RNI:RAJHIN/2013/53539
Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2024-26
Licensed to Post without pre-payment
No. RJ/WR/WPP/18/2024-26
Posted at Shantivan P.O. Dt. 17 to 20 of Each Month

शिव आमंत्रण

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण
वर्ष-11, अंक-09, हिन्दी (मासिक), सितंबर 2024, पृष्ठ 16, मूल्य- 12:50

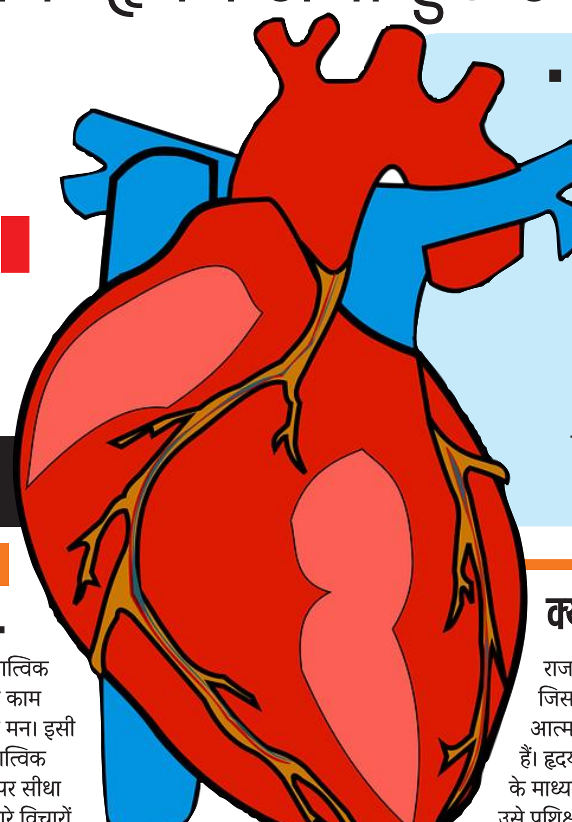
गणेश चतुर्थी की हार्दिक शुभकामनाएं

श्री डायमेंशल हेल्थ केयर प्रोग्राम फॉर हेल्दी माइंड हार्ट एवं बॉडी (कैड) प्रोग्राम

अब तक 15 हजार से अधिक हृदय रोगी हुए स्वस्थ

यहां हृदय रोगी कहते हैं... 'मैं हूं दिलवाला'

राजयोग मेडिटेशन की है सबसे अहम भूमिका



- राजयोग मेडिटेशन, व्यायाम और संतुलित भोजन से ठीक हो रहे हृदय रोगी
- **कई मरीजों के 90 फीसदी तक ब्लॉकेज खुले, एंजियोग्राफी की जरूरत नहीं पड़ी**
- मरीजों को डॉक्टर ने बायपास के लिए कहा, ट्रेनिंग से बदल गई जिंदगी

शिव आमंत्रण, आबू रोड, राजस्थान।

जैसा अन्न-वैसा मन और जैसा मन- वैसा जीवन। इस महावाक्य पर वर्षों तक शोध और रिसर्च कर प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के मेडिकल प्रभाग ने एक ऐसी तकनीक विकसित की है जिससे डॉक्टर भी अचंभित हैं। इसे श्री डायमेंशल हेल्थ केयर प्रोग्राम फॉर हेल्दी माइंड, हार्ट एवं बॉडी (कैड) प्रोग्राम नाम दिया है। इसके तहत हृदय रोगियों के लिए मुख्यालय शांतिवन में सात दिवसीय ट्रेनिंग आयोजित की जाती है। संस्थान में समर्पित रूप से सेवाएं दे रहे वरिष्ठ हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. सतीश कुमार गुप्ता ने आध्यात्मिकता में रिसर्च कर इस पद्धति का विकास किया है, जो हृदय एवं डायबिटीज के रोगियों के लिए वरदान साबित हुई है। इसका उद्देश्य हृदय रोगियों को बिना बायपास सर्जरी और ऑपरेशन के ठीक करना है। 1998 में शुरू किए गए इस थ्रीडी प्रोग्राम की हाल ही में 181वीं ट्रेनिंग आयोजित की गई। इसमें अब तक 15 हजार से अधिक हृदय रोगियों ने भाग लिया है जो अब स्वस्थ जिंदगी जी रहे हैं।

90 फीसदी तक ब्लॉकेज हो गए सामान्य

कैड प्रोग्राम के दौरान इन सभी मरीजों को दिलवाले के नाम से पुकारा जाता है। राजयोग मेडिटेशन, संतुलित व सात्विक आहार, नियमित व्यायाम और प्रशिक्षण से हजारों हृदय रोगियों का दिल फिर से सामान्य लोगों की तरह धड़कने लगा है। सैकड़ों ऐसे लोग हैं जिन्हें हार्ट में 90 फीसदी तक ब्लॉकेज हो चुके थे और डॉक्टर्स ने बायपास सर्जरी कराने की सलाह दी थी, लेकिन कैड की ट्रेनिंग के बाद आज स्वस्थ जीवनशैली जी रहे हैं। बायपास की भी जरूरत नहीं पड़ी और ब्लॉकेज भी खुल गए हैं या पहले से कम ब्लॉकेज रह गए हैं।

95 फीसदी बीमारियों का कारण है मन

कैड प्रोजेक्ट के को-ऑर्डिनेटर डॉ. सतीश गुप्ता ने बताया कि विभिन्न शोध में पाया गया है कि 95 फीसदी बीमारियों का कारण हमारा मन है। मेडिकल साइंस ने शरीर की बीमारियों का इलाज तो खोज लिया है लेकिन मन की बीमारियों का अभी तक कोई इलाज संभव नहीं हो पाया है। सिर्फ मेडिटेशन से ही मन के सभी प्रकार के रोगों का उपचार संभव है।

सबसे पहले मन में तनाव उत्पन्न होता है, जिससे शरीर में बीमारी आती हैं। मन की बीमारियों जैसे- जल्दबाजी, चिंता, गुस्सा, डर (डिप्रेशन), हाईपरटेंशन, जल्दी में रहना, असंतोष, नकारात्मक विचार से मन बीमार हो जाता है। जैसे मन में विचार होते हैं वैसा ही इनका शरीर पर प्रभाव पड़ता है। धीरे-धीरे यह शरीर में विकृति (बीमारी) का कारण बनते हैं। इन सभी मानसिक विकृतियों का मुख्य कारण गलत जीवनशैली है।

भोजन पर तय होता है मूड...

डॉ. गुप्ता ने बताया कि स्वस्थ तन और मन के लिए सात्विक आहार और राजयोग मेडिटेशन संजीवनी बूटी की तरह काम करता है। कहा जाता है जैसा खाओगे अन्न, वैसा होगा मन। इसी सिद्धांत का पालन करते हुए हमें अपनी दिनचर्या में सात्विक आहार ही लेना चाहिए। क्योंकि हमारे भोजन का मन पर सीधा प्रभाव पड़ता है। इसके साथ ही राजयोग मेडिटेशन हमारे विचारों को शुद्ध, पवित्र और सकारात्मक बनाने की एक पद्धति, कला और विज्ञान है। शोध में पाया गया है कि यदि व्यक्ति को भोजन अच्छा मिले तो मन और दिल खुश हो जाता है। भोजन से हमारा मूड बदल जाता है। जैसा हमारा मूड होता है वैसा ही हम भोजन करते हैं। जब हम कड़वाहट महसूस करते हैं तो उसे दूर करने के लिए मीठा खाकर दूर करते हैं। संबंधों में खुश्की आने पर तला खाने, बोरिंग महसूस करते करने पर चटपटा खाने का मन करता है। मेडिटेशन से हम मन की सभी अवस्थाओं में स्थिर रहना सीखते हैं। सभी शारीरिक और मानसिक बीमारियों की जड़ तनाव है। इसके अलावा गलत खानपान, देर से सोना और देर से उठना, नशे की लत, चाय-कॉफी, अनियमित दिनचर्या, वर्क लोड, चिंता, डर, दु:ख आदि कारण भी सामने आए हैं।

क्या है राजयोग मेडिटेशन

राजयोग मेडिटेशन अंतर्जगत की वह यात्रा है जिसमें हम अपने विचारों का आत्म निरीक्षण, आत्म विश्लेषण और नियंत्रण करना सीखते हैं। हृदय रोगी के लिए पहले दिन से कॉमेन्ट्री के माध्यम से मेडिटेशन की अवस्था में बैठाकर उसे प्रशिक्षक विचार देते जाते हैं और रोगी उस विचार के अनुसार अनुभव करता है। जैसे मेडिटेशन में बताया जाता कि... मैं एक आध्यात्मिक ऊर्जा हूं... मैं दिव्य शक्ति इस शरीर की मालिक, भृकुटी के मध्य विराजमान एक चैतन्य ऊर्जा हूं...मैं आत्मा स्वस्थ हूं...मैं आत्मा खुश हूं...खुशी मेरा निजी गुण है, संस्कार है...मेरे सिर पर सदा मेरे इष्ट, मेरे आराध्य परमपिता परमात्मा का वरदानी हाथ है....मैं उनकी छत्रछाया में खुद को शांत और सुखी महसूस कर रही हूं....मेरी सारी चिंताएं और समस्याएं परमात्मा को अर्पण कर दी हैं... मेरे इष्ट मुझे वरदान दे रहे हैं सदा सफलतामूर्त भव...मेरे जीवन की सारी चिंताएं दूर हो गई हैं... मेरा जन्म महान कार्यों के लिए हुआ है... इस तरह आंखों को खुला रखकर खुद को आत्मा समझकर परमपिता परमात्मा से संवाद करना सिखाया जाता है। यह अभ्यास रोजाना एक नियत समय पर एक घंटा करते हैं तो 21 दिन के अंदर माइंड का औरा (चक्र) विचारों के अनुकूल तैयार हो जाता है। मेडिटेशन का सबसे ज्यादा असर पड़ता है।

राजयोग से तनाव हो जाता छूमंर

राजयोग मेडिटेशन में हम लगातार सकारात्मक, प्रेरणादायी, खुशी, सुख, शुभभावना, शुभकामना, दूसरों के प्रति कल्याण की भावना के विचारों को उत्पन्न करते हैं। इससे हमारे मन में सकारात्मक और खुशी के विचारों का एक आवरण तैयार हो जाता है। लगातार यह विचार मन में चलने से हमारे अंदर आत्म विश्वास पैदा होता है और मन शक्तिशाली बनता है। यही स्वस्थ रहने का आधार है। राजयोग हमें वर्तमान में जीना सिखाता है। इससे व्यर्थ विचार समाप्त हो जाते हैं।

प्रशिक्षण में तीन बातों पर रहता है फोकस-

- **पहला: मेडिटेशन-** इस प्रशिक्षण में आने वाले प्रत्येक मरीज के लिए सबसे पहले राजयोग मेडिटेशन की विधि सिखाई जाती है। सभी को ब्रह्ममुहूर्त में 4 बजे उठना कमपलसरी होता है। इस दौरान गाइड मेडिटेशन करने के लिए विचार देते हैं और उसी अनुसार मरीज उसे फॉलो करते हुए मन ही मन में दोहराते हैं, उसका चिंतन करते हैं।
- **दूसरा: हेल्दी भोजन-** कैड प्रोग्राम में मरीज के लिए संतुलित और हेल्दी डाइट दी जाती है। सुबह, दोपहर और रात के भोजन का एक तय मीनू रहता है। कब, क्या और कितना ग्रहण करना है, यह सब तय होता है। खासतौर पर सलाद और अंकुरित अनाज को शामिल किया जाता है।
- **तीसरा: व्यायाम-** सभी प्रशिक्षणर्थियों के लिए रोज सुबह व्यायाम, तेज पैदल चलना कम्पलसरी रहता है। जो मरीज पहले दिन आते हैं और आधा किमी पैदल नहीं चल पाते थे, वह प्रशिक्षण के दौरान ही पांच किमी तक पैदल चलने लगते हैं।

लोगों में जागरूकता लाना जरूरी

हृदय रोग से संबंधित सुरक्षा, उपचार और इसके रोकथाम के विषयों पर विशेषज्ञों से विचार-विमर्श कर स्वयं को बहुत ही खुश अनुभव कर रहा हूं। यहां हृदय रोग के प्रति जागरुकता लाने का कार्य किया जा रहा है जो बहुत ही सराहनीय है। आज जिस तरह से हृदय रोग की समस्या दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है, उससे बचने में भारतीय जीवन पद्धति बहुत ही कारगर है। भारतीय जीवन पद्धति शरीर के लिए आवश्यक तीनों डायमेंशन - हेल्दी भोजन, व्यायाम और मेडिटेशन को पूरा करती है। इसके लिए लोगों में जागरुकता लाने की आवश्यकता है।

- डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम, पूर्व राष्ट्रपति, भारत सरकार

हार्ट में ब्लॉकेज होने का मुख्य कारण है नकारात्मक सोच

हमारे संकल्प करते हैं शरीर का निर्माण, स्वस्थ शरीर के लिए सकारात्मक, शुद्ध और श्रेष्ठ संकल्प जरूरी

शिव आमंत्रण, आबू रोड, राजस्थान।

हमारी सोच, हमारे व्यक्तित्व के साथ हमारे शरीर का भी निर्माण करती है। यदि कोई व्यक्ति किसी विशेष संकल्प को लगातार तीन माह तक रोजाना सुबह-शाम और दिनभर करे तो वह उसका स्वरूप बन जाता है। तीन माह में वह संकल्प हमारा संस्कार बन जाता है। हम वैसे ही कर्म करने लगते हैं। इसलिए कहा जाता है कि महान कर्म करने के लिए पहले महान सोच होना चाहिए। आज तमाम बीमारियों की मुख्य जड़ है हमारी नकारात्मक सोच। नकारात्मक सोच के कारण ही हार्ट में ब्लॉकेज बनते हैं। जिन लोगों में जल्दबाजी होती है, दूसरों में कमियां देखते हैं, उन लोगों में ज्याता ब्लॉकेज बनते हैं और हार्ट अटैक आता है। जो बात- बात पर गुस्सा करते हैं उन्हें ब्लॉकेज होते हैं।

तनाव बढ़ने से कोशिकाओं की कार्य क्षमता होती है प्रभावित

वैज्ञानिक शोध से भी यह सिद्ध हो चुका है कि शरीर की बीमारी का सीधा संबंध हमारे विचारों से है। जब हमारे मन में ईर्ष्या, द्वेष, नफरत, घृणा, अहं के विचार चलते हैं तो शरीर की कोशिकाओं में तनाव बढ़ता है। तनाव बढ़ने से उनके कार्य करने की क्षमता प्रभावित होती है और उनकी वृद्धि अनियमित हो जाती है। असमय कोशिकाओं की मृत्यु होने से शरीर का पूरा तंत्र बिगड़ जाता है। इससे हृदय से लेकर लीवर व शरीर के अन्य अंग भी प्रभावित होते हैं। परिणामस्वरूप विभिन्न बीमारियां अपना घर बना लेती हैं। शोधकर्ताओं के मुताबिक हृदय रोग का प्रमुख कारण तनाव है।

शरीर की जैविक घड़ी को जानना है बेहद जरूरी

हर व्यक्ति के हाइपोथैलेमस में एक जैविक घड़ी होती है। जिसमें सोने, उठने, सैर करने, भोजन आदि का समय निश्चित किया रहता है। यदि हम इस घड़ी का पालन करते हैं तो सदा स्वस्थ और खुश रह सकते हैं। आज के व्यस्त जीवन में मनुष्य आए दिन तरह-तरह के तनाव के कारण इस घड़ी का पालन नहीं कर पाता है। एक नींद की साइकल 120 मिनट की होती है। इसके अनुसार रात के 12 बजे तक हमारी नींद का एक चक्र पूरा हो जाना चाहिए। एक नींद की साइकिल 120 मिनट होती है। यदि सोने के पहले दिनभर के सारे क्रिया-कलापों का निरीक्षण कर 10 बजे तक सो जाएं तो 10 से 12 बजे के बीच सिर्फ 10 मिनट ही रीम नींद अर्थात् सपने वाली नींद होती है। 12 बजे से 2 बजे के बीच में 30 मिनट रीम नींद होती है। 2 बजे से 4 बजे के बीच 50 मिनट रीम नींद होती है। चार बजे तक देखे गए सपने याद भी नहीं रहते, लेकिन यदि हम प्रातः 4 बजे से 6 बजे तक सोते हैं तो उसमें 90 मिनट डरावने स्वप्न आते हैं। उस समय हमारे पिट्यूटरी ग्रंथि से तनाव वाले हार्मोन जैसे कि एसीटीएच ज्यादा मात्रा में निकल जाता है। इससे हमारी एड्रिनल ग्रंथि से ज्यादा मात्रा में एड्रिनालाइन और कोर्टिसोल नामक तनाव बढ़ाने वाले हार्मोन निकल आते हैं। इससे हम पूरा दिन जल्दबाजी, चिंता, गुस्सा, उदासी आदि महसूस करते हैं और कार्यक्षमता भी घट जाती है।

हृदय रोग के प्रमुख कारण-

रिसर्च में पाया गया है जो व्यक्ति हर समय तनाव, जल्दबाजी, चिंता, गुस्सा, उदासी, नाजुक और भावुक स्वभाव, अपने मन की बात दोस्तों व संबंधियों से न कह पाना माना मन ही मन कुढ़ते रहते हैं, रात को देर से सोना, सुबह देर से उठना, अधिक वसायुक्त तले खाद्य पदार्थ, मिठाइयों का अत्यधिक सेवन, धूम्रपान का सेवन करते हैं, ऐसे लोगों को हृदय रोग होने की संभावना सबसे अधिक होती है।

उच्च रेशायुक्त भोजन है वरदान

विशेषज्ञों का मानना है उच्च रेशायुक्त भोजन हृदय के साथ शरीर को भी स्वस्थ रखता है और हमें बीमारियों से बचाता है। भोजन में यदि रेशे की मात्रा रोज 10 ग्राम बढ़ाई जाए तो मौत का खतरा 15 फीसदी कम हो जाता है। भोजन में मौजूद रेशे कोलेस्ट्रॉल और ब्लड प्रेशर को ठीक करते हैं। अनाज और चोकर में प्रचुर मात्रा में फाइबर और केला, सेव, मूली, गाजर, आलू, सब्जियां और चोकर में प्रचुर मात्रा में रेशा पाया जाता है, जो शरीर के लिए वरदान है।

यह करें

- हर दिन कम से कम पांच हजार कदम और ज्यादा से ज्यादा दस हजार कदम चलें। इसके लिए फीडोमीटर का इस्तेमाल करें। प्रतिदिन कम से कम 30-35 मिनट रोजाना चलें।
- कोलेस्ट्रॉल कम करने के लिए दिनचर्या और आहार को नियंत्रित करें। सफोला व सरसों तेल का इस्तेमाल ज्यादा करें। ट्रांसफेट और सेचुरेटेड फेट का इस्तेमाल बंद करें। तला हुआ नहीं खाएं। भैंस की जगह गाय का देशी घी इस्तेमाल करें।
- ब्लड प्रेशर का लेवल 140/80 रहे इसका ध्यान रखें। इसके लिए अपने बुजुर्गों की दिनचर्या अपनाएं।
- रोजाना हरी सब्जी, अंकुरित अनाज, अंकुरित दालें, मैथी, गवार फली और सीजन का फल भोजन का हिस्सा हो।
- विटामिन ए वाले फल गाजर, पपीता, आम, विटामिन बी- आंवला, अमरुद, विटामिन सी- अंकुरित धान आदि भोजन में शामिल करें।
- भोजन हमेशा चबाकर खाएं। बातचीत नहीं करें। न ही टीवी देखें और अखबार पढ़ें। अतिरिक्त नमक और चीनी नहीं लेना चाहिए क्योंकि ये अप्राकृतिक है।

यह नहीं करें

- भूख नहीं होने पर जबरदस्ती खाना नहीं खाएं।
- इतनी कैलोरी नहीं खाएं जिसे दैनिक कार्यों से जला नहीं सकें।
- महिलाएं घर में की जा रही भागदौड़ को एक्सरसाइज नहीं मानें, कम से कम पांच हजार कदम चलना जरुरी।
- खाने की प्लेट में दूसरी बार खाना नहीं लें। इसे पोर्शन कंट्रोल कहा जाता है।
- हृदय रोगियों को तली हुई चीजें, वनस्पति घी, क्रीम, मक्खन, मलाई युक्त दूध से बनी वस्तुएं, पनीर, मांसाहारी भोजन और अंडे नहीं खाना चाहिए।

यह खाएं

- संतुलित आहार लें, जिसमें कार्बोहाइड्रेड, प्रोटीन, विटामिन, वसा, मिनरल संतुलित रुप में हो।
- मैदा और बिना भूसी के सफेदी आटे की रोटी की बजाय ज्वार, बाजरा, जौ, जई, मक्का के मिश्रण की रोटी खाएं। इससे कॉम्पलेक्स कार्बोहाइड्रेड मिलेगा जो स्वास्थ्वर्धक है।

- ज्यादा से ज्यादा फल और सब्जियों का इस्तेमाल करें। दाल का इस्तेमाल प्रोटीन के लिए करें।

स्वस्थ रहने के लिए इन्हें करें आदतों में शुमार...

- सात किलो गेहूं आटे में एक किलो काला चना, एक किलो सोयाबीन, डेढ़ किलो जौ का मिश्रण कर आटे की रोटी खाने की सलाह दी। इसके पहले सोयाबीन को 20 मिनट पानी में उबालकर सुखाने के बाद पिसवाना चाहिए। साथ ही चपाती बनाने के तीन घंटे पहले आटा भिगोना चाहिए।
- पूरे दिन में दो चम्मच से ज्यादा तेल का इस्तेमाल नहीं करें। खाने में एक ही तेल को लंबे समय तक खाने में उपयोग नहीं करें। ज्यादा रिफाइंड वाले तेल को खाने से बचें। सोयाबीन, मक्का, सरसों, राई और जैतून के तेल का खाने में उपयोग करना चाहिए।
- सब्जियों और फलों को खाने से पहले कम से कम 2-3 बार अच्छे पानी से धोएं, बाद में स्वच्छ कपड़े से पोंछे।
- रात में सोयाबीन भिगो दें। सुबह मिक्की में चलाकर 150 ग्राम पाउडर एक लीटर पानी में डालकर इसे छाने लें। इससे निकले रस को 4 बार उबालने से सोयाबीन दूध तैयार हो जाएगा। इससे शरीर के लिए जरुरी प्रोटीन मिल जाता है।

डॉक्टर बोले- स्टेंट डालना पड़ेगा

कैड ट्रेनिंग के बाद एक साल में खुल गए 50% ब्लॉकेज

अबोहर पंजाब के रिटायर शिक्षक प्रेम कुमार का राजयोग से बदला जीवन

शिव आमंत्रण, आबू रोड।

अबोहर पंजाब निवासी सेवानिवृत्त शिक्षक प्रेम कुमार (64) ने अपना जीवन परिवर्तनकारी अनुभव सुनाते हुए कहा कि सीने में दर्द होने पर वर्ष 2014 में डॉक्टर की सलाह पर एंजियोग्राफी कराई तो हार्ट में एक ब्लॉकेज 100 फीसदी, दूसरा 90 फीसदी, तीसरा 80 फीसदी और चौथा 70 फीसदी ब्लॉकेज मिला। इस पर पीजीआई पंजाब के डॉक्टर्स को चेकअप कराया तो उन्होंने कहा कि स्टेंट लगाना पड़ेगा, लेकिन मैंने इससे साफ इनकार कर दिया। तभी मुझे ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय में चलने वाले थ्रीडी हार्ट केयर कैड प्रोग्राम के बारे में पता चला। मैंने पूरा प्रोग्राम अटेंड किया और यहां बताई गई दिनचर्या को फॉलो किया। इससे मुझे एक सप्ताह में ही काफी फायदा हो गया। यहां का स्वच्छ, सुंदर माहौल, आध्यात्मिक वातावरण, राजयोग ध्यान से मन शांत हो गया। साथ ही संतुलित दिनचर्या और एक्सरसाइज से पूरी दिनचर्या ही बदल गई। फिर एक साल बाद वर्ष 2015 में मैंने चेकअप कराया तो 100 फीसदी वाला ब्लॉकेज 50 पर आ गया। 90 वाला 40, 80 वाला 30 और 70 वाला 30 फीसदी पर आ गया। कैड प्रोग्राम से मेरा पूरा जीवन बदल गया। पिछले नौ साल से खुशनुमा, स्वस्थ जिंदगी जी रहा हूं।

गुस्सा हो गया शांत

पिछले नौ साल से राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कर रहा हूं, इससे मेरा गुस्सा शांत हो गया है। पहले छोटी सी बात पर जल्दी गुस्सा आ जाता था। अब मन शांत रहता है और किसी भी बात पर जल्दी से प्रतिक्रिया नहीं देता हूं। जीवन के प्रति और जीवन में घटिन होने वाली परिस्थितियों के प्रति साक्षी भाव आ गया है। इससे जल्दी से हलचल में नहीं आता हूं। राजयोग ध्या और कैड प्रोग्राम से मेरा पूरा जीवन ही बदल गया है। परमपिता परमात्मा का बारंबार शुक्रिया...

राजयोग के नियमित अभ्यास से मन हो जाता है शक्तिशाली

आत्मा के हर गुण का है शरीर के अंगों से संबंध

जीवन जीने की आ जाती है कला, परमात्म शक्तियों और वरदानों के बन जाते हैं अधिकारी

शिव आमंत्रण, आबू रोड। मन के हारे हार है मन के जीते जीत। जब हमारा मन शक्तिशाली, सशक्त, शांत रहेगा तो नकारात्मकता हम पर हावी नहीं हो पाती है। राजयोग मेडिटेशन में हम लगातार सकारात्मक, प्रेरणादायी, खुशी, सुख, शुभभावना, शुभकामना, दूसरों के प्रति कल्याण की भावना के विचारों को उत्पन्न करते हैं। इससे हमारे मन में सकारात्मक और खुशी के विचारों का एक आवरण तैयार हो जाता है। लगातार यह विचार मन में चलने से हमारे अंदर आत्म विश्वास पैदा होता है और मन शक्तिशाली बनता है। यही स्वस्थ रहने का आधार है। राजयोग हमें वर्तमान में जीना सिखाता है। इससे व्यर्थ विचार समाप्त हो जाते हैं। राजयोग मेडिटेशन आत्मा का परमपिता शिव परमात्मा से मंगल मिलन कराता है। राजयोग से आत्मा, परमात्म शक्तियों, वरदानों से भरपूर होकर शक्तिशाली बन जाती है।

सात गुण और आठ शक्तियों का रियलाइज करना सिखाया जाता है-

शिविर में हृदयरोगियों को मेडिटेशन के दौरान आत्मा के सात दिव्य गुण ज्ञान, पवित्रता, शांति, प्रेम, सुख, शक्ति और आनंद को रियलाइज करना सिखाया जाता है। साथ ही अष्ट शक्तियों- समाने की शक्ति, सहनशक्ति, सामना करने की शक्ति, समेटने की शक्ति, परखने की शक्ति, निर्णय लेने की शक्ति, सहयोग की शक्ति और विस्तार को संकीर्ण करने की शक्ति का रियलाइजेशन करना सिखाया जाता है।

ये चार का फॉर्मूला अपनाना है जरूरी-

चार नियमः रोज सुबह अमृतवेला अर्थात् ब्रह्ममुहूर्त में उठना। आध्यात्मिक सत्संग (मुरली क्लास), दिनभर अपने संकल्पों पर अटेंशन और शाम को वेंटीलेशन अर्थात मन को आराम देना।

चार मर्यादाएंः शुद्ध अन्न, सत्संग, दैवी गुणों की धारणा और पवित्रता का पालन।

चार परहेजः लगाव, झुकाव, टकराव और प्रभाव से मुक्त रहना।

चार शब्दों का मनन-चिंतनः ए फॉर में आत्मा हूं। बी फॉर बाबा अर्थात् मेरा तो एक शिव बाबा। सी फॉर कनेक्शन अर्थात सदा एक बाबा की याद में मगन रहना। डी फॉर ड्रामा अर्थात् जो हुआ अच्छा हुआ, जो हो रहा है अच्छा हो रहा है और जो होगा वह भी अच्छा होगा। सदा जीवन के प्रति साक्षी भाव रखना। ड्रामा कल्याणकारी है, इस भाव की स्मृति में रहना।

आत्मा के हिसाब से शारीरिक गठन

शरीर की संचालनकर्ता आत्मा की कोई शक्ल नहीं होती है। पांच महीने के शिशु भ्रूण की भी कोई खास शक्ल नहीं होती है। पांच महीने तक सभी शिशु के गुण एक जैसे दिखाई देते हैं। जिस क्वालिटी की आत्मा उस शरीर में प्रवेश करती है। उसी के आधार पर उसके अंगों, चेहरे, मांस-पेशियां, शारीरिक गठन आदि का निर्माण होता है। शरीर का हर अंग आत्मा के सात गुणों से पोषित होता है। शरीर के संभाल एवं विकास के लिए आत्मा के सातों गुणों की आवश्यकता होती है। जो इस प्रकार है-

ज्ञान : यह आत्मा का पहला गुण है। इसका संबंध मस्तिष्क से होता है। हम देखते हैं बचपन से ही कोई बहुत बुद्धिमान होता है तो कोई मंदबुद्धि। यह आत्मा के पूर्वजन्म के संस्कारों के कारण होता है। मस्तिष्क का कनेक्शन शरीर के प्रत्येक अंग से होता है। कौन सी बात नकारात्मक होती है और कौनसी बात सकारात्मक इसका हमें गहराई से ज्ञान होना जरूरी है। इससे हम व्यर्थ कर्मों से बच जाते हैं। मन, आत्मा और स्वस्थ का ज्ञान होना सभी के लिए जरूरी है।

पवित्रता : आत्मा के इस गुण का सीधा संबंध हमारे इम्यून सिस्टम से होता है। पवित्रता (ब्रह्मचर्य) की शक्ति से ही यह सिस्टम कार्य करता है। यदि पवित्रता कम होगी तो शरीर में हमेशा इन्फेक्शन होता रहेगा। पवित्रता का पता हमारे चेहरे और आंखों से लगता है। इस व्रत का पालन करने से मनुष्य निरोगी रहता है। पवित्रता के तेज से हमारी आयु बढ़ती है और आत्मा में बल भरता है। परमात्म आज्ञानुसार एक जन्म पवित्र रहने से 21 जन्म सुख-शांति के राज्य भाग्य के अधिकारी बन जाएंगे।

शांति : शांति आत्मा का स्वधर्म है। जितना हम शांति से रहते हैं उतना हमारा मस्तिष्क और शरीर अच्छे से कार्य करता है। शांति प्रत्येक व्यक्ति को पसंद होती है। शांति की स्थिति में शरीर का प्रत्येक अंग सुचारू रूप से कार्य करता है। श्वास गहरी और धीरे चलती है और फेफड़े शरीर के रोम-रोम तक ऑक्सीजन पहुंचाते हैं। डर एवं चिंता ग्रस्त रहने से हमारी श्वास तेज और ऊपर-नीचे चलती है। इससे आयु कम हो जाती है। शांति से जीवन में आनंद और खुशी रहती है।

प्रेम : प्यार के दो बोल परेशान, दुखी और अशांत आत्मा को प्रसन्न कर देते हैं। प्रेम व स्नेह में वह शक्ति होती है जो पत्थर को भी मोम बना देती है। प्रेमभाव से व्यक्ति में दुख, असुरक्षा, दीन-हीन की भावना दूर होती है। प्रेम रोते हुए को हंसना, निराश को उमंग-उत्साह दिलाता है। किसी ने कहा है इस दुनिया को सिर्फ प्रेम से जीता जा सकता है। आपका प्रेम व स्नेह भरा व्यवहार किसी के जीवन में खुशी भर देता है। प्रेम से हार्ट मजबूत होता है और उसकी कार्यक्षमता बढ़ती है।

सुख : आत्मा की इस शक्ति से हमारी आंतों का सिस्टम मैनेज होता है। सुख अर्थात् खुशी से लीवर और आंतें ठीक तरह से कार्य करती है। कहा भी जाता है कि खुशी जैसी कोई खुराक नहीं है। खुश रहने से जीवन में शांति आती है। दीनता-हीनता और गरीबी दूर होती है। परमात्मा का आशीर्वाद मिलता है और हमारा व्यक्तित्व निखरता है। स्वयं परमात्मा ने कहा है सदा संतुष्ट और खुश रहने वाली मनुष्यात्माएं मुझे प्रिय है। सुख आत्मा का मूल गुण है।

शक्ति : आत्मा की इस स्थिति से आत्मविश्वास बढ़ता है और रोग प्रतिरोधक क्षमता का विकास होता है। कोशिकाओं में अच्छे सेल्स का निर्माण होता है। माइंड पावरफुल बनता है। परिस्थितियों और समस्याओं का सामना करने की शक्ति का विकास होता है। जीवन ऊर्जा बढ़ जाती है। शक्तिशाली आत्मा जीवन के हर क्षेत्र में विकास करती है।

आनंद : खुशी की चरम सीमा आनंद कहलाती है। आनंद शरीर के हार्मोस, पिट्यूटरी ग्रंथि, पैंक्रियाज आदि को कंट्रोल करता है। आनंद हमें सांसारिक वस्तुओं, वैभव और देह के संबंधों से प्राप्त नहीं होता है बल्कि यह परमात्मा का ध्यान करने से प्राप्त होता है। हमारी पूरी त्वचा और बाल तीन महीने में बदल जाते हैं। शरीर की हड्डियां छः महीने में बदल जाती है। केवल मस्तिष्क की कुछ कोशिकाएं ही बचती है, जिन्हें हम मेमोरी सेल्स कहते हैं। यह सब आनंद की परसेंट पर निर्भर करता है।

जब सुप्रीम सर्जन ने परमधाम में किया हार्ट का ऑपरेशन

आबू रोड। दिल्ली में पोस्टिंग के दौरान पहली बार वर्ष 2002 में अटैक आया लेकिन ध्यान नहीं दिया। सामान्य दिनचर्या चलती रही और नौकरी करता रहा। वर्ष 2018 में अजमेर से सेवानिवृत्ति हो गई। अचानक हार्ट की तकलीफ हुई तो डॉक्टर की सलाह पर एंजियोग्राफी कराई। इसमें सात ब्लॉकिज निकले। इसमें 95, 85, 80, 70 और 50 फीसदी दोनों तरफ आरसीए और एलसीएक्स में केल्सीफाइड ब्लॉकेज थे। डॉक्टर्स ने कहा कि आपकी हालत इतनी नाजुक है कि स्टेंट भी नहीं लगा सकते हैं। बायपास सर्जरी करना पड़ेगी। लेकिन मैंने मना कर दिया। चूंकि मैं 30 साल से मेडिटेशन का अभ्यास कर रहा हूं तो कभी अपने मन को कमजोर नहीं होने दिया। मेरी बिल पावर से हार्ट की समस्या मुझ पर हावी नहीं हो पाई। फिर मुझे ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय शांतिवन में चलने वाले कैड प्रोग्राम के बारे में पता चला तो मैंने ज्वॉइन किया। मात्र सात दिन की ट्रेनिंग में ही राजयोग मेडिटेशन, संतुलित आहार, एक्सरसाइज से बहुत आराम मिल गया। पहले जहां कुछ कदम चलने में दिक्कत होने लगी थी यहां आकर सामान्य रूप से पैदल चलने लगा। कैड से मुझे नई जिंदगी मिल गई।

यह कहना है राजस्थान अजमेर निवासी रेलवे से सेवानिवृत्त मैकेनिकल इंजीनियर मंगला प्रसाद (67) का। उन्होंने बताया कि यहां राजयोग मेडिटेशन में सिखाया गया कि कैसे हम अपने मन को शक्तिशाली बनाकर शरीर की बीमारी को ठीक कर सकते हैं। क्योंकि हार्ट का संबंध सीधे तौर पर हमारी भावनाओं, विचारों से है। प्रोग्राम के दौरान राजयोग मेडिटेशन में मैंने अनुभव किया कि ब्रह्मा बाबा मुझसे बोले- बच्चे! शिव बाबा तुम्हारा ऑपरेशन करेंगे, उसी रात से मेरे हार्ट का भारीपन दूर हो गया। फिर मैंने मेडिटेशन में भी यही अभ्यास करना शुरू किया कि शिव बाबा सुप्रीम सर्जन बनकर मेरे हार्ट का ऑपरेशन कर रहे हैं। मेरा अनुभव है कि कैड प्रोग्राम में बताई गई पूरी दिनचर्या, एक्सरसाइज और मेडिटेशन का सही तरीके से पालन करने पर ही हमें फायदा मिलता है। अभी मैं पूरी तरह से स्वस्थ हूं। अब दौड़ भी सकता हूं। बीपी, शुगर भी नार्मल रहती है। रोज रात को सोने से पहले अपने सारे दिन की दिनचर्या का चार्ट और बाबा को पत्र लिखता हूं। सारे दिन का पूरा चार्ट शिव बाबा को सौंपकर ही सोता हूं।

एंजियोग्राफी में ब्लॉकेज कम निकले

सितंबर 2016 में अटैक आया। डॉक्टर्स ने अगस्त 2018 में स्टेंट डाल दिया। फिर कैड प्रोग्राम के बारे में पता चला तो इसे अटेंड किया। इसके बाद से मेरी दिनचर्या पूरी तरह से बदल गई। यहां बताए अनुसार पूरा डाइट प्लान को फॉलो किया। राजयोग मेडिटेशन और एक्सरसाइज की। इसकी बदौलत आज सामान्य जिंदगी जी रहा हूं। एंजियोग्राफी कराई तो उसमें जो ब्लॉकेज का परसेंटेज कम हुआ है। ये शिविर अटेंड करने के बाद मेरा सोचने का नजरिया पूरी तरह से बदल गया। खुद को भाग्यशाली समझता हूं कि मुझे परमपिता परमात्मा का सत्य ज्ञान मिला और जीवन जीने का सही तरीका मिला। अब जल्दी से किसी बात पर घबराता नहीं हूं। मन शांत रहता है।

- राजकुमार छाबड़ा (64), एसबीआई से सेवानिवृत्त, अबोहर, पंजाब

ब्रह्माकुमारीज़ सिखाता है कि समाज को सुधारने से पहले स्वयं का सुधार करना आवश्यक है: पूर्व मुख्यमंत्री रावत

ज्ञान सरोवर: समृद्ध एवं सशक्त समाज की कुंजी- अध्यात्म विषय पर राष्ट्रीय सम्मेलन आयोजित

शिव आमंत्रण, माउंट आबू।

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के ज्ञान सरोवर परिसर में समाज सेवा प्रभाग द्वारा समृद्ध एवं सशक्त समाज की कुंजी-अध्यात्म विषय पर राष्ट्रीय सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें देशभर से 400 से अधिक समाजसेवियों ने भाग लिया। इसमें उत्तराखंड के पूर्व मुख्यमंत्री तीरथ सिंह रावत ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के ईश्वरीय ज्ञान से लोग नए दृष्टिकोण से जीने की प्रेरणा पाते हैं। इस संस्थान के माध्यम से कई भाई-बहनों ने अपना जीवन समर्पित किया है। संस्थान सिखाता है कि समाज को सुधारने से पहले स्वयं का सुधार आवश्यक है। यहां सेवा करने वाले लोग बाहरी दुनिया के बुराइयों से प्रभाव मुक्त हैं।

प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा राजयोगिनी संतोष दीदी ने कहा कि समाज सेवा के साथ-साथ आध्यात्मिकता को जोड़ने से धरती स्वर्ग बन सकती है। कर्मों से ही समाज का उत्थान व पतन होता है। हमें खुद को बदलकर दूसरों के लिए आदर्श बनना चाहिए। कर्मों से दूसरों को श्रेष्ठ बनाने, हिम्मत बढ़ाने की प्रेरणा दी जा सकेगी। संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी सुदेश दीदी ने कहा कि समाज सेवक समाज, विश्व और ईश्वरीय कार्यों में अपना जीवन समर्पित करते हैं। समाज सेवक परमात्मा के बाग में चुने हुए फूल की तरह होते हैं, जो सकारात्मकता फैलाते हैं।

राजयोग से ही हम परमात्मा को जान सकते हैं: इंदौर जूनियर चेम्बर चेरिटेबल ट्रस्ट के चेयरमेन सरजीव पटेल ने कहा कि आध्यात्मिक विकास के बिना मानवता का सम्मान और समाज की स्थिति समय के साथ विघटित होती जा रही है। आध्यात्मिक बल व सजगता के बिना समाज को सुधारना असंभव होगा। प्रभाग के उपाध्यक्ष बीके प्रेम भाई न कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ मत पर सरल रीति से जीवन जीने की राह दिखाती है। इसकी विद्या से हम स्वयं को समझ सकते हैं, परमात्मा को जान सकते हैं।

बंदियों की मानसिक स्थिति में आया सुधार: महाराष्ट्र, अमरावती की जेल अधीक्षक कीर्ति चिंतामणि ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञान को टीवी पर सुनते ही हमेशा भावुक हो जाती थी। हमने शिवानी बहन को सुनकर सीखा कि संकल्प से सिद्धि मिलती है और इसलिए अपने हर काम को शुद्ध संकल्पों के साथ किया जाना चाहिए। हमने नकारात्मक परिस्थितियों में भी यह सोचा कि उन्हें लोगों

से दुआएं मिलें। इसके लिए उन्होंने कारागार में बंदियों के मानसिक सुधार पर काम किया, जो केवल ब्रह्माकुमारी बहनों की प्रेरणा से संभव हुआ। उनका सौभाग्य रहा कि उन्हें स्वर्ग तुल्य ज्ञान सरोवर में आने का अवसर प्राप्त हुआ। कच्छ गुजरात से आए लाइफ स्किल्स डायनेमिक मेडिटेशन संस्थापक पंडित देवज्योति शर्मा ने कहा कि जो व्यक्ति ईश्वर में विश्वास रखता है, उसके लिए ईश्वर हमेशा हाजिर होते हैं। उन्हें लगता है कि यह संस्थान विश्व का सर्वश्रेष्ठ संस्थान है, जहाँ आध्यात्मिकता के माध्यम से मानसिक रूप से स्वस्थ बनाया जा सकता है।

धर्म और अध्यात्म का उद्देश्य मानवता को एकजुट करना: मोटिवेशनल स्पीकर बीके गिरीश भाई ने कहा कि कोई भी व्यक्ति समाज सेवी बन सकता है, जरूरत है केवल उसके जीवन में समर्पण की। समाज की सेवा के लिए धन की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि बिना धन के भी हम समाज में खुशियां, आनंद और शांति बिखेर सकते हैं। धर्म और अध्यात्म का मुख्य उद्देश्य मानवता को एकजुट करना है, न कि उसे विभाजित करना। आध्यात्मिकता का मुख्य उद्देश्य मानव जीवन को शांति, प्रेम, सुख की दिशा में ले जाना है। धर्म और विज्ञान को मिलाकर सकारात्मक दृष्टिकोण से आध्यात्मिकता को अपनाकर, हम समृद्ध और संतुलित समाज की दिशा में अग्रसर हो सकते हैं।

पुणे से आए जीवन प्रकाश योजना अध्यक्ष रमणलाल लूंकड़ ने बताया कि उन्हें ब्रह्माकुमारीज के परिसर में आकर बहुत आश्चर्य हुआ। यहाँ के लोग अपनी-अपनी जिम्मेदारियों को समर्पित भाव से निभाते हैं और किसी भी प्रकार का निजी स्वार्थ उनमें नहीं दिखाई देता। दृष्टि उत्थान ट्रस्ट संस्थापक शालू दुग्गल ने कहा कि ईश्वरीय ज्ञान, सरल राजयोग के माध्यम से हम अपनी आत्मा को शांत करके संकटों का सामना कर सकते हैं। यह ज्ञान हमें शांति, समर्थता और संघर्ष के समय में सही दिशा देने में मदद करता है। रोटरी इंटरनेशनल के पूर्व असिस्टेंट गवर्नर कृष्णा गम्भीर (करनाल) ने भी संबोधित किया।सेमीनार में वरिष्ठ राजयोगी प्रशिक्षक बीके सूर्य भाई ने प्रश्न-उत्तर सत्र में सम्मेलन सहभागियों के प्रश्नो का समाधान किया।

इन्होंने भी व्यक्त किए विचार-

स्वागत भाषण प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक बीके अवतार भाई ने दिया। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके शीलू दीदी, अतिरिक्त राष्ट्रीय संयोजिका बी के वंदना बहन, बीके शिवलीला बहन, चंडीगढ़ की क्षेत्रीय संयोजिका बीके सुमन बहन, अजमेर की बीके अंकिता बहन, श्रीनगर गढ़वाल की बीके नीलम बहन, दिल्ली जोन की क्षेत्रीय संयोजिका बीके आशा बहन, बीके पूनम बहन, बीके मीना बहन, बीके तारा बहन, बीके सीता बहन, मिर्जापुर की बीके बिंदु बहन, बीके सरिता बहन, भोपाल की जोनल कोऑर्डिनेटर बीके शैलजा बहन, सिरसा की बीके प्रीति बहन, कच्छ गुजरात के क्षेत्रीय संयोजक बीके बाबू भाई, खेल प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक बीके मेहरचंद भाई ने अलग-अलग सत्रों में संचालन और राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराया। मुख्यालय संयोजक बीके बीरेंद्र भाई ने आभार व्यक्त किया।

समाजसेवा के लिए जुनून बहुत जरूरी-

दिल्ली अखिल भारतीय रचनात्मक समाज के राष्ट्रीय अध्यक्ष विभूति कुमार मिश्रा ने कहा कि हर किसी को संकटों से निपटने के लिए सकारात्मक विचार और सत्य के पालन की आवश्यकता होती है। समाज सेवक होना आसान नहीं है, क्योंकि उन्हें संकटों का सामना करना पड़ता है और इस समय में धैर्य बनाए रखने की आवश्यकता होती है। समाजसेवी अर्चना मेंहदीरत्ता (चण्डीगढ़) ने कहा कि हर व्यक्ति चाहे तो समाज सेवा कर सकता है लेकिन मन में जोश और जुनून जगाना पड़ता है। ब्रह्माकुमारीज संस्थान मानव जीवन में नैतिक मूल्यों को जागृत करने की बहुमूल्य समाज सेवा कर रहा है जिनका योगदान अतुलनीय है।

यहां प्रवेश करते ही कई अनुभव होने लगते हैं-

मुंबई से आए ट्रांस यूनियन सीआईबीआईएल लिमिटेड के डिप्टी वाइस प्रेसिडेंट पीयूष धोका ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान के प्रांगण में प्रवेश करने के बाद अनेक आध्यात्मिक अनुभव होने लगते हैं। इस संस्थान से जो आध्यात्मिकता की प्यास पूरी होती है, उससे हमारी जीवन यात्रा बहुत ही सुखद हो जाती है । संसार के दूषित वातावरण में शांतिपूर्वक कार्य करना अत्यन्त ही चुनौतीपूर्ण है लेकिन जब अध्यात्म का संग हो तो यह सरल हो जाता है। राजयोग ही एक ऐसा साधन है जो हमारा परमात्मा से सम्बन्ध जोड़कर हमें सर्व शक्तियों से भरपूर करता है। रोटरी इंटरनेशनल असिस्टेंट गवर्नर बीक. राकेश भाई (इंदौर) ने कहा कि आध्यात्म को अपनाकर परमात्मा से सम्बन्ध जोड़ लिया जाता है तो धीरे धीरे संस्कारों का शुद्धिकरण होने लगता है। समाज को समृद्ध बनाने के लिये जीवन में अध्यात्म का बहुत महत्व है।

बूंदों की थिरकन के बीच कवियों की हास्य ठिठोली

काव्यपाठ से अध्यात्म, संस्कृति और देशभक्ति दिखाई तो हास्य व्यंग्य से गुदगुदाया

शिव आमंत्रण, आबू रोड। रिमझिम बारिश के बीच कवियों ने काव्यपाठ से जहां भारत की गौरवशाली परंपरा, संस्कृति व अध्यात्म की महिमा बताई तो देशभक्ति के जज्बे के साथ हास्य व्यंग्य से खूब गुदगुदाया। मौका था ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के कला एवं संस्कृति प्रभाग द्वारा आनंद सरोवर में आयोजित राष्ट्रीय कवि सम्मेलन का। इसमें देशभर से पधारे कवियों ने ओजपूर्ण कविता पाठ से श्रोताओं को मोटिवेट किया तो हंसाया भी।

शुभारंभ पर कला एवं संस्कृति प्रभाग की अध्यक्षा बीके चंद्रिका दीदी ने कहा कि कवि अपनी कविताओं से बताते हैं कि जीवन को हंसी-खुशी के साथ जीना चाहिए। जीवन में कितनी भी समस्याएं हों लेकिन अपनी खुशी कभी नहीं खोनी चाहिए। कविता हमारे हृदय को छूती है। भीलवाड़ा से आए देश के जाने-माने वरिष्ठ कवि, गीतकार राजेंद्र गोपाल व्यास ने हास्य कविताओं से सभी को खूब गुदगुदाया। होली स्नेह मिलन की मैं दुहाई दे दूं, ऐसी कुछ बात तुम्हारे जहन की कह दूं, इस नए सेल से एक नए मोड़ जिंदगी ले ले, हम बाहर की नहीं भीतरी होली खेलें।

कविता से बताई हिंदी की महिमा: उदयपुर के अंतरराष्ट्रीय मंच संचालक राव अजातशत्रु ने कहा कि अंग्रेजी ए फॉर एपल से शुरू होती है और जेड फॉर जेब्रा, जानवर बनाकर छोड़ती है और हिंदी अ फॉर अनपढ़ से शुरू होती है और ज्ञ

फॉर ज्ञानी बनाकर छोड़ती है। यह है हमारी हिंदी की महिमा और गाथा। जब तक भारत मां के माथे पर बिंदी नहीं लग जाती है उनका शृंगार अधूरा रहता है। इस दौरान अजातशत्रु ने जहां हास्य कविता पाठ कर श्रोताओं को गुदगुदाया तो राजनीति पर कविता प्रस्तुत कर वर्तमान राजनीति और व्यवस्था पर व्यंग्य किया। मेरा पुनर्जन्म के पुण्य होंगे कि ब्रह्माकुमारीज़ के इस दिव्य मंच पर कविता पाठ करना का अवसर मिला।

प्रतापगढ़ के फिल्मी पैरोड़ी शैलेंद्र शैलू ने कुछ गीत जिंदगी के अनुभव से लाया हूं, जमाने की ठोकर से मैं मझा-मझाया हूं, मैं आपके लिए प्रतापगढ़ से आया हूं से शुरुआत की। इसके बाद न मोहब्बत को दिल में दबाया करो, हाल कोई भी हो मुस्कुराया करो, आप जैसे श्रोता मिलेंगे कहां, इसलिए तालियां बजाया करो। आपने कविताओं से लोगों को हंसा-हंसाकर लोट-पोट कर दिया।

ये मिट्टी वो जहां कण-कण सच्चिदानंद बन जाए...: मप्र, नीमच के ओज की एडवोकेट व कवियत्री दीपशिखा रावल ने देशभक्ति से ओतप्रोत कविता पाठ किया। उन्होंने कहा कि भारत ने विश्व को एक ऐसा संस्थान दिया जो विश्व को नई राह दिखा रहे है वह है ब्रह्माकुमारीज़ आश्रम। ये मिट्टी वो जहां कण-कण सच्चिदानंद बन जाए, हर एक पत्थर में शालिकराम, तरुवर विंध्य बन जाए, यूं शाश्वत है यहां पर संस्कृति हर एक युवा में, मिले गर हमको परमहंस तो हर एक विवेकानंद बन जाए। धवल धरा, मरु धरा, वसुंधरा का गीत ये, मातृभक्ति की प्रथा, परंपरा का गीत ये, धीरता से हीरता के सुत्र का प्रवाह गीत, गीत ये स्वतंत्रता का गीत ये... कविता से आपने लोगों में देशभक्ति की भावना से सराबोर कर दिया। मावली के हास्य कवि मनोज गुर्जर डरता नहीं किसी के बाप से, न शर्मिंदा हूं अपने आप से, गुंडे हो या दादा, बजीर हो या प्यादा, आज भी कोई कितना खतरनाक हो, जवाब देता हूं पहले अकड़कर फिर माफी मांग लेता हूं सीधे पांव पकड़कर... कविता सुनाकर सभी को लोट-पोट कर दिया। पंचकूला की डॉ. प्रतिभा माही ने मिट गई इंसानियत, हो गया इंसान, पत्थरों की शहर में, कहीं पर फूल, कहीं पर कांटे खिलाती है ये कुदरत कविता सुनाई।

कवियों कह दो ऐसी कविता....: कला एवं संस्कृति प्रभाग के मुख्यालय संयोजक व आध्यात्मिक कवि बीके सतीश ने कवियों कह दो ऐसी कविता, कवियों रच दो ऐसी कविता, जड़ता में चेतनता आए, घोर अविद्या तंद्रा भागेस जड़ता में चेतनता जागे, तुम सरिता बन चमको हर मन में, कवियों कह दो ऐसी कविता... कविता सुनाकर सभी को अध्यात्म की गहराई से रुबरु कराया। कार्यक्रम संयोजक व गायक बीके भानू ने सभी कवियों का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि आज के इस राष्ट्रीय कवि सम्मेलन में कवियों ने अपनी ओजपूर्ण कविता से समां बांध दिया। कवि बीके डॉ. विवेक ने कविता पाठ करते हुए कहा कि देवों की भूमि ईश्वर जिसका निर्माता है, संस्कृति के मिलने वाला आदर से पहले झुक जाता है, जर्रे-जर्रे में कला है जिसके नाम भारत आता है।

गणेश चतुर्थी का आध्यात्मिक महत्व

बहुआयामी व्यक्तित्व संपन्न है गणपति महाराज का जीवन

गणपति बप्पा का जीवन ज्ञान से भरपूर कर श्रेष्ठ और महान बनने की प्रेरणा देता है

शिव आमंत्रण, आबू रोड (राजस्थान)। विघ्नहर्ता, गणपति गजानन, मंगलमूर्ति का जीवन हमें जीवन के महान सूत्र सिखाता है। दिव्यगुणों, विशेषताओं से संपन्न आपका बहुआयामी व्यक्तित्व हमें भी जीवन में सीखने, आगे बढ़ने और समस्याओं, परिस्थितियों को दूर करने की सीख देता है। जीवन को ज्ञान से भरपूर करके उसे श्रेष्ठ और महान बनाने की प्रेरणा देता है। इस वर्ष संकल्प करें कि श्रीगणेश जी के जीवन से कोई एक सीख लेकर उसे आत्मसात करेंगे और महान बनाएंगे।

सूंड: सूंड आध्यात्मिक शक्ति की प्रतीक है। हाथी की सूंड इतनी मजबूत और शक्तिशाली होती है कि वह वृक्ष को भी उखाड़ कर, लपेटकर ऊपर उठा लेता है। साथ ही छोटे-छोटे बच्चों को भी प्रणाम करता है, किसी को पुष्प अर्पित करता है, पानी का लोटा चढ़ाकर पूजा करता है, सुई जैसी सूक्ष्म चीज को भी उठा लेता है। ज्ञानवान व्यक्ति भी अपने मूल आदतों को जड़ों से उखाड़कर फेंकने में समर्थ होता है। सूक्ष्म से सूक्ष्म बातों को भी धारण करने के लिए, दूसरों को सम्मान, स्नेह और आदर देने में वह कुशल होता है। अपने पुराने संस्कारों को जड़ से पकड़कर निकाल फेंकने के लिए भी हाथी की सूंड जैसी उसमें आध्यात्मिक शक्ति होती है। इस तरह हाथी की सूंड ज्ञानी व्यक्तियों की क्षमताओं का प्रतीक है।

कर्ण: उनके कान पंखे जैसे बड़े-बड़े होते हैं। बड़े-बड़े खुले कान हमें यह शिक्षा देते हैं कि आवश्यक एवं महत्वपूर्ण बात चाहे वह स्व के प्रति हो या अन्य के प्रति ध्यान से सुनें। बड़े-बड़े कान, ज्ञान श्रवण के प्रतीक हैं। वे ध्यान से, जिज्ञासापूर्वक, ग्रहण करने की भावनाओं को भावना से, पूरा चित्त देकर सुनने के प्रतीक हैं। ज्ञान की साधना में श्रवण, मनन और निज अध्ययन यह तीन पुरुषार्थ बताए गए हैं। इनमें सबसे प्रथम श्रवण है। ज्ञान के सागर परमात्मा के विस्तृत ज्ञान का श्रवण इन बड़े कानों से समुचित करना ही इसका प्रतीक है।

आंखें: उनकी आंखें दिव्य दृष्टि वाली होती हैं, उनसे छोटी चीज भी बड़ी दिखाई देती है। उनकी छोटी आंखें दूरदर्शिता का प्रतीक होती हैं। हमारे जीवन में कई सूक्ष्म बातें, रहस्यपूर्ण बातें होती हैं जिन्हें दूरदर्शिता को ध्यान में रखते हुए, उनके परिणाम को देखते हुए, फिर अपनानी चाहिए। ज्ञानवान व्यक्ति का भी एक गुण होता है। वह छोटो में भी बढ़ाई देखता है। हर एक की महानता उसके सामने उभरकर आती है और सबको आदर देता।

महोदर: गणेशजी का बड़ा पेट समाने की शक्ति का प्रतीक है। ज्ञानवान व्यक्ति के सामने भी निंदा स्तुति, जय-पराजय ऊंच-नीच की परिस्थितियां आती हैं परंतु वह उनको स्वयं में समा लेता है। गणेशजी का लंबा पेट अथवा बड़ा पेट (महोदर) ज्ञानवान के इसी गुणों का प्रतीक है।

चार भुजाएं: गणेशजी की चार भुजाएं दिखाई जाती है उनमें से एक में कुल्हाड़ा दिखाया जाता है। ज्ञानवान व्यक्ति में ममता के बंधन काटने और संस्कारों को जड़ से उखाड़ने की क्षमता होती है उसी का प्रतीक यह कुल्हाड़ा है। ज्ञान एक कुल्हाड़ी की तरह से है जो उसके मन के जुड़े हुए दैहिक नातों को चूर चूर कर देता है। गीता में भी ज्ञान को तेज तलवार की उपमा दी गई है, जिससे कि काम रूपी शत्रु को मारने के लिए कहा गया है। आसुरी संस्कारों को मार मिटाने के लिए ज्ञानरूपी कुल्हाड़ा जिसके पास है वह आध्यात्मिक योद्धा ही ज्ञानी है। हमें अपना जीवन गणेश जी जैसा पूजनीय बनाना है तो ऐसी बड़ी शक्तियां धारण करनी होगी।

वरद् मुद्रा: गणपति जी का एक हाथ सदा वरद मुद्रा में दिखाया जाता है। देवता हमेशा देने वाले ही होते हैं। जिसकी जैसी भावना, श्रद्धा होती है उन्हें वैसी ही प्राप्ति अल्पकाल के लिए होती है। गणेशजी हमेशा दाता के रूप रहते हैं वैसे ही ज्ञानवान व्यक्ति की स्थिति ऐसी महान हो जाती है कि वह दूसरों को निर्भयता और शांति का वरदान देने की सामर्थ वाला हो जाता है। वह अपनी शुभ मनसा से दूसरों को आशीष प्रदान कर सकता है।

बंधन (रस्सी): आत्मा का परमात्मा के साथ नाता जोड़ना भी प्रेम के बंधन में बंधना है। गणपतिजी के एक हाथ में जो डोरे (बंधन) हैं वह इसी प्रेम के डोरे हैं। वे दिव्य नियमों के शुद्ध बंधन हैं। ज्ञानी स्वयं इन नियमों के बंधनों में स्वयं को ढालता है। इसका दूसरा भाव है कि आत्मा परमधाम से अकेली आती है जैसे ही वह देह में प्रवेश करती है तो कई संबंधों के बंधनों में बंध जाती है और उनके साथ उसका कर्मों का लेखा-जोखा शुरू हो जाता है। इन बंधनों से मुक्त होने के लिए ही आत्मा ईश्वर के पास आती है कि मुक्तिदाता मुझे मुक्त करो।

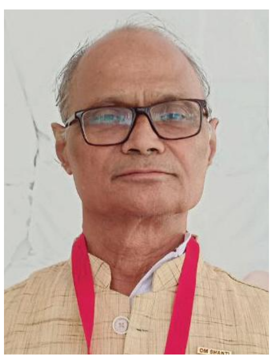
मोदक: मोदक शब्द खुशी प्रदान करने वाली वस्तु का वाचक है। ज्ञानवान व्यक्ति को भी अनेक कठिनाइयों, में से गुजरना पड़ता है अर्थात उसे तपस्या करनी पड़ती है। जीते जी मरना होता है और इसी से वह अधिकाधिक मिठास व ज्ञान का रस अपने आप में भरता है।

डॉक्टर बोले- हार्ट की बायपास सर्जरी ही एकमात्र उपाय है, मेडिटेशन और संतुलित डाइट से खुले ब्लॉकेज

महाराष्ट्र नादेड़ के प्रभुदयाल बेदी का मेडिटेशन के प्रयोग का उद्धुत अनुभव

शिव आमंत्रण, आबू रोड।

वर्ष 2016 में अटैक आया। अलग-अलग तीन-चार डॉक्टर को दिखाया। सभी ने कहा कि आपकी बायपास सर्जरी करना पड़ेगी। हार्ट के लिए यही एकमात्र विकल्प है। क्योंकि मेरी एक आर्टरी में 95 फीसदी ब्लॉकेज, एक में 90, 80 और 60 फीसदी ब्लॉकेज हो चुके थे। इस पर मैंने कैड प्रोग्राम के निदेशक डॉ. सतीश गुप्ता से संपर्क किया और सात दिन का कैड प्रोग्राम अटेंड किया। इन सात दिनों के दौरान ही मुझे फायदा महसूस होने लगा। ट्रेनिंग में बताए अनुसार दो साल तक पूरी दिनचर्या, डाइट, एक्सरसाइज और मेडिटेशन का फॉलो किया और फिर वर्ष 2018 में एंजियोग्राफी कराई तो 95 फीसदी ब्लॉकेज वाली आर्टरी में 45, 90 वाली में 40, 80 वाली में 50 और 60 वाली में मात्र 20 फीसदी ही ब्लॉकेज बचे। यह देखकर डॉक्टर अचंभित रह गए।



यह कहना है महाराष्ट्र नादेड़ निवासी प्रभुदयाल बेदी (78) का। शिव आमंत्रण से विशेष बातचीत में आपने अपने जीवन से जुड़े अनेक पहलुओं पर विस्तार से चर्चा की।

बेदी ने बताया कि मैंने कैड प्रोग्राम से सीखा है कि कैसे हमारी जल्दबाजी हार्ट अटैक का कारण बनती है। कुछ भी हो जाए हमें जल्दबाजी से बचना चाहिए। साथ ही चिंता, चिता समान होती है। इससे ब्लॉकेज होते हैं और हमारे तन और मन को खत्म कर देती है। गुस्सा, निराशा, उदासी का असर हमारे मन के साथ सबसे ज्यादा तन पर भी प्रभाव पड़ता है। तमाम बीमारियों का कारण यह सब नकारात्मक चीजें हैं। परफेक्शन की भावना, दुखी होना, तनाव और गलत लाइफ स्टाइल से हार्ट के मरीज तेजी से बढ़ रहे हैं।

राजयोग मेडिटेशन से हुआ चमत्कार

मुझे सबसे ज्यादा फायदा ब्रह्माकुमारीज़ में सिखाए जाने वाले राजयोग मेडिटेशन से हुआ। क्योंकि पहले मुझमें जल्दीबाजी और गुस्सा करने का संस्कार था। लेकिन राजयोग के अभ्यास से जल्दीबाजी धैर्यता में बदल गई। वहीं अब मन शांत रहता है। जीवन में आने वाली परिस्थितियों को साक्षी भाव से देखता हूं।

परमात्मा की याद में ही करें भोजन

जब हम परमात्मा की याद में भोजन करते हैं तो वह भोजन नहीं प्रभु प्रसाद बन जाता है। इससे हमारे शरीर को अतिरिक्त ऊर्जा मिलती है। मन शांत होता है और पाचन क्रिया सुधरती है। ऐसा भोजन बीमारियों को दूर करता है। इसलिए हमेशा खुश होकर, अच्छे मन से और शुभ संकल्पों के साथ प्रभु की याद में ही भोजन करना चाहिए।

तीन स्टेंट डालने के बाद भी ठीक नहीं हुआ, कैड प्रोग्राम के बाद 15 साल से कभी डॉक्टर की जरूरत नहीं पड़ी

हरियाणा रोहतक के रामकुमार दोहन बोले- अब ड्राइविंग भी आसानी से कर लेता हूं

शिव आमंत्रण, आबू रोड।

हरियाणा के रोहतक निवासी सेवानिवृत्त एक्साइज, टैक्सेशन ऑफिसर रामकुमार दोहन (77) का कैड प्रोग्राम अटेंड करने के बाद पूरा जीवन ही बदल गया। दोहन बोले- वर्ष 2009 से कभी डॉक्टर के पास जाने की जरूरत नहीं पड़ी। आज उम्र के इस पड़ाव पर भी खुद को पूरी तरह से फिट और तंदुरुस्त महसूस करता हूं।

शिव आमंत्रण से बातचीत में दोहन ने बताया कि वर्ष 2008 में पहली बार अटैक आया। डॉक्टर ने एंजियोग्राफी कराई और दो स्टेंड डाल दिए। इसके बाद भी आराम नहीं हुआ। दस माह बाद फिर से दिक्कत हुई तो डॉक्टर को दिखाया और उन्होंने एंजियोग्राफी कर एक स्टेंट और डाल दिया, फिर भी ठीक नहीं हुआ। चलने-फिरने तक में दिक्कत होने लगी। कुछ कदम चलने में ही सांस फूलने लगी। मुझे कैड प्रोग्राम के बारे में पता चला तो शिविर अटेंड किया और यहां बताए अनुसार पूरा फॉलो किया। साथ ही रोज राजयोग मेडिटेशन करने लगा। नियमित दिनचर्या, एक्सरसाइज, संतुलित आहार और सबसे महत्वपूर्ण राजयोग मेडिटेशन का कमाल है कि मैं ठीक हो गया। वर्ष 2009 में शिविर अटेंड के करने के बाद आज तक मुझे डॉक्टर को दिखाने की जरूरत तक नहीं पड़ी। पूरी तरह से खुद को स्वस्थ महसूस करता हूं। जीवन में कुछ तनाव नहीं रहा। सब परमात्मा को अर्पण कर दिया। मेरा अनुभव है कि जीवन में जब हम हल्का होकर, परमात्मा पर अर्पण कर चलते हैं तो फिर उसकी जिम्मेदारी हो जाती है। यदि हमारा मन हल्का, शांत और शक्तिशाली है तो बीमारियां अपने आप भाग जाती हैं। अब थकावट भी नहीं होती है। कार ड्राइव भी आसानी से कल लेता हूं। सबसे महत्वपूर्ण है जीवन में खुश रहना। यह कला मुझे कैड प्रोग्राम से सीखने को मिली। वर्तमान में जीना सीख गया।

संपादकीय

गुण और शक्तियों से भरपूर है गणेश जी का जीवन

भारतीय संस्कृति में हर वर्ष बड़े ही धूमधाम से गणेश उत्सव मनाया जाता है। देशभर में गली-गली, चौराहों पर गणेश जी की प्रतिमा स्थापित कर पूजा-आराधना का दौर चलता है। आध्यात्मिक रीति से देखें तो गणपति गजानन महाराज का पूरा जीवन अनेक संदेशों और प्रेरणाओं से भरपूर है। उनके एक-एक कर्म में दिव्य संदेश छिपा हुआ है। रिद्धी-सिद्धी के दाता गणेश जी को हम सभी शुभ कार्य करने के पूर्व याद करते हैं, उनका पूजन करते हैं। इससे उनके जीवन से हमें संदेश मिलता है कि हम भी अपना जीवन और चरित्र इतना ऊंच और श्रेष्ठ बनाएं कि लोग हमें देखकर सीख सकें। हमारे कर्म लोगों के लिए प्रेरणादायीं हों। लोगों को सुख देने वाले हों, सहयोग करने वाले हों। गणेशजी की आराधना के साथ जब तक हम उनके जीवन से सीख लेकर अपने अंदर आत्मसात नहीं करेंगे तो हमारा जीवन नहीं बदलेगा। भारतीय संस्कृति में प्रत्येक देवी-देवता किसी विशेष गुण और शक्ति के रूप में पूजे जाते हैं। जरूरत है तो उस गुण और शक्ति को अपने अंदर धारण करने की। परमपिता परमात्मा आकर हमें आत्मा की सोई शक्तियों को जागृत करने की शिक्षा देते हैं। वह हमें बोध कराते हैं कि मेरे बच्चों राजयोग द्वारा मेरा ध्यान लगाकर फिर से अपने जीवन को दिव्य और महान बना सकते हो। बदलाव की शुरुआत हमें खुद से करना होगी। हम बदलेंगे तो जग बदलेगा। खुद को अच्छा बनाने का संकल्प करेंगे तो हमें देखकर दूसरों को भी प्रेरणा मिलेगी।

बोध कथा/जीवन की सीख

अपनी सोच का दायरा बढ़ाइए, समस्याएं छोटी लगने लगेंगी

बहुत पहले एक सम्राट बीमार पड़ा। बहुत इलाज के बाद भी ठीक नहीं हुआ। दूर-दूर से वैद्य-हकीम आए, लेकिन सबने जवाब दे दिया। राजा की हालत दिन-प्रतिदिन खराब होती जा रही थी। बचने की बहुत ही कम उम्मीद थी। ऐसे में किसी व्यक्ति ने बताया कि राज्य के बाहर एक युवा तपस्वी रहता है। यदि उसे बुलाया जाए

तो बीमारी का इलाज हो सकता है। युवा तपस्वी से पूछा तो वह बोला इलाज है पर मैं बता नहीं सकता। क्योंकि आप लोग कर नहीं पाओगे। सभी के बहुत मनाने के बाद उसने बताया इलाज है इस राज्य के दस हजार छोटे-छोटे बच्चे मार दिए जाएं और उनके रक्त से राजा को स्नान करा कराया जाए। राजा बीमारी से ठीक हो जाएगा। जैसे ही राजा ने यह सुना उसने कहा बिल्कुल नहीं। मैं अपने लिए किसी की मृत्यु नहीं चाहता और कभी न कभी तो मरुंगा ही। वैसे भी मेरी उम्र हो चुकी है। मैं किसी की मृत्यु का कारण बनूं। राजा किसी की भी बात मानने को तैयार नहीं होता कि उसके कारण दस हजार बच्चे काल के गाल में समा जाएं। धीरे-धीरे वह तारीख भी आ जाती है जो उस सन्यासी ने बताई थी कि इस दिन उन बच्चों को एक साथ मारना है। वहीं राजपरिवार धीरे-धीरे बच्चे को इक्कट्ठा करने में लगा रहता है। इधर दिन-रात राजा यह सोचता रहता है कि मेरी वजह से दस हजार मासूम बच्चों को मारना पड़ेगा। आखिर वह दिन आता है और बच्चे राजा के सामने खड़े कर दिए जाते हैं। वहीं राजा कहता है मैं बच्चों को मरने नहीं दूंगा। राजा जो पहले खुद के चिंतन में लगा रहता था अब वह उन बच्चों के दर्द और मौत के चिंतन में लग जाता है। ऐसे में वह अपनी बीमारी भूलकर बच्चों को बचाने के लिए चिंतन में लग जाता है। केवल उनकी खून की पुकार उसे सुनाई दे रही थी। वह अपनी बीमारी और दर्द भूल चुका था। ऐसे में यहां एक घटना घटती है और अंततः राजा बिना इलाज के ही ठीक हो जाता है।

सीख: जीवन में कोई भी समस्या, बीमारी, परिस्थिति को जब तक खुद तक सीमित रखेंगे तो दिन-रात उसी का चिंतन चलेगा। जब हम अपने मैं से बाहर निकलकर समाज के चिंतन में लग जाते हैं, समाज के कल्याण में लग जाते हैं, दूसरों को सुख देने के चिंतन में लग जाते हैं तो खुद की समस्याएं छोटी लगने लगती हैं और हम उनसे आजाद हो जाते हैं।

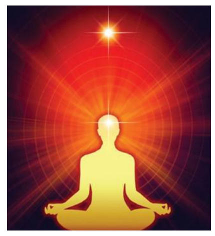
मेरी कलम से

रिदम कड़िल (36)
सिंगर, कंपोजर, म्यूजिक अरेंजर, काठमांडू, नेपाल

मैं भाग्यशाली हूं कि बाबा की महिमा के गीत लिखने का सौभाग्य मिला

ब्रह्माकुमार भाई-बहनों का निस्वार्थ प्रेम दिल को छू गया

मैं एक साल से ब्रह्माकुमारीज़ के संपर्क में हूं। खुद को भाग्यशाली समझता हूं कि मुझे शिव बाबा की महिमा के गीत लिखने का परम सौभाग्य मिला। बाबा के गीत लिखकर खुद ही गाता हूं। जिन्हें ब्रह्माकुमार भाई-बहन बहुत ही पसंद कर रहे हैं। पिछले माह मुझे ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के अंतरराष्ट्रीय मुख्यालय शांतिवन में आने का सौभाग्य मिला। यहां बीके भाई-बहनों का निस्वार्थ भाव से सेवा करना, उनका प्रेमपूर्ण व्यवहार हृदय को छू गया। यहां की साफ-सफाई, मैनेजमेंट काबिलेतारीफ है। मेरा मानना है कि दुनिया में यदि सरकारों को कुछ सीखना है तो ब्रह्माकुमारीज़ में आकर बेहतर प्रबंधन के गुर सीखना चाहिए।



परमात्मा का यह अनोखा और सबसे ऊंच ज्ञान को जीवन में धारण करने के बाद मेरा खान-पान शुद्ध हो गया है। अब मैं अपने खान-पान का पूरा परहेज करता हूं। राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करता हूं। इससे मुझे असीम शांति की अनुभूति होती है। इससे मेरी कला में भी निखार आ रहा है। राजयोग से हमारा पूरा का पूरा व्यक्तित्व निखर जाता है। हमारी क्षमताओं का विकास हो जाता है।

कला तो ईश्वरीय देन है। परमात्मा ने मुझे जो कला दी है, जो हुनर दिया है उसे ज्यादा से ज्यादा सेवा में लगाने का प्रयास करता हूं। मेरा मकसद है कि परमपिता शिव बाबा का संदेश विश्वभर में लोगों को मिले। खासकर युवाओं के लिए आध्यात्म से जुड़ना बहुत जरूरी है। अध्यात्म से हमारी प्रतिभा और निखर जाती है। लक्ष्य साधना आसान हो जाता है।

ब्रह्माकुमारी दीदियों की त्याग, तपस्या और सेवा देखकर आश्चर्य होता है कि कैसे ये दीदियां अपना घर- परिवार छोड़कर दिन-रात परमात्मा की सेवा में जुटी हुई हैं। यहां सभी के जीवन का एक ही लक्ष्य है परमात्मा का संदेश हर एक व्यक्ति तक पहुंचाना। सभी का जीवन सुख-शांतिमय, आनंदमय हो, इसी पावन उद्देश्य के साथ संस्था समाज की सेवा में समर्पित है। युवाओं से मेरा यही आह्वान है कि अपनी शक्ति को पहचानें। अपनी ऊर्जा को सकारात्मक कार्यों में लगाएं। रोजाना ध्यान जरूर लगाएं। इससे आपको जीवन में सफलता प्राप्ति में आसानी होगी। मानसिक व्याधियां दूर होंगी। मन शक्तिशाली होगा। वर्तमान दौर में प्रत्येक व्यक्ति के लिए आध्यात्मिक ज्ञान होना बेहद जरूरी है।

क्षमा कल्याण द्वारा व्यवहार दर्शन से आत्मिक उत्कर्ष

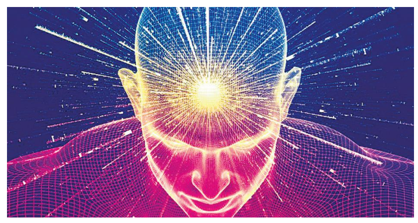
जीवन का मनोविज्ञान

भाग - 74

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

शिव आमंत्रण, आबू रोड। आत्म हित की दिशा में जब स्व-परिवर्तन को स्वीकार कर लिया जाता है तब अन्तर्मन में रूपान्तरण की क्रियाविधि आत्मानुभूति के लिए सम्पूर्ण रूप से तत्पर हो जाती है और चेतना स्वयं को परिमार्जित करने के साथ ही परिवर्धन अर्थात आत्मगत विकास को आत्मिक परिष्कार के सम्बन्ध में पूर्णतया स्वीकार कर लेती है । व्यावहारिक जगत में मनोगत पवित्रता से अन्तःकरण के परिवेश को शक्तिशाली बनाने का कार्य पुरुषार्थ के द्वारा गतिशील रहता है जिसमें बाह्य जगत से भी मदद प्राप्त करने हेतु क्षमा भाव के कल्याणकारी परिदृश्य को अनुकरण एवं अनुसरण करने की सदा अनिवार्यता बनी रहती है। अनहद नाद का निरंतर अभ्यास आत्म तत्व एवं परमात्म सत्ता के पवित्रम सम्बन्धों का आधार बनता है जिसमें स्वयं से संवाद हेतु आत्म दर्शन की प्रक्रिया को आत्मसात करना होता है इसके साथ ही परमात्म दर्शन से परमानंद स्वरूप की अनुभूति आत्मिक उत्कर्ष का कारण बन जाती है।

आत्मगत स्वरूप से क्षमा कल्याणः व्यवहार जगत में पवित्र अंतर्मन से स्वयं का अति सूक्ष्म मूल्यांकन क्षमा कल्याण की भावभूमि को स्वीकार करते हुए क्षमा द्वारा आत्महित एवं परहित के संज्ञान से आत्मगत स्वरूप में उत्तम क्षमा का यथार्थवादी प्रयोग किया जाना जीवन की उच्चता का प्रमाण है। सर्व मानव आत्मा के लिए मंगलकारी परिवेश की व्यापकता हेतु शुभ भावना एवं शुभ कामना जीवन की श्रेष्ठतम प्रार्थना के साथ -साथ व्यावहारिक दृष्टि से घटित और फलित के प्रति वृहद् कल्याणकारी प्रवृत्ति की शुभेच्छा का सात्विक परिणाम होता है । जीवन में निमित्त स्थिति की अनुभूति द्वारा सर्व जनहिताय



कार्य करते हुए स्वयं को उन्मुक्त रखना ही निर्माण चित्त अवस्था की व्यावहारिकता है जो निर्मल हृदय के स्वरूप में निरन्तर प्रवाहित होती रहती है तथा क्षमा कल्याण की सद्भावना शक्ति से निर्वाण को भी प्राप्त हो जाती है । दया धर्म के मूल सिद्धांत को आत्मसात करके जीवन में व्यावहारिक रूप से अनुपालन करने पर जीव दया का संवेदनशील पक्ष , क्षमा के कल्याणकारी श्रेष्ठतम स्वरुप में परिलक्षित एवं प्रस्फुटित होकर वीरों का आभूषण बन जाता है। प्रकृति के पंच तत्वों का नैसर्गिक धर्म और व्यावहारिक कर्म सृष्टि के संपूर्ण प्राणी मात्र को दाता स्वरूप बनकर उन समस्त जीवात्मा के प्रति दया, करुणा, प्रेम, वात्सल्य, सहयोग एवं सहानुभूति रूपी सद्गुणों के सानिध्य में जीवन पर्यन्त सूक्ष्म और स्थूल स्वरूप से पालनहार की भूमिका में क्षमा कल्याण का भाव जगत भी सन्निहित रहता है ।

मानवीय आचरण द्वारा व्यवहार दर्शनः जीवात्मा संपूर्ण जीवन काल में स्वयं को आत्मगत स्वभाव के आधारभूत पक्ष से नियम, संयम के प्रति संचेतना द्वारा सजगता हेतु मर्यादित शैली में चेतावनी प्रदान करती है, क्योंकि मानवीय आचरण की गरिमामयी स्थिति को बनाए रखने का मूलभूत उद्देश्य अर्न्तनीहित होता है। सामाजिक जीवन में मानवीय आचरण को अत्यधिक संवेदनशील स्वरूप में विश्लेषित किया जाता है जिससे आत्मिक ऊर्जा को आत्मसात करके ही स्वीकृत व सुनिश्चित किया जा सकता है।

आत्मिक उत्कर्ष में मनोगत पवित्रता

मनोगत पवित्रता की अवधारणा जीवात्मा के कल्याणकारी स्वरूप का महत्वपूर्ण बिन्दु होता है जहाँ से मन की शुद्धता का आरम्भिक काल श्रेष्ठतम के प्रति श्रद्धा को अभिव्यक्त करते हुए – ' शुभम करोति कल्याण ' में आस्था का बीजारोपण कर देता है जिससे व्यक्तिगत मान्यता पवित्र कर्म को क्रियान्वित करने के लिए अग्रसर हो जाती है । आत्म हित की दिशा में जब स्व - परिवर्तन को स्वीकार कर लिया जाता है तब अन्तर्मन में रूपान्तरण की क्रियाविधि आत्मानुभूति के लिए सम्पूर्ण रूप से तत्पर हो जाती है और चेतना स्वयं को परिमार्जित करने के साथ ही परिवर्धन अर्थात आत्मगत विकास को आत्मिक परिष्कार के सम्बन्ध में पूर्णतया स्वीकार कर लेती है । व्यावहारिक जगत में मनोगत पवित्रता से अन्तःकरण के परिवेश को शक्तिशाली बनाने का कार्य पुरुषार्थ के द्वारा गतिशील रहता है जिसमें बाह्य जगत से भी मदद प्राप्त करने हेतु – ' क्षमा भाव ' के कल्याणकारी परिदृश्य को अनुकरण एवं अनुसरण करने की सदा अनिवार्यता बनी रहती है । अनहद नाद का निरंतर अभ्यास आत्म तत्व एवं परमात्म सत्ता के पवित्रम सम्बन्धों का आधार बनता है जिसमें स्वयं से संवाद हेतु आत्म दर्शन की प्रक्रिया को आत्मसात करना होता है इसके साथ ही परमात्म दर्शन से परमानंद स्वरूप की अनुभूति आत्मिक उत्कर्ष का कारण बन जाती है । जगत में - मन, वचन एवं कर्म से पवित्र आत्माओं को ही चरित्रवान और महान आत्मा की संज्ञा से निरूपित किया जाता है तथा उनके जीवन को मूल्यवान स्वरूप में स्वीकार करके सर्व मानव आत्माओं के कल्याण में सहयोगी बनने के कारण अंततः आभार युक्त भाव ही अभिव्यक्त होता है।

"शिक्षा को पूर्ण होने के लिए मानवीय होना चाहिए, इसमें न केवल बुद्धि का प्रशिक्षण शामिल होना चाहिए, बल्कि हृदय का परिष्कार और आत्मा का अनुशासन भी शामिल होना चाहिए।"

- डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन्

"शिक्षा ही सामाजिक बदलाव का सबसे महत्वपूर्ण माध्यम है। स्त्री शिक्षा समाज की प्रगति के लिए आवश्यक है।"

- राजा राममोहन राय

सनातन संस्कृति की बुनियाद है आध्यात्मिकता

शिव आमंत्रण, कानपुर, उप्र

ब्रह्माकुमारीज द्वारा सनातन संस्कृति की बुनियाद आध्यात्मिकता विषय पर संत सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें बड़ी संख्या में जाने-माने संत-महात्माओं ने भाग लिया। इसमें शंकराचार्य मठ के श्रीविभूषित स्वामी मुनिशाषाश्रम महाराज ने कहा कि यदि मूलतः देखा जाए तो सनातन से कुछ भिन्न नहीं है। भगवान ने गीता में कहा अर्जुन से मैं यह ज्ञान जो तुमको दे रहा हूं यह ज्ञान मैंने सूर्य को दिया था। यद्यपि सूर्य अनादि है भारतीय संस्कृति भी अनादि है। विचार करके देखा जाए तो जीवन में वास्तविकता यह है जब कोई नहीं था, ब्रह्म था। ब्रह्म से जगत पैदा हुआ है और ब्रह्म से स्पंधित है। यह कोई नहीं बता सकता की सनातन का जन्म कब हुआ। सनातन सदा शाश्वत है।

श्रीश्री 108 महामंडलेश्वर महंत कृष्ण दास महाराज (श्री पंचमुखी हनुमान मंदिर पनकी धाम कानपुर) ने कहा कि धर्म हमें जोड़ना सिखाता है। धर्म माना धारणा। जो हमारे आचरण में है। वही हमारा धर्म है। संस्था के मुख्यालय माउंट आबू से पधारे धार्मिक प्रभाग के मुख्यालय संयोजक राजयोगी बीके रामनाथ भाई ने कहा कि आप और हम सभी एक ऐसे यूनिवर्सिटी में बैठे हैं जो आदि सनातन देवी देवता धर्म की स्थापना की ज्ञान देती है। इससे सारा विश्व कहता है लेक ऑफ स्पीचुअलिटी इन अवर एजुकेशन। हमारी पढ़ाई के अंदर आध्यात्मिकता नहीं है। आध्यात्मिकता क्या है, धर्म क्या है यह दो चीजें अलग हैं। भारत के अंदर आदि से माना शुरू से सनातन जो कभी मिटने वाला नहीं है। देवी और देवताएं भारत में रहते हैं। तब कहते हैं आदि सनातन देवी-देवता धर्म। आदि सनातन देवी-देवता धर्म का फाउंडेशन स्वयं परमपिता परमात्मा आकर लगाते हैं।

महिला कल्याण, बाल विकास पुष्टाहार राज्य मंत्री प्रतिभा शुक्ला ने कहा कि यहां आकर मैंने महसूस किया कि हम किसी भी मार्ग पर जाएं। एक स्नेह ही आकर्षित करता है। जितने प्रेम भाव से आप ईश्वर को बुलाएंगे। वह आपके समीप आएगा और हमारा अंतःकरण पवित्र करेगा। ब्रह्माकुमारी दुलारी दीदी ने कहा कि यह ज्ञान परमपिता परमात्मा ने सर्व आत्माओं के लिए दिया है। इसलिए प्रत्येक आत्मा ईश्वर की संतान तो है, लेकिन जाने, माने, समझे, तब ईश्वर के पास जो है सबकुछ उसको मिल जाएगा। बेशक भक्ति करते हैं। पूजा पाठ करते हैं। वंदना करते हैं। सब कुछ करते हैं। लेकिन जिसके लिए करते हैं उसको जानते नहीं हैं इसलिए उसको जानकर उससे सच्ची दिल की प्रीत जोड़ो तो सर्व प्राप्तियां सर्व सुख प्राप्त हो जाएंगे। इस मौके पर बड़ी संख्या में संत-महात्मा मौजूद रहे।

लद्दाख में डॉ. बीके बिन्नी ने कराया योग

शिव आमंत्रण, लद्दाख। लद्दाख विश्वविद्यालय, तारुथांग के परिसर में साप्ताहिक अंतरराष्ट्रीय योग महोत्सव मनाया गया। इसमें विशेष रूप से ब्रह्माकुमारीज के मुख्यालय माउंट आबू से राजयोगिनी डॉ. बिन्नी को विशेष अतिथि के रूप में आमंत्रित किया गया। उन्होंने विश्व शांति और सद्भाव के लिए योग विषय पर संबोधित किया।

पैंगोंग झील, दुनिया की सबसे ऊंची खारे पानी की झील है जो 4,350 मीटर से अधिक ऊंचाई पर स्थित है और वर्ल्ड रिकॉर्ड्स लंदन बुक में शामिल है। माउंट आबू से पहुंचीं डॉ. बीके बिन्नी ने सप्ताहभर चलने वाले योग महोत्सव में स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के लिए प्रतिदिन ध्यान कराया। उन्होंने ब्रह्माकुमारीज का संदेश भी साझा किया। इस दौरान आयोजक की ओर से हिमालयन योग पुरस्कार से सम्मानित भी किया गया। इसमें प्रमुख अंतरधार्मिक नेता गोस्वामी सुशील महाराज राष्ट्रीय संयोजक, भारतीय सर्व धर्म संसद, मुख्य इमाम डॉ. उमर अहमद इलियासी जैन मुनि और बौद्ध भारत के उत्तरी हिमालय के लेह, लद्दाख में महाबोधि अंतर्राष्ट्रीय ध्यान केंद्र के संस्थापक अध्यक्ष, प्रसिद्ध बौद्ध भिक्खु संघसेना शामिल हुए।

इसके अलावा नेपाल में राजदूत और कई गणमान्य व्यक्तियों की उपस्थिति में दूतावास में योग समारोह आयोजित किया गया।

सतगुरु केवल एक परमात्मा हैं: बीके नीता दीदी

गुरु पूर्णिमा पर सांसद ने किया धर्मगुरुओं और शिक्षकों का सम्मान

शिव आमंत्रण, भोपाल। भाजपा गुरु नानक मंडल भोपाल एवं सांसद आलोक शर्मा द्वारा गुरु पूर्णिमा पर सभी धर्म गुरुओं एवं शिक्षकों का सम्मान किया गया। मुख्य अतिथि के रूप में सुख-शांति भवन की निदेशिका राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी नीता दीदी को आमंत्रित किया गया। नीता दीदी ने कहा कि मनुष्य की प्रथम गुरु मां होती है। तत्पश्चात परिवार एवं समाज से वह सीखता है। जब बच्चा बड़ा होकर स्कूल में प्रवेश करता है तब शिक्षक उसको उज्जवल भविष्य की ओर अग्रसर करते हैं। जीवन पर्यंत मनुष्य को गुरु का मार्गदर्शन किसी न किसी रूप में आवश्यक है। जैसे कि हम सभी जानते हैं हमारा भारत देश एक भावना प्रधान देश है यहां की संस्कृति है कि जहां से भी हमें कुछ भी सीखने को मिलता है अथवा हमें किसी से कुछ भी प्राप्ति होती है तो हम उसे देवता अथवा गुरु की नजर से देखते या पूजने लगते हैं। लेकिन अच्छे शिक्षक या गुरु को योग्य शिष्य का होना आवश्यक है। आज समाज में गुरु तो अनेक हैं परंतु सतगुरु केवल एक परमात्मा है। उसी प्रकार शिक्षक अनेक हैं परंतु परम शिक्षक केवल एक परमात्मा है। यदि मनुष्य उस सर्वोच्च शिक्षक अथवा सतगुरु की शरण में जाता है तो निश्चित रूप से वह आंतरिक संपन्नता का अनुभव करता एवं उसका सर्वांगीण विकास होता है। सीखने के लिए हमें कई बार झुकना पड़ता है, सहन करना पड़ता है, त्याग करना पड़ता है। यदि यह प्रवृत्ति आज सभी विद्यार्थियों में आ जाए तो निश्चित रूप से वह जीवन में सफल हो सकते हैं। सांसद आलोक शर्मा ने कहा कि शिक्षा एवं दीक्षा दोनों ही जीवन में आवश्यक हैं। शिक्षा से हमें विषय अथवा भौतिकी विषय का ज्ञान होता है, जबकि दीक्षा अर्थात धर्म से चरित्र निर्माण का ज्ञान प्राप्त होता है। हमारा समाज ऋणी है शिक्षकों एवं धर्म गुरुओं का जो शिक्षा और दीक्षा देने का पुण्य कार्य कर रहे हैं। शिक्षा एवं दीक्षा के माध्यम से समाज को दिशा दे रहे हैं। आगे ले जा रहे हैं। कार्यक्रम में लगभग 150 से भी ज्यादा शिक्षक एवं 50 से भी अधिक धर्मगुरु शामिल हुए।

ब्रह्माकुमारीज़ की सेवा प्रशंसनीय के साथ अनुकरणीय भी है: मंत्री

दिव्यांगजन समानता, संरक्षण एवं सशक्तिकरण अभियान का शुभारंभ

शिव आमंत्रण, आगरा। दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग उत्तर प्रदेश एवं ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वावधान में 'दिव्यांगजन समानता, संरक्षण एवं सशक्तिकरण अभियान' का शुभारंभ ईदगाह स्थित ब्रह्माकुमारीज के प्रभु मिलन परिसर में किया गया। उद्घाटन सत्र में कैबिनेट मंत्री उच्च शिक्षा, विज्ञान, प्रौद्योगिकी, इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी योगेंद्र उपाध्याय ने कहा कि यह एक दिव्य कार्यक्रम है जिसमें दिव्यांगजन समता की बात कही गई है। जहां ममता होती है वहां समता स्वयं आ जाती है। ब्रह्माकुमारीज का कार्य प्रशंसनीय तो है ही लेकिन अनुकरणीय भी है। ब्रह्माकुमारीज का यह अभियान दिव्यांगजनों के प्रति समानता का व्यवहार संरक्षण और सशक्तिकरण करने का है। केंद्र प्रभारी एवं आगरा सबजोन की सचिव बीके अश्विना दीदी ने कहा कि परमात्म शक्ति से संयुक्त होकर असंभव भी संभव हो जाता है। नेत्रा गुप्ता बहन इसका जीता जाता उदाहरण हैं। ब्रह्माकुमारीज के मेडिटेशन से किस प्रकार सशक्त होकर उन्होंने पत्रकारिता में स्वर्ण पदक प्राप्त किया और दृष्टिबाधित होने पर भी शिक्षा में प्रथम श्रेणी स्थान प्राप्त करतीं रहीं। अविषा पांडे ने सन्देश नृत्य प्रस्तुत किया। संचालन अमर भाई ने किया। अभियान द्वारा, टियर्स,संकेत, सुरकुटी, हर्षित, आदि संस्थानों में कार्यक्रम होंगे। इस मौके पर बीके सरिता बहन, बीके मधु बहन, बीके गीता बहन, बीके मंजरी बहन, बीके राज बहन, बीके प्रभा बहन, बीके आशु बहन सहित बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

वैश्विक संस्कृति, प्रेम, शांति, सद्भावना विषय पर संगोष्ठी आयोजित

शिव आमंत्रण, रुड़की। ब्रह्माकुमारीज के रुड़की सेवाकेन्द्र पर वैश्विक संस्कृति, प्रेम, शांति, सद्भावना विषय पर आयोजित संगोष्ठी में माउंट आबू से आई संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका बीके सुदेश दीदी जी ने कहा कि विश्व में शांति, प्रेम, सद्भावना स्थापना से ही हम सतयुग के लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं। विश्व में शांति, प्रेम, सद्भावना स्थापना तभी हो सकती है, जब हम सबके मन में शांति, प्रेम का बीज बोया होगा, मन में शांति व प्रेम का बीज बोने से ही मन मंदिर बनेगा। कर्नल देवेंद्र सिंह यादव ने कहा कि प्रेम ,शांति ,सद्भावना तीनों एक- दूसरे से जुड़े हुए हैं ,जब हम प्रेम का दायरा बढ़ाएंगे तो अपने आप सब लड़ाई बंद हो जाएगी, धीरे-धीरे शांति बढ़ेगी। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके गीता दीदी व बीके रजनी दीदी ने भी संबोधित किया। संचालन बीके सुशील भाई ने किया।

राजयोग से हर समस्या का समाधान संभव

ब्रह्माकुमारीज के स्पार्क विंग की ओर से दो दिवसीय सम्मेलन का आयोजन

शिव आमंत्रण, गुरुग्राम। राजयोग से ही हर समस्या का समाधान हो सकता है। उक्त विचार भारत सरकार के नीति आयोग के सदस्य डॉ. वीके सारस्वत ने व्यक्त किए। डॉ. सारस्वत ने ब्रह्माकुमारीज़ के स्पार्क विंग द्वारा आयोजित दो दिवसीय सम्मेलन के उद्घाटन सत्र में बतौर मुख्य अतिथि ये बात कही। ओम शांति रिट्रीट सेंटर के दादी प्रकाशमणि सभागार में राजयोग के द्वारा एक नया संगठनात्मक और सामाजिक परिवेश विकसित करना विषय पर उन्होंने कहा कि राजयोग हमें क्रिएटिव और इनोवेटिव बनाता है। विकास एक आध्यात्मिक प्रक्रिया है। जो राजयोग से ही संभव है। यदि हम आध्यात्मिक हैं तो हमारे व्यक्तित्व में शांति और प्रेम जैसे गुण स्वाभाविक रूप से होंगे। आज गूगल और एप्पल जैसी कंपनियां भी अपने कर्मचारियों के लिए योग के सत्र आयोजित करती हैं।

संस्था के अतिरिक्त महासचिव राजयोगी बीके बृजमोहन ने कहा कि सबसे पहले आत्मिक सशक्तिकरण की जरूरत है। राजयोग के अभ्यास से ही आत्मा को सशक्त किया जा सकता है। स्पार्क विंग की अध्यक्षा बीके अंबिका ने कहा कि राजयोग से ही हम अपने आंतरिक व्यक्तित्व को निखार सकते हैं। आत्मा ही गुणों का मूल स्रोत है। राजयोग द्वारा ही हम उन गुणों का अनुभव कर सकते हैं। स्पार्क विंग के राष्ट्रीय संयोजक बीके श्रीकांत, महाराष्ट्र जोन संयोजक बीके अल्का दीदी, पद्मश्री गजानन माने, प्रख्यात वैज्ञानिक पदमश्री डॉ. रामाकृष्णा होसुर, वैज्ञानिक डॉ. सुशील चंद्रा एवं विश्वकर्मा स्किल यूनिवर्सिटी की रजिस्ट्रार ज्योति राणा ने भी अपने विचार व्यक्त किए। विंग के दिल्ली जोन की संयोजिका सरोज दीदी ने स्वागत वक्तव्य दिया।

परमात्मा और आत्मा के मिलन से ही आता है स्वराज

शिव आमंत्रण, हरिद्वार। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा स्वयं एवं समाज के लिए आध्यात्मिकता का महत्व विषय पर सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें मुख्यालय से पधारीं संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी सुदेश दीदी ने कहा कि आध्यात्मिकता मनुष्य को अंधकार से रोशनी की ओर ले जाती है। मनुष्य समाज में व्याप्त ईर्ष्या, राग, द्वेष जैसे पापों से मुक्ति आध्यात्मिकता से ही पा सकता है। उन्होंने हिंदू धार्मिक ग्रंथों एवं गुरु ग्रंथ साहिब की वाणी के उदाहरण देते हुए कहा कि स्वराज परमात्मा और आत्मा के मिलन से ही आता है। आत्मा ऐसी जोत है जो हमें परमात्मा से मिलाती है।
महा निर्वाणी पंचायती अखाड़ा कनखल के सचिव एवं अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष महंत रवींद्र पुरी महाराज ने कृष्ण और सुदामा की मित्रता का उदाहरण देते हुए कहा कि अहंकार मनुष्य को परमात्मा से मिलने नहीं देता है। आत्मा और परमात्मा के मिलन में अहंकार ही सबसे बड़ी बाधा है। मनुष्य अहंकार का विनाश करने के बाद ही परमात्मा को पा सकता है। उन्होंने सत्संग का महत्व बताया।
गरीबदासी आश्रम के अध्यक्ष महामंडलेश्वर स्वामी डॉ हरिहरानंद महाराज ने कहा कि आध्यात्मिकता अंतर्मुखी है और धार्मिकता बाह्यमुखी है। समाज में परिवर्तन अध्यात्म और धार्मिकता दोनों से ही आता है। निर्मल संतपुरा के अध्यक्ष महंत जगजीत सिंह शास्त्री महाराज ने कहा कि कोई भी धर्म हो वह हमें परमात्मा से मिलने का ही रास्ता दिखाता है।
श्री सनातन धर्म प्रतिनिधि सभा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष समाजसेवी सुधीर कुमार गुप्ता ने कहा कि आध्यात्मिकता समाज को नई दिशा देती हैं। सेवाकेन्द्र संचालिका बीके मीना दीदी ने अतिथियों को अंग वस्त्र और स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। संचालन बीके सुशील ने किया।

मूल्यनिष्ठ सुप्रशासन की बारीकियां सीखने देशभर से पहुंची बहनें

शिव आमंत्रण, माउंट आबू, राजस्थान। मूल्यनिष्ठ और सुप्रशासन को बढ़ावा देने के लिए ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के प्रशासक सेवा प्रभाग लगातार प्रयासरत है। प्रभाग के पदाधिकारियों का मानना है कि कुशल प्रशिक्षण के द्वारा संस्था के ऐसे भाई-बहनों को तैयार किया जाए जिनके माध्यम से सम्पूर्ण देश में प्रशासन से जुड़े अधिकारियों एवं कर्मचारियों को सुप्रशासन एवं मूल्यनिष्ठ प्रशासन की कला सिखाई जा सके। इसके लिए ब्रह्माकुमारी टीचर बहनों को बाकायदा प्रशिक्षण की बारीकियां सिखाईं जा रही हैं। देश के अलग-अलग हिस्सों से पहुंचे फैकल्टी इन्हें मूल्यनिष्ठ प्रशासन एवं सुप्रशासन के गुर सिखा रहे हैं। ब्रह्माकुमारीज मुख्यालय के ज्ञानसरोवर स्थित हार्मनी हाल ऑडिटोरियम में चार दिवसीय बीके टीचर्स ट्रेनिंग एवं योग भट्टी में सम्पूर्ण भारत से 450 से अधिक ब्रह्माकुमारी टीचर्स बहनों ने भाग लिया।
प्रशासक प्रभाग की अध्यक्षा बीके आशा दीदी ने कहा कि वर्तमान समय दो पावर की आवश्यकता है रूलिंग पावर एवं कंट्रोलिंग पावर। बाबा ने हर बच्चे को संगमयुग पर जो विधि विधान सिखाया वो है नेचुरल। सतयुग में विजडम, लव, शांति, शक्ति, आनंदमई स्थिति, पवित्रता सब नेचुरल होगा। देवताओं की प्रमुख निशानी इशारे से समझना। एडमिनिस्ट्रेटर अर्थात देने वाला। सबको सुख देना। देने से बढ़ता है। राष्ट्रीय संयोजिका बीके अवधेश दीदी, ज्ञानसरोवर की निदेशिका बीके प्रभा दीदी, मुख्यालय संयोजक बीके हरीश भाई, मुम्बई से पधारे प्रो. ईवी गिरीश ने भी ट्रेनिंग में बहुत टिप्स बताए।

शिव आमंत्रण, विजयवाड़ा, एपी। आंध्रप्रदेश के मुख्यमंत्री एन. चंद्रबाबू नायडू से सचिवालय में बीके भारती बहन ने मुलाकात की। इ दौरान उन्होंने ब्रह्माकुमारीज़ के यूनिवर्सल पीस रिट्रीट सेंटर में चल रही परियोजनाओं पर चर्चा की। साथ ही शांतिवन में अक्टूबर में आयोजित वैश्विक शिखर सम्मेलन के लिए आमंत्रित भी किया। इस मौके पर बीके पद्मजा बहन, बीके जया बहन मुख्य रूप से मौजूद रहीं।

शिव आमंत्रण, बिलासपुर, छग। ब्रह्माकुमारीज़ के टेलीफोन एक्सचेंज रोड स्थित राजयोग भवन सेवाकेंद्र की संचालिका बीके स्वाति दीदी एवं बीके संतोषी दीदी ने केन्द्रीय राज्य स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण राज्य मंत्री प्रताप राव जाधव, छत्तीसगढ़ के स्वास्थ्य मंत्री श्याम बिहारी जायसवाल, विधायक एवं पूर्व कैबिनेट मंत्री अमर अग्रवाल, बेलतरा विधायक सुशांत शुक्ला का पुष्पगुच्छ देकर स्वागत किया। साथ ही सेवाओं के बारे में बताया।

शिव आमंत्रण, बिलासपुर, छग। परमात्मा हमें मौका दे रहे हैं कि पेड़ लगाकर हम प्रकृति मां के ऋणों का कुछ अंश चुका पाएं, वरना प्रकृति अपनी रक्षा करने में स्वयं सक्षम है। यह बातें अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक, यातायात नीरज चंद्राकर ने ब्रह्माकुमारी शिव अनुराग भवन राज किशोर नगर में एक पेड़ मां के नाम कार्यक्रम में कही। उन्होंने कहा कि काल्पनिक दुनिया और भौतिक सुखों की लालसा में भटकते मनुष्यों के लिये आध्यात्म ही सही मार्ग है जिसका दायित्व ब्रह्माकुमारी बहनें निस्वार्थ भाव से निभा रही हैं। सीएसपी सिविल लाइन उमेश गुप्ता ने कहा कि बिलासपुर वासियों ने चेतना अभियान को जिस प्रकार हाथो हाथ लिया है वही इस शहर की विशेषता है। सेवाकेंद्र संचालिका बीके मंजू दीदी ने कहा कि प्रकृति माँ के साथ लौकिक माता पिता के प्रति भी स्नेह एवं श्रद्धा का मजबूत रिश्ता रखें।

शिव आमंत्रण, घरौंडा, हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ घरौंडा द्वारा हेवीनेस टू हैप्पीनेस विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। दिल्ली से आए मोटिवेशनल स्पीकर संजय भाई ने संबोधित किया। अतिथि के रूप में सेंट्रल बैंक ऑफ़ इंडिया के रीजनल हेड हरपाल सिंह, समाजसेवी सुरेंद्र सिंगला रहे। बीके रेनू दीदी, बीके संगीता दीदी ने अतिथियों का सम्मान किया।

बरेली, उप्र। बरेली के गौरव झारखंड के राज्यपाल संतोष कुमार गंगवार का नगर आगमन पर ब्रह्माकुमारीज, उद्यमियों और चिकित्सकों ने किया सम्मान। क्षेत्रीय संचालिका बीके पार्वती बहन राज्यपाल को रक्षा सूत्र बांधकर सम्मान किया। बीके नीता बहन, बीके रजनी बहन, बीके अनुराग भाई ने शाल उड़ाकर किया सम्मान।

रांची, झारखंड। झारखंड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन को ब्रह्माकुमारी निर्मला दीदी ने परमात्म रक्षासूत्र बांधकर संस्थान द्वारा की जा रही सामाजिक सेवाओं के बारे में बताया। साथ ही राजयोग मेडिटेशन पर चर्चा की। मुख्यमंत्री को मुख्यालय आने का भी निमंत्रण दिया।

दिल्ली। भारत सरकार के सूक्ष्म, मध्यम और लघु उद्यम केंद्रीय मंत्री जीतन राम मांझी को किंग्सवे कैंप दिल्ली की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके तारा और सेक्टर 50 नोएडा की बीके फलक बहन ने राखी बांधकर ईश्वरीय सौगात प्रदान की। साथ ही संस्थान की गतिविधियों को लेकर चर्चा की।

रांची, झारखंड। झारखंड के अनुसूचित जनजाति, अनुसूचित जाति, अल्पसंख्यक एवं पिछड़ा वर्ग मंत्री व पूर्व मुख्यमंत्री चम्पई सोरेन को सेवाकेंद्र निदेशिका ब्रह्माकुमारी निर्मला दीदी ने रक्षासूत्र बांधकर राजयोग मेडिटेशन के बारे में बताया। इस दौरान सोरेन ने संस्था की सेवाओं को सराहा।

पटना, बिहार। डीपीएस मोड़ स्थित एक सभागार में ब्रह्माकुमारीज के तत्वावधान में आयोजित अलौकिक रक्षा बंधन कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बिहार झारखंड सेवाकेन्द्रों की जोनल निदेशिका राजयोगिनी बीके रानी दीदी ने उपमुख्यमंत्री सम्राट चौधरी को राखी बांधकर सभा को संबोधित किया।

मंडला, मप्र। मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के नगर आगमन पर राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी ममता दीदी और ब्रह्माकुमारी ओमलता दीदी ने राखी बांधी और ईश्वरीय सौगात भी दीं। इसके साथ ही संस्थान की सेवाओं को लेकर ज्ञान चर्चा भी की।

दिल्ली। भूतपूर्व चीफ जस्टिस ऑफ इंडिया और वर्तमान राज्यसभा सांसद रंजन गोगोई को उनके निवास पर ब्रह्माकुमारी खिरा दीदी ने परमात्म रक्षासूत्र बांधकर ईश्वरीय सौगात प्रदान की। साथ ही संस्था के मुख्यालय आने का निमंत्रण दिया। इस अवसर पर बीके विकास भाई और बीके डॉ. दीपक हरके उपस्थित रहे।

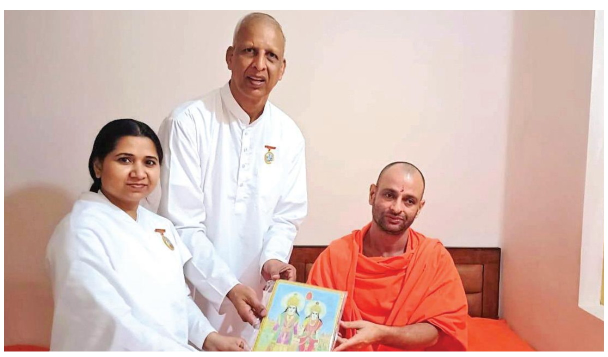
दिल्ली। दिल्ली मे केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान और उनकी धर्मपत्नी मृदुला प्रधान को उनके निवास पर ब्रह्माकुमारी खिरा दीदी ने ईश्वरीय स्मृति का तिलक लगाकर राखी बांधी। साथ ही मुख्यालय आने का निमंत्रण दिया। इस मौके पर बीके विकास भाई और बीके डॉ. दीपक हरके भी उपस्थित रहे।

दिल्ली। भारत सरकार के जल शक्ति केंद्रीय राज्य मंत्री राजभूषण चौधरी को किंग्सवे कैंप दिल्ली की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके बिंदू बहन, सेक्टर 50 नोएडा की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके फलक बहन ने परमात्म रक्षासूत्र बांधकर आध्यात्मिक ज्ञान चर्चा की।

बहल, हरियाणा। श्रमिक जागृति सम्मेलन में हरियाणा के श्रममंत्री मूलचंद शर्मा को स्नेह व पवित्रता की सूचक राखी बांधते हुए बीके शकुंतला बहन। साथ ही उन्हें माउंट आबू आने का निमंत्रण दिया। इस दौरान मंत्री शर्मा ने ब्रह्माकुमारी बहनों की सेवा, साधना की सराहना की।

बिलासपुर, छग। केंद्रीय आवास एवं शहरी विकास राज्यमंत्री तोखन साहू को शुभम विहार सेवाकेंद्र संचालिका ब्रह्माकुमारी सविता बहन ने राखी बांधी। साथ ही राजयोग मेडिटेशन को लेकर चर्चा की। इस दौरान बीके भारती बहन भी मौजूद रहीं।

दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट दिल्ली के न्यायमूर्ति एसवी भट्टी को पांडव भवन करोल बाग, दिल्ली की बीके रेनू बहन और बीके अनुष बहन ने राखी का पवित्र धागा बांधा। आत्मिक स्मृति का तिलक लगाया, ब्लैसिंग कार्ड एवं ईश्वरीय साहित्य व प्रसाद दिया। पवित्रता के सूचक त्यौहार 'राखी' का दिव्य अलौकिक संदेश भी दिया।



इंदौर, मप्र। ब्रह्माकुमारीज के न्यू पलासिया स्थित जोनल मुख्यालय ओम शांति भवन से ब्रह्माकुमारी दुर्गा बहन और धार्मिक प्रभाग के संयोजक बीके नारायण भाई ने ऋषिकेश के महामंडलेश्वर स्वामी अखंडानंद सरस्वती से मुलाकात कर स्मृति चिंह भेंट किया। साथ ही परमात्म रक्षासूत्र बांधकर पवित्रता के पर्व की बधाई दी।

कादमा, हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज के तत्वावधान में विश्व युवा दिवस पर विकसित भारत का मंत्र, देश नशे से स्वतंत्र विषय पर श्रीराम पब्लिक स्कूल कान्हड़ा में आयोजित कार्यक्रम में बीके वसुधा बहन ने एनसीसी कैडेट्स व विद्यालय के स्टाफ को नशामुक्त भारत बनाने की शपथ दिलाकर रक्षा सूत्र बांधा।

छतरपुर, मप्र। ब्रह्माकुमारीज किशोर सागर द्वारा गांधी आश्रम में संचालित सत्यशोधन आश्रम में 'परिवार, समाज और स्वास्थ्य का रक्षा कवच- रक्षाबंधन' विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बीके कल्पना बहन, बीके सपना बहन, बीके आरती बहन ने बच्चियों को राखी बांधी।

प्राकृतिक खेती पद्धति को अपनाएं किसान

शिव आमंत्रण, अटलादरा, गुजरात। जिला खेतीबाड़ी अधिकारी जिला पंचायत बड़ोदरा एवं प्रोजेक्ट डायरेक्टर आत्मा प्रोजेक्ट के संयुक्त प्रयास से ब्रह्माकुमारीज़ के कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग द्वारा प्राकृतिक यौगिक खेती सेमिनार आयोजित। किया गया। इसमें जिलेभर से 700 किसानों ने भाग लिया। वड़ोदरा कलेक्टर बीए शाह ने कहा कि किसान भाई यौगिक एवं जैविक कृषि पद्धति को अपना कर देश और समाज के उत्थान में अपना विशेष योगदान प्रदान करें।

मुख्य वक्ता बीके गीता बहन ने कहा कि यौगिक कृषि पद्धति में हम खेती के साथ साथ खेरूत (किसान) को भी सशक्त बनाते हैं क्योंकि जो किसान सबका भरण पोषण करता है, अन्न के अतिरिक्त समाज को घी, दूध, फल आदि अमृत तुल्य चीज प्रदान करता है। आज भ्रमित होकर खुद समाजसेवा से अर्जित किए गए उस धन से शराब, बीड़ी आदि व्यसनों की चीजें खरीद कर तनाव और बीमारियां मोल ले रहा है। ऐसे किसान भाइयों को आध्यात्मिक प्रशिक्षण द्वारा ऐसे बुरे संस्कारों से मुक्त कराकर मानसिक रूप से सशक्त बनाते हैं। फिर कृषि की पारंपरिक और नवीन प्राकृतिक पद्धतियों के प्रयोग के साथ योग के सकारात्मक शक्तिशाली प्रकम्पनों द्वारा बीज फसल और खेतों में ऊर्जा का संचार करते हुए उत्पादन में जो परिणाम प्राप्त करते हैं वह बहुत उत्साहवर्धक होते हैं। सेवाकेंद्र की निदेशिका बीके डॉ. अरुणा बहन ने अतिथियों एवं किसान भाइयों का स्वागत कर सेवाकेंद्र पर निःशुल्क राजयोग सीखने के लिए आमंत्रित किया। नाटिका के द्वारा भी गांव से पलायन की वृत्ति को छोड़कर संस्कार सौहार्द्र पूर्ण ग्रामीण जीवन एवं कृषि के लिए किसान भाइयों को प्रेरक संदेश दिया गया। सेवाकेंद्र की सहनिदेशिका बीके पूनम बहन ने संचालन किया।

शिव आमंत्रण, भोपाल, मप्र। इसराइल और फिलीस्तीन के बीच जेरूसलम स्थित मस्जिद अल-अक्सा के चीफ इमाम शेख अली उमर याकूब अब्बासी के भोपाल आगमन पर सुख-शांति भवन नीलबड़ के प्रतिनिधिमंडल ने मुलाकात की। उन्हें शॉल पहनाकर और परमपिता शिव परमात्मा का स्मृति चिन्ह प्रदान कर सम्मान किया। साथ ही ब्रह्माकुमारीज के हेड क्वार्टर माउंट आबू का निमंत्रण दिया। चर्चा में इमाम शेख अब्बासी ने कहा हम सब एक परिवार के हैं। एक ही परिवार के सदस्य हैं एक ही उसे जिसे कोई ईश्वर, कोई अल्लाह, कोई भगवान कहता है।

शिव आमंत्रण, अंबिकापुर, छग। उर्सुलिन गर्ल्स हायर सेकेंडरी स्कूल में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा बच्चों के बाल व्यक्तित्व विकास के लिए तीन दिवसीय कार्यशाला आयोजित की गई। इसमें बीके पार्वती बहन ने कहा कि अगर जीवन में सफलता प्राप्त करना है तो मेहनत करो। मेहनत सफलता की सीढ़ी है। स्वयं पर विश्वास हो की सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। सफलता को मेरे से कोई छीन नहीं सकता है। मैं सदा सफल हूं। अपने को सदैव सकारात्मक रखें तो सफलता अवश्य प्राप्त होगा। इससे मन की शक्ति बढ़ जाती है।

शिव आमंत्रण, बेगुसराय, बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ की पाटलिपुत्र कॉलोनी शाखा की ओर से कुर्जी के संगम पैलेस में श्रीमद भगवद गीता का आध्यात्मिक रहस्य विषय पर त्रिदिवसीय प्रवचनमाला आयोजित की गई। मुख्य वक्ता के रूप में राजयोगिनी बीके कंचन दीदी ने लगभग एक हजार श्रोताओं की सभा को सम्बोधित किया। शुभारंभ पर मंत्री डॉ. संजय पासवान, एमएलसी डॉ.राजकुमार नाहर, स्टेशन डायरेक्टर दूरदर्शन केंद्र पटना अभय झा सहित अन्य लोग मौजूद रहे।

आध्यात्मिकता हमें जीवन जीने की कला सिखाती है: बीके शिवानी

शिव आमंत्रण, माउंट आबू। प्रसिद्ध मोटिवेशनल स्पीकर बीके शिवानी दीदी ने कहा है कि वर्तमान प्रतिस्पर्धात्मक युग में व्यापारिक क्षेत्र में सफलता प्राप्त करने के लिए ईमानदारी व सत्यता जैसे दिव्य गुणों का जीवन में समावेश करने की नितांत आवश्यकता है। ग्राहक से केवल धन कमाना ही लक्ष्य नहीं होना चाहिए, बल्कि ग्राहक से व्यवहार करने पर सच्चाई-सफाई के साथ दिल की दुआएं मिलने से व्यापारिक गतिविधियों को बढ़ावा मिलता है। वे ज्ञान सरोवर परिसर में उद्योग एवं व्यापार प्रभाग द्वारा आयोजित राष्ट्रीय सेमिनार में देश के विभिन्न हिस्सों से आए उद्योगपतियों व व्यवसायी को संबोधित कर रहीं थीं। उन्होंने कहा कि आध्यात्मिकता के माध्यम से स्वयं की आंतरिक शक्तियों के जागृति होने पर सकारात्मक संकल्पों से मानसिक धरातल सशक्त बन जाता है। जिससे दिन प्रतिदिन बढ़ रही विभिन्न प्रकार की सामाजिक व व्यापारिक समस्याओं का सफलतापूर्वक सामना किया जा सकता है।

प्रभावी नेतृत्व के लिए आंतरिक शक्ति और स्व-शासन जरूरी है

शिव आमंत्रण, विजयवाड़ा एपी। प्रशासकों, अधिकारियों और प्रबंधकों के लिए बेहतर शासन के लिए मानसिकता का नवीनीकरण विषय पर 'ए' कन्वेंशन सेंटर में सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें प्रशासनिक विंग की अध्यक्ष बीके आशा दीदी ने आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री चंद्रबाबू नायडू के साथ एक अनुभव को याद करते हुए बताया कि कैसे वह मूल्य-आधारित बातों से प्रभावित हुए और शासन में इन मूल्यों को लागू किया। वह जीवन की चुनौतियों से निपटने में आध्यात्मिकता, ध्यान और मूल्यों के महत्व को रेखांकित करती हैं, यह सुझाव देते हुए कि प्रभावी नेतृत्व के लिए आंतरिक शक्ति और स्व-शासन महत्वपूर्ण हैं। उन्होंने ओम शांति रिट्रीट सेंटर की जिम्मेदारी संभालने के अपने निजी अनुभव को सांझा करते हुए कहा कि शुरुआत में उन्हें संघर्ष करना पड़ा लेकिन बाद में सेवासाथियों को परिवार

की तरह मानने लगीं। नजरिए में इस बदलाव ने उन्हें प्यार और स्वीकृति के साथ नेतृत्व करने में मदद की। वे मदर टेरेसा के दर्शन का हवाला देते हुए उन लोगों को जानने और उनसे प्यार करने के महत्व पर जोर देती हैं जिन्हें आप बदलना चाहते हैं। एक प्रभावी नेता बनने के लिए प्रेम और कानून, विनम्रता और अधिकार के बीच संतुलन की आवश्यकता हैं। वह एक वरिष्ठ अधिकारी का उदाहरण देती हैं, जिसने एक कर्मचारी को निलंबित करने के साथ-साथ कर्मचारी के परिवार का समर्थन करने के बीच संतुलन बनाए रखा। पीछे हटकर और परिस्थितियों को निष्पक्ष रूप से देखकर, कोई बेहतर निर्णय ले सकता है। वह इसकी तुलना बचपन के अभ्यास से करती हैं, जहाँ दिए गए बिंदुओं से बाहर कदम रखने से व्यक्ति को कार्य को प्रभावी ढंग से पूरा करने की अनुमति मिलती है।

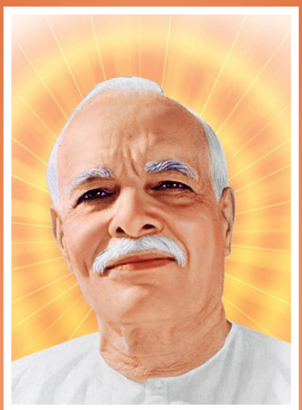
शिव आमंत्रण, मऊ, उप्र। प्रदेश के ऊर्जा मंत्री एसके शर्मा से बीके विमला दीदी ने मुलाकात कर मुख्यालय शांतिवन से प्रकाशित शिव आमंत्रण पत्रिका भेंट। साथ ही ब्रह्माकुमारीज़ द्वारी की जा रहीं सामाजिक सेवाओं के बारे में बताया। इस मौके पर बीके पूनम दीदी भी मौजूद रहीं।

शिव आमंत्रण, राजगढ़, मप्र। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर गुरु पूर्णिमा पर आयोजित कार्यक्रम में सभी भाई-बहनों द्वारा ब्रह्माकुमारी दीदीयों का सम्मान किया गया। इस मौके पर जिला प्रभारी बीके मधु दीदी, बीके लक्ष्मी दीदी, बीके भाग्यलक्ष्मी दीदी, बीके वैशाली दीदी व जिलेभर से पधारीं दीदियां मौजूद रहीं।

शिव आमंत्रण, काठमांडू, नेपाल। नेपाल के नवनियुक्त उप प्रधानमंत्री तथा शहरी विकास मंत्री प्रकाशमान सिंह के निवास पर एक समारोह में नेपाल में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके राज दीदी शुभकामनाएं देते हुए कहा कि आम जनता के हित और समृद्धि के लिए सेवाभाव, निष्काम भाव और निस्वार्थ भाव से कार्य करने से ही सबकी दुआएं मिल सकती हैं।

शिव आमंत्रण, सिमराही बाजार, बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा पर्यावरण का संदेश देते हुए पौधारोपण किया गया। इस दौरान बीके बबीता बहन ने सभी को पौधों का संरक्षण करने का संकल्प भी कराया। साथ ही पर्यावरण की सुरक्षा का संदेश दिया। इस मौके पर बीके वीना बहन, प्रोफेसर मुकुंद अग्रवाल, किशोर भाई सहित अन्य भाई-बहनें मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, बैतूल, मप्र। ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय से राजयोगी बीके आत्मप्रकाश भाई के आगमन पर भाग्यविधाता भवन में मन प्रबंधन विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें आपने कहा कि अपनी दैनिक दिनचर्या में राजयोग का प्रयोग करके अपने मन को शांत और शक्तिशाली बना सकते हैं। इस मौके पर सेवाकेंद्र निदेशिका बीके मंजू दीदी, बीके सुनीता दीदी सहित बड़ी संख्या में नगर के लोग मौजूद रहे।



प्रजापिता ब्रह्मा बाबा, संस्थापक, प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय, माउंट आबू

परमात्मा जन्म-मरण और सुख-दुःख के चक्र से न्यारा है, वही पतित-पावन और सुख-शान्ति का दाता है।

रियल लाइफ

परमात्मा जन्म-मरण और सुख-दुःख से न्यारे हैं

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

सम्मेलन में जानकी बहन ने आत्मा-परमात्मा में अंतर बताते हुए कहा कि परमात्मा जन्म-मरण और सुख-दुःख के चक्र से न्यारा है, वही पतित-पावन और सुख-शान्ति का दाता है, उससे योग लगाने से ही सद्गति हो सकती है। वही धर्मग्लानि के समय अवतरित होकर गीता-ज्ञान देता है। आत्मा को परमात्मा मानना ही भ्रम अथवा मिथ्या ज्ञान है। बहुत-से भक्तों ने, इस भाषण को बहुत पसन्द किया परन्तु सम्मेलन के आयोजकों ने सोचा कि हमारे अद्वैतवाद के मंच से आत्मा और परमात्मा को पुत्र और पिता के रूप में अलग बताया जा रहा है यह ठीक नहीं है। अतः उन्होंने मुझे भाषण का अवसर नहीं दिया हालाँकि उन्होंने घोषणा की हुई थी कि इन दोनों का भाषण होगा। प्रतिदिन वे मंच से घोषणा करते थे कि दूसरी बहन का अर्थात् मेरा भी भाषण होगा परन्तु हर रात्रि को प्रोग्राम का अन्त होने के बाद वे कहते कि 'समय के अभाव' के कारण बहन जी का भाषण आज नहीं रखा जा सका। इस प्रकार उन्होंने सप्ताह का कार्यक्रम पूरा कर दिया। लोगों को उनका यह व्यवहार अन्यायपूर्ण लगा। कई लोगों ने आयोजकों को उलहना भी दिया।

सम्मेलन के स्थान के निकट जहाँ हम रहती थीं वहाँ सारा दिन हम लोगों को ज्ञान सुनाने में व्यस्त रहती। अब जब सम्मेलन समाप्त हुआ तो लोग हमसे पूछने लगे कि अब आप कहाँ जायेंगी? हमने कहा कि हमें जो निमन्त्रण मिला था, वह समाप्त हुआ है अतः अब हम वापस देहली जायेंगी परन्तु वे हमें रहने के लिए आग्रह करते थे। उनका बहुत आग्रह देखकर हमने उनसे कहा कि हम निर्मल स्वामी जी के निमन्त्रण पर आयीं थीं; यदि वे कहेंगे कि आप लोग कुछ दिन ठहरें तब हम ठहरेंगी वरना नहीं। तब उनमें से कई माताएँ, भाई आदि निर्मल स्वामी जी के पास गये और उन्होंने उनसे कहा कि इन बहनों को अभी कुछ दिन हमारे निमन्त्रण पर ठहरने के लिए कहा जाये। वे माताएँ तथा पुरुष अमृतसर के गिने-चुने परिवारों में से थे अतः निर्मल स्वामी जी उनकी बात को टाल न सके। वे उनके साथ ही हमारे यहाँ आये और बोले कि 'इन लोगों की इच्छा है कि अभी कुछ समय आप इस नगर में इनके निमन्त्रण पर ठहरें और ज्ञान-वर्षा करें। सो यदि हो सके तो आप इनकी बात स्वीकार कर लें।' अतः हम वहाँ ठहर गयीं। जिस दिन हमें वहाँ से विदा होना था, निर्मल स्वामी जी हमारे पास बादामों से भरा हुआ एक थाल लिवा आये। उस थाल में हमारे आने-जाने का किराया भी रखा था परन्तु हमने उन्हें एक तरफ का किराया लौटा दिया। हमने कहा कि हम आपके निमन्त्रण पर आई तो थीं परन्तु अभी हम वापस जा तो नहीं रही हैं, अभी तो हम इन लोगों के निमन्त्रण पर यहाँ कुछ समय के लिए ठहर रही हैं अतः हम जाने का किराया नहीं लेंगी।'

हमें निमन्त्रण देने वाले दो परिवार थे और दोनों अपनी-अपनी ओर हमें ले चलने के लिये आग्रह करते थे। आख़िर दोनों को राज़ी करने के लिए हम दोनों बहनों में से एक बहन एक निमन्त्रण पर और दूसरी दूसरे निमन्त्रण पर चली गईं। हम प्रातःकाल क्लास कराके फिर दिन में दोनों मिलती थीं और ईश्वरीय सेवा का प्रोग्राम बना लेती थीं। दो-चार दिनों में देहली से और बहनें भी आ गईं और अब शहर में कई स्थानों पर हमारे प्रवचन होने लगे। अब सत्संग सुनने वालों की संख्या काफ़ी बढ़ चुकी थी। अच्छे-अच्छे परिवार ज्ञान से लाभ उठा रहे थे परन्तु अब कई लोगों ने देखा कि प्रचलित मन्तव्यों और इन बहनों के मन्तव्यों में काफ़ी अन्तर है। बहनें परमात्मा को सर्वव्यापी नहीं मानतीं बल्कि भिन्न मानती हैं। इस-इस प्रकार के ईश्वरीय ज्ञान बिंदु कई लोगों को तो बहुत युक्तियुक्त मालूम हुए और अन्य कई को लोगों ने भड़का दिया। अतः कुछ लोगों ने आना बंद कर दिया। जो निष्पक्ष थे, अपने विवेक का प्रयोग करके सुनने वाले थे तथा दूसरों के बहकावे में आने वाले नहीं थे, वे नित्य प्रति आते रहे। उनके जीवन की धारणाएं ऊंची उठीं। इस तरह वहां भी ईश्वरीय सेवाकेंद्र की स्थापना हो गई।

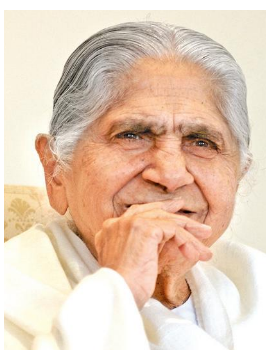
..**क्रमशः अगले अंक में जानेंगे उन्होंने क्या कहा।**

प्रेरणापुंज

आज्ञाकारी, वफादार, ईमानदार बच्चे ही परमात्मा के प्यारे हैं

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

यह डायमण्ड हॉल किसलिए बना है, जो हरेक कहता है- बाबा के लिए बना है। हरेक उस खींच से आते हैं। मेरा बाबा, मैं बाबा से मिलूं। अभी तो पहले जैसा गले लगाके मिलने का मौका नहीं मिलता है, वरदान सुनने का भी चान्स नहीं मिलता है, परन्तु मिलूं तो कैसे मिलूं। इतनी कशिश है बाप में, हरेक दूर बैठे कहां भी बैठे हैं, खुशी से मिलन मनाते हैं। मिलने में अन्दर से आत्मा को जो सुख कभी न महसूस किया था, वह अभी कहता है कि यह सुख जो आज पाया, वह कभी भूल नहीं सकता। तो बाबा के अन्दर क्या है जो इतना दूर और न्यारा होते भी इतना प्यारा बना है। यही ज्ञान सागर शिवबाबा जो देता है वह सबको मिले। हर आत्मा अपने बाप को पहचाने, बाप से वर्षा लेवे। सर्व आत्माओं को अपने यह वायब्रेशन मिलते रहें। आज भी अव्यक्त रूप से बाबा ने सबको अपना बनाके रखा है, साथ ले जाने के लिए।



राजयोगिनी दादी जानकी, पूर्व मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़, माउंट आबू

कोई बाबा-बाबा कितना भी कहे लेकिन आज्ञाकारी, वफादार बनने के बिगर वर्सा नहीं मिलेगा। वर्से के अधिकारी वही हैं जो आज्ञाकारी, वफादार और ईमानदार हैं। गुणों में, विशेषताओं में और सम्बन्ध में बाबा के साथ इतना वफादारी हो जो किसी को भी अपना न समझकर एक के साथ ही सब सम्बन्ध हों। एक द्वारा ही सर्व प्राप्तियां हों, इससे हमको फालो करना आसान हो गया। कोई की भी बात हो परन्तु अन्दर से करेंगे वही जो बाबा कराने वाला है। रूकावटें आएंगी पर हम रूकने वाले नहीं हैं क्योंकि फालो फादर। जैसे बाबा ने कर्मातीत, अवस्था को पाया, सम्पूर्ण स्थिति को पाया, हमको भी फालो करते-करते दोनों स्थितियों तक पहुंचना है। अभी अन्तिम घड़ियां हैं, अनुभवी मूर्त हो करके रहना है। न सिर्फ थोड़े समय के लिए अनुभव करना है परन्तु अनुभवी होकर रहना है। अव्यक्त फरिश्ता फिर आकारी मूर्त या अनुभवी मूर्त बनना है।

> जैसे बाबा ने कर्मातीत, अवस्था को पाया, सम्पूर्ण स्थिति को पाया, हमको भी फालो करते-करते दोनों स्थितियों तक पहुंचना है।

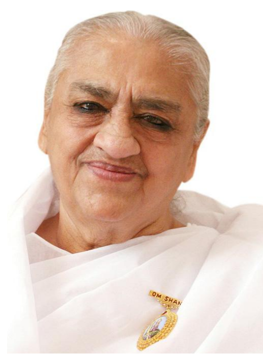
एंजिल की दिल कैसी होती है, माइन्ड कैसी होती है, एंजिल की आँखें कैसी होती हैं तो यह देखते, सोचते, सुनते फिर मैंने पूछा कि एंजिल बनना हो तो क्या करों? स्टडी और मंथन। सम्पूर्ण वा एंजिल बनना हो तो क्या करो? क्या औरों की कमियों, कमजोरियों को देखें- उससे संपूर्ण बनेंगे? और ही उनकी कमी हमारे पास आ जाएगी। जो देखेंगे वह हमारे पास आ जाएगा। फिर बड़ा पश्चाताप करना पड़ेगा। तो किसकी कमी-कमजोरी कभी न देखें। उसकी अन्दर से बला निकल जाए और इसका भी भला हो जाए। हम तो संपूर्ण बनें, हमारे अन्दर कमी न रहे, न देखें, न सोचें, न वर्णन करें इससे फ्री हो जाए।जब हम मंथन करते हैं तो सागर भी ऊपर से उछालें मारता है। अन्दर से फिर रत्न निकल आते हैं। बाबा ने हमारे अन्दर सब कुछ भर दिया है। सिर्फ अब उसे अमल में लाने के लिए थोड़ा मन्थन करना है फिर निमित्त भी बनना है।

अव्यक्त इशारे

यज्ञ सेवा बहुत ही मूल्यवान सेवा है, इसे खुशी से, प्यार से करें

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

आज मधुबन की चारों ओर की फुलवारी को देख खुशी हो रही कितने सेवाधारी सेवा के भाग्य को प्राप्त कर आगे बढ़ रहे हैं। मधुबन की सेवा यज्ञ सेवा है। यज्ञ का महत्व तो आप सभी जानते हैं। ऐसे यज्ञ की सेवा यह भी बहुत ही मूल्यवान है। चाहे कोई भी सेवा करते हैं। इन्टरनल करते हैं या कोई स्थूल सेवा करते हैं, लेकिन स्थूल सेवा करने वालों की भी इन्टरनल सेवा हो ही जाती है। भले कर्मणा कर रहे हैं लेकिन जो खुश रहते हैं, बाबा की याद में रहते हैं उन्हों के वृति का वायुमण्डल अवश्य बनता है। देखने वाले सब वर्णन भी करते हैं कि यहां सेवा भाव और खुशी की झलक दिखाई देती है वह और कहां नहीं दिखाई देती है क्योंकि फर्क यह है कि हम अपने बाबा का घर समझकर, अपना घर समझकर कार्य करते हैं। और दूसरे लोग जो हैं वह एक ड्यूटी समझकर अपने को तनख्वाह लेने वाले समझकर कार्य करते हैं। तो आप लोगों की स्थूल सेवा में सूक्ष्म सेवा हो रही है। तो ऐसे नहीं कोई समझे कि हम कोई जिज्ञासुओं को समझाते थोड़े ही हैं। हम तो अपने काम में ही लगे रहते हैं। लेकिन आपकी डबल सेवा हो रही है और उस सेवा के प्रभाव से जो भी आता है वह सन्तुष्ट हो कर ही जाता है। तो बाबा की कमाल है। बैठा गुप्त है लेकिन है चारों ओर। हरेक के साथ बाबा है। यह तो सभी अनुभव करते ही हैं कि बाबा हमारे साथ है। तो जहां बाबा है वहां कमाल ही कमाल है। जब से बाबा ने अचानक और एवररेडी शब्द कहा है तब से आप देखेंगे, समाचार सुनेंगे तो अचानक कितनी बातें हो रही हैं जो ख्याल-ख्वाब में नहीं है। वह अचानक ही बाबा दिखा रहा है। और भी जितना समय बीतता जायेगा तो अचानक के किस्से और भी ज्यादा दिखाई देंगे लेकिन जब से बाबा ने कहा है तब से दिखाई देता है कि कई अचानक की बातें हमारे ब्राह्मण परिवार में, चाहे बाहर भी हो ही रही हैं। और हालतों को भी हम देख रहे हैं कि बहुत नाजुक होती जाती हैं, जो बाबा कहते हैं ना अति में जाना है तो सब अति में जा रहा है।



राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी (गुलजार दादी), पूर्व मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

> चाहे कोई भी हो क्रोध नहीं करेगा लेकिन क्रोध का अंश जो है ना वह चिड़चिड़ा जरूर होगा।

बीमारियां देखो तो भी अति जा रही है। प्रकृति की हलचल देखो तो भी अति में जा रही है, आत्माओं की वृति दृष्टि एकदम गिरावट की विकारी, चाहे क्रोध, चाहे लोभ, भ्रष्टाचारियों की लाइन लंबी होती जाती है। रोज नये नेता का नाम आ जाता है। एक पूरा होता तो दो और पैदा हो जाते हैं तो यह क्या हुआ! हम सुनते हैं तो लगता है कि फॉरेन वाले क्या समझेंगें कि भारत ऐसा है क्या! लेकिन हम समझते हैं कि भारत में ही सब अति में होना है क्योंकि भारत ही ऊंचा होता है तो गिरेगा भी इतना ही, वह तो अण्डरस्टुड है इसीलिए दिखाई दे रहा है कि सब अति में जा रहा है। प्रकृति भी अभी अति में जा रही है। जैसे कोई तंग हो जाता है तो तंग हो करके क्या करता है? जब बहुत काम होता है, बहुत बिजी होते हैं, बोझ लगता है तो चिड़चिड़ापन ज़रूर आता है। **क्रमशः....**

लक्ष्य प्राप्ति के लिए आध्यात्मिकता बहुत जरूरी है : विस अध्यक्ष

यातायात एवं परिवहन प्रभाग: गति, सुरक्षा, आध्यात्मिकता विषय पर सेमिनार आयोजित

शिव आमंत्रण, माउंट आबू, राजस्थान

ब्रह्माकुमारीज़ के यातायात एवं परिवहन प्रभाग द्वारा ज्ञान सरोवर परिसर में गति, सुरक्षा, आध्यात्मिकता विषय पर राष्ट्रीय सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें मध्यप्रदेश विधानसभा के अध्यक्ष नरेंद्र सिंह तोमर ने कहा कि वर्तमान समय में दुनिया में आध्यात्मिकता की और भी ज्यादा आवश्यकता है। क्योंकि जैसे किसी भी कार्य को करने के लिए सही तरीके के साथ सुरक्षित तकनीक भी जरूरी है, वैसे ही मन को खुशहाल रखने के लिए व घर परिवार में आपसी प्यार, समरसता बनाए रखने के लिए आध्यात्मिकता कारगर सिद्ध हो सकती है।

तोमर ने कहा कि वे इस संस्था की गतिविधियों को कई दशकों से जानते हैं। इनको समाज व राष्ट्र के उत्थान के प्रति समर्पण भाव से कार्य करते हुए देखता रहता हूं। इसलिए इन बहनों के प्रति मेरा बहुत सम्मान है। इनके कार्य सराहनीय ही नहीं अनुकरणीय भी हैं।

मुंबई से आए पश्चिम रेलवे के चीफ ऑपरेशन मैनेजर उदय बोभते ने कहा कि तनावजन्य परिस्थिति से उभरने के लिए मन को सही दिशा देने की जरूरत है। राजयोग का नियमित अभ्यास के साथ तन को स्वस्थ रखने के एक्सरसाइज भी रोज करें।

मुंबई से आए महाराष्ट्र राज्य परिवहन आयुक्त विवेक भीमावर ने कहा कि मेरा निजी विश्वास है कि मेडिटेशन, आध्यात्मिकता को अपनाने से वैचारिक धरातल बदलेगा, व्यवहार में कुशलता आएगी।

प्रभाग की अध्यक्षा बीके दिव्या बहन ने कहा कि आपने जो कुछ विभिन्न सत्रों में सुना है, देखा है और योग के अभ्यास से जीवन में अनुभव भी किया है उसे निरंतर अभ्यास द्वारा अपना जीवन सफल बनाएं। मेरी आप सबके प्रति यही शुभकामना है कि आध्यात्मिकता को निजी जीवन में अपनाकर मन को शक्तिशाली और व्यवहार श्रेष्ठ बनाएं ताकि सदा घर परिवार में सुख शांति से खुशहाली बढ़ती रहे। जिससे सड़क दुर्घटनाओं में निश्चित ही कमी आ सकती है। प्रभाग के उपाध्यक्ष बीके डॉ. सुरेश शर्मा ने सुरक्षित भविष्य व जीवन में सकारात्मकता के लिए तैयार कार्य योजना प्रस्तुत की। इस मौके पर सुरक्षित जीवन के लिए सड़क, सुरक्षा नियमों का पालन करने की शपथ दिलवाई गई। बिहार से आए इंजीनियर बीके संजय व बीके कविता बहन आदि ने भी अपने विचार व्यक्त किये।

जीवन में गुरु की महिमा अनंत हैः बीके शैलजा दीदी

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र। महाराजा छत्रसाल बुंदेलखंड विश्वविद्यालय में गुरु पूर्णिमा के उपलक्ष्य में दो दिवसीय महोत्सव आयोजित किया गया। इसमें मुख्य वक्ता के रूप में आमंत्रित सेवाकेंद्र निदेशिका बीके शैलजा दीदी ने कहा कि जीवन को सफल बनाने के लिए गुरु की महिमा अनंत है। उन्होंने अनेक उदाहरण देकर गुरुओं के महत्व को स्पष्ट किया। वाइस चांसलर प्रो. डीपी शुक्ला ने कहा गुरु के द्वारा मनुष्य के दुखों को दूर किया जा सकता है। पूर्व प्राचार्य प्रो. जीपी राजोरे ने गुरु की महिमा को रोचक तरीके से परिभाषित किया। महंत योगेंद्र दास महाराज ने कहा सतगुरु वह जिसे कुछ पाने की आस नहीं होती। मुकेश महाराज ने कहा गुरु शिष्य परंपरा को अनुभव के द्वारा ही जीवन में उतारा जा सकता है। डॉ. जेपी शाक्य, महंत मुकेश महाराज, डॉ. एसआर पॉल, डॉ. एलसी चौरसिया, डॉ. बीएस राजपूत सहित बड़ी संख्या में विद्यार्थी मौजूद रहे।

नशा मुक्त ओडिशा अभियान के दूसरे चरण का शिक्षा मंत्री ने किया शुभारंभ

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र। शिक्षा मंत्री नित्यानंद गोंड द्वारा यूनिट 9, भुवनेश्वर में 'नशा मुक्त ओडिशा' अभियान के दूसरे चरण को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया। मंत्री ने व्यसन मुक्त समाज के महत्व पर जोर दिया और इस संबंध में ब्रह्माकुमारीज द्वारा की गई पहल की प्रशंसा की। पूर्व मंत्री परिवहन विभाग डॉ.अरबिंद धाली, उप-क्षेत्र प्रभारी यूनिट 9 बीके गीता दीदी, एनटीपीसी के सहायक महाप्रबंधक बीके अरुण साहू, प्रेरक वक्ता बीके राजीव ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

चितईपुर स्थित गौतम नगर कॉलोनी में तीन दिवसीय शिविर आयोजित

जिंदगी की हाय को वाह-वाह में बदलें: बीके सुरेंद्र दीदी

शिव आमंत्रण, वाराणसी, उप्र

ब्रह्माकुमारीज़ के चितईपुर के गौतम नगर कॉलोनी स्थित सेवाकेंद्र द्वारा त्रिदिवसीय राजयोग शिविर, वाह ज़िंदगी वाह आयोजित किया गया। गौतमेश्वर महादेव मंदिर प्रांगण में आयोजित शिविर में मुख्य वक्ता मुम्बई विश्वविद्यालय के पूर्व प्रो. एवं मोटिवेशनल स्पीकर डॉ. ईवी स्वामीनाथन ने कहा कि भगवान ने यह ज़िंदगी खुशीपूर्वक जीने के लिए प्रदान की है। ज़िंदगी की खुशियों पर हमारा पूरा हक है। लेकिन हम खुद अपनी नादानियों और नकारात्मक एवं असंतुलित जीवनशैली द्वारा अपने जीवन की खुशी और सुख को खोते जा रहे हैं। राजयोग जीवनशैली को अपने जीवन में समावेश कर जीवन को सुख-शांति एवं सामंजस्यपूर्ण बना सकते हैं।

क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी बीके सुरेंद्र दीदी ने श्रद्धालुओं को खुशहाल जीवन के लिए प्रेरणाएं देते हुए कहा कि जिंदगी की हाय-हाय को वाह-वाह में बदल दें। आपका जीवन बदल जाएगा। श्रीराम नगर कॉलोनी शाखा की प्रभारी बीके सरोज दीदी ने स्वागत भाषण दिया। उद्घाटन सत्र क्षेत्रीय प्रबंधक राजयोगी बीके दीपेंद्र भाई, बीके वंदना दीदी, सभासद सुरेश पटेल, अतुल पाण्डेय, समाजसेवी एसपी सिंह, कालोनी के अध्यक्ष विभास पाठक, अपना घर आश्रम के अध्यक्ष बीके ओएन उपाध्याय, बीके धीरेंद्र सिंह, अमित, श्याम, बीके चंदा बहन, मोटिवेशनल स्पीकर बीके तापोशी बहन, बीके सोनी बहन, बीके सीमा बहन आदि विशेष रूप से उपस्थित रहीं। संचालन क्षेत्रीय मीडिया एवं जनसम्पर्क प्रभारी बीके विपिन भाई ने किया।

वहीं बरेका के सौजन्य एवं ब्रह्माकुमारीज़ परिवार श्रीरामनगर कॉलोनी के तत्वावधान में शिविर आयोजित किया गया। इसमें करीब 200 से अधिक बरेका के अधिकारी, कर्मचारी एवं अनेक प्रबुद्धजन ने भाग लिया। प्रो. स्वामीनाथन ने कहा कि संतुलित, एकाग्र एवं शांत मन ही किसी भी कार्य की सफलता का प्रमुख आधार है । लेकिन आज अनेक व्यक्तिगत, पारिवारिक, सामाजिक एवं व्यवसायिक चुनौतियों और समस्याओं के कारण मानव अपने जीवन में आवश्यक सफलता प्राप्त करने से वंचित रह जाता है। उन्होंने अपने 30 वर्षों के अनुभव को साझा करते हुए बताया कि ब्रह्माकुमरीज़ में सिखाया जाने वाला परमात्म प्रदत्त राजयोग हमें आंतरिक शक्तियों से सम्पन्न कर जीवन को संतुलित, शांत और खुशहाल बनाने में सक्षम है ।

शिव आमंत्रण, बीना, मप्र। ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञान शिखर सेवाकेंद्र पर हरियाली अमावस्या पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। नपा अध्यक्ष लता सकवार ने कहा कि पवित्रता सबसे बड़ी पूंजी है। ब्रह्माकुमारीज़ समाज कल्याण के लिए बहुत ही सराहनीय कार्य कर रही है। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके जानकी दीदी ने सावन माह में परमात्मा की साधना का महत्व बताया। बीक मधु, बीके रिया सहित माताएं-बहनें मौजूद रहीं।

शिव आमंत्रण, वजीरगंज, अयोध्या। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राजर्षि दशरथ स्वशासी राज्य चिकित्सा महाविद्यालय के मेडिकल छात्रों के लिए एकाग्रता और याददाश्त शक्ति बढ़ाएं विषय पर सेमिनार आयोजित किया गया। मुख्य वक्ता डॉ. स्वामीनाथन ने विषय पर टिप्स दिए। बीके पारुल, बीके रेखा, बीके अंजू, बीके रामजीत, बीके महेंद्र भी उपस्थित रहे।

शिव आमंत्रण, रांची, झारखंड। ब्रह्माकुमारीज़ चौधरी बागान हरमू रोड द्वारा श्रीश्री 108 हनुमान मंदिर नवनिर्माण समिति में द्वादश ज्योतिर्लिंगम दर्शन मेला आयोजित किया गया। शुभारंभ चैम्बर ऑफ़ कॉमर्स के अध्यक्ष किशोर मंत्री, समाजसेवी जयंत शाहदेव, बीके निर्मला दीदी ने किया।

शिव आमंत्रण, संभल, उप्र। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा चलाए जा रहे नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत प्रचार रथ के पहुंचने पर उप जिलाधिकारी विनय कुमार मिश्रा ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। मुख्यालय से आए बीके यसवंत और उप सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सरला दीदी ने संबोधित किया। बीके लक्ष्मी दीदी, बीके रीना दीदी, बीके सरला दीदी ने बच्चों को नशा नहीं करने की शपथ दिलाई। तहसीलदार रवि सोनकर, प्रधानाचार्य शिव शंकर शर्मा, शंकर स्कूल के प्रधानाचार्य नरेंद्र सिंह भी मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, खजूरी सड़क, भोपाल। एमपी पुलिस ट्रेनिंग सेंटर में ब्रह्माकुमारी उप सेवाकेंद्र खजूरी सड़क द्वारा तनाव मुक्त विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बीके मोनिका ने तनावमुक्ति के टिप्स बताए। बीके संध्या बहन ने मेडिटेशन की विधि सिखाते हुए बताया कि फिजिकल के साथ इंटरनल रूप से पावरफुल होने के लिए परमात्मा के साथ कनेक्टिविटी की जरूरत है। राजयोग का अभ्यास कराया। संचालिका आरआई आरती बहन ने बहनों का स्वागत किया।

राजऋषि गोकुल गांव प्रकल्प : तीन दिवसीय प्रशिक्षकों का प्रशिक्षण आयोजित

सकारात्मक विचारों के साथ प्रेम से और दिल से खेती करेंगे तो खाने वालों में भी सकारात्मकता आएगी: कुलपति

शिव आमंत्रण, मेहसाणा, गुजरात

खेती करें तो प्रेम से करें, दिल से करें, सकारात्मक विचारों से खेती करेंगे तो उस उपज से खाना पकाने वाले एवं खाने वालों में भी सकारात्मकता आयेगी।

उक्त उद्गार ब्रह्माकुमारीज़ मेहसाणा द्वारा आयोजित राजऋषि गोकुल गाँव प्रकल्प अंतर्गत आयोजित प्रशिक्षकों के प्रशिक्षण कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए गुजरात नेचुरल फार्मिंग साइंस यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर डॉ. सीके टिंबडीया ने व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि मैं खुशी व्यक्त करता हूं कि यह एक विशिष्ट कार्यक्रम है, जो काम सरकार को करना चाहिए वह ऐसी संस्था कर रही है। प्राकृतिक खेती में गौ-माता का गोबर एवं गौमूत्र का उपयोग कैसे करना है यह बात आपको किसानों को सीखानी है। योग को हमारी यूनिवर्सिटी में भी शामिल किया जायेगा। हम पहले स्टूडेंट को योग करायेंगे बाद में ही पढ़ाना प्रारंभ करेंगे

कृषि एवं ग्राम विकास प्रभाग की राष्ट्रीय अध्यक्षा बीके सरला दीदी ने कहा कि ग्रामीणों के जीवन में समृद्धि आए, उनका आर्थिक, सामाजिक, मानसिक, सर्वांगीण विकास हो, महिलाओं का विकास, गाँव की स्वच्छता, आदर्श पंचायत, बच्चों का विकास हो इस उद्देश्य से यह 'राजऋषि गोकुल गाँव प्रकल्प' ट्रेनिंग का आयोजन किया गया है। देश की मांग है – सात्विक एवं पौष्टिक अन्न। उस के लिए प्राकृतिक यौगिक खेती के लिए किसानों को जागृत करेंगे। श्याम प्रतापसिंह राठौड, सरपंच, जाहोता ग्राम पंचायत, राजस्थान; मल्टी स्टेट स्किल डवलपमेन्ट के एम.डी. सुरेश भाई पटेल, राजऋषि गोकुल ग्राम प्रकल्प के प्रणेता बी.के. चंद्रेश भाई, बीके विनु भाई ने भी संबोधित किया।

ग्वालियर, मप्र। नशा मुक्त भारत अभियान के अंतर्गत देश के 78 वें स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य में विकसित भारत का मंत्र, भारत हो नशे से स्वतंत्र थीम पर नगर निगम के बाल भवन सभागार में संकल्प कार्यक्रम आयोजित किया गया। सेवाकेंद्र संचालिका बीके आदर्श दीदी, महामंडलेश्वर संतोष आनंद महाराज, भाजपा के जिला महामंत्री विनोद शर्मा, बीके प्रहलाद भाई मुख्य रुप से मौजूद रहे।

मीरजापुर, उप्र। ब्रह्माकुमारीज़ के प्रभु उपहार भवन मीरजापुर की संचालिका बीके बिंदू दीदी को जनपद क्षेत्र में आध्यात्मिक ज्ञान एवं सेवा से जन कल्याण, आत्म कल्याण करने हेतु इनरव्हील क्लब ऑफ मीरजापुर द्वारा प्रशस्ति पत्र प्रदान कर सम्मानित किया गया।

नवसारी, गुजरात। ब्रह्माकुमारी सेवाकेंद्र पर गुरु पूर्णिमा पर राजयोगिनी गीता दीदी का सम्मान नपा प्रमुख मीनल देसाई, भाजपा प्रदेश मंत्री शीतल सोनी, महिला मोर्चा प्रमुख तन्वी बेन, कारोबारी सदस्य महिला मोर्चा अलका बेन ने किया। बीके भानु दीदी भी मौजूद रहीं।

हाथरस, उप्र। पुलिस लाइन में मुख्य अग्निशमन अधिकारी राजकुमार वाजपेई के सानिध्य में पुलिसकर्मियों के लिए तनाव प्रबंधन कार्यक्रम आयोजित किया गया। मोटिवेशनल स्पीकर प्रो. स्वामीनाथन भाई ने तनावमुक्त जीवन के टिप्स दिए। बीके शांता दीदी भी मौजूद रहीं।

अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस : परिचर्चा का आयोजन

जीवन में ईश्वर प्रदप्त शक्तियों को पहचानें युवा

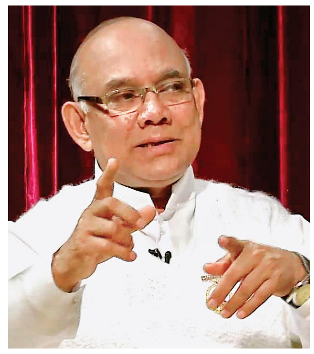
शिव आमंत्रण, जबलपुर, मप्र। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के शिव वरदान भवन कटंगा कॉलोनी सेवाकेंद्र द्वारा अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस के उपलक्ष्य में युवा सशक्तिकरण और आध्यात्मिकता विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया।

इसमें वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी विमला दीदी ने युवाओं को प्रेरणा देते हुए कहा कि वर्तमान समय आवश्यकता है साधनों के मायाजाल में भटके हुए युवा जो कि अनेक प्रकार के व्यर्थ जंजालों में अपनी शक्ति बर्बाद कर रहे हैं उन्हें जागरूक करने की और उन्हें इस युवा जीवन में ईश्वर प्रदत्त शक्तियों के महत्व से परिचित करवाने की। ताकि वे अपनी असीमित ऊर्जा को व्यर्थ में ना लगाते हुए सकारात्मक दिशा में उसका प्रयोग कर के अपने आप को विश्व कल्याणकारी बना सकें। युवा इंजीनियर और शिक्षक बीके हरिओम भाई ने कहा कि हम सभी की जिम्मेदारी है अपने से छोटों के लिए मार्गदर्शन देने के निमित्त बनें। युवा इंटरप्रेनर अनूप राय ने राजयोग ध्यान के अभ्यास से अपने जीवन में आई परिस्थितियों का सामना कर के सफल होने का अनुभव सांझा किया। युवा अधिवक्ता अर्पिता खरे, कार्यपालन अभियंता सुरेश त्रिवेदी ने भी विचार व्यक्त किए।

समस्या- समाधान

रात में सोने से पहले शिव बाबा को लिखें पत्र

शिव आमंत्रण, आबू रोड।



- राजयोगी बीके सूरज भाई,
माउंट आबू

मैं आपको मेडिटेशन के दो स्वरूपों की तरफ ले चलता हूं एक मैं आत्मा पीसफुल हूं लेकिन दूसरी चीज जो भगवान है जिसके बारे में आप सभी शायद कभी ना सोचते हों। क्योंकि एक विश्वास हो गया था वह कोई बहुत दूर की चीज है, उसको प्राप्त करना बहुत मुश्किल है छोड़ो इस झंझट को पता नहीं कहां है? कैसा है? मिलेगा या नहीं मिलेगा? मिलेगा तो आंख दिखाएगा क्या? हमारे पापों की हमें सजा देगा क्या? पता नहीं क्या, कैसा होगा? धर्मराज तो नहीं है वह? कई प्रकार के डर को पैदा कर दिया था लोगों के मन में। संसार में बहुत धर्मों में यह खेल हुआ लेकिन जब आप उसे जानेगें तो आपको पता चलेगा वह तो प्यार का सागर है, उससे ज्यादा हमें प्यार करने वाला कोई नहीं इस संसार में, बहुत मीठा है वो, उसके जैसा स्वीट इस दुनिया में कोई होता ही नहीं, वह शांति का सागर है उसके पास जाते ही मन शांत हो जाएगा, वह आनंद का सागर है उसके पास जाते ही हम आनंद में खो जाएंगे। हमारी खुशी का पारावार नहीं रहेगा। ऑलमाइटी है वह। हमें अपनी शक्ति देता है।

भगवान से हमारा पहला नाता पिता का है सोचो एक बार कि वह हमारे परम पिता है हम उनकी संतान है यह सत्य है हम आत्माएं हैं और उसके बच्चे हैं। 1 मिनट आंखें बंद करके मेरे साथ सोचें 'जिसे लोग भगवान कहते हैं वह मेरा परमपिता है.... इसका अर्थ है वह मेरा है.... हम उसके वह हमारा... उसका सब कुछ मेरा है...... 'यह बहुत गुड फीलिंग है कि वह मेरा है। अभी मैं आपको एक सुंदर संकल्प देता हूं उसे अपने जीवन का साथी बना लो, गुड फ्रेंड बना लो, वह खुदा दोस्त है। राजयोग की सबसे अच्छी बात है कि भगवान से नाता जोड़ लो जब आप उसे स्वीकार कर लेते हैं कि वह मेरा है तभी आपका नाता उससे जुड़ जाता है। हम साधारण भाषा में उसे कहते हैं 'मेरा बाबा' अब कैसे यूज करेंगे उसको?

उठो भी मुस्कुराते, सोएं भी मुस्कुराते हुए: मैं आपको उसके बारे में बताता हूं आपके मन में कोई चिंता हो, भय हो, भारीपन हो तो रात को सोने से पहले उसके नाम एक और छोटा सा पत्र लिख दो। घर में एक डायरी बना देना लेटर टू गॉड, लेटर टू खुदा दोस्त। लिखो अपने मन की सारी बात उसे जो आपके मन में खलबली मचा रही हो जो आपके मन को अशांत कर रही हो उसके नाम लिख दो तो आप पाएंगे कि जब आप सवेरे उठेंगे तो आप बहुत आनंद में है। उसने हर लिया है वह बोझ। इसको कहते हैं उस को समर्पित करना अपनी समस्याओं को उसे अर्पित कर देना। अपने मन को हल्का कर दो क्योंकि जीवन को एंजॉय करना है तो उठो भी मुस्कुराते हुए और सो भी मुस्कुराते हुए।

फरिश्ते स्वरूप की स्थिति के द्वारा सकाश दें

जब से आत्मा इस संसार में आती है। परमधाम से उसके बाद सदा ही सूक्ष्म शरीर में ही रहती है। सूक्ष्म शरीर के बिना स्थूल शरीर कार्य नहीं कर सकता। तो हमें ये अभ्यास करना चाहिए। हमें अपने इस स्वरूप को देखना चाहिए कि मैं आत्मा प्रकाश के शरीर में हूं। मानो मेरा ये शरीर अलग हो गया मुझसे और मैं आत्मा प्रकाश के शरीर में विराजमान हूं। इसे कहते हैं फरिश्ता स्वरूप। मैं लाईट हाउस हूं। अर्थात् मेरे अंग-अंग से लाईट फैलती है। फैलती ही है हम सब के शरीरों के अंग-अंग से। आत्मा से भी और क्योंकि सूक्ष्म शरीर सारे शरीर में फैला हुआ है। अंग-अंग से चारों ओर प्रकाश फैलता है। ये हमें अभ्यास करना चाहिए। बाबा आजकल बहुत जोर देते है कि सकाश दो। हम इस फरिश्ते स्वरूप की स्थिति के द्वारा भिन्न-भिन्न स्थानों पर सकाश दे सकते हैं। हम अभ्यास करेंगे। मैं फरिश्ता यहां से निकलकर गया, वहां दिल्ली शहर के ऊपर एक मिनट के लिए और मुझसे प्रकाश फैल रहा है नीचे सभी मनुष्यों के ऊपर। फिर वहां से उठकर गया दूसरे सिटी के ऊपर, प्रकाश फैल रहा है शक्तियां फैल रही है। मेरे ऊपर बाबा से शक्तियां आ रही है मेरे माध्यम से नीचे जा रही है।

हमारा ब्रेन बहुमूल्य है...

देखें क्या क्या होल्ड किया है इस ब्रेन में और उसको रिलीज कर दो। जीवन को सुखी बनाना है। ये जो हमारा ब्रेन है यह बहुमूल्य है, बेशकीमती है। इसकी कीमत नहीं आंकी जा सकती। मैं एक बात आपसे कहता हूं कि अब से 100 साल पहले मनुष्य का ब्रेन जितना पावरफुल था वह 50 साल पहले नहीं था और जो 50 साल पहले जितना था वह आज नहीं है जैसे हमारे मोबाइल की बैटरी डाउन हो जाती है शाम तक, ऐसे इस ब्रेन की बैटरी भी बहुत डिस्चार्ज हो चुकी है और इस पर प्रेशर ज्यादा हो तो क्या हाल होगा? यह मनुष्य की अशांति का कारण है जब प्रेशर ज्यादा होता है तो मनुष्य इरिटेट होता है, उसे गुस्सा आता है उसे, टेंशन होती है और इन सब चीजों से ब्रेन की एनर्जी नष्ट होती है। सबसे बहुमूल्य ब्रेन है आपके पास। कोई बेशकीमती हार हो 9 करोड़ का हो तो कैसे संभाल कर रखेंगे उसे ऐसी जगह रखेंगे जहां चोरों की नजर ना पड़े, ऐसे ही बहुत कीमती जेवर है यह ब्रेन। अभी चेक कर लो आप कि हम इस ब्रेन का कैसे यूज कर रहे हैं प्रॉपर यूज कर रहे हैं या मिस यूज कर रहे हैं कहीं हम इसका गलत प्रयोग तो नहीं कर रहे हैं।

करनाल सेवाकेंद्र पर आयोजित स्नेह मिलन में शामिल हुए मुख्यमंत्री

ब्रह्माकुमारी बहनें पर्यावरण, यौगिक खेती, नशामुक्ति अभियान हर क्षेत्र में सेवाएं कर रही हैं: मुख्यमंत्री सैनी

शिव आमंत्रण, करनाल, हरियाणा। ब्रह्माकुमारी करनाल सेक्टर 9 में आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी शामिल हुए। इसमें मुख्यमंत्री ने ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा किए गए कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि आपका जन्म दिवस आए, घर में कोई शुभ कार्य हो, किसी बुजुर्ग का कोई दिन हो तो एक-एक पेड़ जरूर लगाएं। जिससे पर्यावरण की सुरक्षा हो सके। यह राष्ट्र दुनिया का सिरमौर बने। 21वीं सदी का श्रेष्ठ भारत बने और यह सबसे आगे रहे, उसके लिए ब्रह्माकुमारी बहनें भी पर्यावरण दिवस, यौगिक खेती, नशामुक्ति अभियान, विशेष हर फील्ड में कार्यरत हैं। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके निर्मल दीदी ने मुख्यमंत्री का स्वागत किया। साथ ही सभी को राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से शांति की गहन अनुभूति कराई। बीके रामभूल भाई ने सीएम को पगड़ी पहनाकर सम्मानित किया।

इस मौके पर हरविंदर कल्याण (विधायक घरौंडा), योगेंद्र राणा (जिला अध्यक्ष भाजपा करनाल), संजय बठला (ओएसडी, सीएम), कृष्ण लाल तनेजा (हरियाणा व्यापार बोर्ड अध्यक्ष और गौशाला प्रधान), एसपी चौहान अध्यक्ष नव चेतना मंच), गुरप्रीत भिंडर (पार्षद), राधेश्याम शर्मा (वीसी), डॉ. एनपी सिंह चौहान (राजपूत सभा के प्रधान), ओमवीर राणा (सेक्टर 9 वेल्फेयर प्रेसिडेंट), डॉ. अवतार सिंह (सेवा निवृत्त प्रिंसिपल साइंटिस्ट एनडीआरआई करनाल) सहित बड़ी संख्या में संस्थान से जुड़े भाई-बहनों ने हिस्सा लिया। कुमारी शिवानी ने झूम झूम हर कली गीत पर स्वागत नृत्य किया।

शिव आमंत्रण, रोसेरा, बिहार। केंद्रीय राज्य जलशक्ति मंत्री डॉ. राजभूषण चौधरी से ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से बीके कुंदन बहन ने मुलाकात कर परमात्मा का स्मृति चिंह्न प्रदान कर सम्मानित किया। साथ ही संस्थान द्वारा की जा रहीं सामाजिक सेवाओं और राजयोग मेडिटेशन के बारे में बताया।

शिव आमंत्रण, भीनमाल, राजस्थान। राजस्थान के युवा एवम खेल मंत्री पूर्व सांसद एवं ओलंपिक सिल्वर मेडल शूटिंग के विजेता भ्राता राज्यवर्धन सिंह राठौड़ को प्रेरणा यूथ फेस्टिवल के मुख्य अतिथि का निमंत्रण दिया उन्होंने सहर्ष स्वीकार किया और 19 सितंबर शांतिवन आने का प्रोग्राम बनाया।

सावन मास: छतरपुर में द्वादश ज्योतिर्लिंगम एक साथ पहली बार

गुरु वही जो सतगुरु से मिलाने का मार्ग बताए: बीके शैलजा

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र। सावन के पहले सोमवार को प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय किशोर सागर के प्रांगण में द्वादश ज्योतिर्लिंगम की अद्भुत और अनुपम झांकी सजाई गई। शिव के स्वरूपों की स्थापना के साथ-साथ गुरु पूर्णिमा भी धूमधाम से मनाई गई। इसमें संत समाज से जानराय टोरिया महंत श्रृंगारी दास महाराज , मोटे की महावीर मंदिर महंत कमलेश बब्बाजू एवं अन्य संत महंत उपस्थित रहे।

छतरपुर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शैलजा दीदी ने कहा कि सावन मास परमात्मा शिव की आराधना, उपासना, व्रत, कीर्तन, जप- तप आदि कर शक्ति संचय करने का मास है। और इसी महीने में आने वाली गुरु पूर्णिमा हमें याद दिलाती है कि गुरु हमें सतगुरु से मिलाने का रास्ता बताते हैं क्योंकि गुरुओं का भी गुरु महासतगुरु परमपिता परमात्मा शिव है जो हमें मुक्ति और जीवनमुक्ति प्रदान कर हमारी भक्ति का फल देते हैं। श्रृंगारी दास महाराज ने कहा कि जिन ज्योतिर्लिंगम के दर्शन करने हम दूर-दूर जाते हैं, उन्हीं 12 ज्योतिर्लिंगम को ब्रह्माकुमारी बहनों ने एक साथ यहीं पर लाकर स्थापित कर दिया। यह पहली बार है कि 12 ज्योतिर्लिंगम एक साथ हम दर्शन कर पा रहे हैं और उनका पूजन भी कर पा रहे हैं यह हमारी मातृ शक्तियों की ही देन है। इसके लिए ब्रह्माकुमारी बहनें धन्यवाद की पात्र हैं। झांकी के प्रथम दिवस दर्शन के लिए सुबह से शाम तक भक्तों का सैलाब उमड़ता रहा। नगर पालिका अध्यक्ष सुरेंद्र ज्योति चौरसिया, जिला अधिकारी आयुष विभाग डॉ. विज्ञान देव मिश्रा, समाजसेवी शंकरलाल सोनी, जेपी मिश्रा, महेंद्र सिंह परमार, लखन लाल तिवारी, ए के अवस्थी, दर्शना वृद्धा आश्रम संचालिका प्रभा विदु का आना हुआ। बीके रमा दीदी ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

साध्वी ऋतम्भरा का किया सम्मान

शिव आमंत्रण, हाथरस, उप्र| ब्रज की देहरी कहे जाने वाले हाथरस के तपस्याधाम सेवाकेंद्र से ब्रह्माकुमारी बहनों ने वात्सल्य ग्राम श्रीधाम वृन्दावन में अंतराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त कथावाचक साध्वी ऋतम्भरा दीदी के आवास पर मुलाकात की। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके भावना दीदी ने सनातन संस्कृति के पुनरुत्थान पर ज्ञान चर्चा की। मुख्यालय माउंट आबू की महिमा बताते हुए पधारने का निमंत्रण दिया। बीके सीता दीदी भी मौजूद रहीं।

सेवाकेंद्र पहुंचे केंद्रीय मंत्री का किया स्वागत

शिव आमंत्रण, बैतूल, मप्र | केंद्रीय राज्य मंत्री डीडी उइके मंत्री बनने के बाद ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पहुंचे और ब्रह्माकुमारी बहनों का आशीर्वाद लिया। मंत्री उइके ने कहा कि शिवबाबा और तपस्वी आत्माओं के आशीर्वाद से यह अवसर मिला कि मैं देश की सेवा कर सकूं। प्रभारी बीके मंजू दीदी व बीके सुनीता दीदी ने मंत्री का स्वागत, सम्मान किया।

इंटरफेथ कांफ्रेंस में बीके जयंती ने लिया भाग

शिव आमंत्रण, इंदौर, मप्र | चिश्ती फाउंडेशन अजमेर शरीफ द्वारा इंटरफेथ कांफ्रेंस का आयोजन किया गया। इसमें अखिल भारतीय सर्वधर्म संसद कन्वेनर गोस्वामी तुलसीदास महाराज (दिल्ली), संस्था जय गुरुदेव के इंदौर प्रान्त प्रमुख अरुणानंद महाराज, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके जयंती दीदी, सिख समाज विचारक पूर्व राज्य मंत्री दिलीप राजपाल, दरगाह अजमेर शरीफ गद्दीनशीन सलमान चिश्ती, मप्र उर्दू अकादमी चेयरपर्सन नुसरत महेदी, दरगाह नहर शाहवली इंदौर अध्यक्ष डॉ. रिजवान पटेल व अन्य मौजूद रहे।

राष्ट्रीय कार्यशाला में लिया भाग

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र | राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के परिप्रेक्ष्य में भारतीय ज्ञान परंपरा: शिक्षा में आध्यात्मिकता विषय पर महराजा छत्रसाल बुंदेलखंड विश्वविद्यालय, में दो दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला आयोजित की गई। इसमें भोपाल से पधारीं शिक्षा प्रभाग की जोनल संयोजिका बीके किरण दीदी ने कहा कि अध्यात्म को नकारना जैसे कि स्वयं के अस्तित्व को नकारना है। हम आध्यात्मिक सत्ता हैं। अगर इस सत्य को स्वीकार करेंगे तो सुख-शांतिमय, दिव्य व सभ्य समाज के निर्माण का वैश्विक नेतृत्व करेंगे।

शिव आमंत्रण, सदस्यता हेतु संपर्क करें-
वार्षिक मूल्य 150 रुपए तीन वर्ष 450 रुपए
आजीवन 3500 रुपए
मो 9414172596, 8521095678
Website www.shivamantran.com

पत्र व्यवहार का पता
संपादक ब्र.कु. कोमल
ब्रह्माकुमारीज़, शिव आमंत्रण ऑफिस, शांतिवन, आबू रोड, जिला- सिरोही, राजस्थान, पिन कोड- 307510
मो 8538970910, 9179018078
Email shivamantran@bkivv.org

For online transfer
A/C Name: Rajyoga Education & Research Foundation
A/C Number: 35401958118, IFSC Code: SBIN0010638
Bank & Branch: State Bank Of India, PBKIVV, Shantivan, Abu Road, Rajasthan
Note: On transfer please email details to: shivamantran.acct@bkivv.org, Helpline: 6377090960
Scan To Pay

पुलिसकर्मियों को दिए तनाव प्रबंधन के टिप्स

जवानों को बताए राजयोग मेडिटेशन के फायदे

शिव आमंत्रण, जानकीपुरम, लखनऊ

ब्रह्माकुमारीज़ के जानकीपुरम लखनऊ में पुलिस सुरक्षा बलों के अधिकारियों एवं जवानों के लिए तनाव मुक्ति और जीवन प्रबंधन का कार्यक्रम रखा गया, जिसमें मुख्य वक्ता डॉक्टर स्वामीनाथन भाई थे।

डॉ. स्वामीनाथन ने कहा कि सुरक्षा कर्मियों के पास तनाव को सहन और सामने करने की अद्भुत शक्ति होती है। अगर हम अंदर से सशक्त है तो किसी भी प्रकार के तनाव का सामना कर सकते हैं। जिसके लिए मेडिटेशन एक मुख्य विषय है जो तनाव और स्वयं को सशक्त करने में कारगर साबित हुआ है।

उन्होंने बताया कि तनाव के कारण स्वभाव में नीरसता व उदासी, चिड़चिड़ापन आ जाने से अत्यन्त भावुकता आ जाती है। बात-बात में रोना, गुस्सा, नफरत घृणा, ईर्ष्या स्वभाव ही बन जाता है। कई बार तो जोश में आकर ही बड़े से बड़ा अपना ही नुकसान कर लेते हैं। जिससे तन-मन दोनों का बैलेंस बिगड़ सकता है।

कार्यक्रम में आईटीबीपी के डीआईजी विश्व आनंद, उप्र पुलिस के डीएसपी जितेन्द्र कुमार सहित पीएसी के 300 जवानों और अधिकारियों ने भाग लिया। बीके सुमन ने सभी को मेडिटेशन कराया।

शिव आमंत्रण, आरके पुरम, नई दिल्ली। एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत पूर्व विधायक अनिल शर्मा और आरकेपुरम समाज कल्याण समिति द्वारा आयोजित कार्यक्रम में सांसद बांसुरी स्वराज बीके अनीता, बीके मनीषा और बीके ज्योति ने पौधारोपण किया।

शिव आमंत्रण, टोंक, राजस्थान। राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय चंदलाई एवं ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा स्कूल परिसर में पौधारोपण किया गया। इस मौके पर बीके ऋतु दीदी, बीके रेखा, बीके संकुतला, बीके सागर, बीके संतोष, बीके मुन्नी, बीके प्रदीप आदि मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, घुवारा, छतरपुर, मप्र। शासकीय कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय व शास. बालक उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस मनाया गया। बीके नीतू बहन, बीके मोहिनी बहन ने विद्यार्थियों को सफलता के टिप्स बताए।

शिव आमंत्रण, खजुराहो, मप्र। स्वस्थ एवं स्वच्छ समाज बनाने में शिक्षकों की भूमिका विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें राजनगर तहसील के विद्यालयों के प्राचार्य, शिक्षक शामिल हुए। प्रभारी बीके विद्या दीदी, बीके प्रीति दीदी ने राजयोग का महत्व बताया।

हरित नीमच अभियान में ब्रह्माकुमारीज़ ने बढ़ाए सहयोग के हाथ

ब्रह्माकुमारीज़ निःस्वार्थ सेवा में अग्रणी हैः विधायक

शिव आमंत्रण, नीमच, मप्र

नगर पालिका द्वारा विशाल स्तर पर आयोजित हरित नीमच अभियान के अन्तर्गत कन्या महाविद्यालय के सम्मुख एक पेड़ मां के नाम पौधारोपण कार्यक्रम किया गया।

इसमें विधायक दिलीपसिंह परिहार, भाजपा जिलाध्यक्ष पवन पाटीदार, नपा अध्यक्ष स्वाति गौरव चौपड़ा, उपाध्यक्ष रंजना करण परमाल, ब्रह्माकुमारीज़ से बीके सविता दीदी, बीके सुरेन्द्र भाई के आतिथ्य में पौधारोपण किया गया। इसके अन्तर्गत वार्ड क्र. 25, 34 एवं 35 के क्षेत्र में श्री जाजू कन्या महाविद्यालय के सम्मुख पौधारोपण किया गया।

विधायक परिहार ने ब्रह्माकुमारी संस्थान की सराहना करते हुए कहा कि यह संस्थान निःस्वार्थ सेवा के रूप में विश्व में अग्रणी है। पौधारोपण में संस्थान द्वारा अखिल भारतीय स्तर पर अभियान चलाए जा रहे हैं।

ब्रह्माकुमारीज़ के सबजोन डायरेक्टर बीके सुरेन्द्र भाई ने कहा कि मोदीजी ने शौचालय निर्माण, स्वच्छता अभियान और पौधारोपण के वृहद कार्यक्रमों को बेहद सफलतापूर्वक देश के जन-जन तक पहुंचाकर प्रत्येक भारतवासी को सक्रिय रूप से सहयोगी बनाया है। इस दौरान ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा भी नाम के साथ कई पौधे लगाए गए।

नई राहें

बीके पुष्पेंद, संयुक्त संपादक
शिव आमंत्रण, शांतिवन

मनन-चिंतन

शिव आमंत्रण, आबू रोड, राजस्थान। आत्मा की तीन शक्तियां हैं- मन, बुद्धि और संस्कार। इनमें पहली शक्ति 'मन' सबसे महत्वपूर्ण और प्रभावी है। क्योंकि मनुष्य की सोच के आधार पर ही उसके गुण, व्यक्तित्व झलकता है। व्यक्ति की सोच ही उसे सामान्य से महापुरुष बनाती है। मनुष्य के निम्नस्तर के कर्मों के पहले उसके मन का स्तर गिर जाता है। हिंसा, मारपीट, बदले का भाव, द्वेष, ईर्ष्या के विचार पहले मन में जन्म लेते हैं फिर वह कर्म में प्रवीण होते हैं। इसलिए धर्म-ग्रंथों में मन की पवित्रता और शुद्धता पर सबसे ज्यादा जोर दिया गया है। चिंतन का अर्थ होता है सोचना या विचारना। सुने हुए ज्ञान के बिंदू या बातों का, पढ़े हुए वाक्यों या किसी विषय पर एकांत में गंभीर विचार करना ही 'मनन' है। मननशीलता का गुण होने के कारण ही मानव को मनुष्य कहा जाता है। मनन-चिंतन एक ऐसी विधा है जो मनुष्य के व्यक्तित्व को संवारने, समृद्धशाली और प्रभावशाली बनाने में अमृततुल्य है। मनन-चिंतन जितना व्यापक, गहराईपूर्ण और उद्देश्यपूर्ण होगा, विचार और कर्म भी उसी अनुरूप व्यापक, समृद्ध और सुखदायी होंगे।

एकांत में प्रकृति के सान्निध्य में किया गया मनन-चिंतन से हमें अपनी कमी-कमजोरी का आभास होता है वहीं मजबूत पक्ष भी जान पाते हैं। सफलता प्राप्ति के लिए किन बातों पर फोकस करना है, किस पक्ष को मजबूत करना है यह जान पाते हैं। हम अपने जीवन के मार्गदर्शक, गुरु और शिक्षक खुद बन पाते हैं। जरूरत है तो अपने जीवन के अनुभवों से सीख लेकर आत्म विश्वास और दृढ़ निश्चय के साथ हिम्मत का कदम बढ़ाने की। एकांत में गहराई से किसी विचार को लेकर अंतर्मन में झांकते हैं या ज्ञान रत्नों का विश्लेषण करते हैं तो मन में नए विचार और आइडिया जन्म लेते हैं। मन में सकारात्मक विचारों की पूंजी बढ़ती है। मन शांत होता है। जीवन के प्रति नजरिया स्पष्ट होता है। व्यर्थ के विचारों से बच जाते हैं और बड़ी से बड़ी समस्या का हल मिल जाता है। विचारों, भावनाओं और अनुभवों का विश्लेषण नई खोज की ओर ले जाता है। खुद का मूल्यांकन कर पाते हैं कि जीवन किस दिशा में जा रहा है। साक्षी भाव उत्पन्न होता है और परिस्थितियों, घटनाओं से निर्लिप्त, निर्विघ्न और निडर बनने का गुण विकसित होता है।

आध्यात्मिक पुरुषार्थ की पहली सीढ़ी, अवस्था है चिंतन-

अध्यात्म की राह पर चल रहे पथिकों के लिए मनन-चिंतन साधना की पहली अवस्था या सीढ़ी है। योग-साधना का आधार श्रेष्ठ मनन-चिंतन है। कितना भी ज्ञान अर्जन कर लें लेकिन जब तक उस ज्ञान का गहराई से चिंतन नहीं करेंगे तो वह सिर्फ ज्ञान तक ही सीमित रह जाएगा। मंथन से निकले ज्ञान रूपी अमृत से ही इसकी गहराई का एहसास होता है, जो हमारी पूंजी बन जाती है। इससे संवेदनशीलता का भी विकास होता है और संवाद कौशल बढ़ता है। जीवन को सार्थक, उपयोगी और प्रेरणादायी बनाने में मदद मिलती है। स्वामी विवेकानंद ने कहा है कि मनन-चिंतन से हम अपने जीवन को सार्थक बना सकते हैं और अपने लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं। गौतम बुद्ध कहते हैं कि मनन-चिंतन से हमारा मन शांत होता है और जीवन सुखमय बनता है। अल्बर्ट आइंस्टीन के विचार थे कि मनन-चिंतन से हमें जीवन को समझने में मदद मिलती है, मन का विकास होता है और लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं।

मन हो जाता है शांत, शक्तिशाली-

जब महान विचारों को मन में बार-बार चिंतन में लाते हैं, स्मरण करते हैं, दोहराते हैं तो मन शक्तिशाली हो जाता है। मन सकारात्मक विचारों से भरपूर होने से जीवन में निराशा, हताशा, दुख, चिंता कोसों दूर रहते हैं। नकारात्मकता तभी हावी होती है जब सकारात्मक विचारों का अभाव हो। इससे निर्णय करने की क्षमता का भी विकास होता है क्योंकि मनन शक्ति से हम संबंधित विचार के सभी पहलुओं पर नजर डाल पाते हैं। जब हमें जीवन में कोई बड़ा निर्णय लेना होता है तो हम कहते हैं कि मुझे कुछ वक्त दीजिए। मैं सोचकर आपको अपना निर्णय बताऊंगा। इसके बाद हम अपने शुभचिंतकों, परिचितों और जानकारों से उनका मत, अनुभव लेते हैं और फिर अपने अनुभव के आधार पर उस बात या विचार पर मनन-चिंतन कर आगे के लिए निर्णय लेते हैं। शांत मन से किसी बात की गहराई में जाने के बाद मन उचित निर्णय ले पाता है। इससे दूरदर्शिता का गुण भी विकसित होता है। खुद को खुद से मिलाता है। जीवन की भागदौड़ में कितने ही व्यस्त क्यों न रहें कुछ पल अपने साथ भी बिताना चाहिए। यही वह पल होते हैं जब हम खुद से बात करते हैं। अपने मन की सुनते हैं। इसके लिए है खुद से प्यार करना। अपनी भावनाओं और विचारों का सम्मान करना बेहद जरूरी है। मनुष्य चिंता करके चिता की स्थिति में पहुंच जाता है लेकिन चिंतन करके परमात्मा प्राप्ति के मार्ग पर अग्रसर हो जाता है। परमात्मा को पा लेता है, उसे अपना बना लेता है।

परमात्मा के महावाक्य हैं- अपनी घोट तो नशा चढ़े

अपनी घोट तो नशा चढ़े अर्थात् परमात्मा द्वारा दिए गए खजाने को मनन शक्ति से कार्य में लगाकर प्राप्तियों की अनुभूति करो तो नशा चढ़े। सुनने के समय नशा रहता है लेकिन सदा क्यों नहीं रहता? इसका कारण है कि सदा मनन शक्ति से अपना नहीं बनाया है। मनन शक्ति अर्थात् सागर के तले में जाकर अंतर्मुखी बन हर ज्ञान रत्न की गुह्यता में जाना। परमात्म ज्ञान तभी हमारी पूंजी बन सकता है जब हम उसका मनन-चिंतन करेंगे। जितना मनन शक्ति बढ़ेगी तो पुरुषार्थ भी उसी तीव्र गति से बढ़ता जाता है। आत्मा अनुभवीमूर्त बनती जाती है। मनन-चिंतन से हमारे सामने जीवन के ऐसे राज सामने आते हैं जो कहीं और नहीं मिल सकते हैं। प्रभु चिंतन उन्नति की सीढ़ी है और परचिंतन पतन की जड़ है।

जीवन प्रबंधन

बीके शिवानी दीदी

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

अपने संकल्पों को करते रहें चेक, क्योंकि,

संकल्प से बनती है सृष्टि

शिव आमंत्रण, आबू रोड। हमेशा अपनी कैपेसिटी बढ़ाते रहें। कोई भी चीज को यदि हम बढ़ाते नहीं हैं तो वह धीरे-धीरे घटने लगती है। इसी तरह चेक करते रहें कि मेरी सोच कैसी चल रही है। मेरा व्यवहार कैसा है, अभी वर्तमान स्थिति क्या है। चेक करें कि मैंने क्या सृष्टि को देख कर संकल्प किया। जीवन में एक छोटी सी प्रॉब्लम आती है और हम सोचना शुरू करते देते हैं कि बड़ी प्रॉब्लम है तो वह बड़ी हो जाएगी। जैसे कोई घर में बीमार है यदि सभी लोग बोलेंगे बीमार है, बीमार है तो वह और बीमार हो जाएगा। क्योंकि संकल्प से सृष्टि बनती है। तो चैक करें मेरी सृष्टि क्या है? मेरे रिश्ते, मेरी सृष्टि क्या है? मेरा काम और मेरी सृष्टि क्या है? जो सोचेंगे वह होता जाएगा।

जैसे आप ऑफिस जा रहे हैं। रास्ते में ट्रैफिक है। बारिश भी हो रही है। ऐसे में मन में याल आएंगे कि आज फिर ऑफिस टाइम पर नहीं पहुंच पाऊंगा। आज फिर लेट हो जाऊंगा। संकल्प से सृष्टि बनती है तो आपके साथ वैसा ही होने लगेगा। इसकी जगह सोचें ट्रैफिक कम हो रहा है। जगह खाली है और मैं अपनी जगह पर पहुंच रहा हूं तो आप समय पर पहुंच जाएंगे। बीज गलत डालेंगे तो परिणाम भी गलत आएगा।

जिसे याद करेंगे वैसे ही वाइब्रेशन हमें मिलेंगे

ज्ञान सुनते हैं और मेडिटेशन करते हैं। परमात्मा का ज्ञान और परमात्मा से कनेक्शन जोडक़र मेडिटेशन जिसे हम याद करेंगे, उसके मन की स्थिति के साथ हमारी मन की स्थिति जुड़ जाएगी। अगर आपने यहां बैठे किसी को याद किया जो घर पर हैं। तो उनकी जो अभी मन की स्थिति होगी। उसका वाइब्रेशन आपके मन से कनेक्ट हो जाएगा। एनर्जी ट्रांसफर इसीलिए कभी-कभी बिना कोई कारण के दुख हो रहा है, बिना कोई कारण की चिंता हो रही है उस टाइम याद किसको कर रहे थे। जो यहां होगा मतलब उसके साथ मेरा कनेक्शन जुड़ गया। इसलिए बचपन से हमें सिखाया गया था सारा दिन किसको याद करो। क्योंकि अगर उसको याद करते रहोगे तो यहां कनेक्शन किसके साथ जुड़ा रहेगा। उसके साथ जुड़ा रहेगा। परेशान को याद करेंगे तो परेशान होंगे। नाराज को याद करेंगे तो नाराज होंगे। शांति के सागर को याद करेंगे, सर्वशक्तिमान को याद करेंगे तो वैसे बनते जाएंगे।

जो कर्म करें, मन भी उसमें लगा हो...

लोग परमात्मा को याद करने बैठते हैं लेकिन मन इधर-उधर भटक जाता है। जैसे मुझे अपना पूजा पाठ करना है, जाप करना मैंने सबकुछ किया। ईश्वर को फूल भी चढ़ाए, अगरबत्ती लगाई। लेकिन बीच-बीच में बच्चों के बारे में भी सोच लिया। ऑफिस जाकर आ गए। इसीलिए क्या हुआ इतना अच्छा विधिपूर्वक सबकुछ करते हुए भी चार्जिंग नहीं हुई। दूसरा तरीका यह है कि हम घर के काम करते, खाना बनाते, ऑफिस में काम करते, गाड़ी चलाते भी भगवान को मन से याद कर सकते हैं। क्योंकि हमारे मन की आवाज ही परमात्मा तक पहुंचती है। कर्मयोगी मतलब हम कर्म पर फोकस करते हैं। राजयोग में रहते हुए कर्म किया। जो कर्म परमात्मा की याद रखते हुए करेंगे ऑटोमेटिकली उनका हर कर्म कर्मयोग हो जाएगा। मेडिटेशन मतलब ध्यान रखना, मन का ध्यान रखने के लिए ध्यान करना होता है। तो परमात्मा को याद करने के लिए मेडिटेशन कहते हैं। मेडिटेशन मतलब सारा दिन परमात्मा से एक सुंदर रिश्ता, कनेक्शन।

समस्या आने पर सबसे पहले परमात्मा से समाधान पूछें

जब भी हमारे जीवन में कोई समस्या आती है तो हम पहले अपने साथी वालों से, परिवार के सदस्यों से पूछते हैं। सभी से पूछने के बाद जब कोई समाधान नहीं मिलता तो लास्ट ऑप्शन के तौर पर परमात्मा के पास जाते हैं। जबकि जीवन में कोई भी परेशानी या समस्या आए परमात्मा लास्ट ऑप्शन की जगह फस्र्ट ऑप्शन हो। सुख हो या दु:ख सभी में पहले परमात्मा के साथ शेयर करें। कोई भी काम करने से पहले, सुबह उठने के बाद, रात को सोते समय, खाना खाने से पहले, ऑफिस जाने से पहले परमात्मा को जरूर याद करें। सुबह का समय सात्विक होना चाहिए। सुबह पूरे दिन के लिए मन को चार्ज करना चाहिए।

सतयुग में जाने के लिए बनाने होंगे दिव्य संस्कार

जैसे सुबह के बाद दोपहर फिर शाम और रात आती है। फिर रात के बाद सुबह होती है। इसी तरह सृष्टि चक्र भी चलता है। सतयुग के बाद त्रेतायुग, द्वापरयुग और फिर कलियुग। वर्तमान समय पुरुषोत्तम संगमयुग चल रहा है। इसके बाद फिर से सतयुग आएगा। तो सतयुग में जाने के लिए हमें कैसे संस्कार बनाना होंगे। जब हमारे यहां पर सतयुगी और दिव्य संस्कार होंगे तभी हम सतयुग में पहुंच पाएंगे। जैसी यहां हमारे कर्म होंगे वैसे ही हमें अगले जन्म में उसका फल मिलेगा। देने वाले दाता ही देवी-देवता बनते हैं, यहां सभी को प्यार दें, समान दें। वर्तमान समय नर से नारायण बनने का समय है। नर ऐसी करनी करे जो नारायण पद पाए और नारी ऐसी करनी करे जो लक्ष्मी बद पाए।

परमात्मा की याद में बनाया भोजन प्रसाद बन जाता है

यदि आप रांग वाइब्रेशन का खाना खा लो या रांग वाइब्रेशन का पानी पी लो तो उसका असर आत्मा की स्थिति पर हो जाता है। अगर आपके लिए किसी ने खाना बनाया जो बहुत परेशान है और आपको कोई चिंता नहीं आप सिर्फ खाना खा लो तो इसका असर आप पर भी होना निश्चित है। जो डरा हुआ है उसके हाथ का खाना खा लो तो किसी बात से आपको डर लगने लगेगा। इसलिए हमेशा परमात्मा को याद करते हुए ही खाना बनाएं और याद में ही खाना खाएं। यदि माताएं अच्छे विचार करते हुए, अच्छी भावना के साथ और परमात्मा को याद करते हुए भोजन बनाएंगी तो वह भोजन नहीं प्रसाद बन जाएगा। जिस घर में रोज प्रसाद बनेगा वह घर मंदिर बन जाएगा। कभी भी खाने की मेज पर घर की प्राब्लम डिस्कस नहीं करें। न ही परेशानी, दर्द और तकलीफ की बातें करें।

शुद्ध संकल्प लेकर ही सोएं...

रात को सोने से पहले 10 मिनट परमात्मा को याद करें। उसका शुक्रिया अदा करें। मन शांत होने से कम समय में ही नींद पूरी हो सकेगी। यदि हम मन डगमग वाइब्रेशन पर रखकर सो गए तो हमारी सुबह स्थिति भी वैसी ही रहेगी। इसके अलावा जब भी पानी पीएं तो कुछ सेकंड उस पानी के गिलास को हाथ में लेकर पवित्र और शुद्ध वाइब्रेशन दें। इससे आपका मन शांत रहेगा। साथ ही पानी के साथ वह शुद्ध वाइब्रेशन आपके थॉट्स को भी चैंज करेंगे। शरीर में कोई प्रॉब्लम है तो विचार करें मेरा शरीर निरोगी है। परफेक्ट है। यदि जीवन में कोई प्रॉब्लम है उसी मनोस्थिति में खाना खाया और रात को सोने से पहले वही संकल्प करते-करते सो गए। इससे सारी रात माइंड उसी संकल्प को दोहराता रहेगा। रात को सोने से पहले कभी गलत नहीं सोचना, कभी उदास नहीं होना क्योंकि सारी रात में वह प्रॉब्लम रहती है। यही बात रिश्तों में लागू होती है। यदि आपके परिवार में रिश्तों में कड़वाहट है, दूरियां हैं तो मन में विचार करें कि मुझे सभी बहुत प्यार करते हैं, सभी परिवार के सदस्य मेरे सहयोगी और स्नेही हैं। सभी का आपस में प्रेम है। ये वाइब्रेशन धीरे-धीरे सामने वाले के पास पहुंचेंगे और आपके रिश्तों में सुधार आना शुरू हो जाएगा।

सभी के लिए जानना जरूरी...

- हमारी हर थॉट्स (विचार) वायुमंडल में जा रही है, वैसी ही सृष्टि बन रही है। उसका असर औरों के ऊपर पड़ रहा है। वह कर्म वैसे कर रहे हैं। यदि हमने विचार को ठीक कर लिया तो बाहर सबकुछ अपने आप ठीक होना शुरू हो जाएगा। इसके लिए जरूरी है कि हम अपने संकल्प को रोज श्रेष्ठ बनाएं।
- सुबह उठते ही यदि मन और बुद्धि को ज्ञान की अच्छी बातें दे दी जाएं तो वह ज्ञान सारा दिन काम करेगा।
- यदि हमने आत्मा के दाग को ठीक नहीं किया तो वह दाग हमारे साथ अगले शरीर में भी जाने वाला है। जैसे घर को रोज साफ करते हैं वैसे ही रोज हमें अपनी खराब आदतों की सफाई करनी है। जो चीज हम बाहर करते हैं वह चीज हमें अपने विचार के स्तर पर करना है।
- माता-पिता और बच्चे के रिश्ते के बीच बहुत प्यार, रिस्पेक्ट, भावना चाहिए। आपके आसपास में किसी को गुस्सा है।
- कोई गलत संस्कार है तो उसे ब्लैसिंग दें। ताकि वह अपने उस संस्कार से बाहर निकल सके।
- अगर मन में कोई विचार है, कोई समस्या है तो उसे परमात्मा को सुना दें आपको अपने आप जवाब मिल जाएगा।

रूस में नए सेवाकेंद्र का उद्घाटन

शिव आमंत्रण, इरकुत्स्क, रूस। ब्रह्माकुमारीज़ के नवनिर्मित सेवाकेंद्र का उद्घाटन समारोह आयोजित किया गया। सेवाकेंद्र का उद्घाटन बीके सुधा दीदी ने किया। इस मौके पर बड़ी संख्या में बीके भाई-बहन मौजूद रहे।

प्रधानमंत्री को दी शुभकामनाएं

शिव आमंत्रण, काठमांडू, नेपाल। नेपाल के नवनियुक्त प्रधानमंत्री केपी शर्मा ओली से मुलाकात कर राजयोग सेवा केन्द्र की निदेशिका ब्रह्माकुमारी डॉ. राज दीदी ने शुभकामनाएं दीं। इस दौरान राज दीदी ने कहा कि देश के विकास, आम नागरिक के अमन-चैन, सुख-शांति और समृद्धि के लिए आपको निश्चिंत और बेफिक्र होकर कार्य करना होगा एवं जनहित, जनकल्याण के लिए नि:स्वार्थ कार्य करने से ही सफलता स्वतः प्राप्त होगी। प्रधानमंत्री ब्रह्माकुमारीज संस्था की सेवाओं की सराहना की।

रुसी नौसेवा दिवस समारोह में लिया भाग

शिव आमंत्रण, पीटर्सबर्ग, रूस। ताबर फ्रिगेट पर रूसी नौसेना दिवस समारोह में अतिथि के रूप में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके दीदी संतोष को आमंत्रित किया गया। फ्रिगेट का निर्माण 2004 में सेंट पीटर्सबर्ग के बाल्टिक शिपयार्ड में किया गया था। इस मौके पर वाइस एडमिरल तरुण सोबती, नौसेना स्टाफ के उप प्रमुख बृजिंदर सोढ़ी, नौसेना अताशे (मॉस्को में भारतीय दूतावास) गौरव कुमार, सेंट पीटर्सबर्ग में भारत के जनरल ओन्सुल, अलेक्जेंडर कोनोवलोव व भारतीय नौसेवा के अधिकारी मौजूद रहे।

भारत के राजदूत पहुंचे सेवाकेंद्र

शिव आमंत्रण, मॉस्को, रूस। रूसी संघ में भारत के राजदूत के रूप में नामित होने के बाद विनय कुमार और भारतीय दूतावास की प्रथम महिला इओना सिन्हा ने मास्को स्थित ब्रह्माकुमारीज़ केंद्र का दौरा किया। इस दौरान विनय कुमार ने कहा कि मॉस्को में ब्रह्माकुमारीज सेंटर का दौरा करना मेरे लिए सौभाग्य और खुशी की बात रही है। यह केंद्र मानव में उनकी शक्ति को जगाने के लिए दिव्य कार्य कर रहा है। यहां प्राप्त होने वाले ऊर्जा क्षेत्र को सभी आगंतुक महसूस कर सकते हैं। मुझे केंद्र का दौरा करने और शिक्षकों और छात्रों के साथ बातचीत करने का यह अवसर पाकर बहुत खुशी हुई। मॉस्को में भारतीय दूतावास हमारे ऋषियों के प्राचीन ज्ञान के प्रसार में केंद्र के साथ सहयोग करना जारी रखेगा। संचालिका बीके सुधा दीदी ने ब्रह्माकुमारीज़ की सेवाओं के बारे में बताया।

RNI No.: RAJHIN/2013/53539, Postal Regd. No. RJ/SRO/9662/2024-26. Posting at Shantivan- 307510 (Abu Road)
Licensed to Post without pre-payment No. RJ/WR/WPP/18/2024-26, Posting on 17 to 20 of Each Month, Published on 14 Aug. 2024
» प्रकाशक व मुद्रकः करुणाकर शेट्टी द्वारा डीबी कार्प लिमिटेड भास्कर प्रिंटिंग प्रेस, शिवदासपुरा, टोंक रोड, जयपुर से मुद्रित एवं शिव आमंत्रण, ब्रह्माकुमारीज़ शांतिवन, आबू रोड, राजस्थान से प्रकाशित » संपादकः बीके कोमल » संयुक्त संपादकः बीके पुष्पेन्द्र