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

05

सदा खुश रहने के लिए सहन करें, परिस्थिति कितनी भी बड़ी हो संतुष्ट रहें : शिवानी

09

मन के अंदर विकारों रूपी कचरे को हटाना है : बीके कंचन

वर्ष ▸ 06 | अंक ▸ 20 | हिन्दी (मासिक) | दिसंबर ▸ 2020 | पृष्ठ ▸ 16 | मूल्य ▸ ₹ 9.50

“ 30 वर्षों से आदिवासी और ग्रामीण इलाकों के लोगों की कर रहे सेवा...

तन और मन की कायाकल्प कर रहा माउंट आबू का ग्लोबल हॉस्पिटल

1 लाख से ज्यादा हर वर्ष मरीजों का पंजीकरण व निःशुल्क परामर्श

4 हजार मोतियाबिन्द सर्जरी, 70 प्रतिशत मरीजों का उपचार निःशुल्क

8 हजार से ज्यादा कटे होंठ और तालुओं का ऑपरेशन

एलोपैथी, आयुर्वेदिक, होम्योपैथिक, पंचकर्म और मैग्नेटोथेरेपी की सुविधा

नेत्र चिकित्सा के बाद बैठे नेत्र रोगी।

शिव आमंत्रण **माउण्ट आबू।** राजस्थान का पर्यटन स्थल वैसे तो अपनी खूबसूरती और सुन्दर वादियों के लिए प्रसिद्ध है। लेकिन यहां एक और आकर्षण का केन्द्र है वह है प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय का अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय। जहां देश और दुनिया भर से लोग आते हैं। माउण्ट आबू में तन और मन की काया कल्प करने के लिए। संस्थान ने अक्टूबर, 1991 में ग्लोबल हॉस्पिटल एवं रिसर्च सेन्टर की स्थापना की जो मनुष्य को तन के साथ मन की बीमारी ठीक करने का प्रयास कर रहा है। 102 बेड का सेकेण्डरी चैरिटेबल हॉस्पिटल जिसका उददेश्य सिरोही, जालोर तथा पाली जिले के लोगों को सुविधा मुहैया कराना है।

अन्तर्राष्ट्रीय सहयोगी

द इन्डिया केअर ट्रस्ट, पॉइन्ट ऑफलाईफ और स्टीचिंग ग्लोबल हॉस्पिटल नीदरलॅण्ड के साथ-साथ स्माईल ट्रेन, ऑर्बिस इन्टरनेशनल, वाइल्ड गीज फाउन्डेशन, फन्डेशियोन अनन्ता, वायटल, झोर्ग वॅन दे झाक, गिवइन्डिया, ब्रीज आफ लाईफ ईत्यादि के सहयोग से सिरोही जिले के अति दूरगामी गॉवों तक और अन्य जरुरत मन्दों तक स्वास्थ्य सेवायें पहुंचाने में मददगार है।

ग्लोबल हॉस्पिटल एवं रिसर्च सेन्टर के मैनेजिंग ट्रस्टी राजयोगी बीके निर्वैर, मुंबई के विख्यात सर्जन डॉ. अशोक मेहता तथा सुप्रसिद्ध उद्योगपति खूबचंद वाटूमल के शुभ संकल्पों से ब्रह्माकुमारीज संस्थान की तत्कालीन प्रमुख राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि की उपस्थिति में 30 बेड के साथ इसका 24 अक्टूबर, 1991 को उद्घाटन हुआ।

ऐसे हुआ विस्तार...

आज ग्लोबल हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर ट्रस्ट न केवल माउण्ट आबू स्थित 102 बेड की क्षमता वाला आधुनिक सुविधाओं से सुसज्जित हॉस्पिटल बन गया है। बल्कि इसके अन्तर्गत ब्रिगेडियर वोरा क्लीनिक एण्ड ज्योति बिन्दु डायग्नोस्टिक सेन्टर, बड़ोदा, जी. वी. मोदी रुरल हेल्थ केअर सेन्टर, तलहटी, आबूरोड, बीएसईएसएमजी ग्लोबल हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर, मुंबई, ग्लोबल हॉस्पिटल इंस्टीट्यूट ऑफ ऑप्थामोलॉजी, राधामोहन मेहरोत्रा ग्लोबल हॉस्पिटल ट्रोमा सेन्टर एवं पीसी परमार फाउंडेशन, ग्लोबल हॉस्पिटल नेत्र केयर सेंटर, तलहटी, आबूरोड, शिवमणी जेरियाट्रिक होम, सरोज लालजी मेहरोत्रा ग्लोबल नर्सिंग कॉलेज... **शेष पेज 2 पर**

सेवा का लक्ष्य हो रहा पूरा

ग्लोबल हॉस्पिटल ने अपने 30 वर्षों के सफर में लाखों लोगों को जीवन दान दिया है। लोगों को तन और मन का स्वास्थ्य दिया है। मेरा सपना था कि यहां जरूरतमंद लोगों की सेवा हो। आज वह लक्ष्य पूरा हो रहा है। उम्मीद करता हूं कि आने वाले समय में यह हॉस्पिटल लोगों की सेवा में सदैव तत्पर रहेगा।

राजयोगी बीके निर्वैर
मैनेजिंग ट्रस्टी, ग्लोबल हॉस्पिटल एवं रिसर्च सेन्टर, माउण्ट आबू

सभी तरह की सुविधाएं हैं

सिरोही जिले ही नहीं बल्कि आसपास के क्षेत्रों से भी लाखों लोगों की सेवा के लिए सभी तरह की सुविधाएं उपलब्ध हैं। एलोपैथिक, होम्योपैथिक, आयुर्वेदिक, मैग्नेटिक थैरेपी समेत तमाम सुविधाओं से लोगों की सेवा हो रही है। यह हॉस्पिटल अपने मकसद में कामयाब हो यही प्रयास है।

डॉ. प्रताप मिडढा
चिकित्सा निदेशक, ग्लोबल हॉस्पिटल एवं रिसर्च सेन्टर, माउण्ट आबू

मधुमेह एक मीठा जहर

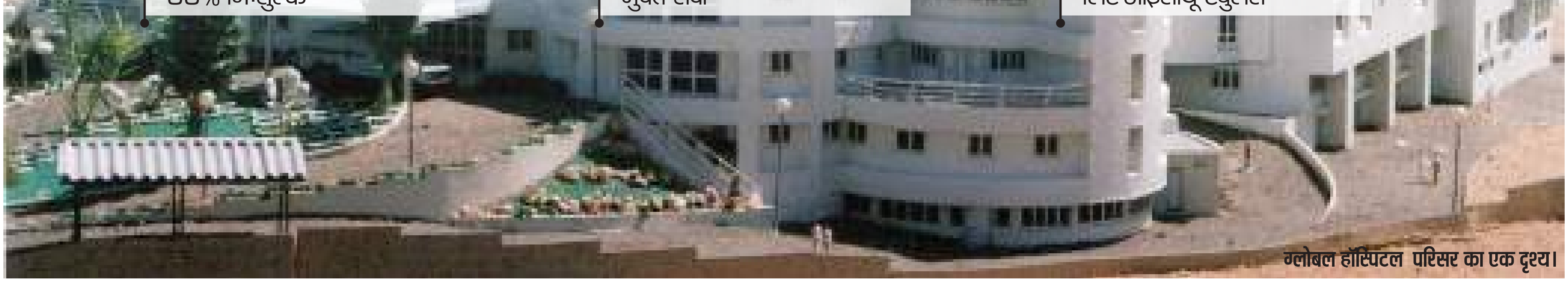
सारे विश्व में तेजी से मधुमेह फैलता जा रहा है। यह एक महामारी का रूप धारण ले चुका है। प्रतिवर्ष केवल भारत में ही औसतन दस लाख लोगों की जान चली जाती है। यह अति गंभीर बीमारी है। यदि इसके लिए अपने जीवन को संतुलित करने तथा जीवन पद्धति में सुधार करने की जरूरत है। आज शुगर मरीज हर आधे घंटे में अपना एक पैर खो रहा है। सरकार से लेकर चिकित्साविद तक हर किसी के लिए चिंता का विषय है। इसलिए अपना ध्यान रखें। जीवन को खुशहाल बनायें।

डॉ. श्रीमंत साहू
मधुमेह रोग विशेषज्ञ, ग्लोबल हॉस्पिटल, माउण्ट आबू

35000 जनरल सर्जरी, नाक-कान-गला, स्त्री रोग वाले लोगों का इलाज 55% निःशुल्क

25 स्वास्थ्य शिविरों के जरिए सालाना आदिवासी और ग्रामीण इलाकों में मुफ्त सेवा

24 घंटे आपातकालीन सेवाओं के इलाज के साथ अन्यत्र भेजने के लिए आईसीयू एंबुलेंस



ग्लोबल हॉस्पिटल परिसर का एक दृश्य।

हृदय रोगियों के लिए आयोजित कैड कार्यक्रम में डांस करते हुए डॉ बीके सतीश गुप्ता।

पेज 1 का शेष.... ऐसे हुआ विस्तार...

श्री आदिनाथ फतेह ग्लोबल आई हॉस्पिटल, जालौर तक अपनी शाखाओं का विस्तार कर लोगों को निरोगी काया प्रदान कर रहा है। इसे चलाने के लिए दानदाताओं के साथ ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान से जुड़े सदस्यों के साथ संस्थान की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने जानकी फाउण्डेशन की स्थापना की, जिससे पोषित हो रहा है।

विभिन्न प्रोजेक्ट

हॉस्पिटल द्वारा गोद लिए गांव के बच्चे दुध का सेवन करते हुए

ग्रामीण विस्तार सेवा कार्यक्रम

सन् 1991 से यह सेवा प्रारंभ है जिसमें 20 आदिवासी गांवों में स्वास्थ्य सेवा दी जाती है। इनमें से 17 गांवों के सरकारी स्कूल के 2500 बच्चों को रोजाना दूध फल आदि पोषाहार उपलब्ध कराया जाता है। डॉ. कनक श्रीवास्तव की अध्यक्षता में चल रहे इस प्रोजेक्ट के अन्तर्गत ग्लोबल अस्पताल ने 20 आदिवासी गांव गोद लिये हैं। बच्चों के सर्वांगीण विकास समेत ग्रामीण महिलाओं आत्मनिर्भरता के लिये सिलाई प्रशिक्षण प्रोजेक्ट शामिल है।

गांव की सेवा करती हॉस्पिटल डॉक्टर एवं एम्बुलेंस

जिले का एक मात्र डायलिसिस सेन्टर।

रजिस्टर्ड ब्लड बैंक और आई बैंक की सेवा

ब्लड बैंक

जे वाटुमल ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर की मानवीय सेवाओं की श्रृंखला में -1 अक्टूबर 2009 में रोटरी इंटरनेशनल ग्लोबल हॉस्पिटल ब्लड बैंक का शुभारंभ रोटरी क्लब, आबू रोड के सहयोग से हुआ। इस ब्लड बैंक को रीजनल ब्लड ट्रांस यूजन सेन्टर है। यहां का सालाना रक्तदान पांच हजार यूनिट है। अब तक 26458 रोगियों को ब्लड ट्रांस यूजन किया जा चुका है।

नेत्र चिकित्सा सेवा

ग्लोबल हॉस्पिटल द्वारा संचालित ग्लोबल अस्पताल नेत्र संस्थान ने 20 वर्षों में 15 लाख लोगों की सेवा के साथ 70 हजार सफल नेत्र शल्य चिकित्सा द्वारा किया जा चुका है। 60 बैड वाले मोतियाबिन्द, स्मॉल इन्सीजन केटराक्ट सर्जरी, ग्लूकोमा की जांच के लिये अत्याधुनिक मशीनें, ओसीटी, पैरीमीटर, एप्लानेशन टोनोमीटर आदि का अत्याधुनिक उपकरणों तथा लेजर द्वारा ईलाज उपलब्ध है।

कम्युनिटी सर्विस प्रोजेक्ट

इस प्रोजेक्ट के तहत भील, गरासिया तथा रबारी जाति के वनवासी लोगों के लिये 64 गांव गोद लिए हैं, जिसमें प्रशिक्षित डाक्टर दूर दराज के गांवों में जाकर सालभर में औसतन 40,000 मरीजों का नि:शुल्क इलाज करते हैं।

स्माइल ट्रेन प्रोजेक्ट

ग्लोबल हॉस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर, माउण्ट आबू में स्माइल टेऊन इंटरनेशनल संस्था के सहयोग से ग्लोबल हॉस्पिटल के सर्जन डॉ. शरद मेहता के सान्निध्य में कटे होठ और तालू की हजारों सर्जरी की जाती है। यहां सर्जरी के पश्चात ऑर्थोडोन्टिक ट्रीटमेंट, स्पीच थेरेपी इत्यादि सुविधा एक छत के नीचे उपलब्ध है। साथ ही अमेरिकन जोड़ प्रत्यारोपण के साथ सबसे कम शुल्क में ऑपरेशन किया जाता है।

युवाओं के भविष्य के सपने को पूरा करता ग्लोबल नर्सिंग कॉलेज

ग्लोबल हॉस्पिटल रिसर्च सेन्टर की सरोज लालजी महरोत्रा ग्लोबल नर्सिंग कॉलेज, इंडियन नर्सिंग काउंसिल द्वारा मान्यता प्राप्त एवं राजस्थान स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय, जयपुर द्वारा संबद्ध एक अग्रणी एवं अद्वितीय संस्थान है। यह संस्थान बीएससी नर्सिंग पाठ्यक्रम प्रदान करता है।

मिशन: कॉलेज का मिशन विश्व में कहीं भी कर्तव्यों के निर्वहन के लिए समर्थ और समर्पित पेशेवर परिचायकाओं को तैयार करना है।

विज़न: कॉलेज का विज़न छात्रों को सर्वांगीण शारीरिक, बौद्धिक, भावनात्मक, मनोवैज्ञानिक और आध्यात्मिक विकास पर ध्यान केन्द्रित करना है। कॉलेज न केवल शैक्षणिक उत्कृष्टता और नेतृत्व निर्माण पर बल्कि अच्छे मानवीय मूल्यों को विकसित कर मंच प्रदान करना है।

सुविधाएं: कॉलेज में सभी छात्र-छात्राओं के लिए अलग-अलग हॉस्टल में रहने की सभी सुविधा, कॉलेज में अध्ययन के लिए लाइब्रेरी, कॉलेज में विभिन्न अस्पतालों तक जाने की सुविधा, लैपटॉप, एलसीडी प्रोजेक्टर, ओएचपी प्रोजेक्टर, स्मार्ट बोर्ड आदि समेत प्रगति के लिए सारी आधुनिक सुविधायें उपलब्ध हैं।

शिक्षा संकाय: कॉलेज में इंडियन नर्सिंग काउंसिल के मानक के अनुसार अनुभवी प्रधानाचार्य एवं उप प्रधानाचार्य के अतिरिक्त प्रत्येक क्षेत्र में पाँच पारंगत अध्यापक एवं छह नर्सिंग ट्यूटर उपलब्ध हैं।

प्रयोगशाला: कॉलेज परिसर में नए एवं अत्याधुनिक उपकरणों के साथ कई प्रयोगशाला हैं जैसे कि कम्युनिटी, न्यूट्रीशन, पीडियाट्रिक, ओ.बी.जी, एनाटॉमी एण्ड फिजीयोलॉजी, नर्सिंग एडवांस स्किल लैब, कम्प्यूटर लैब, ए.वी.एड लैब और फंडामेंटल लैब।

ग्लोबल हॉस्पिटल द्वारा स्कूली बच्चों को पाठ्य सामग्री वितरण के पश्चात ग्रुप फोटो में शिक्षक और बच्चे।

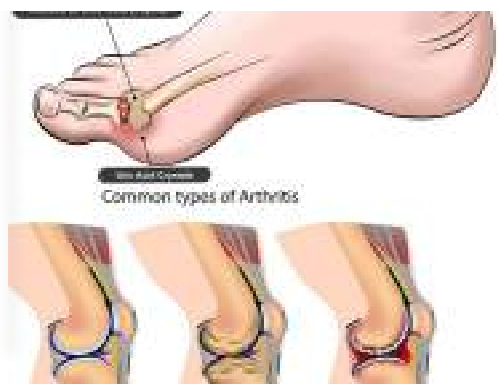
हॉस्पिटल ब्लड बैंक द्वारा आयोजित कार्यक्रम में रक्तदान करते लोग।

स्पोर्ट्स: परिसर में क्रिकेट, वॉलीबॉल, बैडमिंटन, दौड़, रिले, डिस्क थ्रो, शॉट पुट, जैवलिन थ्रो, टेबल टेनिस, चेस एवं कैरम आदि की सुविधायें भी है।

वैल्यूज इन हेल्थ केयर: स्पिरिचुअल अप्रोच के माध्यम से समय-समय पर आध्यात्मिक व्यक्तित्वों के द्वारा कक्षा ली जाती है जिसके अंतर्गत नैतिक मूल्यों, आत्मिकता, व्यक्तित्व विकास, तनाव प्रबंधन जैसे विषयों के बारे में भी सिखाया जाता है। जरूरतमंद छात्र-छात्राओं को शिक्षा ऋण एवं शैक्षिक सहायता उपलब्ध करायी जाती है।

जोड़ प्रत्यारोपण करता हॉस्पिटल: जब बढ़ती उम्र के साथ साथ घुटनों में दर्द रहने लगता है, सूजन आने लगती है और सीढ़ी चढ़ना उतरना तक भी मुश्किल हो जाता है। ऐसे मे एक ही चारा रह जाता है घुटने को प्रत्यारोपित करने का। ग्लोबल अस्पताल में पिछले 15 वर्षों से घुटने और कुल्हे के जोड़ प्रत्यारोपण की सुविधा उपलब्ध है। दरअसल ग्लोबल अस्पताल अपनी अनेकानेक विशेषताओं के कारण केवल भारत के ही नहीं बल्कि विदेश के भी मरीजों को जोडों के ऑपरेशन के लिये आकर्षित करता आ रहा है। ग्लोबल अस्पताल में अमेरिकन जोड़ प्रत्यारोपण के साथ सबसे कम शुल्क का पैकेज उपलब्ध है। जिसमें मरीज और मरीज के एक रिश्तेदार के ठहरने की व्यवस्था, मरीज की होने वाली सभी जॉच, दवाइयों और इसी पैकेज में आपरेशन के पश्चात हॉस्पिटल मे ही 12 दिन की फिजियोथैरेपी और पुनर्वास कार्यक्रम शामिल है। ध्यान देने योग्य बात यह है की ऑपरेशन के तुरंत बाद दी जाने वाली फिजियोथेरपी भी ऑपरेशन की सफ्लता के लिये अत्यंत जरुरी है और बहुत हद तक ऑपरेशन के पश्चात के परिणाम इस पर निर्भर करते है। ग्लोबल अस्पताल में यह सुनिश्चित किया जाता है कि 12 दिनों तक मरीज अस्पताल में रहकर कुशल फिजियोथेरपिस्ट की देखरेख में कसरत करे और अपने पैरों पर बिना सहारा लिये चलने लगे। ग्लोबल अस्पताल में केवल उच्चतम गुणवत्ता के लिये विश्व में जाने माने ब्रान्ड्स की कम्पनियों के जोड़ों का ही इस्तेमाल होता है। यहां सस्ते किस्म के जोड़ो का इस्तेमाल नहीं किया जाता क्योंकि भले ही इससे कम खर्च में सर्जरी हो जाती है किन्तु इन जोड़ो की उम्र कम होती है और ऑपरेशन के पश्चात के परिणाम भी आशादायक नही होते है। विश्व स्तरीय गुणवत्ता वाला ग्लोबल अस्पताल का ऑपरेशन थियेटर, अल्ट्राक्लीन लेमीनर एयर फ्लो (हेपाफिल्टर्स) टेक्निक से सुसज्जित है। यही वजह है कि जोड़ प्रत्यारोपण के लिये ग्लोबल अस्पताल देश विदेश के मरीजों का विश्वास पात्र बन गया है और आज तक किये गये 1200 से अधिक जोड़ प्रत्यारोपण के मरीज इसके गवाह है।

ग्लोबल हॉस्पिटल में जोड़ ईलाज का ग्राफिक चित्र।



प्रेरणापुंज

दादी गुलजार (हृदयमोहिनी)
मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

स्वयं को परिवर्तन करने का आधार-सर्वस्व त्याग और बेहद का वैराग्य

शिव आमंत्रण आबू रोड। मधुबन ब्रह्मा बाबा की तपस्या भूमि और शिवबाबा की पधरामणि भूमि है। हमारी बड़ी दादियों की छत्रछाया भी मधुबन में है। मधुबन में आना भी एक भाग्य है। हम सभी मधुबन निवासी हैं क्योंकि हमसे कोई भी पूछेगा कि आपकी ओरिजनल एड्रेस क्या है तो कहेंगे मधुबन। भल सेवा का स्थान हरेक का अलग-अलग है लेकिन घर हमारा मधुबन है। ब्राह्मण माना माउन्ट आबू निवासी। बाकी हम सेवा के लिए अलग-अलग रहते हैं, क्योंकि विश्व की सेवा करनी है। डबल फारेनर्स भी जब बाबा से पूछते हैं कि बाबा हमको इतना दूर क्यों बिठाया है? तो बाबा कहते बच्चे अगर दूर नहीं बिठाया तो सेवा कैसे होती। मैं सिर्फ भारत कल्याणकारी तो नहीं, विश्व कल्याणकारी हूं। विदेश की सेवा से ही तो विश्व-कल्याणकारी का टाइटिल बाबा सिद्ध हुआ। बाबा सभी को कहते हैं कि तुमको सेवा के लिए भेजा है, बाकि तो तुम हो यहां के।

मधुबन सचमुच एक जादू की नगरी है। जो भी यहां आता है उस पर मधुबन की छाप लग जाती है। आते ही, देखते ही, चक्र लगाते ही बदल जाते हैं। तो यह रूहानी जादू तो है ही। जो भी आते हैं, कितने भी एन्टी आते हैं मधुबन की धरनी में बदल जाते हैं। इसका कारण क्या है? यह तपस्या की भूमि है। तपस्या में इतनी शक्ति है, जो मनुष्य को बदल देती है। यहां जो भी आते हैं सबके मुख से यही निकलता है कि यह स्वर्ग है। हमने स्वर्ग देख लिया है। पता नहीं मरने के बाद स्वर्ग में जाएं न जाएं लेकिन इस आंख से हमने स्वर्ग देखा। तो बाबा कहते हैं जब तपस्या भूमि में भी इतनी पॉवर है तो आप बच्चों में कितनी पावर होनी चाहिए।

हम सभी आजकल साकार अथवा अव्यक्त जो भी मुरलियां सुनते हैं - उसमें बाबा हमसे चाहते क्या हैं? बाबा से सभी का प्यार भी है, उसमें परसेन्टेज नहीं है। प्यार में तो सब पास हैं। लेकिन अभी बाबा कहते हैं कि प्यार का रिटर्न है कि हरेक बच्चा टर्न हो जाए, परिवर्तन हो जाएं क्योंकि अपनी कमियां हरेक खुद तो जानता ही है। दूसरा कोई कहेगा तो टाल-मटोल कर सकते हैं। देह अभिमान के संस्कार पक्के होने कारण दूसरा कोई कमी सुनाएगा तो कहेंगे नहीं, ऐसा नहीं है। थोड़ा है, ज्यादा नहीं है, मतलब कुछ न कुछ टालेंगे लेकिन अपने आपको तो नहीं टाल सकते हैं ना! मन से तो समझते ही हैं कि मेरे में यह-यह कमियां हैं। परिवर्तन की शक्ति नहीं है वह दूसरी बात है, लेकिन जो हैं, जैसे हैं वह जानते तो हैं ही। जैसे अभी लहर चल रही है क्रोधमुक्त की। बाबा ने दादी ने, लहर फैलाई और सब जगह वह लहर है। तो हमने देखा मधुबन का वाइब्रेशन इस समय बहुत फोर्स से चारों ओर पहुंच रहा है। हर एक ने लक्ष्य रखा है कि बाबा आए तो हम बाबा को क्रोधमुक्त का सर्टिफिकेट दिखाएं और क्रोधमुक्त हुए तो और विकार भी साथ में चले ही जाएंगे। एक गया तो सभी गए। एक आया तो सभी आएंगे, इन्हों का संगठन बड़ा पक्का है तो बाबा ने भी कहा है कि यह लहर बहुत अच्छी फैल रही है।

क्रमशः...

कर्नल मेजर बीसी सती का प्रेरणादायी अनुभव...

फौज में रहते हुए भी मेडिटेशन रहा जीवन का हिस्सा, आध्यात्मिक जीवनशैली अपनाई

जीवन में सदा खुशी लाने की कला किसी भी क्षेत्र में रह कर हम सीख सकते हैं। अपना जीवन सरल बना सकते हैं। यह हमारे जीवन में आध्यात्म और मेडिटेशन से संभव है, फिर चाहे हम किसी भी पद-पोजीशन पर क्यों न हों। खासकर लोग फौज में बदले के भाव में सोचते हैं कि मरना-मारना ही जीवन है लेकिन नहीं, देश की रक्षा हमारे स्वयं की रक्षा में निहित है जो कि जीवन में आध्यात्म अपनाने से होगा। जिसका एक विशेष मिशाल मेजर कर्नल बीसी सती हैं जो फौजी ऑफीसर होकर भी जीवन को उदाहरण मूर्त बनाया है।

आइए जानते हैं उनका खास अनुभव...

शख्सियत

शिव आमंत्रण आबू रोड। 32 साल की अवधि मेरी फौज में पूरी हो चुकी है। 1998 में मेरा फौज में आना हुआ। मेरे बाल आज भी काले हैं। जैसा कि पहले दिन था यह भी खुशी का राज है। कई लोग पूछते हैं सर आप कौन सा बाल में डाई लगाते हैं तो मैं कहता हूं मैं खुशी का डाई लगाता हूं। कई लोग सोचते हैं क्या आध्यात्मिक जीवन फौज में रहकर संभव है, क्या एक फौजी सात्विक जीवन जी सकता है? यह सवाल मेरे जीवन में खुशी का एक स्रोत बन कर उभरा है जो निरंतर मुझे खुश रखता है।

लखनऊ के लिए कहता हूं लक नाउ

मैंने लखनऊ के राजयोग सेवाकेंद्र पर जाकर सात दिन का राजयोग मेडिटेशन कोर्स किया। हमेशा लखनऊ के लिए कहता हूं लक नाउ जो मेरा सौभाग्य है। मुझे जब राजयोग चित्र प्रदर्शनी समझाया जा रहा था, तब मुझे लगा कि इस ज्ञान में एक गहरा रहस्य मीनिंग है। तब मुझे क्लीयर फिलिंग आई कि जैसे यही सत्य परमात्मा का आत्म उन्नति के लिए ज्ञान है। अगर हम इस ज्ञान को फॉलो करेंगे तो जीवन में यह ज्ञान हमारे वैल्यूज को बढ़ाएगा, शक्ति को बढ़ाएगा। उस दिन मैंने निर्णय लिया कि अब से मैं सेवाकेंद्र में उस ब्रांच में नियमित जाऊंगा। उसके तीन महीने बाद मुझे संकल्प आया कि मेरे हॉस्टल के भोजन में थोड़ी अशुद्धता हैं प्योरिटी नहीं है इसलिए अब मैं वही भोजन करूंगा जो हम माउंट आबू में पवित्र प्रसाद के रूप में खाते हैं जो बिल्कुल ईश्वर की याद में बनता है। जहां भोजन बनने के बाद परमात्मा को भोग लगाया जाता है। इसके बाद ही लोग स्वीकार करते हैं। ब्रह्माकुमारीज़ में सबसे बड़ी बात सिखाई जाती है वह है मेडिटेशन। पढ़ाई में मैं कुछ खास नहीं था। हमेशा थर्ड-सेकंड डिवीजन ही आते थे, लेकिन मेडिटेशन अभ्यास के बाद मेरे एकाग्रता का लेवल बढ़ता गया और मैंने बीएससी फर्स्ट डिवीजन 75% सिक्योर किया। इसके बाद मुझे संकल्प आया कि अब मैं अपनी जिंदगी परमात्म समर्पण भाव से जीऊंगा। ब्रह्माकुमारीज़ हेडक्वार्टर में आकर अपना जीवन देना ऐसा मेरे मन में एक विचार था। लेकिन घर की परिस्थिति मेरी कुछ अलग थी। जब मैं कक्षा 9 में था तब मेरे पिताजी भारतीय नौसेना में थे। वे बीमारी से गुजर गए। हम दो भाई और तीन बहनें थे तो माताजी का हमारे ऊपर एक प्रेशर था कि आपको पढ़ना भी है और तीनों बहनों की शादी भी करनी है। हमारे बड़े भाई बहुत सिंपल हैं बिजनेस करते हैं।

आज तक हमने किसी को गाली नहीं दिया

मैं जब आर्मी में आया तो शॉर्ट सर्विस ऑफिसर था। आज तक हमने किसी को गाली नहीं दिया। जब मैं कोई पार्टी में जाता था तब मुझे स्वागत में शराब दी जाती थी लेकिन मैं नींबू पानी पीता था। मैंने जब फौज में पांच साल पूरे किए उसके बाद पांच साल एक्सटेंशन के लिए फॉर्म भरा। लेकिन मेरे सीईओ ने आदेश दिया तुम्हें और सर्विस करनी है। उन्होंने कहा कि मेजर सती आप हमारे लिए एक एसेट्स हो, जानते हो जब कोई पार्टी होती है तो सिर्फ मुझे आप पर भरोसा होता है क्योंकि आप नींबू पानी पी रहे होते हो और लोग शराब पी रहे होते हैं। ऐसी सिचुएशन में कोई बात हो जाए तो आप ही संभाल सकते हो।

लोग जीवन जीने की शैली से प्रभावित होते

उन दिनों मैं हैदराबाद में पोस्टेड था। वहां के ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र में इंचार्ज बहन से मैंने पूछा कि मैं इंडियन आर्मी में हूं। पांच साल शॉर्ट सर्विस ऑफीसर रहा लेकिन मैं अब जॉब छोड़ना चाह रहा हूं लेकिन हमारे बॉस ने कहा है कि आपको यह जॉब करना ही है, मैं क्या करूं? तो उन्होंने कहा, नहीं यह जॉब नहीं छोड़नी आपको, करते रहना है। परमात्मा आपसे विशेष सेवा लेने वाला है तो उन्होंने भी मोहर लगा दिया। मेरा एक नियम रहा कि मैंने आज तक फौज में किसी को ब्रह्माकुमारीज का ज्ञान मुख से नहीं सुनाया। वह लोग हमारे कर्मों से हमारी जीवन जीने की शैली से प्रभावित होते थे। फौज में अगर कोई आध्यात्मिक व्यक्ति हो तो उसके चरित्र से उसे हर कोई पकड़ लेता है क्योंकि उनका जीवन जीने का स्टाइल अलग होता है। जैसे-शराब की जगह नींबू पानी पीएंगे, सुबह चार बजे उठ जाएंगे।

हर कोई आतंकवादी नहीं होता है।

1995 में जम्मू कश्मीर में बहुत आतंकवाद था। उस समय हमारी पलटन कंपनी को लाल चौक जैसी कठिन जगह के पास पोस्टिंग मिली। मैं सबसे जूनियर मेजर था फिर भी हमारे बॉस ने हम पर काफी भरोसा जताया, क्योंकि वह हमसे आध्यात्मिकता की वजह से काफी प्रभावित थे। इसलिए उन्होंने मुझे डिफीकल्ट स्थान दिया। शुरू में तो मैंने सोचा कि कोई भी आतंकवादी मुझे दिखेगा तो मैं सीधे उसको सूट कर दूंगा लेकिन मुझे एक महीना उस इलाके को समझने में लगा। मैंने वहां देखा मिलिटेंसी से जुड़े हुए बहुत कम लोग हैं। बहुत लोग यहां ऐसे हैं जो हमारे जैसे लोग हैं जो छोटा-मोटा धंधा कर रहे हैं। गुजर-बसर कर रहे हैं, बिजनेसमैन हैं। तब मुझे दिमाग से हट गया कि हर कोई व्यक्ति, मुसलमान या दाढ़ीवाला आतंकवादी ही होता है।

परमात्मा को मित्र बना कर रखा है

मेरी एक आदत थी कि मैं पैदल ही पेट्रोलिंग के लिए निकल पड़ता था। लाल चौक तक भी मैं कई बार पैदल जा चुका था, लेकिन कुछ बात का ध्यान रखता था कि जब भी हमारी टीम निकलती थी तो 12-14 लोग हम साथ होते थे और हमारा हथियार हमेशा चलने के लिए तैयार रहती थी और हम अपनी नजरें ऐसे घुमाते थे कि दुश्मन हमारी नजरों से बच ना सके और वह भी अटैक ना कर सके। मैंने कई आतंकवादियों को पकड़ा जिससे काफी हथियार, गोला-बारूद बरामद हुए और कइयों को सच्चा व्यक्ति पहचान कर कि यह किस मजबूरी के हालात में आतंकी बना, यह जानकर-समझकर छोड़ भी दिया। फिर उसके जीवन में गजब का बदलाव आता था। हमें जिस भी बार्डर पर ड्यूटी मिली वहां पाकिस्तानी फौजी के साथ शांति और दोस्ताना व्यवहार बनाने में कामयाब रहा। कारगिल बार्डर इसका विशेष उदाहरण है। मैं जहां भी पोस्टेड रहा, वहां स्वास्थ्य और खुशी का राज अपनी दिनचर्या में ध्यान और मेडिटेशन के अभ्यास को शामिल करना रहा। साथ में हमारा दूरदर्शी, पॉजिटिव, ट्रस्टीपन और खुशनुमा विचार का कमाल रहा। मैं हर एक काम में परमात्मा को मित्र बनाकर रखता हूं।

परमात्मा के निराकार चित्र ने किया आकर्षित

1983 में लखनऊ में बीएससी फाइनल ईयर की पढ़ाई के दौरान मैं राजयोग मेडिटेशन से जुड़ा हुआ नहीं था। तब तक मैं हनुमान जी का भक्त रूप में पांच बार चालीसा पढ़ कर आराधना करता था। एक दिन मुझे एक दुकान पर परमात्मा शिव बाबा का निराकार चित्र देखने को मिला। मैंने जब उस चित्र को थोड़ी देर देखा तो उस दुकानदार से पूछा कि ऐसा चित्र मैंने आज तक नहीं देखा, यह किसका परिचय है तो उस दुकानदार ने मुझे बताया कि यह परमपिता परमात्मा का परिचय है जो सभी आत्माओं के पिता हैं तो मैंने कहा इसकी स्पष्ट जानकारी और परिचय कहां से मिलती है? तो उन्होंने कहा कि एक ईश्वरीय विश्व विद्यालय है जिसे लोग ब्रह्माकुमारीज़ के नाम से जानते हैं। वहां पर परमात्मा का सत्य परिचय दिया जाता है।

संपादकीय

समाज से संस्कारों का मिटना चिंताजनक

भारतीय समाज आदर्श और मूल्यों के लिए पूरे विश्व में जाना जाता रहा है। यही कारण है कि यहॉ की संस्कृति को पूरे विश्व के लोग समान से अपनाने के लिए आतुर रहते हैं। पारिवारिक संरचना, समाजिक व्यवस्था में व्याहारिकता के जो ताने बाने मिलते है वही एक ऐसा तंतु है जो पूरे मानवीय संवदेना को बांधे रखता है। परन्तु पिछले कुछ सालों से जिस तरह से मर्यादा की पीठ आसुरी प्रवृत्तियों से छलनी हुआ है उससे तो अब यही लगने लगा है कि हम मानव के युग में नहीं बल्कि दानव के युग में जी रहे हैं। आखिर इस तरह की प्रवृत्ति को मनुष्य क्यों बढ़ावा दे रहा है। हम सब यह जानते है कि इससे हमारी संस्कृति और सयता खतरे में पड़ रही है। हमारी व्यवस्था को छिन्न भिन्न कर रही है। उसके बावजूद हम शांत और अपने आप को भी इसमें ढकेलते हुए चुपचाप देख रहे हैं। परन्तु यह समय का चक्र है। समय बीत रहा है दूसरा समय आने के लिए पूरा समाज बदलाव की दहलीज पर खड़ा है। ऐसे में मानव समाज की ऐसी दुर्दशा परमात्मा देख ही नहीं सकता है। इसलिए स्वयं परमात्मा ने इन मानवीय मूल्यों को प्रतिस्थापित करने का कार्य कर रहे हैं। हम सभी को अपने असली संस्कार को जानने और समझने की जरूरत है। संसार में ऐसा कोई कार्य नहीं जिसको मनुष्य ना कर सके। अब उठने और जागने का समय आ गया है। इसी से ही हमारी व्यवस्था बदलेगी क्योंकि उससे पहले हमारा ही बदलाव है। करोना कॉल में मनुष्य के दैहिक बन्धनों से भी विमुक्त होने का पाठ पढ़ाया है। इसलिए स्वयं को जाने और खुद के असली संस्कारों को जानते हुए जीवन में मानवीय मूल्यों को धारण करें। यही समय की मांग है और ईश्वरीय संदेश भी।

[मेरी कलम से]

पुरुषोत्तम रुपाला
केंद्रीय कृषि राज्य मंत्री
भारत सरकार, नई दिल्ली

किसान सशक्तिकरण से आत्मनिर्भर स्वर्णिम भारत का नवनिर्माण संभव

> कृषि क्षेत्र में अन्न उत्पादन से स्वाबलंबन बनने की जरूरत

शिव आमंत्रण भारत का आत्मनिर्भर होने का आधार कृषि क्षेत्र है, इसे और भी सशक्त करने की आवश्यकता है। जब इस देश की आबादी 50 करोड़ थी। तब इस देश की जनता को सरकार उचित खाद्यान्न आपूर्ति नहीं कर पा रहे थे और हमें विदेशों पर निर्भर रहना पड़ता था। उस काल में हमारे देश को नेतृत्व कर रहे थे आदरणीय प्रधानमंत्री श्री लालबहादुर शास्त्री जी और उन्होंने ही नारा दिया था जय जवान-जय किसान।

उन्होंने किसानों से आग्रह किया कि आप इस देश की जनता की भूख मिटाने के लिए देश के कृषि क्षेत्र में अन्न उत्पादन से स्वाबलंबन बनिए।

मुझे यह बताते हुए गर्व हो रहा है कि आज भारत की आबादी 130 करोड़ से अधिक हो चुकी है फिर खाद्यान्न के मामले में हम स्वाबलंबी हैं। इतना ही नहीं भारत अन्य देशों का भी पेट पालन कर सकता है। आज इस मुकाम पर पहुंचने के लिए मैं देश के किसानों को बधाई देता हूं फिर भी कुछ मामलों में आज भी हमारा देश जैसे-तेल उत्पादन क्षेत्र में पीछे है। जिसके वजह से खाद्यान्न तेल खरीदने के लिए काफी खर्च किया जाता है।

भारत सरकार मोदी जी के नेतृत्व में आगे एडिबल ऑयल के क्षेत्र में भी स्वाबलंबन होने की दिशा में काम कर रहा है। आज हम खाद्यान्न दलहन और तिलहन क्षेत्र में भी अग्रगामी होने के लिए उच्च स्तर के बीज का इस्तेमाल करने जा रहे हैं। मुझे मालूम हुआ है कि ब्रह्माकुमारीज़ जैसी संस्थान आज स्वच्छता और पवित्रता के साथ दिव्य यौगिक खेती पर ध्यान दे रही है और समाज को इस ओर ध्यान आकृष्ट भी करा रही है। भारत सरकार के ऑर्गेनिक फार्मिंग से भी दो कदम आगे है जिसे हम और हमारी सरकार संज्ञान में आगे लेंगे, जिससे लंबे समय तक देश के किसानों को लाभ मिलता रहेगा। किसान सशक्तिकरण द्वारा आत्मनिर्भर स्वर्णिम भारत का नवनिर्माण अवश्य संभव है। आज हम देखें तो हमारी शिक्षा पद्धति बहुत बड़े बदलाव की तरफ जा चुकी है। काफी कुछ ऑनलाइन माध्यम से होने लगा है जो कि समय के हिसाब से तो ठीक है लेकिन आगे हमें अपनी श्रेष्ठ विचारधारा को सिर्फ ऑनलाइन ही नहीं, अपितु समाज में अपने श्रेष्ठ कर्म द्वारा रखने का प्रयत्न करते रहेंगे। क्योंकि हम सब समाज के परिपेक्ष में रहने वाले एक सामाजिक प्राणी हैं। आज अधिकतर लोग गैजेट से घिर कर अपने आप को तनाव और डिप्रेशन की ओर धकेल रहे हैं। इससे बचने के लिए मेडिटेशन अपनाएं।

[आध्यात्म की नई उड़ान]

डॉ. सचिन
मेडिटेशन एक्सपर्ट

आत्मा रूपी पंछी, सर्वोच्च परमात्मा को याद करके ही श्रेष्ठ, सुखी और शांत होती है

> वर्तमान का वायुमंडल जो है ऐसे वायुमंडल में क्या हम करें किस के पद चिन्हों पर चलें कि जो हमारा जीवन भी बहुत दिव्य बन जाए, बहुत श्रेष्ठ बन जाए तो वह जो शांति का मार्ग है वह हमारे ही अंदर है सिमरो सिमर सिमर सुख पाओ एक याद एक का सुमिरन हमें उस शांति तक पहुंच जाएगा।

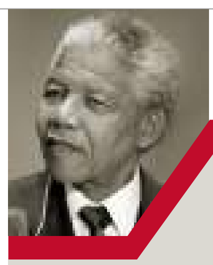
एक बहुत प्राचीन मंदिर था और उस मंदिर पर बहुत सारे कबूतर थे क्योंकि मंदिर का जीर्णोद्धार करना था इसलिए उन कबूतरों ने सोचा अभी हम कहीं और जा कर रहेंगे। वह सारे कबूतर वहां से गए और एक चर्च के ऊपर उन्होंने बसेरा किया और उस चर्च पर पहले ही कुछ कबूतर थे और यह जो नए आए हुए कबूतर थे और जो पुराने कबूतर थे सब आपस में मिलकर बड़े प्रेम से वहां रहने लगे। कुछ समय के बाद उस चर्च में क्रिसमस का प्रोग्राम होने वाला था इसलिए थोड़ी मरम्मत शुरू की गई इसीलिए इन कबूतरों ने सोचा कि हम कुछ समय के लिए कहीं और जाते हैं तो वह सारे कबूतर एक मस्जिद के ऊपर गए और उस मस्जिद में पहले से ही कुछ कबूतर थे तो नए कबूतर, पुराने कबूतर साथ-साथ रहने लगे। कुछ समय बीता रमजान आने वाला था वह जो मस्जिद है उसको रंगा रोगन कुछ और ठीक करना था तो इन कबूतरों ने सोचा कि हम चलो कहीं और चलते हैं तो वह एक गुरुद्वारे के ऊपर गए और वह गुरुद्वारे के ऊपर चले गए। कुछ समय के बाद देखा कबूतरों ने ऊपर से नीचे झगड़ा हो रहा है। लोग झगड़ रहे हैं दूर तो एक छोटे से बच्चे ने पूछा कबूतर ने अपनी मां से मां यह क्या हो रहा है तो मां ने कहा बच्चे यह लोग झगड़ रहे हैं दंगा फसाद कर रहे हैं। हिंदू मुस्लिम और अलग-अलग धर्म के लोग। क्यों कर रहे है ऐसा छोटे से बच्चे ने पूछा तो मां ने बताया क्योंकि अलग-अलग धर्म के लोग हैं जो चर्च जाते हैं वह क्रिश्चियन है जो मस्जिद में जाते हैं वह मुसलमान हैं जो मंदिर में जाते हैं वह हिंदू हैं जो गुरुद्वारे में जाते हैं वह सिख है तो छोटे से बच्चे ने बहुत अच्छा प्रश्न पूछा मां जब हम मंदिर के ऊपर थे तब भी कबूतर थे जब हम मस्जिद के ऊपर आए तब भी कबूतर थे।

जब हम चर्च के ऊपर थे तभी कबूतर थे और अब जब हम गुरुद्वारे के ऊपर है तब भी कबूतर है, हम तो नहीं लड़ते। तो मां ने कहा एक बहुत अच्छा उत्तर दिया कि बेटा हम लोग जो है ना ऊपर रहते हैं और हमने इस संसार की जो सर्वश्रेष्ठ सत्ता है उससे अपना संबंध जोड़ा है उस परमात्मा के हैं और यह जो लोग हैं जो नीचे हैं यह धार्मिक स्थानों पर जाते तो हैं पर उन्होंने अब तक भी वह जो परम सत्ता है वह जो एक ओंकार निराकार है उससे अभी तक भी गहरा सबंध नहीं जोड़ा है और इसीलिए वो झगड़ते रहते हैं। कहानी बहुत छोटी है परंतु बहुत मार्मिक सारी लड़ाइयां छोटे स्थल पर होती है। जैसे-जैसे इतना जैसे जैसे आत्मा जैसे जैसे हमारा मन ऊंचाइयों पर चढ़ने लगता है सारे झगड़े खत्म हो जाते हैं प्रश्न यह है कि हम इस समय कहां है हमारे मन की स्थिति क्या है? मन कितना शांत है? मन कितना एकाग्र है? जब हम मेडिटेशन करते हैं, भगवान को याद करते हैं, ध्यान में बैठते हैं तो कितनी मन में एकाग्रता है? कहीं मन भटकता तो नहीं है क्योंकि इस समय सारा संसार अशांत है। एक शांति का सागर संसार में डोल रहा है। अशांति के बीच क्या हमारा जीवन कमल समान है? कीचड़ में रहते हुए भी कमल समान पवित्र कमल समान निर्मल है? आज सबसे बड़ी जरूरत है विश्व शांति की है। एकता के पैगाम की है तो आज अगर विश्व की दिशा-दशा देखें तो चारों ओर अराजकता है। एक अनुमान के अनुसार इस संसार में लगभग 4200 धर्म हैं। आप अगर इतिहास को पढ़ो तो पता चलेगा कि पिछले लगभग 2500 वर्ष में1500 से भी ज्यादा युद्ध हुए और अधिकतम जो युद्ध हुए हैं धर्म के नाम पर हुए। हर दिन मनुष्य लड़ता रहा, ऐसे बहुत कम समय है इतिहास में जब कोई झगड़ा नहीं हुआ, कोई लड़ाई नहीं हुई और वह समय वह था जब व्यक्ति लड़ नहीं रहा था परंतु लड़ाई के लिए तैयारी कर रहा था।

प्रेरक विचार
Spiritual THOUGHTS

डॉ. राजेन्द्र प्रसाद
प्रथम राष्ट्रपति, भारत

“जो बात सिद्धांत में गलत है, वह व्यवहार में भी उचित नहीं है”



नेल्सन मंडेला
पूर्व राष्ट्रपति, साउथ अफ्रीका

“यदि आप तय कर लेते हैं कि मुझे इस मुसीबत से निकलना है तो जरूर निकल जाएंगे”

बोध कथा
जीवन की सीख

सांसारिक संबंध क्षणिक और मिथ्या हैं

एक बार संत के पास एक सत्संगी युवक आया। संत ने उससे हाल-चाल पूछा, तो उसने स्वयं को अत्यंत सुखी बताया। वह बोला, ‘मुझे अपने परिवार के सभी सदस्यों पर बड़ा गर्व है। उनके व्यवहार से मैं संतुष्ट हूँ। संत बोले, तुम्हें अपने परिवार के प्रति ऐसी धारणा नहीं बनानी चाहिए। इस दुनिया में अपना कोई नहीं होता। जहां तक मां-बाप की सेवा और पत्नी-बच्चों के पालन-पोषण का संबंध है, उसे तो कर्तव्य समझकर ही करना चाहिए। उनके प्रति मोह या आसक्ति रखना उचित नहीं।’ युवक को बात जँची नहीं, बोला, आपको विश्वास नहीं कि मेरे परिवार के लोग मुझ पर अत्यधिक स्नेह करते हैं।

यदि एक दिन घर न जाऊँ, तो उनकी भूख-प्यास उड़ जाती है और नींद हराम हो जाती है और पत्नी तो मेरे बिना जीवित ही नहीं रह सकती।’ संत बोले, ‘तुम्हें प्राणायाम तो आता ही है। कल सुबह उठने के बजाय प्राणवायु मस्तक में खींचकर निश्चेष्ट पड़े रहना। मैं आकर सब संभाल लूँगा।’ दूसरे दिन युवक ने वैसा ही किया। प्राणायाम से उसने अपनी श्वास को रोक लिया और मृत समान लेटा रहा। उसे निर्जीव जान कर घर के सब लोग विलाप करने लगे। योजना के अनुसार संत उसी समय वहाँ पहुँचे। सब लोग उनके चरणों पर गिर पड़े। संत बोले, ‘आप लोग शोक मत करें। मैं मंत्र के बल पर इसे जिलाने का प्रायास करूँगा, किन्तु इसके लिए कटोरी भर पानी किसी को पीना पड़ेगा। उस पानी में ऐसी शक्ति होगी कि पीने वाला तो मर जाएगा, किन्तु उसके बदले यह युवक जी उठेगा।’ यह सुनते ही सब एक-दूसरे का मुँह देखने लगे। पानी पीने के लिए किसी को आगे न आते देख संत बोले, ‘तब मैं ही पीता हूँ।’ इस पर सब उठे, ‘महाराज! आप धन्य हैं! सचमुच संत महात्मा परोपकार के लिए ही जन्म लेते हैं।

आपके लिए जीवन-मृत्यु एक समान हैं। यदि आप जिला सकें, तो बड़ी कृपा होगी।’ युवक को संत के कथन की प्रतीति हो गई थी। प्राणायाम समाप्त कर वह उठ बैठा और बोला, महाराज, आप पानी पीने का कष्ट न करें। सांसारिक संबंध क्षणिक और मिथ्या होते हैं, वह मैं जान गया हूँ। आपने सचमुच मुझे नया जीवन दिया है। वास्तविकता में कोई किसी का नहीं होता... हम व्यर्थ ही हर किसी से मोह रखते हैं। हमें इस मानव जीवन में मोह माया से मुक्त होकर जीव मात्र का कल्याण करना चाहिये, क्योंकि बंधन ही आसक्ति से उपजता है और निर्लिप्तता मोक्ष है।

संदेश: इस विकारों और मतलबी मायावी दुनियां की वास्तविकता यही है कि यहां कोई किसी का नहीं है... हम व्यर्थ ही हर किसी से मोह रखते हैं। मोह तो बस एक परमात्मा शिव से रखना चाहिए। जिससे हमारा जन्म-जन्मातंर का भाग्य बन जाता है।

[बी.के. शिवानी]

जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ
अंतरराष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज़ की टीवी ऑइकॉन
गुरुग्राम, हरियाणा

जीवन प्रबंधन

सदा खुश रहने के लिए सहन करें परिस्थिति कितनी भी बड़ी हो संतुष्ट रहें

दिव्य गुणों की धारणा समर्थ बनने का सही मार्ग है जो व्यक्ति को आत्मिक शक्तियों को बनाने के लिए अभिप्रेरित करता है

शिव आमंत्रण आबू रोड। सब खुश हैं या खुशी चाहिए! या तो खुश हैं या खुशी चाहिए दोनों में से एक ही चीज हो सकती है ना! सारे दिन में अपने आप से पूछें कि कितनी देर हम खुश रहते हैं और कितनी देर मन थोड़ा-थोड़ा ऊपर-नीचे होता है और वो जितनी देर मन ऊपर-नीचे होता है क्या उसको भी बदल कर हम सारा दिन खुश रहना चाहते हैं। अगर हमें विकल्प मिले तो क्या हम सारा दिन खुश रहना चाहेंगे या कभी-कभी। सारा दिन! हर दिन, पूरा साल और सारी जिंदगी हम खुश रहना चाहते हैं? पर क्या ये संभव है? सारे दिन में हम कहते हैं कभी-कभी खुशी, कभी-कभी उदासी, कभी-कभी शांति, कभी-कभी थोड़ा-सा चिड़चिड़ापन, कभी-कभी संतुष्ट, कभी-कभी थोड़ा-सा डर तो ये कभी-कभी दोनों चलता रहता है।

अब अपने आप से हम पूछें कि सारे दिन में हम कितने प्रतिशत खुश हैं और कितने प्रतिशत दुखी हैं और आजकल तो खुश रहने से भी इतना डर जाते हैं कि अगर घर में सभी खुश हों तो कोई ना कोई एक व्यक्ति जरूर बोलेगा कि ज्यादा खुश नहीं होना चाहिए। कहीं न कहीं कुछ न कुछ हो जाता है ज्यादा खुश नहीं होना चाहिए और फिर और कुछ नहीं मिलेगा तो क्या कहेंगे ज्यादा खुश नहीं हो नहीं तो किसी ना किसी की नजर ही लग जाएगी हमारी खुशी को, ये बहुत बड़ा डर है। तो जैसे ही हमने ये विचार उत्पन्न किया कि ज्यादा खुश नहीं होना चाहिए क्योंकि अगर ज्यादा खुश होंगे तो कुछ ना कुछ हो जायेगा, अगर ज्यादा खुश होंगे तो किसी ना किसी की नजर लग जायेगी। ये विचार डर के हैं और जैसे ही हम डरे हमारी खुशी गायब हो जाती है। खुशी आई थी रहने के लिए और हमारे साथ ही रहने वाली थी लेकिन जैसे ही हमने ये संकल्प किया कि किसी की वो न लग जाये, ये न हो जाये, किसी की ईर्ष्या न हो जाए, कोई कुछ कर न दे मुझे तो मेरी खुशी गायब और फिर खुद ही अपनी खुशी गायब कर देते हैं और फिर खुद ही तुरंत क्या कहते हैं खुशी चाहिए। खुशी आई थी और सारा दिन अपने पास ही है लेकिन हम उस समय कुछ ना कुछ ऐसा अंदर सृजित कर देते हैं कि वो गायब हो जाती है।

जैसे ही हम अपने मन पर ध्यान देना शुरू कर देते हैं तो हम सिर्फ ये ध्यान देते हैं कि ये जो बीच-बीच में हम गलत वाले विचार करने शुरू कर देते हैं इसको हम करना बंद कर दें। आज हम खुशी के लिए क्या-क्या करते हैं, खुश रहने के लिए क्या करते हैं, संगीत सुनते हैं और क्या करते हैं, नयी चीजें खरीदते हैं और क्या करते हैं। भाई लोग क्या करते हैं खुश रहने के लिए, हँसते हैं। हम हँसते हैं बाहर से या अंदर वाली हँसी। आजकल उद्योगों में पूरा खंड है जिसको हम कहेंगे सेवा उद्योग, कोई रेस्टोरेंट, कोई होटल, कोई एयरलाइन या फिर ये जो हमारा सब ग्राहक सेवा केंद्र है क्रेडिट कार्ड और बाकी सारी चीजें, आप उनको देखो वो चाहे कुछ भी हो जाए, हमेशा कैसे होते हैं हमेशा हँसते रहते हैं। आप उनको जोर से डांटो वो कहेंगे धन्यवाद मैम, मैं फिर फोन करूंगा! हम कितनी भी उनसे कठोरता से बात करें, कितना भी हम बोलें कि बस अभी हमें फोन नहीं करना, मुझे नहीं खरीदना है, मैं अभी बाहर व्यस्त हूँ। हां, मैम मैं कब फोन करूँ, कल करूँ सुबह! आप उनसे कैसे भी बात करो, उनकी आवाज, उनका चेहरा, उनकी मुस्कुराहट गायब नहीं होती है वो एकदम समान हैं। आपके घर कोई सेल्समैन आता है आप उसके मुँह पे दरवाजा बंद कर दो लेकिन फिर भी उसके चेहरे की मुस्कुराहट एकदम वहीं है। वो ये कैसे कर लेते हैं और अगर वो कर सकते हैं, मतलब हम भी कर सकते हैं। कोई भी कर सकता है फिर तो, वो क्यों कर लेते हैं ये, कहाँ से ताकत आती है उनके अंदर ये कर लेने की? तनख्वाह, महत्वपूर्ण है ना! इसका मतलब अपने महीने की तनख्वाह के लिए मैं कितना भी गलत व्यवहार, कितना भी गुस्सा सहन कर सकता हूं क्योंकि मेरे अंदर वो ताकत है। क्या हम अपनी खुशी के लिए, अपने रिश्तों के लिए, अपने लिए और अपने परिवार के लिए थोड़ा बहुत सहन नहीं कर सकते हैं? कर सकते हैं या नहीं कर सकते हैं। अगर वो इतना सहन कर सकते हैं और वो भी परायों से सहन करते हैं जिनको वो जानते भी नहीं हैं उनका भी वो गुस्सा सहन कर लेते हैं। हमें तो जो गुस्सा करते हैं वो कौन हैं हमारे ही अपने हैं आसपास के हैं।

अगर वो अनजान लोगों का गुस्सा सहन कर सकते हैं सिर्फ तनख्वाह के लिए तो हम अपने परिवार की छोटी-मोटी बातें सहन नहीं कर सकते हैं खुशी के लिए! कर सकते हैं ना, पक्का! फर्क क्या? फर्क ये कि उन्होंने अपने अंदर जमा लिया है चाहे कुछ भी हो जाए हमें कैसे रहना है, हमें खुश रहना है। सिर्फ फर्क ये है वो बाहर से रहते हैं, जरूरी नहीं है वो अंदर से खुश हैं, वो बाहर से मुस्कुराते हैं। अब हमें क्या करना है बाहर से भी करना है लेकिन साथ-साथ अंदर से भी करना है क्योंकि हम बाहर की तनख्वाह के लिए नहीं कर रहे हम अंदर की खुशी के लिए कर रहे हैं। वो सिर्फ बाहर की तनख्वाह के लिए कर रहे हैं तो उनको सिर्फ बाहर से ही करना है। हम अंदर की खुशी और संतुष्टता के लिए कर रहे हैं तो हमें अंदर से करना होगा। उनको जो प्रशिक्षण मिला वो ये कि चाहे कुछ भी हो जाए आपको गुस्सा नहीं आएगा और हमें जो प्रशिक्षण मिला वो ये था कि थोड़ा-सा कोई कुछ गलत करे गुस्सा करो, ये ही फर्क है ना, प्रशिक्षण है।

जैसे-जैसे हम बड़े होते रहे हैं हमें प्रशिक्षण मिलता जाता है। उनको प्रशिक्षण मिला चाहे कुछ भी हो जाए मुस्कुराहट बनी रहनी चाहिए और हमने बचपन से ये देखा कि थोड़ी सी गलती हुई नहीं कि सामने वाले का मुंह ऐसे सूज जाता है। तो वो हमारा प्रशिक्षण था लेकिन कोई भी प्रशिक्षण को अब हम बदल सकते हैं। इस विद्यालय में जो हम मेडिटेशन सीखते हैं वो एक प्रशिक्षण ही है, एक प्रशिक्षण स्कूल है जहां पर हमें ये ही प्रशिक्षण मिलता है कि सामने वाला चाहे कुछ भी करे, कैसा भी करे, परिस्थिति चाहे कितनी भी बड़ी हो, प्रशिक्षण हमारा ये है कि अंदर से संतुष्ट रहना है।

जीवन का मनोविज्ञान

भाग - 29

[डॉ. अजय शुक्ला]

बिहेवियर साइंटिस्ट
गोल्ड मेडलिस्ट इंटरनेशनल ह्यूमन राइट्स मिलेनियम अवार्ड
(डायरेक्टर, स्प्रीचुअल रिसर्च स्टडी एंड एजुकेशनल ट्रेनिंग सेंटर, बंजारी, देवास, मप्र)

आत्मिक विकास के लिए दिव्य गुण और महान चिंतन

विकास का सर्वाधिक प्रबल पक्ष आत्मिक उच्चता की उपराम स्थिति है जिससे कर्मातीत अवस्था तक पहुँचने में मदद मिलती है और अव्यक्त स्वरूप की प्राप्ति पुरुषार्थ की उपलब्धि बन जाती है। दिव्य गुणों की धारणात्मक स्थिति पूर्व संचित कर्म की पूंजी होती है जो मानव को वर्तमान व्यवस्था में श्रेष्ठ, शुभ एवं पवित्र कर्म की व्यावहारिकता के लिए सदा अभिप्रेरित करती है। श्रेष्ठ आचरण द्वारा व्यावहारिक गरिमा के आभा मंडल में आंतरिक समर्पण की निष्ठापूर्ण स्थितियां महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं जिसमें सम्पूर्ण जीवन काल की प्रतिष्ठा निहित होती है। मुक्ति व जीवन मुक्ति के लिए दीर्घकाल की वृहद् यात्रा आत्मा को साक्षी दृष्टा बना देती है जिसमें जीवन के व्यवहार में उपराम स्थिति की धारणा का उद्गम सहज हो जाता है। आत्म विकास हेतु दिव्यता से महानता की श्रृंखला से जुड़ जाना पवित्र विचार का संयोजन है जो आत्मा की उपराम स्थिति का परिणाम है जिससे कर्मातीत अवस्था और अव्यक्त स्वरूप की प्राप्ति सुनिश्चित हो जाती है।

समर्थ बनने की प्रक्रिया द्वारा आत्मिक विकास

आत्मिक विकास के प्रति संवेदनशील दृष्टिकोंण जीवन को दिशा प्रदान करते हुए सकारात्मक, समर्थ एवं महान चिंतन की प्रक्रिया को संपादित करने में सदा सहायक होता है। जीवन में व्यवहार कुशलता का आचरण आंतरिक संतुष्टि का मुख्य कारक है जो व्यक्ति को आचार-विचार और व्यवहार के मध्य साम्य बनाकर एक नवीन चेतना के जागरण का आधार बनता है। स्वयं को सम्पूर्ण रूप से स्वस्थ रखने के लिए परिवर्तन की अंतर्दृष्टि को आत्मसात करना अनिवार्य है जिससे समर्थ स्थितियों की व्यावहारिकता अनुभव की जा सके। जीवन की व्यापकता का बोध नेतृत्व कला के द्वारा प्रस्फुटित होता है क्योंकि आत्मिक शक्ति से स्वयं पर नियंत्रण की विधिवत प्रणाली विकसित करने से स्व-शासन एवं प्रशासन की सक्षमता परिलक्षित होती है। समर्थ बनने की प्रक्रिया जीवन का वह उच्चतम स्वरुप है जिसमें स्वयं के साथ सर्व की पालना करते हुए गतिशीलता बनाए रखने की कला समाहित रहती है जो मन, वचन एवं कर्म से श्रेष्ठतम को अभिव्यक्त करने का माध्यम बन जाती है।

अन्तर्मुखता के गुण से महानता की पूर्णता

स्व-चिंतन की स्थिति निर्मित होने पर एकाग्रता का पक्ष मौन को क्रियान्वित कर देता है तथा अंतर्मन पूर्णतया अन्तर्मुखता की ओर अभिमुखित हो जाता है जहाँ से स्व-दर्शन की प्रक्रिया प्रारंभ होती है। आत्मिक विकास का परिवेश आध्यात्मिक मानदंड के प्रति आस्था को सशक्त बनाकर दिव्य गुण अपनाने पर केन्द्रित होता है जिसमें पवित्रता के साथ सहनशीलता प्रमुख रूप से सम्मिलित रहती है। जीवन में महानता का वैभव प्राप्त होते ही आत्मा-सहज, सरल एवं विनम्रता के गुण से सुसज्जित हो जाती है और विभिन्न स्थितियों के अंतर्गत निर्भयता का गुण परिलक्षित होता है। स्वयं के साथ ईश्वरीय सत्ता की स्वीकारोक्ति जीवन में धैर्यता की धारणा को आनंद से भरपूर कर देती है जिसमें मधुर व्यवहार के साथ हर्षितमुख रहना आसान हो जाता है। व्यक्तिगत जीवन में चिंतनशील होने से आत्मिक विकास के विभिन्न आयाम पर कार्य करने की जिज्ञासा में अभिवृद्धि होती है और दिव्य गुणों एवं शक्तियों की नैसर्गिक अनुभूति घटित होने लगती है।

जीवन निर्माण की अवस्था में निर्णयन शक्ति

व्यक्तित्व विकास की प्रक्रिया में गरिमापूर्ण स्थितियों के निर्माण हेतु निर्णय शक्ति की अनिवार्यता होती है जो सम्पूर्ण रूप से मानव की दिशा एवं दशा को सुनिश्चित करती है। जीवन में विचारगत और भागवत मनोदशा का प्रवाह जब अंतर्मन में उत्पन्न होता है तब उसे समाने तथा सहन करने की शक्ति द्वारा परख लेने का आत्म बल प्रमुखता से कार्य करता है । स्वयं के निर्माण से जुड़ी अवस्थाएं महान चिंतन के प्रति सदा आभारी रहती हैं क्योंकि यह गतिशीलता ही व्यक्ति से सही निर्णय द्वारा विभिन्न स्थितियों का सामना करते हुए सहयोग करने के भाव का सृजन करने में सहयोगी बनती है । जीवन की प्राथमिकता में आत्मिक विकास का पक्ष किसी भी स्थिति में विस्तार को सूक्ष्म करने की संकल्पना से सम्बद्ध होता है जिसमें समेटने की शक्ति नैसर्गिक रूप से विद्यमान रहती है । विकासात्मक परिवेश में अग्रसर होते हुए विभिन्नता का तारतम्य अंतर्जगत को निर्णयन शक्ति की उपयोगिता से परिचित कराता है और श्रेष्ठता का चयन जीवन निर्माण का आधार बन जाता है ।

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

सार समाचार

मुख्यमंत्री विजय रुपाणी से बीके इना ने की मुलाकात

मुख्यमंत्री विजय रुपाणी से मुलाकात करते हुए बीके इना।

शिव आमंत्रण आहवा। गुजरात के मुख्यमंत्री विजय रुपाणी से आहवा सेवाकेन्द्र की प्रभारी बीके इना ने मुलाकात की। मुलाकात के दौरान कोरोना काल में इम्यूनिटी बढ़ाने में आध्यात्मिकता और सकारात्मक सोच के प्रभाव के साथ ईश्वरीय ज्ञान की चर्चा भी की।

नौ देवियों ने अष्ट शक्तियां स्वयं परमात्मा शिव से की हैं प्राप्त

चैतन्य झांकियों का उद्घाटन करते हुये पूर्व मेयर इंद्रजीत मौर्या।

शिव आमंत्रण आगरा। ब्रह्माकुमारीज आगरा आर्ट गैलरी स्पीरिचुअल म्यूजियम में चैतन्य झांकियों का उद्घाटन पूर्व मेयर इंद्रजीत मौर्य ने किया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके मधु, बीके माला ने झांकी का मुख्य उद्देश्य बताया। उन्होंने कहा कि जन-जन को यह संदेश पहुंचाना कि नौ देवियों ने अष्ट शक्तियां स्वयं परमात्मा शिव से प्राप्त की हैं। उन्हीं देवियों को हम शिव शक्तियों के नाम से जानते हैं।

पावर ग्रिड कॉरपोरेशन में बताया नैतिकता और मूल्यों का महत्व

विचार व्यक्त करते हुए बीके नेहा व मौजूद अधिकारी।

शिव आमंत्रण जम्मू। ब्रह्माकुमारीज सतर्कता जागरुकता सप्ताह के तहत जम्मू में पावर ग्रिड कॉरपोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड के रीजनल हेडक्वार्टर में 'एथिक्स एंड वैल्यू' विषय पर कार्यशाला आयोजित की गई, जिसमें एग्ज़ीक्यूटिव डायरेक्टर राकेश कुमार, चीफ जनरल मैनेजर अमरजीत, तरुन बजाज, डी.जी.एम. सुधीर धार, सीनियर जनरल मैनेजर भावना माथुर मुख्य रुप से मौजूद थी। इस अवसर पर बी.सी. रोड सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सुदर्शन ने नैतिकता और मूल्य विषय पर अपने विचार व्यक्त किए। मौके पर उनके साथ राजयोग शिक्षक बीके रविन्दर एवं राजयोग शिक्षिका बीके नेहा भी उपस्थित रही।

दिव्यता का आह्वान करने का पर्व है नवरात्रि

शिव आमंत्रण छतरपुर (मप्र)। नवरात्रि शक्ति स्वरूपा माँ दुर्गा की भिन्न-भिन्न स्वरूपों का पूजन, गायन, वंदन पर्व है। नवरात्रि के नौ दिन माँ के अलग अलग स्वरूपों से शक्ति प्राप्त करने का समय है। देवियों के दिव्य आवाहन के साथ साथ उनकी दिव्यता को अपने अंतःकरण में समाने का यह पर्व है। देवी माँ का प्रथम दुर्गा रूप दुर्गुणों का नाश करने की प्रेरणा देता है। जब दृढ़ संकल्प के द्वारा दुर्गुण अर्थात अवगुणों का नाश हो जाता है, तब सद्गुणों की एक श्रृंखला हमारे अंदर प्रवाहित होने लगती है। तो प्रथम दिवस यदि हम संकल्पित हो जायें कि हमें दुर्गुणों का नाश करना है, तभी हम माँ के भिन्न-भिन्न रूपों से भिन्न-भिन्न गुण अर्जित कर अपने जीवन को गुणवान बना सकते है। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज छतरपुर में ऑनलाइन नवरात्रि महोत्सव के उपलक्ष्य में प्रसारित होने वाले देवियों की चैतन्य झांकी की समक्ष छतरपुर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शैलजा ने व्यक्त किये।

चैतन्य देवी की पूजा करती बीके शैलजा।

छतरपुर ब्रह्माकुमारीज़ में नवरात्रि के उपलक्ष्य में भव्य चैतन्य झांकीयों का आयोजन किया गया। नौ दिन चलने वाले इस कार्यक्रममें प्रति दिन देवी के नये स्वरूप का दर्शन कराया गया, उनके आध्यात्मिक रहस्य से वाकिब कराया गया एवं सांस्कृतिक कार्य मों का आयोजन किया गया। इसी तारतम्य में प्रथम दिवस महिषासुर मर्दिनी माँ दुर्गा की भव्य झांकी लगाई गई।

इस मौके पर खजुराहो सेवाकेंद्र प्रभारी बीके विद्या ने कहा, कि कोरोना संकट के समय ऐसा कार्य अंधेरे में उम्मीद की किरण जगाने का कार्य होगा। यह कार्यक्रम लोगों में नई जागरूकता के साथ कम साधनों में भी अच्छा कार्य करने की प्रेरणा देगा। कार्यक्रममें घुवारा सेवाकेंद्र प्रभारी बीके नीतू और बीके सुमन ने भी अपने विचार व्यक्त किये। संचालन बीके रीना ने किया। कार्यक्रमका मुख्य आकर्षण सामूहिक गरबा नृत्य और देवी की आराधना से संबंधित नृत्य गान रहे।

युवा प्रभाग की ओर से ऑनलाइन बेवीनार आयोजित...

मानसिक व शारीरिक शक्तियों को संगठित कर सही दिशा में लगाएं युवा

शिव आमंत्रण भीनमाल (राजस्थान)। दुनियाभर में लड़का और लड़की में भेदभाव की घटनाएं सामने आती रहती हैं। बालिकाओं को उनके अधिकारों से वंचित रखा जाता है। बहुत सारे ऐसे मामले सामने आते हैं, जिनमें बालिकाओं को उनके जन्म से लेकर उनके पालन-पोषण के दौरान शिक्षा, स्वास्थ्य और मानवाधिकारों की हकमारी की जाती है। बालिकाओं को उनका अधिकार और सम्मान देने के साथ ही पूरी दुनिया को जागरुक करने के उद्देश्य से अन्तर्राष्ट्रीय बालिका दिवस मनाया जाता है। इसी क्रम में राजस्थान में ब्रह्माकुमारीज़ के भीनमाल सेवाकेन्द्र एवं युवा प्रभाग द्वारा 'माई वॉइस, अवर इक्कल फ्यूचर' विषय पर ऑनलाइन वेबिनार का आयोजन किया गया। इस वेबिनार के मुख्य वक्ता रहे मुम्बई से मंजू लोधा, योगा ट्रेनर माया चौधरी, भीनमाल सेवाकेन्द्र की प्रभारी बीके गीता, रानीवाड़ा से बीके सुनीता, मध्यप्रदेश के मंडला से बीके ममता। उन्होने बालिकाओं के अधिकारों को लेकर अपने विचार व्यक्त किए। इस मौके पर बीके ममता ने कहा, परमात्मा शिव ने आकर हमे आत्मा का ज्ञान दिया है। शरीर के रूप में हम भाई - बहन है। हम ब्रह्माण्ड निवासी आत्मा है और मूल स्वरूप हमारा भाई भाई का ही है। मंजू लोधा ने काव्यमय भाषा में कहा, पथ पथ संघर्ष करती है बेटियां, फिर भी सफलता को छूती है बेटियां। कुछ न पाने की चाह में आजन्म फूल सी खुशबू बिखेरती है बेटियां। सिर्फ बेटों की चाह में जीनेवालो, बेटों से बढ़कर होती है बेटियां। भीनमाल सेवाकेन्द्र की प्रभारी बीके गीता ने कहा, अभी से आप अपनी मानसिक, शारिरीक दोनो शक्तियों को संगठित करे और उसे सही दिशा मे लगाये। न केवल योगा में, अपनी पढ़ाई में भी उतनी ही एकाग्रता से लगे रहना है और साथ ही साथ अपनी सभी कलाओं को भी विकसित करना है। वेबिनार को मुम्बई से बीके हर्षा ने कॉर्डिनेट किया।

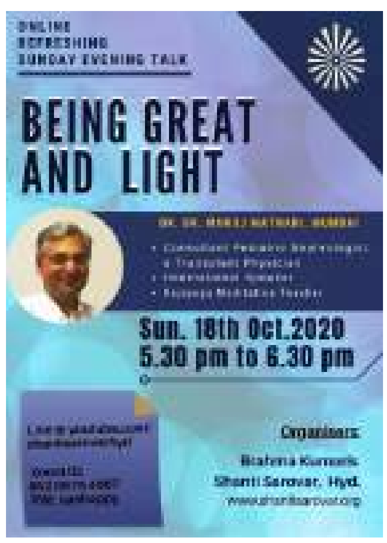
वेबीनार में शामिल अतिथि।

मेडिटेशन — वेबीनार में डॉ. मनोज मतनानी ने व्यक्त किए विचार...

सर्व संबंध भगवान से जोड़ें, जीवन होगा गुलाब की तरह

शिव आमंत्रण हैदराबाद। परंपरागत ऐसी मान्यता है, की अंधकार शून्यता का, अज्ञानता का और बुराई का तो प्रकाश ज्ञान का और सत्य का प्रतीक माना जाता है। जब यही प्रकाश आध्यात्मिकता द्वारा अंतर्मन में उजागर होता है तो स्व के एवं औरों के उत्थान का कारण बनता है। अपने अन्दर निहित प्रकाश को समझने के लिए हैदराबाद के शांति सरोवर रिट्रीट सेण्टर द्वारा बीइंग ग्रेट एंड लाइट विषय पर ऑनलाइन सेशन आयोजित किया गया जिसे संबोधित करने के लिए मुख्य वक्ता के तौर पर मुंबई से कंसलटेंट पीडियाट्रिक नेफ्रोलोजिस्ट बीके डॉ. मनोज मतनानी को आमंत्रित किया गया।

इस मौके पर संदेश देते हुए डॉ. मनोज मतनानी ने कहा, जीवन अनेक अनपेक्षीत घटनाओं से भरा हुआ है। परिस्थितियां हर एक के प्रति अलग अलग होगी। उसमे आपका व्यक्तिगत जीवन, पारिवारिक जीवन, अपने अपने घर की परिस्थिति, आपका वर्क लाईफ, प्रोफेशनल लाईफ इन सब बातों का समावेश है। इसके अनुसार हर एक का जीवन अलग अलग होगा। तो अपने को हलका और महान बनाने का जो सिच्युएशन है वह ग्रेट शब्द में समाया हुआ है। इसका थोडासा विश्लेषण करेंगे। टी का मतलब बुरी बाते मन पटल पर नही लाओ। ए माना एक्सेप्टन्स। दूसरों की बाते स्वीकार करेंगे तो उनका बर्ताव आपके संस्कार बनेंगे। इ माना एनर्जी। अपने को महान अनुभव करना है तो मेरी शक्ति पर मुझे ध्यान रखना जरूरी है कि वह कही फालतू खर्च न हो जाए। उसके लिए है थॉटफुलनेस। माना अच्छे और बलवर्धक विचार ही करो। उसके बाद रिलेशनशिप विथ गॉड। सर्व सम्बंध भगवान से जोडेंगे तो आपके विघ्न नष्ट हो जायेंगे और सदाही खिले गुलाब की तरह जीवन होगा।



वेबीनार में शामिल डॉ. मनोज मतनानी।

वंडर्स ऑफ BRAHMAKUMARIS

इस कॉलम में हम आपको हर बार ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के भाई-बहनों की उपलब्धि, सम्मान और सेवाओं के लिए मिले पुरस्कार से रुबरु कराते हैं....

बीके ममता और बीके दर्शन को कोरोना कर्मवीर सम्मान से नवाजा

प्रशस्ति पत्र स्वीकारते हुए बीके ममता और बीके दर्शन।

शिव आमंत्रण > आगरा। यूपी के पिपलमण्डि-आगरा में कोविड 19 के समय मेडिटेशन से विशेष योगदान देने पर और आध्यात्मिक ज्ञान के माध्यम से अशान्त तथा मानसिक तनाव से जूझ रही आत्माओं को सांत्वना देने पर संरचना सोशल फाउण्डेशन द्वारा एस.पी. आगरा तथा सर्जन डॉ. नरेन्द्र मल्होत्रा ने बीके ममता और बीके दर्शन को कोरोना कर्मवीर सम्मान से नवाज़ा। इसी कड़ी में हिन्दू युवा वाहिनी के अध्यक्ष तरुण सिंह और दुर्गाक्षी मेकओवर की ओर से नूतन शर्मा तथा मोनल शर्मा ने भी कोरोना योद्धाओं का सम्मान किया।

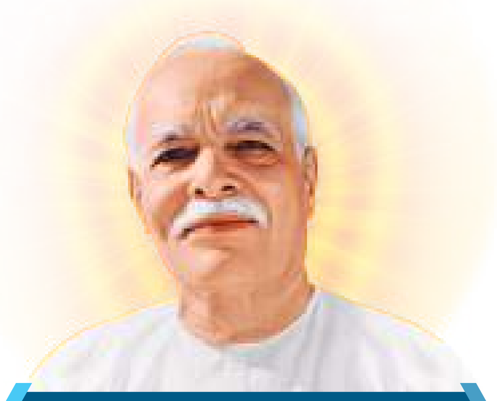
बीके वसुधा व बीके ज्योति को मिला कोरोना योद्धा प्रशंसा पत्र

कोरोना योद्धा प्रशंसा पत्र स्वीकारते हुए बीके वसुधा व बीके ज्योति।

शिव आमंत्रण > कादमा। हरियाणा के कादमा सेवाकेंद्र द्वारा कोरोना वैश्विक महामारी के दौरान मास्क वितरण, जरूरतमंदों को राशन बांटने, स्वैच्छिक रक्तदान शिविरों के साथ साथ ऑनलाइन मीडिया के माध्यम से राजयोग द्वारा सकारात्मक चिंतन से इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए लोगों को जागरूक करने पर जिला उपायुक्त शिवप्रसाद शर्मा ने बीके वसुधा व बीके ज्योति को कोरोना योद्धा प्रशंसा पत्र प्रदान कर सम्मानित किया। इस मौके पर जिला रेडक्रॉस सचिव श्याम सुंदर शर्मा ने बीके वसुधा द्वारा ग्रामीण क्षेत्र में अध्यात्म के साथ साथ कोविड काल में जो अतुलनीय कार्य किया गया उसकी जमकर सराहना की।

सूर्य गौरव अवार्ड से बीके सरिता सम्मानित

शिव आमंत्रण > पुणे। पुणे स्थित सुर्यदर्शा इंस्टीट्यूट में ब्रह्माकुमारीज़ के मुकुंद नगर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके सरिता को सूर्य गौरव अवार्ड से सम्मानित किया गया। यह अवार्ड इंस्टीट्यूट के अध्यक्ष डॉ. संजय चोरडिया, बीजेपी लीडर श्वेता शालिनी ने बीके सरिता को समाज में उनके द्वारा की गई आध्यात्मिक सेवाओं के लिए प्रदान किया।



रियल लाइफ

[प्रजापिता ब्रह्मा बाबा]

संस्थापक
प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

ईश्वरीय ज्ञान द्वारा अतीन्द्रिय सुख देने का यत्न करना

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 पलटाने वाली अद्‌भुत जीवन कहानी पुस्तक से क्रमश...

एक परमपिता परमात्मा द्वारा स्थापित यह ज्ञान-यज्ञ पाकिस्थान से भारत में कैसे स्थानान्तरित हुआ, इसके बारे में भी एक विचित्र कहानी है। इस विषय में ब्रह्माकुमारी मनमोहिनी जी ने निम्नलिखित वृत्तान्त सुनाया-मेरे लौकिक सम्बन्धी जिनकी बम्बई में तथा विदेशों में लाखों-करोड़ों रूपये का व्यापार चलता था, चाहते थे कि किसी तरह हम पाकिस्थान छोड़कर भारत में आ जायें। अतः उन्होंने इस उद्देश्य से कराची में हमें कई पत्र लिखे। इधर लोगों की ज्ञान-सेवार्थ भारत जाने के लिए हमें शिव बाबा का भी आदेश मिल ही चुका था परन्तु साथ-साथ बाबा यह भी कहा करते थे कि ब्राह्मण लोग तो निमंत्रण पर तथा ईश्वरीय सेवा के लिये कहीं जा सकते हैं, यूं ही तो उनका कहीं जाने का कोई प्रयोजन नहीं होता। अतः अब जब मुझे लौकिक सम्बन्धियों से निमंत्रण तथा हवाई यात्रा का टिकट मिला तो बाबा की आज्ञा से मैं कुछेक अन्य दैवी बहनों के साथ मुम्बई में गई। लौकिक सम्बन्धी हमारे स्वागत के लिये हवाई अड्डे पर आये हुए थे। जैसे लोग किसी महात्मा के स्वागत के लिए फूल-मालायें ले आते हैं, वैसे ही प्रचलित रिवाज के अनुसार हमारे लौकिक सम्बन्धी भी हमारे लिये फूल मालायें लाये हुए थे। परन्तु हम लोगों को तो बाबा की ओर से यह शिक्षा मिली हुई थीं कि हम फूल-मालायें स्वीकार नहीं कर सकते क्योंकि ये मालायें तो केवल देवी-देवता जो पूर्ण पवित्र होते हैं, ही धारण करने के अधिकारी हैं जबकि हम अभी उन देवी-देवताओं के समान पवित्र बनने का पुरूषार्थ कर रहे हैं और सेवाधारी हैं। अतः हमने ये मालायें अपने गले में धारण नहीं की और इस विषय पर हमने उन्हें बाबा से मिले आदेशों से परिचित किया। इस प्रकार बाबा के द्वारा मिली शिक्षाओं का पालन करते हुए हम लोग अपने लौकिक सम्बन्धियों के यहाँ गईं। वहाँ उन्होंने दो कमरे हमारे आवास-निवास के लिये ठीक-ठाक करा दिये थे और वहाँ एक कमरे में ऐसी भी व्यवस्था की गई थी कि हम जिज्ञासुओं अथवा लौकिक सम्बन्धियों को प्रभु-परिचय भी दे सकती थी। बस, ज्यूँ ही हम सम्बन्धियों के यहाँ जाकर ठहरीं, त्यूँ ही अर्थात् पहले दिन से ही हमारे लौकिक मित्र-सम्बन्धी तथा अन्यान्य लोग ईश्वरीय ज्ञान सुनने के लिये हमारे पास आने लगे। हमें यह सोचकर बड़ी खुशी होती थी कि प्रारम्भ में जो लोग हमें ओम् मण्डली में जाने से रोकते थे। आज वे स्वयं भी हमारे जीवन से प्रभावित होकर, हमसे ज्ञान-वार्ता सुनने के लिए उत्सुक हैं। हमारी खुशी का एक और भी कारण था। बाबा हमें सदा कहा करते थे- बच्ची! यह एक उक्ति है कि पहले अपने लौकिक घर वालों को सुख देना चाहिए। अतः उस नीति वचन के अनुसार आप वत्सों को भी पहले अपने सम्बन्धियों को ज्ञान-सेवा करनी चाहिए। बाबा यह भी कहा करते थे- ब्रह्मा-कन्या वह है जो अपने पियर और ससुर दोनों कुछ तारती है अर्थात् यदि कोई ब्रह्मा पुत्री ईश्वरीय ज्ञान प्राप्त करने से पहले विवाहिता थी तो अब कुमारी व्रत धारण करके वह अपने मायके वालों को तथा ससुराल वालों को भी ईश्वरीय ज्ञान द्वारा अतीन्द्रिय सुख देने का यत्न करती है। अतः अब अपने सम्बन्धियों की ज्ञान - सेवा करते हुए हमें ऐसा महसूस होता था कि हम अपने कर्त्तव्य तथा उस ईश्वरीय आदेश का पालन कर रही हैं।

हम लगभग दो मास उन सम्बन्धियों के यहाँ ठहरीं। जिन कमरों में हम ठहरी थी, उन्हें छोड़कर हम दो मास की अवधि में और कहीं भी नहीं गईं। हमारे दैहिक सम्बन्धी कारें ले आते थे और हमसे अनुरोध करते थे कि मुम्बई देखने जैसा शहर है, चलो आपको दिखा लायें। परन्तु हम कभी भी मुम्बई घूमने के लिए नहीं गईं क्योंकि एक तो हमें इसके लिए कोई रूचि न थी और दूसरे हमें तो अब यह सारा संसार माया नगरी अथवा निस्सार लगता था। अतः हम उनसे कहती थी कि हमने सतयुग का वह भारत भी देखा है जोकि धर्म-भूमि और देव-भूमि था और जहाँ सोने-चाँदी के महल थे तथा राजा-प्रजा सभी सुखी थे। उसकी तुलना में आज का यह भारत या मुम्बाई क्या है! यह तो क्रूर खण्ड है अर्थात् मायावी बन गया है। तभी तो ज्ञान प्राप्त होने पर कवि ने लिखा है- धर्म-भूमि यह क्रूर खण्ड हो गई, बन गये पूज्य, आज पूजारी। निर्विकारिता स्वप्न बन गई, और सभी बन गये भिखारी। भोग-भोग की बात रह गई, डसे हुए है सबको माया। एक मूर्च्छना में सब व्याकूल, बैठे मान स्वयं को काया। कोई कहता सभी ईश हैं, कोई फिर भगवान नहीं है। जितने मुँह उतनी ही बातें, कोई सत्य प्रमाण नहीं है।

माइंड पॉवर ऑफ YOUTH

परमात्मा की याद से जीवन बदल गया

[प्रमिला सिंह]
शिक्षक
बेतिया, (बिहार)

करीब 7 वर्ष पहले मैं नकारात्मक विचारों से परेशान रहा करती थी, कोई भी छोटी बात मुझे बहुत बड़ी लगती थी। लेकिन प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय का राजयोग ज्ञान अभ्यास निरंतर शुरू की तब से मैंने अनुभव किया कि परमात्मा शिवबाबा ने मुझे अपने छत्रछाया में रख खुशियों से भरा जीवन जीना सीखा दिया है। अब मैं रोज लक्ष्य रखती हूं कि हमेशा कुछ खुद का उन्नती करती रहूं और औरों को भी उत्साहित कर आगे बढ़ाती रहूं। इस सकारात्मक सोच और परमात्मा कृपा के बदौलत से सब ठीक-ठाक चल रहा है। इसके लिए मैं परमात्मा पिता का तहे दिल से धन्यवाद देती हूं कि इस लायक आपने मुझे बनाया। और मैं सबसे यही कहना चाहूंगी कि एक बार राजयोग अभ्यास को जीवन में तनावमुक्त होकर प्रसन्न रहने के लिए अवश्य अपनाएं।

मेडिटेशन सच्ची खुशी और शांति के लिए जरूरी

[रॉबिन कुमार]
ईश्वरीय सेवाधारी
रांची, झारखंड

बचपन से ही मैं बहुत शरारती और लड़ाकू था। जिसके वजह से हमेशा परेशान होता था। लेकिन जब से ब्रह्माकुमारीज़ का ईश्वरीय सेवन डेज कोर्स करने के बाद इतना उमंग और उत्साह आया कि सभी नकारात्मक प्रभाव से मुक्त होता गया। मैंने महसूस किया कि परमात्म महावाक्य और लगातार मेडिटेशन से हर कोई सदा के लिए बीमारी, तनाव व डिप्रेशन से मुक्त हो जाता है। साथ ही राजयोग से सदा के लिए नशीली पदार्थो, गलत संगीतों, पारिवारिक कलह-क्लेश से बचकर पारिवारिक सम्बन्ध और ही सुमधुर हो जाता है। अतः आप लोगों से यहीं गुजारिस है कि आप भी ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के कोई भी नजदीकी सेंटर पर आकर राजयोग का अभ्यास करना सीखें।

सार समाचार

जलगांव सेवाकेंद्र की ओर से वर्ल्ड मेंटल हेल्थ डे पर कार्यक्रम आयोजित

वेबीनार में शामिल अतिथि।

शिव आमंत्रण जलगांव। महाराष्ट्र के जलगांव में स्थानीय सेवाकेंद्र, रोटरी क्लब, बम्भोरी स्थित इंजीनियरिंग कॉलेज एवं डीडीएसपी कॉलेज के साइकोलॉजी डिपार्टमेंट के संयुक्त प्रयास से विशेष वर्ल्ड मेंटल हेल्थ डे के उपलक्ष में ऑनलाइन वेबिनार का आयोजन हुआ जिसमें मुख्य वक्ताओं में दिल्ली से माइंड स्पेशलिस्ट के फाउंडर डॉ. अवधेश शर्मा, कार्डियोलॉजिस्ट डॉ. मोहित गुप्ता एवं साइकोलोजिस्ट डॉ. सुजाता शर्मा ने राजयोग द्वारा मेंटल हेल्थ पर प्रभाव एवं उसे लाभों पर जानकारी दी।

इंद्रपुरी सेवाकेंद्र ने ऑनलाइन मनाया दशहरा पर्व, हजारों लोगों ने लिया भाग

चैतन्य देवी की आरती करते हुए बीके बाला।

शिव आमंत्रण इन्द्रपुरी/दिल्ली। ब्रह्माकुमारीज के इंद्रपुरी-दिल्ली सेवाकेन्द्र द्वारा नवरात्रि व दशहरा बड़ी धूमधाम से मनाया गया। कोविड-19 को ध्यान में रखते हुए कार्यक्रम को नया रूप देते हुए इस वर्ष डिजिटल मीडिया का सहारा लिया गया व नवरात्रि की झांकियाँ, ड्रामा, सांस्कृतिक नृत्य व दिल्ली युथ विंग कॉर्डिनेटर बीके अनुसूईया व सेंटर इंचार्ज बीके बाला व बीके गायत्री की आध्यामिक क्लास यू-ट्यूब पर प्रसारित किया गया जिसका ऑनलाइन हजारों भाई-बहनों ने लाभ लिया।

एसएचओ के साथ मिलकर मनाया नवरात्रि पर्व

चैतन्य देवी का मोमबत्ती जलाकर स्वागत करते हुए।

शिव आमंत्रण भद्र। ब्रह्माकुमारीज भद्र की एसएचओ कविता पूनिया, रिटायर्ड डीएसपी राजेन्दर भाई एवम् बीके चंद्रकान्ता दीप प्रज्ज्वलीत कर नवरात्रि कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुये।

चिकित्सक प्रभाग के वेबीनार में व्यक्त विचार...

मानसिक स्वास्थ्य से बीमारियों का इलाज संभव

> जीवन को व्यस्त रखना और परिवार सदा खुश रखने के लिए उसको समय देना।

वेबीनार में उपस्थित अतिथिगण।

शिव आमंत्रण चेन्नई। दुनियाभर मानसिक अस्वस्थता दुनिया भर में सबसे बड़ी समस्या है। विश्व में मानसिक और न्यूरोलॉजिकल बीमारियों की समस्या से जूझ रहे लोगों में भारत का करीब 15 प्रतिशत हिस्सा शामिल है। इन्ही कुछ अहम बातों को मद्दे नजर रखते हुए ब्रह्माकुमारीज़ के चिकित्सक प्रभाग एवं तमिलनाडु ज़ोन द्वारा विटामिन्स फॉर हेल्दी माइंड थीम पर ऑनलाइन कांफ्रेंस आयोजित की गई जिसमें मेडिकल फील्ड से जुडी कई विख्यात हस्तियों में पद्मविभूषण डॉ. वी. शांता, चेन्नई काउंसलिंग फाउंडेशन की को फाउंडर सरस भास्कर, पद्मश्री डॉ. जी. भक्तवत्सलम समेत अन्य अतिथियों ने हिस्सा लिया साथ ही मानसिक बिमारियों से उभरने के कई टिप्स दिए। इस ऑनलाइन कार्यक्रममें फेमस वायोलिन-वादक लालगुडी विजयलक्ष्मी, प्लेबैक सिंगर गनु बालसुब्रमण्यम एवं क्लासिकल डांसर अनन्या ने अपनी कला से सभी को भावविभोर किया तो वही आगे मुंबई से साइकोथेरपिस्ट डॉ. गिरीश पटेल, मुख्यालय से डॉ. बनारसीलाल शाह, डायबीटोलोजिस्ट डॉ. श्रीमंत साहू, अद्यार सेवाकेंद्र प्रभारी बीके मुथुमणि समेत अन्य सदस्यों ने अपना उद्बोधन दिया। इस मौके पर डॉ. गिरीश पटेल ने कहा, मानसिक अस्वस्थता के कारण बहुत सारी मानसिक बीमारिया आ रही है। इसलिए इस अवसर पर मानसिक स्वास्थ्य बहुत जरूरी है। इसी कारण मानसिक स्वास्थ्य दिन भी अहम भूमिका रखता है। यह दिन सिर्फ एक दिन नही तो पूरा सप्ताह या पूरा मास यह मनाना जरूरी है। डॉ. श्रीमंत साहू ने कहा, जीवनशैली में बदलाव यही डायबेटिस का कारण है। उसे ठीक किया जाय तो वह बीमारी भाग सकती है। इस बीमारी मे पेशंट बहुत ही बीमार हो जाता है, उसकी प्रकृति मे बहुत सारी समस्याये निर्माण होती है और पेशंट का अकाली निधन हो जाता है। भारत मे डायबेटिस से हर साल दस लाख और पूरे विश्व में पचास लाख लोग इस बीमारी का शिकार हो जाते है। बीके बीना ने कहा, हम अपने आसपास का वायुमण्डल, अपने आसपास के लोग और पूरा विश्व इसके बारे में दिन में सिर्फ तीन बार सोचूंगी तो अपनी प्रकृती को सकारात्मक दिशा मिल सकती है।

फिट इंडिया अभियान के आबू पहुंचने पर किया जोरदार स्वागत

शिव आमंत्रण आबूरोड। जहां एक तरफ कोरोना तेजी से फैल रहा है वहीं फीट इंडिया मूवमेंट के तहत सीआरपीएफ के दिव्यांग जवानों की ओर से फिट इंडिया मूवमेंट चलाया जा रहा है। इस अभियान के आबू रोड स्थित ब्रह्माकुमारीज संस्थान पहुंचने पर भव्य स्वागत किया गया। 25 सदस्यों वाला यह दल साईकिल से 900 किमी की दूरी नापते हुए 2 अक्टूबर को महात्मा गांधी के 150वीं जयंति के अवसर पर दिल्ली पहुंचा। चार दिव्यांगों और सात महिला बटालियन की जवानों के साथ यह साईकिल दल महात्मा बापू की कर्म स्थली साबरमती से प्रारम्भ होकर आबू रोड पहुंचा। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के आनन्द सरोवर पहुंचने पर अभियान यात्रियों का स्वागत आन्तरिक सुरक्षा अकादमी के आईजी अरुण कुमार, अभियान के कमांडर एके पांडेय ब्रह्माकुमारीज संस्थान के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय द्वारा भव्य स्वागत किया गया।

विकारमुक्त — बहल विजयादशमी में लिया उपक्रम...

छोड़नी है एक बुराई, धारण करने हैं दो गुण

चैतन्य देवियों की उपस्थिति में अवगुण छोड़ गुण धारण करने की शपथ लेते हुए भाई-बहनें।

शिव आमंत्रण बहल (हरियाणा)। विजयादशमी पर्व के उपलक्ष्य में ब्रह्माकुमारीज के बहल (हरियाणा) सेवाकेंद्र में आंतरिक बुराइयों का रावण दहन कार्यक्रमरखा गया जिसमें हवन कुंड में रावण के अनेक सिरों के प्रतीक सभी ने अपने अपने अंदर की कम से कम एक बुराई को हवन कुंड में दहन किया और कम से कम दो गुणों को धारण करने की प्रतिज्ञा की। दुख, अशांति, 'ोध, रिश्वत, भ्रष्टाचार आदि लिखी तख्तियों को हवन कुंड में स्वाहा किया गया। इस अवसर पर चैतन्य दुर्गा की झांकी सजाई गई एवं आरती उतारी गई। बहल सेवाकेंद्र की प्रभारी बीके शकुंतला ने कहा, कि आज रावण का समग्र विश्व पर साम्राज्य स्थापित है, हर घर में और हर दिन में रावण बैठा हुआ है और हर वर्ष उसका कद बढ़ता ही जा रहा है। उन्होंने कहा कि लोग कागज के पुतले के रूप में रावण को जलाकर खुश हो जाते हैं लेकिन उन्हें यह मालूम ही नहीं है कि सच्चे अर्थों में रावण हमारे अंदर पल रहा है।

युवाओं के लिए आयोजित भद्रक के कार्यक्रम में व्यक्त विचार...

युवा राजयोग को जीवन का हिस्सा बनाएं

शिव आमंत्रण भद्रक। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के राजयोग केंद्र भद्रक (ओडिसा) के सौजन्य से ऑनलाइन वेबीनार पर विचार गोष्ठी का आयोजन किया गया। वेबीनार का विषय वर्तमान समय में 'प्रज्वलित युवाशक्ति' रखा गया था। कार्यक्रमका संचालन बीके सौभाग्य (भद्रक) द्वारा किया गया। सेमिनार में एस.पी.एस. की प्रिन्सिपल बीके मधुस्मिता द्वारा संचालित किया गया। मुख्य वक्ता माउंट आबू से बीके आत्मप्रकाश, अहमदाबाद से बीके कृति, खेल जगत से चिन्मय बेहरा, युवा संगठन के मुख्य भ्राता स्वाधीन दास, भद्रक की प्रभारी बीके मंजू, बेतनटी की प्रभारी बीके सावित्री, बीके अस्मिता, रानी, बालेश्वर से बीके मासंत उपस्थित थे। बीके आत्मप्रकाश ने अपने उद्बोधन में कहा, कि युवा के अंदर छुपी हुई शक्ति को पहचानना और उसे श्रेष्ठ चरित्र निर्माण में तथा मूल्यनिष्ठ समाज के लिए प्रयोग करना अत्यंत जरूरी है। बीके कृति ने अपने समर्पित जीवन के अनुभव से सभी को प्रेरित किया। युवा वर्ग ने अपने प्रश्नों के संतोषजनक उत्तर भी उनसे प्राप्त किये। अतिथि श्री. चिन्मय ने कहा, राजयोग को युवा जीवन का अमिट हिस्सा बनाना सांप्रत परिस्थिति में अनिवार्य है, तभी युवा वर्ग को सही दिशा मिलेगी और उनका जीवन मूल्यनिष्ठ बन जायेगा। बीके अस्मिता ने उपस्थित श्रोता गण को राजयोग की गहन अनुभूति कराई। बीके मासंत ने मधुर आवाज से युवाओं के लिये गीत प्रस्तुत किए। युवा प्रभाग, भद्रक द्वारा आयोजित यह कार्यक्रमयू- ट्यूब में भी वेबीनार द्वारा प्रसारित किया गया।

वेबीनार में शामिल अतिथि।

मेडिटेशन का बहुत बड़ा मिरेकल है इनर हैपिनेस

शिव आमंत्रण माउंट आबू। पिरामिड स्प्रिचुअल सोसाइटी मूवमेंट एवं स्वामी नारायण आश्रम द्वारा हर साल उत्तराखंड के ऋषिकेश में गंगा के किनारे ध्यान कुंभ मेला आयोजित किया जाता है जिसके माध्यम से लोगों को ध्यान, ऊर्जा, शाकाहार के बारे में जागरूक किया जाए। इसको अपनाने के लिए सरल तरीके बताए जाते है। इसमें म्यूजिक मेडिटेशन के अलावा स्वास्थ्य से संबंधित तमाम विषयों पर कार्यशाला भी आयोजित की जाती है। इस वर्ष कोरोना की वजह से यह चौथा ध्यान कुम्भ मेला ऑनलाइन आयोजित किया गया। इस डिजिटल महा योग ध्यान कुम्भ को पीएसएसएम के निदेशक ब्रह्मर्षि पितामह पत्रीजी समेत विभिन्न क्षेत्रों से प्रख्यात हस्तियों ने संबोधित किया। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारिज़ के मुख्यालय से ग्लोबल पीस इनिशिएटिव की रीजनल डायरेक्टर डॉ. बिन्नी सरीन को मिराकल्स ऑफ मेडिटेशन विषय पर उद्बोधित करने के लिए विशेष आमंत्रित किया गया। इस मौके पर ब्रह्मर्षि पितामह पत्रीने कहा, जब सबका देखते है तो हमे मालूम पडता है कि हमे क्या करना है? किसी का भी नही सुनेंगे, किसी को भी नही देखते है तो फिर क्या करेंगे? अंधकार मे रह जायेंगे। सबको सुनेंगे, सबको देखेंगे, परखेंगे तो हमे समझ में आता है कि हमे क्या करना है। क्या करना है - ध्यान करना है। क्या करना है - स्वाध्याय करना है। ब्रह्माकुमारिज से बीके बिन्नी ने कहा, परमात्मा के लिए क्लिअर रहे इसके लिए तीन चीजे जरूरी है। उसमे आता है चूज, चेंज ॲण्ड चीअर। प्रॉपर चूज करे। जरूरी नही है कि जो लोग कह रहे है वही मुझे करना है। मुझे चूज क्या करना है? जब ठीक नही लगता तो चेंज कर दीजिए और खुश रहिए, चीअरफुल रहिए। क्योंकि मेडिटेशन का बहुत बडा मिरेकल है इनर हैपिनेस।

ऑनलाइन संबोधित करते हुए बीके बिन्नी और ब्रह्मर्षि पितामह पत्री।

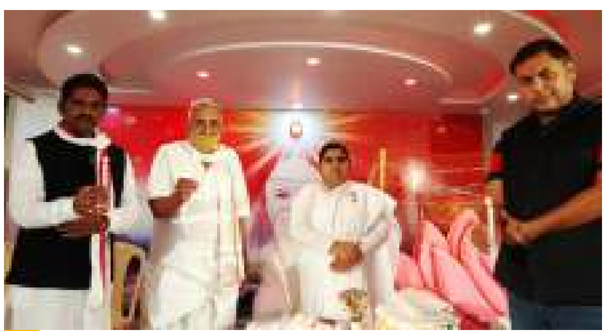
दीवाली उत्सव

दीपावली के अवसर पर बीके कंचन के विचार....

मन के अंदर विकारों रूपी कचरे को हटाना है:बीके कंचन

शिव आमंत्रण बेगूसराय/बिहार। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय सेवा केंद्र के द्वारा अलौकिक दीपावली समारोह मनाया गया।

राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी कंचन बहन इसका आध्यात्मिक रहस्य बताते हुए उन्होंने कहा कि दीपावली के पर्व के पूर्व हम सभी अपने घरों की सफाई करते हैं, उसी प्रकार मन की भी सफाई कर अज्ञानता रूपी कचरे को बाहर निकालना जरूरी है। तभी हमारा जीवन खुशनुमा होगा। उन्होंने कहा अलौकिक दीपावली हमारे जीवन में दुःख और अशांति से छुटकारा दिलाता है। हम अपने घरों में लक्ष्मी का व धन का आवाहन करते हैं। साथ ही साथ हम सभी को जीवन में सुख और शांति का दीपक जलाना है। एक दीपक से अनेकों दीपक जलाते हैं। उसी प्रकार अगर हर मनुष्य आत्मा दीपावली के उपलक्ष पर संकल्प करें कि मुझे मन के विकारों को वह कचरे को हटाना है और निराकार ज्योति बिंदु परमात्मा के साथ संबंध जोड़ कर अपनी आत्मा ज्योति भी चलानी है और अज्ञानता के अंधकार से निकल कर के ही ज्ञान की ओर आगे बढ़ना है। तभी हमारा देवत्व जागृत होगा और हम सच्ची दीपावली मना सकेंगे। इस अवसर पर मटिहानी के नवनिर्वाचित विधायक राजकुमार सिंह, पूर्व विधायक श्रीकृष्ण सिंह एवं संट जोसेफ के निदेशक अभिषेक कुमार समेत अन्य उपस्थित थे।


नवनिर्वाचित विधायक राजकुमार, पूर्व विधायक तथा अन्य।

सार समाचार

बीके बहनों ने विरमगाम में कोरोना वारियर्स का किया सम्मान

कोरोना वारियर्स को सौगात देते हुए ब्रह्माकुमारी बहनें।

शिव आमंत्रण विरमगाम। गुजरात के विरमगाम स्थित रेलवे पुलिस एवं विरमगाम पुलिस स्टेशन में ब्रह्माकुमारीज द्वारा सेवाकेंद्र प्रभारी बीके धर्मिष्ठा के निर्देशन में सभी पुलिस अधिकारीयों एवं कोरोना वारियर्स का सम्मान किया गया। इस अवसर पर डीएसपी प्रवीन मानवार और पीएसआई राजेशकुमार वानिया की मुख्य उपस्थिति रही। अंत में सभी को ईश्वरीय सौगात भेट की गई।

नवदुर्गा पुरस्कार से बीके सारिका को किया सम्मानित

पुरस्कार प्राप्त करते हुए बीके सारिका।

शिव आमंत्रण मुंबई। बोरीवली-मुंबई सबजोन के तहत वसई तालुका में नालासोपारा सेवाकेंद्र पर भारतीय जनता पार्टी के महिला मोर्चा की जिला अध्यक्षा प्रज्ञा पाटिल द्वारा बीके सारिका का नवरात्रि के अवसर पर नवदुर्गा पुरस्कार देकर सम्मान किया गया। नवदुर्गा पुरस्कार और सम्मान केवल ब्रह्मचारिणी और अपने कार्य क्षेत्र में समाज कल्याण करने वाली महिलाओं को ही प्रदान करता हैं। लॉक डाउन के दौरान वसई तालुका, ब्रह्माकुमारीज संस्था के द्वारा ऑनलाइन राजयोग साप्ताहिक कोर्स के माध्यम से लोगों का मनोबल बढाने तथा उन्हें संयम रखने जैसे नैतिक मूल्यों का मार्गदर्शक प्रयास किया गया। यह कोर्स संस्था की ओर से बीके सारिका ने किया था।

परमात्मा से मनबुद्धि लगाकर शक्तियां प्राप्त कर फैलाना ही योग

सामूहिक राजयोग का अभ्यास करते हुए बीके बहनें।

शिव आमंत्रण बीरगंज। वर्तमान समय अशांत वातावरण में सकारात्मक और शांति के वायब्रेशंस फैलाने के लक्ष्य से नेपाल के बीरगंज सेवाकेंद्र में 3 दिवसीय राजयोग कार्यक्रमआयोजित किया गया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके रवीना के नेतृत्व में हुए इस आयोजन में बारा, पर्सा समेत कई उपसेवाकेंद्रों से आए बीके सदस्यों ने बढ़ चढ़कर हिस्सेदारी निभाई और कई गतिविधियों में हिस्सा लेते हुए सामुहिक रूप से योगाभ्यास किया। बीके रवीना ने सभी को संबोधित करते हुए कहा, कि योग माना परमशक्ति परमात्मा के साथ मन-बुद्धि लगाना और उनसे सर्व शक्तियां प्राप्त करते हुए पूरे विश्व में उसके प्रकंपन फैलाना।

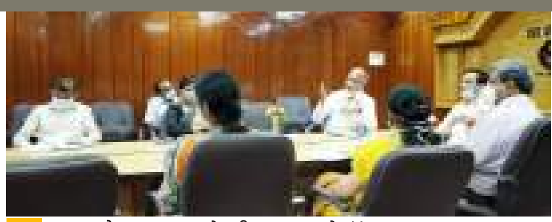
सार समाचार

अंतरराष्ट्रीय बुजुर्ग दिवस पर बीके भाई-बहनों का सम्मान

लायनेस क्लब द्वारा बीके बहनों का समान करते क्लब के सदस्य।

शिव आमंत्रण शाजापुर। मध्यप्रदेश के शाजापुर में अंतर्राष्ट्रीय बुजुर्ग दिवस एवं सेवा सप्ताह के अंतर्गत लायंस क्लब द्वारा आध्यात्म के क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज की सेवाओं के लिए एवं कोरोना महामारी के दौरान स्थानीय लोगों का मानसिक संतुलन बनाए रखने के लिए स्थानीय सेवाकेन्द्रों से राजयोग शिक्षिका बीके प्रतिभा एवं बीके चंदा, बीके दीपक, बीके प्रोफेसर डीडी वरयानी, बीके वर्षा को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में लायनेस क्लब के अध्यक्ष कीर्ति झाला, उपाध्यक्ष शर्मा एवं अन्य सदस्य गण शामिल हुए। कोरोना महामारी के चलते सुरक्षा उपायों पर जानकारी भी दी गई एवं सभी का चेकअप किया गया।

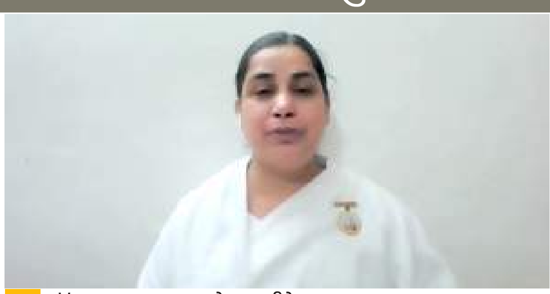
52 मेडिकल कॉलेजों को स्वस्थ हृदय की कला के बारे में बताया



हृदय को स्वस्थ बनाने की कला बताते डॉ. गुप्ता।

शिव आमंत्रण लखनऊ। वर्ल्ड हार्ट डे के उपलक्ष्य में उत्तरप्रदेश सरकार के 52 मेडिकल कॉलेज के प्रिंसिपल और प्रोफेसर्स के लिए विशेष ऑनलाइन इवेंट आयोजित किया गया जिसमें माउंट आबू के ग्लोबल हॉस्पिटल में कैड के निदेशक और हृदयरोग विशेषज्ञ डॉ. सतीश गुप्ता ने हृदय को स्वस्थ बनाने के लिए शाकाहारी भोजन, सकारात्मक जीवनशैली और प्राणायाम व योगासन को अपनी दिनचर्या में शामिल करने का आहवान किया। लखनउ के गोमती नगर सेवाकेंद्र का इस आयोजन में विशेष प्रयास रहा जिसमें उत्तर प्रदेश सरकार में मेडिकल एजुकेशन के प्रमुख सचिव डॉ. रजनीश दुबे भी उपस्थित रहे।

चाहे दस दरवाजे बंद हों, लेकिन एक दरवाजा जरूर खुला रहता है



ऑनलाइन बात करते हुए बीके सपना।

शिव आमंत्रण पुणे। अनिश्चित समय में चुनौतियों का सामना कैसे करें इस विषय को लेकर संस्थान के आईटी प्रभाग द्वारा ऑनलाइन कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसे सम्बोधित किया, चाईना की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके सपना ने। इस मौके पर बीके सपना ने कहा कि सी द पॉसिबिलिटी, क्रिएट द पॉसिबिलिटी। चाहे दस दरवाजे बंद हुए हों, लेकिन एक दरवाजा थोड़ा सा भी खुला हुआ जरूर है तो हमें आदत पड़ी है बंद दरवाजों को देखने की। कोशिश करेंगे तो जरूर आपको खुला दरवाजा दिखाई देगा। हिम्मत नहीं हारो वह खुला दरवाजा ढूंढ़ने की कोशिश करो, रास्ता जरूर मिलेगा।

ब्रह्माकुमारीज के माउण्ट आबू स्थित ग्लोबल की 29 वीं सालगिरह मनाई...

ग्लोबल हॉस्पिटल में विश्वस्तरीय सुविधाएं शुरू

मरीज वनिता मनोज और मंजू कोठारी हॉस्पिटल के बारे मे अनुभव बताते हुए।

अपनी शुभकामनाएं देते हुए हॉस्पिटल के मैनेजिंग ट्रस्टी बीके निर्वैर तथा अन्य।

शिव आमंत्रण माउंट आबू। आदिवासी तथा ग्रामीण इलाकों करी सेवा करते हुए ब्रह्माकुमारीज संस्थान द्वारा संचालित माउण्ट आबू ग्लोबल हॉस्पिटल एण्ड रीसर्च सेन्टर 29 साल का हो गया। 29 सालों में अस्पताल लाखों लोगों के तन, मन को स्वस्थ रखने की सेवा कर रहा है। इस अवसर पर हॉस्पिटल के मैनेजिंग ट्रस्टी बीके निर्वैर ने अपनी शुभकामनाएं दी। बीके निर्वैर ने कहा, जबसे ग्लोबल हॉस्पिटल बना है तबसे दादी जानकी जी का भी लण्दन के भाई-बहनों द्वारा अच्छा सहयोग रहा है और अभी भी हो रहा है। उनके सहयोग से यह हॉस्पिटल वर्ल्ड स्टैंडर्ड का बना है। सन् 1991 के अक्टूबर मास में ग्लोबल हॉस्पिटल की शुरुआत हुई, जिसके पश्चात् धीरे-धीरे हॉस्पिटल की सेवाओं का विस्तार हुआ। प्रारम्भ से लेकर अब तक की सेवाओं की पूर्ण जानकारी दी। हॉस्पिटल के निदेशक बीके डॉ. प्रताप मिड्ढ़ा ने सेवाओं के बारे में बताते हुए कहा, यह इलाका आदिवासी यों का है। यहां स्वास्थ्य संबंधी कोई सेवाये उपलब्ध नही थी। उनको सेवाये उपलब्ध करने के उद्देश से लण्दन के दादी जानकी फाऊंडेशन की मदद से इसकी शुरूवात हो गई। अनेक सरकारों की भी मदद मिली। ब्रह्कुमारी संस्था के संपर्क से अनेक राष्ट्रीय - आंतर्राष्ट्रीय संस्थाओं का भी सहयोग मिला। ब्रह्माकुमारी संस्था के कई भाई-बहनों ने भी अच्छा सहयोग दिया और यह हॉस्पिटल लोगों की सेवा में उपस्थित हुआ। इससे यह सिध्द होता है, कि हम मिलकर सहयोग करेंगे तो मुश्किल से मुश्किल कार्य भी सहज हो जाता है। मरीज़ मंजू कोठारी ने कहा, यहां आपरेशन्स बहुत अच्छे हो रहे है। पहले तो मैने सोचा था कि मै अहमदाबाद वगैरा सिटी में जाऊं। लेकिन कई भाई-बहनों की सलाह से मै यहां पहुंची। आपरेशन होने के बाद मै बहुत खुश हूं। यहां का स्टाफ बहुत ही स्नेह-प्यार से सेवा कर रहा है। मरीज़ वनीता मनोजा ने कहा, मै घुटने की सर्जरी के लिए यहां आयी हूं। यहां हमें बहुत अच्छी सुविधा मिली। हमे यहां पता ही नही चला कि हम घर में है कि हॉस्पिटल में है। बहुत अच्छा वातावरण मिला।

बहल में परमात्मा को 36 प्रकार का भोग स्वीकार कराया

दादी को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए बीके विद्या तथा अन्य।

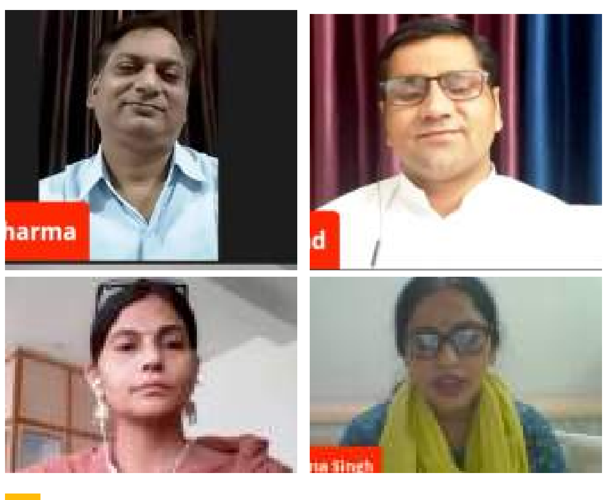
शिव आमंत्रण बहल/ हरियाणा। बहल सेवाकेंद्र पर प्यारे शिव बाबा और ब्रह्मा बाबा को 36 प्रकार के वैरायटी भोग अर्पण करने का एक अनोखा कार्यक्रम रखा गया जिसमें केवल नियमित बीके विद्यार्थियों को ही आमंत्रित किया गया। बहल सेवाकेंद्र संचालिका बीके शकुंतला ने कहा, कि भक्ति में कहा जाता है कि भक्तों ने भोग लगाया और स्वयं बांटकर खाया। भगवान तो केवल वासना के भूखे हैं। ज्ञान मार्ग में भी प्यारे बाबा को हम सत गुरुवार या अन्य किसी भी खुशी के अवसर पर भोग स्वीकार कराते हैं तब भी बाबा हमारी प्रेम भरी भावना को स्वीकार करते हैं। इस अवसर पर 36 प्रकार के भोजन में मेवा, फल, मिठाई व कई प्रकार के व्यंजन तैयार किए गए थे। अतः यह विशेष और अनोखा कार्यक्रमसंगम युग पर धूमधाम से संपन्न हुआ। क्लास हाल को स्वर्ग की तरह फूलों व लड़ियों से सजाया गया था। गीत बज रहे थे , मेरे सतयुग में आना रे बाबा ...।, कहां मिलेगा ऐसा बाबा सतयुग में तेरा प्यार...। स्वर्ग के दृश्य के बीच सतयुग का प्रथम महाराज कुमार मिचनु बाल श्री कृष्ण पालने में झूल रहा था तो दूसरी तरफ बांसुरी बजाते हुवे कृष्ण झूले में झूल रहा था। शेर और हिरण एक घाट पर पानी पीते हुए दिखाए गए थे। इस अवसर पर कैथल के पूंडरी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके अनिता ने कहा, कि अब सतयुगी दुनिया आयी कि आयी और वह दिन बहुत करीब है जब हम अपने प्यारे परिस्तान भारत में प्रवेश करेंगे। क्योंकि सतयुगी दुनिया के अब तो नजारे चारों ओर दिखाई दे रहे हैं तभी ऐसे ऐसे कार्य मों की प्रेरणा आती है। जब बाबा को भोग लगाया गया तो उस समय एकदम साइलेंस का वातावरण था और बाबा के आवाहन वाले गीतों पर 1 घंटे तक भोग लगाया गया। इस दौरान कोई हिले भी नहीं, सभी बाबा के प्यार में खोए रहे। फिर तो सभी ने मिलकर 36 प्रकार का ब्रह्माभोजन भी स्वीकार किया। स्वर्ग जैसी भासना लेते हुए सभी ने अव्यक्ति रास किया। इस अवसर पर कम से कम 1 वर्ष से सभी नियम व धारणाओं को पूरा करने वाले भाई बहनों को बाबा का बैज भी पहनाया गया। कार्यक्रममें नन्ही बालिकाओं ने सुंदर भांगडा कर सबको मंत्र मुग्ध कर दिया।

राजयोग — बीके प्रहलाद हैप्पीनेस विषय पर विचार...

परिस्थितियों में भी खुद को अचल-अडोल रखें

शिव आमंत्रण ग्वालियर (मप्र)। आनंद संस्थान के हैप्पीनेस एंड अवेयरनेस मिशन आनंद क्लब द्वारा जीवन में खुश रहने के तरीके विषय पर ऑनलाइन वेबिनार आयोजित की गई। जिसमें ग्वालियर के इंद्रगंज सेवाकेन्द्र से प्रेरक वक्ता बीके प्रहलाद ने मुख्य वक्ता के तौर पर अपने विचार व्यक्त किए। साथ ही ऑनलाइन राजयोग का अभ्यास कराया।

इस मौके पर बीके प्रहलाद ने कहा कि हर सिच्युएशन में मुझे अपने आपको स्टेबल रखना चाहिए, अपने आपको शांत रखना चाहिए, क्योंकि परिस्थिति एक जैसी रहने वाली नहीं है। वह आई है, चली जाएगी। वह साइड सीन की तरह है। बहुत इंपोर्टेंट है कि कैसे हम अपने आप को शांत रखें, स्थिर रखें। मतलब परिस्थिति का या बाहर की बातों का प्रभाव हमारे उपर न पडे। इसके लिए इंटर्नली अपने आप को मुझे बहुत स्ट्राँग करना होगा।



बीके प्रहलाद के साथ वेबीनार में शामिल अतिथि।

ये रहे शामिल

इस कार्यक्रम में मिशन के संस्थापक अंशुमान शर्मा, एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. कृष्णा सिंह, असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. ज्योत्स्ना सिंह विशेष तौर पर शामिल रहे।

आर्टिस्ट - द हीरो ऑफ द वर्ल्ड ड्रामा वेबीनार का आयोजन...

सृष्टि मंच में हर मानव आत्मा है कलाकार

अपनी नियमित दिनचर्या में राजयोग मेडिटेशन के साथ ही आत्मज्ञान का नियमित श्रवण चिन्तन करता रहे

शिव आमंत्रण माउंट आबू। जब आध्यात्मिक चेतना, लोकजीवन में संगीत के सुरों, नृत्यों के पदचाप तथा विविध कलाओं के माध्यम से अभिव्यक्त होते है तो मानव प्रभुप्यार में लवलीन हो जाता है। उदास और निराश मन तरंगित हो उठता है। मूल्यनिष्ठ कला और संस्कृति समाज में व्याप्त अज्ञानता को तोडती है। ब्रह्माकुमारीज़ के कला एवं संस्कृति प्रभाग एवं गॉडलीवुड स्टूडियो द्वारा कलाकारों की कलात्मक दक्षता के विकास और मूल्यनिष्ठ कला के प्रशिक्षण कार्यक्रम लगातार चलते रहते है। विशेष कलाकारों के लिए प्रभाग द्वारा आर्टिस्ट - द् हीरो ऑफ द वर्ल्ड ड्रामा विषय के तहत त्रिदिवसीय अन्तर्राष्ट्रीय ई-कांन्फ्रेस आयोजित की गई, जिसमें देश विदेश से कई दिग्गज कलाकार शामिल हुए।

इसमें सहभागी मुंबई से म्यूजिक कंपोजर एवं सिंगर कैलाश खेर ने कहा, ब्रह्माकुमारीज एक ऐसी संस्था जो चारो ओर मानव पटल पर उपदेश दे रही है। सुनना, अच्छा सुनना ये भी एक गुणवंत वाली बात है। तो ऐसे मे अपनी जनरेशन्स को हम सुधारे, उनको बतलाये कि हम जैसे अच्छा खाने से शरीर का संतुलन रखते है इसी तरह हमारी इंद्रियों को, हमारे ब्रह्मरंध्रों को, हमारी धमणियों को, हमारे रसों को संतुलित करने के लिए अच्छा संगीत होना, अच्छे शब्द होना, अच्छे भाव होना, अच्छे नाद होना, हमे ये सुनना शुरू करेंगे। टेलीविजन होस्ट सिद्धार्थ शुक्ला ने कहा, हमारा मन कमजोर होता है तो गलत तरीके से कुछ अचिव करने की कोशीस करते है। मुझे लगता है, इन सब चीजों को कंट्रोल करने के लिए शक्तिशाली मन का होना बहुत जरूरी है।

वेबीनार में शामिल अतिथि।

कामठी सेवाकेंद्र के माध्यम से सैकड़ों गांवों में दिया ईश्वरीय ज्ञान

शिव आमंत्रण नागपुर। ब्रह्माकुमारीज के कामठी सेवा केंद्र का 35 वा स्थापना दिवस कार्यक्रमधूमधाम से मनाया गया। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की शाखा कामठी की नींव सन 1985 में रखी गई। दिवाली का ही समय था और दिन था 3 नवंबर 1985। उस समय पर ना पैसा, ना संसाधन, ना ही शहर में कोई ओम शांति कहने वाले साधक थे। परंतु राजयोगिनी प्रेमलता ने पिछले 35 वर्षों में अथक मेहनत व परिश्रम से समाज के विभिन्न धर्म तथा आयु के लोगों में एक सकारात्मक परिवर्तन का बीड़ा उठाया और आज विद्यालय समाज के लिए एक प्रेरणा स्त्रोत का कार्य कर रहा है। विभिन्न कार्य मों के द्वारा लोगों के जीवन में नैतिक मूल्य, पारिवारिक मूल्य तथा सामाजिक मूल्य प्रत्यक्ष - अप्रत्यक्ष रूप से धारण कराने का प्रयास किया, राजयोग के माध्यम से तनाव मुक्त जीवन जीने की कला सिखाई।

स्थापना दिन पर दीप प्रज्ज्वलन करती बहनें।

वर्तमान समय में कामठी, रामटेक, पारशिवनी, कन्हान, नगरधन, खापा, खापरखेड़ा, कापसी, भिलगाव, येरखेडा, बिना, गादा, तारसा, गुमथळा आदि स्थानों पर 25 समर्पित बहने सेवा दे रही है । सैकड़ों गांवों में ब्रह्माकुमारीज की पाठशाला हैं।

सीख

विश्व इंस्टेंट इज फ्रॉम मेंटल डिसीज कार्यक्रम आयोजित

आत्मा की शक्तियां जागृत होने से आएगी जीवन में खुशी

शिव आमंत्रण सूरत/गुजरात। गुजरात के सूरत मे इंडियन मेडिकल एसोसिएशन, एसोसिएशन ऑफ फिजिशियन ऑफ गुजरात, एसोसिएशन ऑफ फिजिशियन ऑफ सूरत एवं यूएसए से एसोसिएशन ऑफ इंडियन फिजिशियन ऑफ नार्थ ऑहियो के संयुक्त तत्वावधान में कार्यक्रम आयोजित हुआ, जिसका विषय रहा इंस्टेंट ईज फ्रॉम मेंटल डिसीज जिसे संबोधित करने के लिए मुख्यालय से अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता बीके सुनीता एवं न्यूयॉर्क में पीस विलेज रिट्रीट सेण्टर की डायरेक्टर बीके डॉ. कला को विशेष आमंत्रित किया गया।

ऑनलाइन वेबीनार में शामिल अतिथि।

मौके पर बीके डॉ. कला ने कहा, हम अपने हाथ से करेंगे या मेडिसीन से करेंगे तो उसका परिणाम आज की परिस्थिति में बहुत ही मर्यादित होगा। लेकिन हम सकारात्मक प्रकंपन से या वायब्रेशन से जो सेवा करेंगे वह हीलींग फोर्स होगी। उसमे विश्वास है, आशा है, उत्थान है, प्रोत्साहन है, स्वीकार्यता है। बीके डॉ. सुनीता ने कहा, वैसे देखा जाय तो हम शरीर है ही नही। दिखाई देता है शरीर, लेकिन उसको चलानेवाली शक्ति आत्मा है। वह हर व्यक्ति के दो भ्रुकुटी के बीच में वास करती है। उसके अंदर जो संस्कार है उसके अनुसार वह कार्य करती है। इसमे श्रेष्ठ संस्कार भरने के लिए खुद हमारे आत्मा का पिता परमात्मा शिव अवतरित हुए है। उनका ज्ञान धारण करने से दिव्यता आयेगी और आत्मा की जो मूल शक्तियां है वह जागृत होने से खुशी का पारावार नहीं रहेगा। दुःख का नामोनिशाणा नही रहेगा। उन शक्तियों में सुख, शान्ति, आनंद, प्रेम, पवित्रता, शक्ति, ज्ञान आदि का समावेश है।

स्व-प्रबंधन

[बीके ऊषा]

स्व-प्रबंधन विशेषज्ञ, माउंट आबू

मनुष्य आत्मा, मनुष्य योनि में ही जन्म लेती है

पिछले अंक से क्रमशः

कई लोग कहते है कि फिर डार्विन के विकास का सिद्धांत सही है या गलत? वैसे आधुनिक विज्ञान ने स्वीकार किया है कि विकास का सिद्धांत कोई स्थापित सिद्धांत नहीं है बल्कि वह एक अस्थायी प्राक्कल्पना थी। यानी उसे एक समय की अप्रामाणिक मान्यता के रूप में दर्शाया है और इसलिए अब विद्यार्थियों के पाठ्यक्रम से भी उसे निकाल दिया गया है। इसी पर एक बार कार्टून बना जिसमें तीन बन्दर आपस में बात कर रहे हैं।

पहला बन्दर बोलाः‘सुना है कि मनुष्य कहते हैं कि वह हमारे वंशज है।’

दूसरा बन्दर बोलाः ‘क्या कहा? मनुष्य का प्रमोशन हो गया क्या?’

तीसरा बन्दर कहता हैः ‘मैं तो कभी मनुष्यों को अपने वंशज के रूप में स्वीकार न करूँ। वे तो एक दूसरे के खून के प्यासे हैं।’

समाचार-पत्रों में कभी-कभी पुनर्जन्म की घटनाओं के बारे छपता है कि कोई बच्चे को अपने पूर्व जन्म की स्मृति जागृत हो गई जिसमें वह मानव ही था। किसी ने आज तक यह नहीं बताया कि वह कोई मनुष्य कि मनोवृति पर यह बहुत बड़ा कटाक्ष था, मनुष्य चारित्रिक रुप से इतना गिर चुका है कि आज बंदर भी हमें अपने वंशज के रूप में स्वीकार करना नहीं चाहते। बंदर कहते हैं हम आपस में एक दूसरे से लड़ते है लेकिन एक-दूसरे के खुन के प्यासे नहीं हैं। यहाँ तो बाप-बेटे का खून करने में देर नहीं करते या बेटा बाप का खून करने में देर नहीं करता। वह बंदर कहने लगे यह हमारे संस्कार नहीं है। मनुष्य ऐसा कहते हैं तो या प्रमोशन हो गया है या वह सुधर गया है। पशु या पक्षी के रूप मे था। ऐसी एक घटना इस प्रकार हैः-‘‘एक चार साल बच्चा था जिसका नाम दीपक था, वह ढाई साल के उम्र से अपने माता-पिता से कहता रहता था कि उसे अपने घर जाना है। माता-पिता उसे बार-बार समझाने का प्रय| करते कि यही अपना घर है लेकिन वह बच्चा हमेशा यही कहता था कि उसे अपने घर जाना है। माता-पिता समझ ही नहीं पाते थे कि वह किस घर की बात कर रहा है। एक दिन वे उन्हें कहीं घूमने ले गये जब वापस आ रहे थे कि बच्चे ने अपने पिता से कहा कि अब यहां से बांई ओर मोड़ो तो पिता ने कहा कि उनका घर दाई ओर है।

तब बच्चे ने कहा कि नहीं मेरा घर इस तरफ आता है। पिता को लगा देखें यह किस मकान को अपना घर कहता है। जैसे-जैसे दीपक ने बताया वैसे-वैसे चलते गये और एक बहुत बड़ी कोठी के सामने उसने गाड़ी रूकवाई। दीपक सहजता से गाड़ी से उतरा और वहा गेटमैन से पूछा ‘मैडम अंदर है’ तो गेटमैन ने कहा ‘जी है।’ उसने कहा ‘दरवाजा खालो’ और गेटमैन रोकने के बजाय गेट खोल दिया और उस बच्चे को लेकर दरवाजे के पास आकर बैल बजायी। अंदर से एक बहन ने आकर दरवाजा खोला और आश्चर्य से देखने लगी कौन है। उसको देखकर दीपक ने कहा,‘अरे शारदा, मुझे पहचाना नहीं’ और वह अंदर चला गया। उसके माता-पिता संकोच करते हुए शारदा बहन से कहने लगे कि ‘यह हमारा बच्चा है और वह हमें यहां लेकर आया है।’ शारदा जी ने उन्हें अंदर आने के लिए कहा और वह देखकर हैरान हो जाती है कि वह बच्चा उसके पति की कुर्सी पर उसी अदव से बैठा था। शारदाजी को समझने में देर नहीं लगी, उसके बाद उस बच्चे ने पूछा कि ‘बच्चे कहां है’ तो शारदा ने कहा ‘वे दुकान पर गये हैं।’ दीपक ने कहा ‘कोई बात नहीं,’ उसके बाद उसने पूछा कि ‘हरी कहां है?’हरी उनके बहुत पुराने नोकर का नाम था।’ तब दीपक ने पूछा ‘अच्छा और कोई नौकर घर में है।’ शारदा ने दूसरे एक नौकर को बुला दिया तो जैसे दीपक को सारे घर का मालूम हो, ऐसे उस नौकर के साथ घर के पीछे आंगन में गया और पीछे एक पेड़ के पास जाकर उस नौकर को कहा ‘यहां खुदाई करो।’

अलविदा डायबिटीज

[बीके डॉ. श्रीमंत कुमार]
ग्लोबल हॉस्पिटल, माउंट आबू

पिछले अंक से क्रमशः

कमर की साइज कितनी हो

शिव आमंत्रण हमारी कमर की साइज कितनी होनी चाहिए? (Calories) हम भारतवासियों के लिए सामान्य कमर साईज निम्न प्रकार है। **वयस्क पुरूषों के लिए** - 90cm से कम।
वयस्क महिलाओं के लिए -80cm से कम।
अगर किसी की कमर साईज इससे अधिक है तो शारीरिक वजन बहुत ज्यादा न होते हुए भी उन्हें OBESE माना जाता है। शारीरिक वजन ज्यादा हो जाना या घट जाना दोनों ही उत्तम स्वास्थ्य के लिए बाधक है। (Central Obecity) और मोटापा से बचने के लिए तथा Ideal body weight बनाये रखने के लिए Calorie Counting सिखने की आवश्यकता है। BMR (Basal Mbtabolic Rate) कितना है? हमें सारे दिन में कितनी Calorie लेनी चाहिए? और कौन से खाद्यपदार्थ में कितनी Calorie है? यह सब जानने से पहले हमें यह जानना होगा कि हमारा BMR कितना है? इसके लिए हम देखते हैं कि यह BMR होता क्या है? BMR अर्थात सारे दिन में हम कुछ भी कार्य न करें केवल खटिया में लेटे रहें तो 24 घंटे में हमें शरीर रूपी मशीन को चालू रखने के लिए जो Minimum Calorie की आवश्यकता होती है उसे BMR कहा जाता है। और यह हमारा शारीरिक वजन पर अर्थात हमारा शरीर रूपी मशीन कितनी बड़ी है उस पर निर्भर करता है। BMR निर्णय के लिए अनेकानेक फार्मूला बनाया गया है। और सबसे प्रचलित Harrison & Beneton Formula परंतु यह फार्मूला भी सादाहरण व्यक्ति के लिए जटील है। इसलिए हमें सरल कर हिसाब निकालने के लिए निम्न फार्मूला का प्रयोग करें जिससे पता चलेगा कि हमारा BMR कितना है अर्थात हमें कम से कम कितना कैलोरी की आवश्यकता है।
पुरूषों के लिए- Bodywight In x 24= Total Calories
महिलाओं के लिए - Body wight In x 22= Total Calories
उदाहरण एक पुरूष का वजन 80kg वह ऑफिस में सिर्फ बैठ कर कार्य करता है। तो उनका Daliy calorie Requirment कितना है?
50 x 22= BMR
80 x 24 = 1.2 (Activity Level) = 2304 cal./day
इससे ज्यादा Calories खाने से शरीर का वजन बढ़ता जायेगा।

यहां करें संपर्क बीके जगतजीत मो. 9413464808 पेशेंट रिलेशन ऑफिसर, ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, माउंट आबू, जिला- सिरोही, राजस्थान

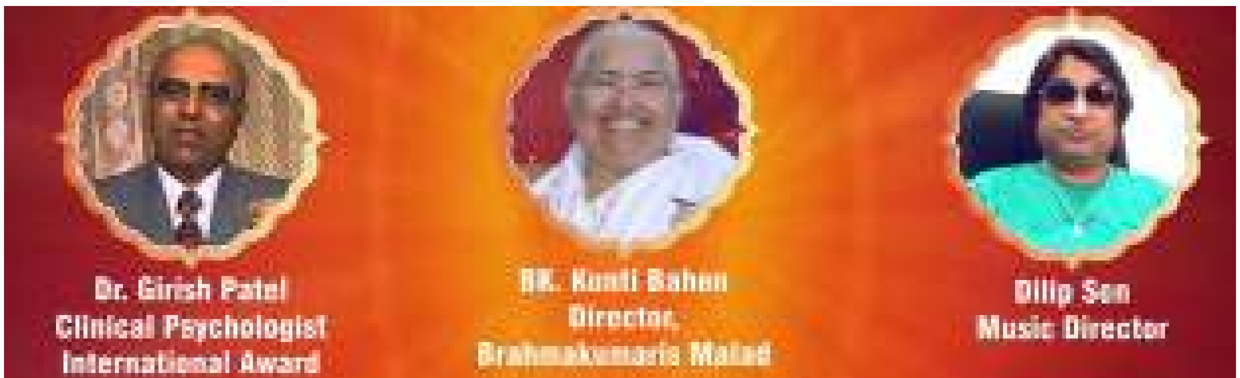
राजयोग मेडिटेशन भवन का उद्घाटन कार्यक्रम...

दादी रतनमोहिनी ने ठीकरी के ज्ञान दर्शन भवन का किया उद्घाटन

ज्ञानदर्शन भवन के शिलालेख का उद्घाटन करते हुए दादी रतनमोहिनी।

शिव आमंत्रण माउंट आबू/ठीकरी। मध्यप्रदेश के ठीकरी ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा नवनिर्मित ज्ञान दर्शन भवन का उद्घाटन संस्था की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी द्वारा संस्था के मुख्यालय शांतिवन से किया गया। वर्तमान कोरोना काल में दादी की उपस्थिति सम्भव ना होने पर वहां की शिलालेख को शांतिवन लाया गया जहां दादी द्वारा विधिवत भवन का शुभारम्भ हुआ। इस अवसर पर सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके प्रीति, बीके रानी, सेंधवा की प्रभारी बीके छाया, बीके निशा की उपस्थिति रही। इस दौरान दादी जी ने अपनी शुभकामनाएं देते हुए कहा कि ज्ञान दर्शन भवन ज्ञान को प्रकाशित करेगा और आत्माओं को जागृति प्रदान करेगा।

खुशी के लिए दिन में चार बार निकाल सकते हैं तीन-तीन मिनट



वेबीनार में शामिल अतिथि।

शिव आमंत्रण मुंबई। संस्थान के मलाड सेवाकेंद्र द्वारा लगातार चलाए जा रहे रेसिलिएंस सीरीज के तहत एन्हान्सिंग मेंटल वेल बीइंग विषय पर ऑनलाइन वेबिनार रखा गया जिसमें मुख्य वक्ताओं में मुंबई से प्रख्यात मनोचिकित्सक डॉ. गिरीश पटेल के साथ ही म्यूजिक डायरेक्टर दिलीप सेन ने विषय पर प्रकाश डाला। यह आयोजन मलाड सेवाकेन्द्रों की प्रभारी बीके कुंती के निर्देशन में संपन्न हुआ जिसका कई दर्शकों ने लाभ लिया। मौके पर म्यूजिक डायरेक्टर दिलीप सेन ने कहा, संगीत एक सिध्दि है। सामवेद की रचना हुई तो सबसे पहले संगीत की रचना हुई ऐसा वर्णन है। गायन, वादन, नृत्य इन तीन चीजों से संगीत बनता है। मनोचिकित्सक डॉ. गिरीश पटेल ने कहा, कोई भी समस्या आये तो उसे मन की स्टैबिलिटी से मैनेज करना है। ऐसी स्थिति हो तब बाहरी वातावरण अच्छा न होते हुए भी आप पॉजिटीव थिंकिंग कर पाओगे, अपने आपको पॉजिटीव रख सकोगे। मलाड सेवाकेन्द्रों की प्रभारी बीके कुंती ने कहा, ऐसे ही कोई फोन आता है तो आप उठा लेते हो उनसे पांच मिनट या पंधरा पंधरा मिनट बाते करते है। हालांकि मेरे पास समय नही था, लेकिन किसी का फोन आते ही पंधरा मिनट कैसा गया मुझे पता ही नही चला। ऐसे ही मेरा मानसिक व्यायाम मेरा मानसिक खुराक है। उसके लिए मुझे दिन में चार या पांच बार तीन तीन मिनट समय निकालना बडी बात नही है।

सुखदायी कर्म करोगे तो बनेंगे महान आत्मा, पुण्यात्मा, देवात्मा

शिव आमंत्रण मुजफ्फरनगर। मिसाइल मैन व पूर्व राष्ट्रपति अब्दुल कलाम ने कहा था कि सपना वही है जो आपको सोने न दे। आज मुज़फ्फरनगर की जिला अधिकारी सेल्वा कुमारी (जे) ने साबित कर दिखाया है कि वह जो सोचती है उसे ठान लेती हैं और कर दिखाती हैं। सप्ताह भर चला नारी शक्ति मिशन अभियान जनपद में सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ। जनपद में महिलाओं के स्वावलंबी बनने को लेकर महिला सुरक्षा, महिला सम्मान जैसे अनेक कार्यक्रम आयोजित किये गये।
जनपद में अपनी पारी का आगाज़ वृक्षारोपण अभियान से करने वाली महिला जिला अधिकारी ने प्रत्येक क्षेत्र में जनपद को बुलन्दियों पर पहुंचाने की कोशिश की है। महिला सशक्तिकरण के लिये उनका आर्थिक रूप से मजबूत होना आवश्यक है। स्वयं का रोज़गार स्थापित कर वह समाज मे अपने आप को सम्मान के साथ स्थापित कर सके। इन्हीं प्रयासों के चलते मिशन शक्ति के अन्तर्गत नारी स्वावलम्बन के तहत जिलाधिकारी व मुख्य विकास अधिकारी भाजपा जिलाध्यक्ष सहित बैंक अधिकारियों द्वारा प्रशिक्षण प्राप्त कर चुकी महिलाओं को स्वयं रोजगार स्थापित करने के लिए बीस हजार रूपये ऋण प्रदान करने हेतु सर्टिफिकेट प्रदान किये गये व रचनात्मक कार्यों से उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाली छः महिलाओं को शॉल पहनाकर सम्मानित किया गया। ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से बीके प्रियंशी भी मुख्य रुप से मौजूद रही जहां उन्होंने सेल्वा कुमारी को ईश्वरीय सौगात भेंटकर सेवाकेन्द्र पर आने का निमंत्रण दिया।

मूल्य शिक्षा कार्यक्रम में भाग लेने वाले बच्चे बीके शकुंतला व बीके पूनम के साथ।

संस्थान के तीनों स्थानों पर रोशनी से नहा उठा परिसर...

झिलमिलाते दीपों के बीच योग-साधना कर किया दीपराज परमात्मा का आह्वान

कार्यक्रम में शामिल बीके निर्वैर, बीके सूर्य, बीके मृत्युंजय, बीके मुन्नी, बीके डॉ. निर्मला तथा अन्य अतिथि।

शिव आमंत्रण आबूरोड। अवसर तो था दीवाली महोत्सव का जिसमें दीपक तो सजे थे लेकिन उमंग उल्लस के बीच शांति और ध्यान साधना का दौर था। जगमगाते रोशनी के बीच ओम शांति भवन, ज्ञान सरोवर परिसर नहा उठा। चारों ओर शांति और प्रकाश का मेल मिलाप देखने योग्य था। इस वर्ष की दीवाली कई मायनों में याद की जायेगी। दीपोत्सव कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका ईशु दादी, महासचिव बीके निर्वैर, कार्यक्रम प्रबन्धिका बीके मुन्नी, कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय तथा शांतिवन प्रबन्धक बीके भूपाल की मौजूदगी से वास्तविक अज्ञान अंधकार को कैसे मिटाया जाये इस पर मंथन हुआ। लोगों से अपील की गयी कि वे एक दुसरे की मदद करें तथा जीवन से अज्ञान अंधकार मिटाये। सबसे खूबसूरत पल तो तब और हो गया जब बीके मुन्नी बहन का भी जन्मदिन सादगीपूर्ण सम्पन्न हुआ। ब्रह्माकुमारीज के महासचिव बीके निर्वैर ने कहा, इस दीवाली पर सभी अपने आप को इतना सुंदर सजाये और ईश्वरीय प्रेम का, रुहे गुलाब का सुंदर हार बनाये और एक दो को विजय का तिलक लगा दो। ब्रह्माकुमारीज की कार्यक्रमप्रबन्धिका बीके मुन्नी ने कहा, इस दीवाली से आगे किसी के भी प्रति नेगेटीव न सोचने का संकल्प ले लो। अगर किसी की भी छोटी मोटी भूल हो जाती तो हमारी दादी प्रकाशमणी उसके लिए खुद शिवबाबा से क्षमा मांगती थी। तो ऐसे आप सब भी क्षमा के सागर बनो, जीवन में क्षमाभावना अपनाओ। ज्ञान सरोवर की संचालिका बीके निर्मला ने कहा, हम सभी चैतन्य दीपकों का भाग्य है जो स्वयं भगवान शिव ने हमारा दीपक जगा दिया है। ग्लोबल हॉस्पिटल के प्रमुख डॉ. प्रताप मिड्डा और ज्ञानसरोवर के राजयोगी बीके सूरज भाई ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

सफलता से ज्यादा स्थिरता का है महत्व

शिव आमंत्रण माउंट आबू। संस्थान के सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा इस वर्ष ऑनलाइन प्लेटफार्म के माध्यम से राजस्थान पुलिस, उत्तराखंड पुलिस, केरल पुलिस, हरियाणा पुलिस और कुछ सशस्त्र बलों के लिए इरैडीकेशन ऑफ स्ट्रेस एंड एन्हान्सिंग इनर स्ट्रेंथ विषय पर कई कार्यक्रमआयोजित किये जा रहे है। इस श्रृंखला में मेडिटेशन फॉर हैप्पी लाइफ विषय पर संस्था के व्यसनमुक्ति अभियान के निदेशक बीके डॉ. सचिन परब और दिल्ली से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके कमला ने जवानों को उद्बोधित किया। डॉ. सचिन परब ने कहा, अगर आप के जीवन में सफलता चाहिए या स्थिरता चाहिए तो आप दोनो मे से क्या चुनेंगे? सफलता या स्थिरता? सवाल पूछते है तो पता चलता है कि स्थिरता ज्यादा महत्वपूर्ण है। सब कुछ पा लिया लेकिन आप का मन स्थिर नही है तो सबकुछ होते हुए भी ना के बराबर है। इसलिए स्थिर रहने का लक्ष्य रखे। बीके कमला ने कहा, जब हम आत्मा समझकर परमात्मा को याद करते है तो हमारी आत्मा चार्ज होती है, शान्ति से भरती है, शक्ति से भरती है। हमारा मनोबल अच्छा होता है, हमारे अन्दर पॉजिटीव थॉटस् क्रिएट होने लगते है।

सीख — दीवाली के स्नेह मिलन कार्यक्रम में बीके बृजमोहन के विचार...

आत्मा की ज्योति जगाना ही है सच्ची दीवाली मनाना

स्नेहमिलन कार्यक्रम में सभा को संबोधित करते हुए बीके बृजमोहन।

शिव आमंत्रण गुरूग्राम। ओम शांति रिट्रीट सेंटर में दीपावली के शुभ अवसर पर दिल्ली और एनसीआर के विशेष आमंत्रित बीके भाई-बहनों के लिए आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रममें बोलते हुए संस्था के अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन ने अपनी शुभ कामनाएँ व्यक्त करते हुए कहा, कि दीवाली को रोशनी का त्यौहार माना जाता है, लेकिन सच्ची दिवाली मनाना अर्थात आत्मा की ज्योति जगाना। उन्होंने कहा, कि जैसे सूर्य के निकलने से दिन हो जाता है, ठीक इसी तरह ज्ञान सूर्य परमात्मा के आने से ही ज्ञान दिन होता है। उन्होंने कहा, कि परमात्मा द्वारा आत्माओं के ज्ञान दीपक जगाने का यादगार ही वास्तव में दीपावली है। इस अवसर पर ओआरसी की निदेशिका बीके आशा ने कहा, कि दीवाली पर सभी स्वच्छता का विशेष ध्यान रखते हैं, लेकिन सबसे पहले मन की स्वच्छता बहुत जरूरी है। उन्होंने कहा, कि परमात्मा की याद की शक्ति और पवित्रता का बल ही हमारा असली सुरक्षा कवच है। वर्तमान समय के अनुसार समेटने की शक्ति, एकाग्रता की शक्ति एवं एकता की विशेष आवश्यकता है। इस विशेष अवसर पर ओआरसी निवासियों द्वारा गीत संगीत, नृत्य की प्रस्तुति दी गई, वहीं सभी वरिष्ठ सदस्यों ने दीप प्रज्वलित कर और केक कटिंग कर सभी को बधाई दी। इस विशेष अवसर पर बीके शुक्ला, जापान एवं फिलिपींस की निदेशिका बीके रजनी, बीके पुष्पा एवं बीके विजय ने भी अपनी शुभ कामनाएं व्यक्त की।

सार समाचार

राजयोग को जीवन का हिस्सा बनाओ

शिव आमंत्रण मोहाली। ब्रह्माकुमारी भाई-बहनों ने राजयोग के माध्यम से अपने जीवन को एक सुंदर दिशा दी है। हर एक को जीवन सुंदर बनाने के लिए राजयोग ध्यान अपने दैनिक जीवन का एक हिस्सा बनाना चाहिए। उक्त विचार अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डा, चंडीगढ/मोहाली (पंजाब) के सीईओ अमित कुमार ने व्यक्त किये। पंजाब के अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डा चंडीगढ़ / मोहाली द्वारा आयोजित सतर्कता जागरूकता सप्ताह में भ्रष्टाचार के दुष्प्रभावों के बारे में कर्मचारियों और जनता में जागरूकता पैदा करने के लिए विभिन्न सत्र आयोजित किए गए। इस श्रृंखला में हवाई अड्डे के अधिकारियों ने ब्रह्माकुमारी बहनों को कार्यस्थल पर तनाव प्रबंधन पर एक कार्यशाला आयोजित करने के लिए निमंत्रित किया था।

दुआएं और आंतरिक खुशी होती है निस्वार्थ सेवा

ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए बीके वसुधा एवम् बीके परिवार।

शिव आमंत्रण चरखी दादरी। निःस्वार्थ सेवा से ही दुआएं मिलती हैं जिससे हमें आंतरिक खुशी प्राप्त होती है जो हमारे जीवन में आने वाली विभिन्न व्यक्तिगत व सामाजिक समस्याओं के समाधान में भी मदद करती हैं। उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज की झोझूकलां शाखा के तत्वावधान में सेठ किशनलाल वाले मंदिर में गीतांजलि हॉस्पिटल चरखी दादरी द्वारा आयोजित निशुल्क नेत्र चिकित्सा जांच शिविर के उद्घाटन अवसर पर क्षेत्रीय प्रभारी बीके वसुधा ने व्यक्त किए। उन्होंने कहा, की आंखें प्रभु का अनमोल उपहार है। जिस तरह से हम अपनी आंखों के देखभाल करते हैं ठीक इसी प्रकार सूक्ष्मता से अपने विचारों की संकल्पों की जांच करनी चाहिए क्योंकि व्यक्ति के सकारात्मक विचार ही उसे महान बनाते है। डॉ. ओम प्रकाश ने लोगों की आंखों की जांच करते हुए कहा, आंखो को धूल-मिट्टी से बचाने तथा उनकी संभाल करने के साथ साथ हरी सब्जी, दूध एवं प्रोटीन की मात्रा अधिक लेनी

ताकत आत्मा में होती है, न ही बालों में

शिव आमंत्रण बाल्को। छत्तीसगढ़ के बाल्को सेवाकेंद्र द्वारा बीके विद्या के निर्देशन में मां-बच्चों के लिए लगातार चल रहे पर्सनालिटी डेवलपमेंट ऑनलाइन कैंप की सीरीज में बच्चों को मोटिवेट करने के लिए वर्ल्ड रिकॉर्ड होल्डर बीके रानी को आमंत्रित किया गया। आपको बता दें कि बीके रानी ने अपनी चोटी के माध्यम से ट्रक खींचने के लिए कितने ही रिकॉर्ड आज तक दर्ज किए हैं। कोरबा जिले के विभिन्न स्कूलों के साथ ही छत्तीसगढ़ के विभिन्न स्थानों से व भारत के अनेक राज्यों से बच्चे सम्मिलित होकर कार्यक्रम में भागीदारी कर उक्त पर्सनालिटी डेवलपमेंट क्लासेज का लाभ ले रहे हैं। क्लासेस निशुल्क तौर पर संचालित किए जा रहे हैं। इस कड़ी में वर्ल्ड रिकॉर्ड होल्डर बीके रानी को आमंत्रित किया गया।

ज्ञात हो कि बीके रानी एक मोटिवेशनल स्पीकर हैं। भारत के अलावा अन्य देशों में भी उन्होंने अपनी कला का प्रदर्शन कर नाम कमाया है व साथ ही साथ लोगों का ध्यान उनके अंदर की शक्ति की ओर केंद्रित करवाया है। अपने अनुभव सांझा करते हुए उन्होंने बताया, कि वह उत्तरप्रदेश के एक छोटे से गांव से बिलोंग करती थी। जब उनका कनेक्शन ब्रह्माकुमारी संस्थान से हुआ तब राजयोगा मेडिटेशन के माध्यम से उनके एनर्जी को पॉजिटिव डायरेक्शन मिला।

समस्या समाधान

[ब्र.कु. सूरज भाई]
वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षक

पिछले अंक से क्रमशः

परमात्मा से संबध जोड़ कर खुद को आनंद से भरपूर करें

जैसे हमारे शरीर का फोटोग्राफ निकलता हैं। वैसे ही हमारे आभामंडल (ओरा) का भी फोटोग्राफ निकलता है, उसे कलरियन फोटोग्राफी कहते है। उसमें हमारे शरीर के सातो चक्र विविध रंगो में पाये जाते हैं। हर चक्र हमारे शरीर से संबंधित सात विभागों को आत्मिक ऊर्जा पहुंचाता है। इन सातों विभागों से सम्बन्धित, सात मुख्य ग्रंथियाँ व मुख्य मुद्रायें व आत्मा के गुण भी हैं। जिस विभाग का, जिस चक्र का रंग हल्का हो जाता हैं या घूमने की गति कम हो जाती है या चक्र उल्टा घूमने लगता है, तो उससे संबंधित अवयवों में बीमारी शुरू हो जाती हैं। यदि हम परमात्मा से चक्र से संबंधित गुण व किरणे प्राप्त करते हैं, तो चक्र सुचारू रूप से सकार्य करने लग जाता है और बीमारी ठीक हो जाती है। शरीर का हर अंग आत्मा के सातों गुणों से पोषित होता है, एक गुण उस अंग के विकास व संभाल के लिए अति आवश्यक हैं।

सहस्त्रार चक्र

- **पिनियल ग्रंथी और पाचन शक्ति**
- **रंग : जामुनी**
- **गुण : आंनद**
- **ख़ुशी की चरमसीमा आनंद**
- **बीमारी :** तनाव, नींद न आना, हाई ब्लडप्रेशर, डिप्रेशन, एसिडिटी, गैस पाचन से सम्बंधित बीमारी आदि
- **परमात्मा से संबंध : सिविल सर्जन**
- **विजन :** दृश्य बनायें और अनुभव करें, मैं आत्मा शिवबाबा के सम्मुख बैठी हूँ। उनसे दिव्य चमकती हुई जामुनी रंग की किरणें, आनंद के गुण सहित, मेरे सहस्त्रार चक्र में प्रवेश कर रही हैं। बाबा मुझे स्पर्श कर रहे हैं। (इसे महसूस करें) जिससे मैं आत्मा आनंद का पुंज हो चुकी हूँ। मैं आत्मा मास्टर आनंद के सागर बनती जा रही हूँ। चक्र से संबंधित अवयवो की व्याधियाँ ठीक हो चुकी है। मैं आत्मा आनंद का अनुभव कर रही हूँ।

आज्ञा चक्र

- **पिट्यूटरी ग्रंथि और मष्तिक नर्वस सिस्टम**
- **रंग : गहरा नीला**
- **गुण : ज्ञान**
- **बीमारी :** ब्रेन संबंधित, सिरदर्द, मायग्रेन, नर्वस सिस्टम, आँख, कान, नाक, दांत-मसूड़े संबंधित
- **परमात्मा से संबंध : सिविल सर्जन विजन :** दृश्य बनाये और अनुभव करें, मैं आत्मा शिवबाबा के सम्मुख बैठी हूँ उनसे दिव्य चमकती हुई गहरे नीले रंग की किरणे ज्ञान के गुण सहित मेरे आज्ञा चक्र में प्रवेश कर रही हैं । बाबा मुझे स्पर्श कर रहे हैं...इसे महसूस करे। मैं आत्मा मास्टर ज्ञान सूर्य बनती जा रही हूँ... जिससे चक्र से संबंधित अवयवो की व्याधियाँ ठीक हो चुकी है। बुद्धि विवेकशील व तीक्ष्ण हो चुकी हैं।

विशुद्धि चक्र

- **थॉयराइड ग्रंथी और फेफड़े**
- **रंग : आसमानी**
- **गुण : शांति**
- **बीमारी :** श्वास की बीमारी, टी.बी. न्यूमोनिया, दम, थॉयराइड संबंधित, स्वरयंत्र, अन्ननलिका, श्वासनलिका संबंधित।
- **परमात्मा से संबंध :** सिविल सर्जन।
- **विजन :** दृश्य बनाये और अनुभव करें, मैं आत्मा शिवबाबा के सम्मुख बैठी हूँ। उनसे दिव्य आसमानी रंग की किरणे शांति के गुण सहित मेरे विशुद्ध चक्र में समा रही हैं। बाबा मुझे दृष्टि दे रहे हैं।

मीडिया वेबीनार का आयोजन...

पत्रकारिता पवित्र धर्म है इसलिए इसे कहते हैं परमो धर्मः विजय दर्डा

> शांति, आनंद, खुशी, शुद्ध एकांत का मैंने राजयोग ध्यान के माध्यम से अनुभव किया

वेबीनार में शामिल विजय दर्डा, बीके करूणा एवं सुभाष घई और अन्य अतिथि।

शिव आमंत्रण मलाड। मीडिया की भूमिका बहुआयामी है। आज मीडिया विनाशक एवं हितैषी दोनों भूमिकाओं में सामने आया है। मीडिया अगर सकारात्मक भूमिका अदा करें तो किसी भी व्यक्ति, संस्था, समूह और देश के आर्थिक सामाजिक, सांस्कृतिक एवं राजनितिक रूप को समृद्ध बना सकती है। आप सभी जानते ही है कि कोरोना काल में मीडिया ने जो कर्त्तव्य निभाया है वह अतुलनीय है। विशेष मीडियाकर्मियों के लिए मुंबई में संस्थान के मलाड सेवाकेंद्र द्वारा ऑनलाइन वेबिनार रखा गया जिसे मुख्य अतिथि के तौर पर लोकमत मीडिया ग्रुप के चेयरमैन विजय दर्डा ने संबोधित किया। मीडिया एथिक्स एंड सोशल रेस्पॉन्सिबिलिटी विषय पर हुए इस कार्यक्रममें आगे फिल्म निर्माता सुभाष घई एवं संस्थान के मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष बीके करूणा ने आज के समाज में मीडिया के योगदान की सराहना की। इस मौके पर विजय दर्डा ने कहा, आप का सही मालिक पाठक या रीडर है। पत्रकारिता यह पवित्र धर्म है इसलिए पत्रकारिता परमो धर्म कहते है। उसके ऊपर हम चलते है। उसी कारण आज हम आठ करोड लोगों तक पहुंच रहे है फिल्म निर्माता सुभाष घई ने कहा, बात हमे इन्सानियत के मॉरल की कमी पडती है। इस समय याद रखिये बच्चे बहुत ही इंम्पार्टट आडियन्स है। सतरा, उन्नीस साल के बच्चे आप को सुन रहे है, देख रहे है। वहां अशांति मत फैलाइये। जब आप चाहते है कि यह देश शांत हो, प्रोग्रेस करे तो यह बात ध्यान मे रखना बहुत जरूरी है। मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष बीके करूणा ने कहा, आध्यात्मिक शिक्षा को पूर्व भारतीय संस्कृति को सारे विश्व के कोने कोने मे पहुंचाने के लिए लगभग भारत मे पंधरह युनिवर्सिटीज हमारे साथ जुडी हुई है। वैल्यू एज्युकेशन के बुक्स बनाकर उनके एज्युकेशन के साथ हम दे रहे है।

खुद भी रहें सुरक्षित, दूसरों को भी करें सुरक्षित

लक्ष्मी- नारायण की चैतन्य झांकी एवं उपस्थित बीके परिवार।

शिव आमंत्रण करनाल। हरियाणा करनाल के सेक्टर-7 सेवाकेन्द्र पर आयोजित कार्यक्रम में शहर की मेयर रेणु बाला गुप्ता मुख्य अतिथि के तौर पर दीवाली महोत्सव के कार्यक्रम में उपस्थित हुई और सभी को अपनी शुभकामनाएं दी। कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके प्रेम ने भी इस दिवाली बाहरी स्वच्छता के साथ-साथ आंतरिक स्वच्छता पर भी ज़ोर दिया। इस मौके पर मेयर रेणु बाला गुप्ता ने कहा, दीवाली हम सुरक्षित रीती से मनाये। हम भी सुरक्षित रहे और दूसरों को भी सुरक्षित रहने की प्रेरणा दे। बीके प्रेम ने कहा, दिवाली के निमित्त हम या संकल्प ले कि हमारा व्यवहार भी शुध्द रहे, आहार भी शुध्द रहे। चारो तरफ से सादगी, शुध्दता, पवित्रता होगी तब श्री लक्ष्मी का इस दुनिया में राज्य होगा। इस मौके पर उपस्थित अन्य वरिष्ठ बीके बहनों ने भी पर्व की बधाई देते हुए दीपक जलाए और केक कटिंग की। दिवाली के उपलक्ष्य में बच्चों द्वारा कई सांस्कृतिक प्रस्तुतियां भी दी गई।

संदेश — सादाबाद के कार्यक्रम में बीके भावना के विचार ...

आत्म शक्तियों को जागृत कर पवित्रता धारण करने का पर्व है नवरात्रि

शिव आमंत्रण सादाबाद (उ.प्र.)। ब्रह्माकुमारीज के सादाबाद (उ.प्र.) सेवाकेंद्र पर पर दुर्गा नवमी के उपलक्ष्य में चैतन्य देवीयों के झाँकी दर्शन की धूम रही। सभी भक्तजन देवी माँ के विविध रूपों के दर्शन से वातावरण भक्तिमय हो गया। कार्यक्रम में भाजपा नेता सुनील गौतम, समाजसेवी रामू शुक्ला, बीके भावना आदि सभी ने स्नेह पूर्वक देवियों की दीपक जलाकर आराधना व आरती की। इस अवसर पर सादाबाद प्रभारी बीके भावना ने कहा, नवरात्रि पर्व पवित्रता का प्रतीक है। मान्यता है कि इन नौ दिनों में रखे जाने वाले व्रत हमारी आत्मा की शुद्धता और

चैतन्य देवियों से सजी ब्रह्माकुमारी बहनों की आरती करते हुए बीके राधा।

पवित्रता के लिए होते हैं। इसके साथ-साथ हमें अपने मन के विचारों की शुद्धि पर भी ध्यान देना चाहिए। तभी हम बेहतर इन्सान बन पाएंगे और पारिवारिक रिश्तों को मजबूत कर सकेंगे। हर आत्मा के अंदर दैवी शक्तियां उपस्थित हैं, जिन्हें सिर्फ जागृत करने की जरूरत है। उन्होंने आगे कहा कि हम बचपन से यही सीखते आए कि जब-जब नकारात्मक ऊर्जा का प्रकोप बढ़ेगा, तब उसपर विजय प्राप्त करने के लिए दैवी शक्तियों का आह्वान किया जाएगा। इसके लिए हमें अपने अंदर शक्तियों का आह्वान करना होगा, हमें इस त्यौहार के आध्यात्मिक रहस्यों को समझना होगा। भाजपा के जिला उपाध्यक्ष सुनील गौतम ने कहा, कि देवी माँ के अनेक रूपों के दर्शन कर हम धन्य हो गए। इस पावन अवसर पर आज हम सभी मिलकर प्रतिज्ञा करते है कि हम सभी माताओं -बहनों का सम्मान करेंगे और करवाएंगे। समाजसेवी रामू शुक्ला ने कहा, माँ के दरबार में कोई भी इन्सान खाली हाथ नहीं जाता। झोली भरपूर करके ही जाता है।

केन्द्रीय शिक्षामंत्री रमेश पोखरियाल और अन्य ने रखे अपने विचार...

चुनौतियों को उपलब्धियों में बदलो

मान. रमेश पोखरियाल निशंक जी, केंद्रीय शिक्षा मंत्री, भारत सरकार | [illegible] | माननीय ब्रह्माकुमार मृत्युंजय जी, अध्यक्ष, शिक्षाविद् सेवा प्रभाग | [illegible] | परम आदरणीय ब्रह्माकुमारी शीलू दीदी, उपाध्यक्ष, शिक्षाविद् सेवा प्रभाग मा. आबू | आदरणीय ब्रह्माकुमारी कमला दीदी, क्षेत्रीय निदेशिका, इंदौर जोन

केन्द्रीय शिक्षा मंत्री रमेश पोखरियाल निशंक एवम् अन्य अतिथि।

> शांति, आनंद, खुशी, शुद्ध एकांत का मैंने राजयोग ध्यान के माध्यम से अनुभव किया

शिव आमंत्रण लखनऊ/उप्र. आज लखनऊ विश्वविद्यालय एवं ब्रह्माकुमारीज़ के राजयोगा एजुकेशन एंड रिसर्च फाउण्डेशन के शिक्षा प्रभाग के बीच वर्चुअल प्लेटफॉर्म पर एमओयू साइन किया गया है जिसके अन्तर्गत विश्वविद्यालय के शताब्दी वर्ष में मनोविज्ञान विभाग में हैप्पी थिंकिंग लैब की स्थापना की जाएगी। इस एमओयू के अंतर्गत दोनों संस्थान शैक्षिक गतिविधियों को बढ़ावा देने का काम करेंगे। इस अवसर पर मनोविज्ञान विभाग की अध्यक्षा प्रो. मधुरिमा प्रधान ने सभी सहभागियों का स्वागत किया। उन्होने कहा, मौजुदादौर में यह कार्यक्रम बहुत ही प्रासंगिक है। कुलपति प्रो. आलोक कुमार ने कहा, जीवन का सुख भौतिकता की अंधी दौड में नही है। समाज में वास्तविक आनंद को स्थापित करने और नैतिक प्रोत्साहन के लिए सकारात्मक सोच बहुत जरूरी है। इस प्रयोगशाला के माध्यम से शांति और पवित्रता की तलाश पूरी हो जायेगी। प्रयोगशाला में अध्यात्म और विज्ञान का परस्पर समन्वय समाज और राष्ट्र के लिए बहुत लाभकारी होगा। ब्रह्माकुमारीज़ के शिक्षा प्रभाग के अध्यक्ष बीके डॉ. मृत्युंजय ने कहा, जैसा हम सोचते है वैसा ही हम बन जाते है। सोच मे सकारात्मक परिवर्तन ही समाज और विश्व में परिवर्तन लायेगा। गोमती नगर सेवाकेन्द्र की प्रभारी बीके राधा ने ऑनलाइन कार्यक्रममें लैब के लाभों पर प्रकाश डाला। कहा, कि आध्यात्म एक आंतरिक विज्ञान है, जिसे सीखकर व्यक्ति सदा खुशनुमा जीवन जी सकते है। इसके साथ ही मुम्बई से कॉपोरेट ट्रेनर बीके प्रो. ई.वी. स्वामीनाथन ने कहा, जीवन खुशनुमा बनने के लिए हैप्पी थिंकिंग बहुत जरूरी है और ऑनलाइन प्रेजेंटेशन के माध्यम से यूनिवर्सिटी में बनने वाले लैब की रुप रेखा को दर्शाया। हैप्पी थिंकिंग लैब यानी ऐसी प्रयोगशाला जहां खुश रहने के प्रयोग होंगे और उनको जीवन में लागू भी किया जाएगा। लखनउ विश्वविद्यालय के विद्यार्थी इसका लाभ उठाकर अपने जीवन में सकारात्मकता ला सकेंगे।

घर की सफाई के साथ करें मन की सफाई

शिव आमंत्रण रायपुर। दीपावली त्यौहार में हम सब जिस प्रकार घर की सफाई का ध्यान रखते हैं उसी प्रकार अन्तर्मन की सफाई भी जरूरी करनी है। बाहर के अन्धकार को तो मिट्टी के दीप जलाकर दूर कर सकते हैं किन्तु अन्तर्मन में छाए हुए अन्धकार को दूर करने के लिए हमें शुभसंकल्पों के दीप जलाने होंगे।

यह विचार प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की क्षेत्रीय निदेशिका बीके कमला ने दीपावली पर चौबे कालोनी में आयोजित आध्यात्मिक समारोह में व्यक्त किए। उन्होंने आह्वान करते हुए कहा, कि आओ हम सभी मनुष्य सत्य परमात्मा से सत्य ज्ञान की ज्योति जगाकर अपने जीवन को पावन बनाएं। अपनी आत्म ज्योति जगाकर ईश्वरीय मिलन का वास्तविक सुख प्राप्त करें। ऐसे मनोपरिवर्तन से ही पृथ्वी पर स्वर्ग आएगा जहाँ श्री लक्ष्मी और श्री नारायण का राज्य होगा। उन्होंने आगे कहा, कि आत्मा ही सच्चा दीपक है। विकारों के वशीभूत हो जाने के कारण आत्मा का प्रकाश कम हो गया है। लोगों का अन्तर्मन काम, क्रोध आदि विकारों के अधीन हो गया है। ऐसे विकारी मनुष्यों के बीच श्री लक्ष्मी का शुभागमन भला कैसे हो सकता है? यह कैसी विडम्बना है कि मन-मन्दिर की सफाई करने की जगह बाहरी सफाई से ही हम खुश हो जाते हैं। इस समय परमपिता परमात्मा जो कि जन्म-मरण के चक्र में न आने के कारण सदा ही जागती ज्योति हैं, हम मनुष्य आत्माओं की ज्ञान और योग से ज्योति जगाकर पावन बना रहे हैं। दीपावली का त्यौहार परमात्मा के इन्हीं कर्मों की यादगार है। उन्होंने कहा, कि हमेशा दूसरों के लिए अच्छा सोचें। सदैव शुभ सोचेंगे तो लाभ होना ही है। इसीलिए हमारी भारतीय संस्कृति में जब कोई नया कार्य शुरू करते हैं तो स्वस्तिक के साथ शुभ और लाभ लिखते हैं क्योंकि शुभ के साथ लाभ जुड़ा हुआ है। प्रारम्भ में बीके कमला ने परमपिता परमात्मा के ईश्वरीय महावाक्य पढ़कर सुनाया। पश्चात शिवबाबा को भोग स्वीकार कराया गया। इस अवसर पर सेवाकेन्द्र को रंग बिरंगी लाइटों से सजाया गया था।

दीपावली में दीप प्रज्वलन करती बीके कमला एवं बीके बहनें।

दीपावली

रांची में दीपावली पर्व पर बीके निर्मला के विचार....

जगाओ आत्मा की ज्योति और मिटाओ विश्व का अंधियारा

शिव आमंत्रण रांची। झारखण्ड के रांची सेवाकेन्द्र पर चैतन्य लक्ष्मी नारायण की झांकी सजाई गई, इस अवसर पर एडवोकेट विशाल तिवारी, इंजीनियर शैलेन्द्र सिंह ने शिरकत की और दीवाली पर्व की सभी को ढ़ेर सारी शुभकामनाएं दी, वहीं सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके निर्मला ने जीवन से अहंकार का अंधेरा मिटाने के साथ इस पर्व पर जीवन को रोशन करने की बात कही। इस मौके पर एडवोकेट विशाल तिवारी ने कहा, लॉकडाउन के दरम्यान हमे यह एक अच्छाअवसर मिला कि हम घरकी सफाई, अंदर की सफाई करें। लगता है कि इस प्रकाश पर्व सब ब्रह्माकुमार-कुमारियों की भी अंदर की सफाई हो गई है। इंजीनियर शैलेन्द्र सिंह ने कहा, हमे यहां आकर इतना अच्छा लग रहा है कि हम बातों में बया नही कर सकते। बीके निर्मला ने कहा, हम सब ज्ञान की ज्योत जगाकर, आत्मा की ज्योत जगाकर विश्व का अंधियारा मिटायेंगे। रोशनी सबको बहुत प्रिय लगती है इसलिए इसको रोशनी का पर्व भी कहा जाता है, प्रकाश पर्व भी कहते है।

लक्ष्मीनारायण की चैतन्य झांकी के साथ बीके निर्मला व बीके परिवार।

नई राहें

[बीके पुष्पेन्द्र]

संयुक्त संपादक, शिव आमंत्रण

जीवन को नई दिशा देने का उचित समय

समय और परिवर्तन वह नींव हैं जिन पर पूरा जीवन चक्र निर्भर करता है। समय के साथ चलना और उसके अनुकूल खुद में परिवर्तन कर ढाल लेना श्रेष्ठ व्यक्ति की पहचान है। कई नामी गिरामी कंपनियां सिर्फ इसलिए डूब गईं या घाटे में चली गईं क्योंकि उन्होंने समय के साथ अपने प्रोडक्ट में न परिवर्तन और न ही अपडेट किया। समय, परिवर्तन मांगता है। इसे जो जितनी जल्दी स्वीकार कर लेता है वह उतनी ही तेज गति से जीवन के रण में मैदान मारता है।

जीवन की भागमभाग में हम इतने मशगूल हो गए थे कि न खुद के लिए और न ही परिवार और आत्म उन्नति के लिए समय बचा था। ऐसे में कोरोना ने समय के साथ खुद को बदलने का मौका दिया है। जीवन को नई दिशा देकर उसे सफल और उपयोगी बना सकते हैं।

हम रोजाना की दिनचर्या में रिश्तेदारों, मित्रों, परिवारजन, सहकर्मियों से संवाद करते हैं लेकिन यह भूल जाते हैं कि इस शरीर रूपी मंदिर में एक दिव्य मूर्ति आत्मा भी विराजमान है। जैसे हम शरीर के नाते-रिश्तेदारों को रोजाना याद करते हैं, उनके साथ समय बिताते हैं, सुख-दु:ख की बातें सांझा करते हैं, वैसे आत्मा भी अपने प्यारे पिता परमात्मा से मिलन मनाने के लिए तड़पती है, उन्हें याद करती है। वह भी अपने प्यारे पिता के पास जाना चाहती है, उन्हें अपने सुख-दु:ख की बातें बताना चाहती है लेकिन हम शरीर के भौतिक साधनों को जुटाने में इतने मशगूल हो गए हैं कि अपने मन की आवाज को ही दबा कर उसे भुला दिया है। आत्मा को उसके प्यारे पिता से दूर कर दिया है।

आत्मा मानव से सवाल कर रही है- हे! मानव, तू शरीर को सजाने-संवारने के लिए तो रोजाना घंटों लगा देता है लेकिन इस मंदिर में जो सुंदर मूर्ति है, उसके लिए तेरे पास पलभर का भी समय नहीं है? शरीर के नाते-रिश्ते जो सिर्फ एक जन्म के हैं लेकिन तू जीवनभर इनके लिए झूठ, बेईमानी, लालच, भ्रष्टाचार से धन जुटाता रहता है। तेरे गलत और पाप कर्मों के बोझ तले अब मैं थक चुकी हूं। शरीर के गलत कर्मों के चलते मेरी रूप सांवला हो गया है। अब मैं भी अपने मूल स्वरूप में लौटकर सजना-संवरना चाहती हूं। मैं भी अपने दिव्य गुणों प्रेम, पवित्रता, ज्ञान, आनंद, शक्ति सुख, शांति से खुद को संवारना चाहती हूं। मेरा भी मन अब संसार के इन प्रपंचों, पांच विकारों से ऊब चुका है। वह अब इस पांच तत्वों की दुनिया से पार अपने पारलौकिक घर जहां मेरे परमपिता निवास करते हैं वहां जाना चाहता है, उनकी याद में खोकर आनंद से भरपूर होने के लिए आतुर है। हे! मानव अब तो तू अपनी अज्ञान-अंधियारे की नींद से जाग। मुझे से मिलन मनाने के लिए स्वयं मेरे पिता परमात्मा तेरे दर पर आकर तुझे पुकार रहे हैं। मुझ आत्मा सजनियां के शिव साजन अब मुझे लेने आए हैं। अब मुझे जाना है, अपने घर, अपने देश, अपने धाम। अब तो जागों हे! मानव। समय को पहचानो, परिवर्तन की इस बेला को पहचानो और अपने जीवन को नई दिशा दो। **अभी नहीं तो कभी नहीं....**

सार समाचार

नकारात्मकता से ऊपर उठें, खुशियों से भरपूर रहें: बीके डेनिस

ऑनलाइन वेबीनार की वक्ता बीके डेनिस।

शिव आमंत्रण > लेस्टर। नकारात्मक भावनाएं स्ट्रेस हार्मोन को रिलीज करती हैं, जिनका मानसिक ही नहीं, शारीरिक स्वास्थ्य पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। नकारात्मक भावनाएं हमारे शरीर की एक-एक कोशिका को प्रभावित करती हैं, जिससे कई बीमारियां जन्म लेती हैं। लेस्टर में ब्रह्माकुमारीज के हारमनी हाउस रिट्रीट सेंटर द्वारा ट्रांसेंड निगेटिव फीलिंग्स यानी नकारात्मक विचारों से पार जाएं विषय पर ऑनलाइन टॉक आयोजित हुई। इसमें जर्मनी से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके डेनिस ने संबोधित किया। इस मौके पर बीके डेनिस ने कहा कि साप्ताहिक कोर्स के बाद सकारात्मक विचारों को आप मन में स्थान देते हैं तो राजयोग के आधार से सच्चे सपने साकार होने लगते हैं। आपका मन खुशियों की ऊंची उड़ान भरने लगता है और नकारात्मक बातों के प्रभाव से मन कोसों दूर रहता है।

आत्मा सत्य, शरीर विनाशी

शिव आमंत्रण > हरारे। जिम्बाब्वे के हरारे में विशेष वर्ल्ड मेंटल हेल्थ डे के अवसर पर ऑनलाइन सेशन रखा गया जिसमें नैरोबी केन्या से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके प्रतिभा ने मानसिक स्वास्थ्य को लेकर कई गहन मुद्दों पर चर्चा की। बीके प्रतिभा ने कहा, मानव एक रासायनिक शरीर है, अणु और रसायन से बना हुआ है, जबकि अस्तित्व आध्यात्मिक है। उसे आत्मा कहते है। वही सत्य है, शरीर विनाशी है। विकास सत्य ज्ञान के आधार पर उसका करना है और जीवन में चिरंतन खुशी प्राप्त करनी है।

ऑनलाइन सेशन में अपने विचार व्यक्त करते हुए बीके प्रतिभा।

भावनात्मक दुःख को भर सकता है राजयोग

शिव आमंत्रण > ऑस्ट्रेलिया। उद्दंडता करने वाले हमेशा छोटे कहे जाते हैं और क्षमा करने वाले ही बड़े बनते हैं। क्षमा इस गुण की परिभाषा और इसके लाभों से अवगत करने हेतु लेस्टर में ब्रह्माकुमारिज के हारमनी हाउस सेण्टर द्वारा वुंड्स हिल विद फर्गिवनेस थीम के तहत ऑनलाइन सेशन रखा गया जिसे ऑस्ट्रेलिया में ब्रह्माकुमारिज के डायरेक्टर बीके चार्ली हॉग ने संबोधित किया साथ ही इमोशनल एवं मेंटल पेन को मेडिटेशन के माध्यम से हील करने के उपाय बताए और राजयोग का अभ्यास भी कराया।

बीके चार्ली संबोधित करते हुए।

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

यूरोप एवं मिडिल ईस्ट में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके जयंती के विचार...

शक्तियों की लड़ाई थी ईश्वरीय ज्ञान के आधार पर, पांच विकारों को किया खत्म

भगवान के ज्ञान व निश्चिंत स्थिति की ढाल द्वारा पांच विकारों को खत्म किया

शिव आमंत्रण > डलास, टेक्सास। वास्तव में शक्तियों ने शस्त्रों से कोई हिंसक लड़ाई नहीं लड़ी थी बल्कि ईश्वरीय ज्ञान की प्रतिभा, मधुर वाणी की कमान, सत्यता के तीर और ज्ञान व निश्चिंत स्थिति की ढाल द्वारा पांच विकारों को खत्म किया। साथ ही अन्य लोगों को भी इन विकारों पर जीत पाने की प्रेरणा दी। टेक्सास में ब्रह्माकुमारीज के डलास सेवाकेंद्र द्वारा इस पावन पर्व पर बीइंग शिव शक्ति थीम के तहत ऑनलाइन कार्यक्रम रखा गया, जिसमें यूरोप एवं मिडिल ईस्ट में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके जयंती ने पर्व का आध्यात्मिक रहस्य समझाया।

ऑनलाइन सेशन में शामिल अतिथि।

मॉरीशस में विश्व शांति के लिए निकाली रैली

मॉरीशस में निकाली गई रैली का एक दृश्य।

शिव आमंत्रण > पोर्ट लुईस। इस वर्ष विश्व शांति दिवस की थीम शेपिंग पीस टूगेदर रही जिसके तहत पुरे विश्व में कई तरह के कार्यक्रमआयोजित किए गए। मॉरिशस में ब्रह्माकुमारिज एवं किंग सेवर्स कंपनी द्वारा रैली निकाली गई जिसमे विविध स्थानों पर जाकर बीके सदस्यों द्वारा विश्व शांति एवं पर्यावरण संरक्षण के लिए संगठित योग किया गया। इसके अलावा इंटरफेथ डायलॉग एवं एक्जिबिशन के माध्यम से सभी को आध्यात्मिकता की परिभाषा के साथ स्वयं का एवं परमात्मा का परिचय दिया गया।

अवार्ड वैश्विक सांस्कृतिक और मानवीय मूल्यों की उत्थान...

डॉक्ट्रिन ऑफ लेटर्स अवार्ड से बीके पायल सम्मानित

अवार्ड के साथ बीके पायल और सभा को संबोधित करते हुए बीके पायल।

शिव आमंत्रण > सेन फर्नांडो। अमेरिका के सेन फर्नांडो में वैश्विक सांस्कृतिक और मानवीय मूल्यों के उत्थान और विश्व शांति और सद्भाव के संवर्धन और संरक्षण में योगदान के लिए ट्रिनीदाद और टोबैगो से वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके पायल को ऑनररी डॉक्ट्रिन ऑफ लेटर्स अवार्ड से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर न्याय पूर्ण और न्याय संगत समाज के लिए शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए उनकी उपलब्धियों की सभी ने सराहना की।

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 ● RNI No.: RJHIN/2013/53539