2013/53539