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

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण
वर्ष-11, अंक-06, हिन्दी (मासिक), जून 2024, पृष्ठ 16, मूल्य- 12:50

ब्रह्माकुमारीज़ के शिक्षा प्रभाग का अभिनव प्रयोग

जेईसीआरसी जयपुर और नार्थ कैप यूनिवर्सिटी गुरुग्राम में स्थापित थॉट लैब बनी मिसाल

30 हजार से अधिक स्टूडेंट का बदला जीवन, तनाव छोड़ सकारात्मक जीवनशैली अपनाई

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

राजयोग थॉट लैब कॉलेज स्टूडेंट के लिए वरदान साबित हो रही है। इस लैब में स्टूडेंट को नेगेटिव थॉट को पॉजीटिव थॉट में चैंज करने की टेक्निक सिखाई जाती है। साथ ही माइंड में नए पॉजीटिव, पावरफुल थॉट का निर्माण कैसे करें? निराशा-हताशा से दूर कैसे रहें? लक्ष्य पर फोकस कैसे करें? अपनी जीवन ऊर्जा को लक्ष्य पर केंद्रित कैसे करें? तनाव से दूर और खुश कैसे रहें? आदि बातों पर गहराई से प्रकाश डाला जाता है। साइंस और अध्यात्म के समन्वित विकास की दिशा में नवीन रिसर्च, तकनीक और गैजेट्स तैयार करने में स्टूडेंट को गाइडेंस किया जाता है। राजयोग थॉट लैब की नींव ब्रह्माकुमारीज़ के शिक्षा प्रभाग द्वारा वर्ष 2016 में रखी गई।

सबसे पहले जयपुर के जेईसीआरसी में राजयोग थॉट लैब की शुरुआत की गई। वर्ष 2016 से यहां भारत सरकार के डिपार्टमेंट ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी के सहयोग से थॉट लैब स्थापित की गई है। इस लैब का अब तक 35 से अधिक देशों के प्रतिनिधि अवलोकन कर चुके हैं। यहां से सालभर ऑनलाइन और ऑफलाइन प्रोग्राम आयोजित किए जाते हैं। इसमें अब तक 20 हजार से अधिक स्टूडेंट और टीचर्स को लाभ मिला है। यहां की सफलता को देखते हुए 20 अप्रैल 2018 से नार्थ कैप यूनिवर्सिटी गुरुग्राम में इसकी शुरुआत की गई। 10 मई 2022 में नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी कुरुक्षेत्र में भी थॉट लैब स्थापित की गई। इन तीनों यूनिवर्सिटी में अब तक 30 हजार से अधिक स्टूडेंट ने विचारों का महत्व जानकर अपने जीवन को नई दिशा दी है। लवली प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी जालंधर में थॉट लैब निर्माणाधीन है, वहीं सेंट्रल यूनिवर्सिटी ऑफ हरियाणा महेंद्रगढ़, गुरुग्राम यूनिवर्सिटी में शुरू करने की प्रक्रिया पर काम जारी है।

राजयोग थॉट लैब से युवाओं को बना रहे सशक्त

एक नजर...

- 03 यूनिवर्सिटी में थॉट लैब स्थापित
- 35 देशों के प्रतिनिधि जेईसीआरसी पहुंचे
- 20 हजार स्टूडेंट जेईसीआरसी में लाभांवित
- 05-06 विद्यार्थियों का ग्रुप बनाकर करते हैं प्रयोग

नार्थ कैप यूनिवर्सिटी : गुरुग्राम की नार्थ कैप यूनिवर्सिटी में थॉट लैब की स्थापना की गई। यहां स्टूडेंट की आदतों व विचारधारा के स्तर पर कई प्रयोग किए गए। इस आधार पर उन्हें आदत बदलने व सकारात्मक सोच को अपनाने के लिए काउंसलिंग की गई। सैकड़ों स्टूडेंट को अपने विचारों को पॉजीटिव बनाने में मदद मिली है।

थॉट लैब बनाने का उद्देश्य...

थॉट लैब का मुख्य उद्देश्य है स्टूडेंट में पॉजीटिव थॉट पावर डवलप करना। उनमें खुशी का स्तर बढ़ाना और लाइफ में अपने लक्ष्य तक पहुंचने में मदद करना। युवाओं में छिपी प्रतिभा को निखार कर उसे राष्ट्र निर्माण, व्यक्तित्व निर्माण और समाज निर्माण के लिए तैयार करना है। साथ ही युवाओं को थॉट प्रोसेस से अवगत कराना है। थॉट प्रोसेस से उन्हें यह प्रेरणा मिलती है कि अपने भाग्य के निर्माता वह स्वयं ही हैं। वह जैसे विचार (सकारात्मक या नकारात्मक) उत्पन्न करते हैं उसी प्रकार की अनुभूति होती है। समय के साथ उसी प्रकार का रवैया बन जाता है, फिर वैसे ही कर्म (अच्छे या बुरे) होते हैं। इस प्रक्रिया को समझने के बाद विद्यार्थियों को भली-भांति यह ज्ञान हो जाता है कि विचार ही हमारे जीवन को सफल-असफल, अच्छा- बुरा या महान बनाते हैं।

क्या है थॉट लैबोरेटरी

राजयोग थॉट लैब की स्थापना स्टूडेंट के विचारों को पॉजीटिव और पावरफुल बनाने के लिए की गई है। इसमें स्टूडेंट के विचारों की क्वालिटी को परखकर उनकी काउंसलिंग द्वारा मोटिवेशन और मेडिटेशन के जरिए थॉट पावर का साइंटिफिक महत्व बताया जाता है। दुःख, चिंता, निराशा, तनाव, हीन भावना, डिप्रेशन के विचारों से बाहर निकालकर उन्हें जीवन में खुशी, आनंद, शांति के बारे में बताते हैं। प्रत्येक स्टूडेंट का रिकार्ड मेंटेन किया जाता है। मुख्य रूप से स्टूडेंट को मेडिटेशन पर फोकस किया जाता है।

छात्रों के जीवन के एक बहुत ही आवश्यक पहलू से अवगत कराने का यह एक नया विचार है। आपके प्रयासों की सफलता की कामना करता हूं।
- डॉ. एएस किरण कुमार, पूर्व अध्यक्ष, इसरो

प्रत्येक छात्र को प्रतिदिन इस प्रयोगशाला का दौरा करना चाहिए और यहां कुछ समय बिताना चाहिए। यह उनके जीवन में महान बदलाव लाएगा।
- डॉ. अनिल सहस्रबुद्धे, पूर्व अध्यक्ष,एआईसीटीई

स्प्रीचुअल रिसर्च सेल से स्टूडेंट के व्यक्तित्व को श्रेष्ठ बनाकर अच्छे भाग्य की नींव रख रहे हैं। इससे स्वयं का और परिवार का जीवन संवरता है।
- बीके शिवानी दीदी, प्रसिद्ध प्रेरक वक्ता

स्टूडेंट के लिए गेम चैंजर बनी राजयोग थॉट लैब

थॉट प्रोसेस के साथ सीख रहे मेडिटेशन

थॉट लैब में डिवाइस और गैजेट्स से मापा जाता है स्टूडेंट का फिजिकल और मेंटल लेवल, मेडिटेशन से सर्वोच्च सत्ता से पावर लेने की सिखाई जाती है विधि

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान। राजयोग थॉट लैब में साइंस और स्प्रीचुअलिटी का अनोखा कॉम्बिनेशन किया गया है। यहां सिखाई जाने वाली हर एक टेक्निक और मेडिटेशन की विधि साइंटिफिक और रिसर्च बेस्ड है। वर्षों तक थॉट, स्प्रीचुअलिटी पर रिसर्च के बाद ही इस लैब की नींव रखी गई है। यही कारण है कि स्टूडेंट का लैब के माध्यम से अपने थॉट को पावरफुल बनाने को लेकर रुझान बना हुआ है।

थॉट लैब में ये विधि अपनाई जाती है...

- थॉट लैब में प्रवेश करते ही विद्यार्थी का पीआईपी मशीन से स्ट्रेस लेवल नापा जाता है। प्रत्येक स्टूडेंट का पूरा रिकार्ड मेंटेन किया जाता है।
- मेडिटेशन कॉमेन्ट्री कराकर नार्मल किया जाता है, ताकि वह शांत तरीके से अपने थॉट और भावनाओं के बारे में बता सकें।
- क्लास में ऑडियो-विजुअल के माध्यम से हर विद्यार्थी को वास्तविक अनुभव कराया जाता है ताकि वह उसे अपनी निजी जिंदगी से जोड़ कर समझ सकें।
- रोजाना जीवन में आने वाली परिस्थिति और उनके समाधान के बारे में ट्रेनिंग दी जाती है, ताकि बेहतर हल तलाश सकें।
- लैब में मोटिवेशनल ऑडियो-वीडियो दिखाकर ग्रुप डिस्कशन किया जाता है।
- 5-6 स्टूडेंट का एक ग्रुप बनाकर छात्रों से थॉट लेवल के फॉर्म भराए जाते हैं कि कौन सा थॉट कितने देर तक रहता है। फिर उसी अनुसार उनके साथ इंटरेक्टिव सेशन आयोजित किए जाते हैं।
- समय-समय पर मोटिवेशनल स्पीकर क्लासेस लेकर उन्हें मोटिवेट करते हैं।
- यदि स्टूडेंट व्यक्तिगत या पारिवारिक स्तर पर किसी समस्या से गुजर रहा है तो उसकी काउंसलिंग कर समाधान करने का प्रयास किया जाता है।
- इस पूरी प्रक्रिया में मेडीटेशन का अहम रोल होता है जो नवीन विचारों को सृजन करने में व सकारात्मक विचारों की उत्पत्ति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

ऐसी है लैब की संरचना

1. **मेडिटेशन रुम-** यहां स्टूडेंट पाइंट ऑफ लाइट पर ध्यान केंद्रित कर मेडिटेशन का अभ्यास करते हैं। साइलेंस में सर्वोच्च सत्ता के साथ जुड़कर पॉजीटिव एनर्जी लेते हैं। मेडिटेशन में सेल्फ रियलाइजेशन पर जोर दिया जाता है।
2. **काउंसलिंग रुम-** स्टूडेंट की सबसे पहले काउंसलिंग की जाती है। वह खुद में क्या परिवर्तन चाहता है, क्या समस्या है उसकी गहराई को जानकर काउंसलिंग की जाती है। बाद में रिसर्च यूनिट में उसका डाटा कलेक्ट किया जाता है।
3. **विजडम हॉल-** इस हॉल में एक साथ 30-40 स्टूडेंट बैठ सकते हैं। इसमें फैकल्टी द्वारा मोटिवेशनल, स्प्रीचुअल क्लासेस कराईं जाती हैं, जिसमें मानव मन, बुद्धि के बारे में गहराई से बताया जाता है। साथ ही कैसे हम अपने मन के संकल्पों को परिवर्तन करके आदतों में परिवर्तन ला सकते हैं आदि सिखाया जाता है।
4. **रिसर्च यूनिट-** यहां स्टूडेंट की पहले दिन की मनोस्थिति और मेडिटेशन के बाद की मनोस्थिति के आंकड़े एकत्रित किए जाते हैं। थॉट लैब ज्वॉइन करने के बाद स्टूडेंट के विचार, सोच और व्यावहारिक स्तर पर क्या परिवर्तन आया है, इसकी रिसर्च की जाती है।
5. **लाइब्रेरी-** इसमें मोटिवेशनल पुस्तकें होती हैं, जिनका अध्ययन स्टूडेंट अपने फ्री टाइम में कर सकते हैं। मोटिवेशनल ऑडियो-वीडियो के माध्यम से स्टूडेंट को मोटिवेट किया जाता है।

कॉलेज कैंपस में ही बनाई जाती है लैब

1500 से 2500 स्क्वेयर फीट एरिया में राजयोग थॉट लैब कॉलेज कैंपस में ही बनाई जाती है। इसमें एक रिसेप्शन, काउंसलिंग रुम, मेडिटेशन रुम, रिसर्च रुम, लाइब्रेरी और विजडम रुम होता है।

फैकल्टी को दे रहे ट्रेनिंग

राजयोग थॉट लैब की सफलता को देखते हुए अब इसे एजुकेशन विंग द्वारा देशभर की यूनिवर्सिटी और कॉलेज में स्थापित करने की कार्ययोजना पर काम किया जा रहा है। इसके लिए ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़े उच्च शिक्षित राजयोगी ब्रह्माकुमार भाई-बहनों को राजयोग थॉट लैब संचालित करने की ट्रेनिंग दी जा रही है। इस साल के अंत तक आधा दर्जन नामी-गिरामी यूनिवर्सिटी में लैब की शुरुआत की जाएगी।

स्टूडेंट ने डवलप किए टेक्नो स्प्रीचुअल प्रोजेक्ट

- **सिम (संस्कार-इन्टेलेक्ट- माइंड):** मन, बुद्धि और संस्कार आत्मा की तीन शक्तियां हैं, जिनके द्वारा आत्मा शरीर से कर्म करती है। इससे हमें पता चलता है कि विचारों को निर्देशित किया जा सकता है।
- **द सुप्रीम (सर्वशक्तिमान):** सर्वोच्च सत्ता, सर्वशक्तिमान, निराकार परमात्मा पर ध्यान केंद्रित करना और उनसे शक्ति प्राप्त करना।
- **ए माइंड चार्जर:** इंटरेक्टिव टेलीफोनिक तरीके से विभिन्न विकल्प प्रदान करना और सकारात्मक विचारों के माध्यम से खुद को चार्ज करने की टेक्निक सिखाई जाती है।
- **संकल्प यज्ञ:** दृढ़ संकल्प और सकारात्मक संकल्प के माध्यम से नकारात्मक संकल्पों को छोड़ने के लिए प्रेरित किया जाता है।
- **ट्विस्टर:** मानसिक स्थिरता और एकाग्रता मापने में मदद करता है। इससे स्टूडेंट के माइंड लेवल का पता चलता है।

इन डिवाइस और गैजेट्स से करते हैं टेस्टिंग...

- **ओरा स्कैनिंग डिवाइस:** इस डिवाइस के माध्यम से मानव ऊर्जा क्षेत्र, चक्र स्थिति, स्वास्थ्य स्थिति का संतुलन और तनाव स्तर को मापा जाता है।
- **मेडिटेशन असिस्टेंट:** यह डिवाइस माइंड की एक्टीविटी को मापती है। इससे पता चलता है कि स्टूडेंट का माइंड शांत है या एक्टिव स्टेट में है। शुरुआती मेडिटेटर्स के लिए उपयोगी है।
- **बॉडी फैट एनालाइजर:** यह शरीर की उम्र, वजन, बीएमआई, विसरल फैट लेवल, मसल्स और स्किन का फैट लेवल मापती है। इससे स्टूडेंट की बॉयोलॉजिकल उम्र का पता चलता है।
- **वीआर मेडिटेशन:** इस डिवाइस का उपयोग मेडिटेशन के दौरान विजुअलाइजेशन टेक्निक सिखाने के लिए किया जाता है। इससे मेडिटेशन में मदद मिलती है।
- **बायो डॉट्स:** इससे पता चलता है कि तनाव का लेवल क्या है? यह बॉडी की स्किन पर लगाया जाता है और यह बॉडी के टेम्प्रेचर के आधार पर स्ट्रेस लेवल मापती है।

इसका भी रखते हैं ध्यान

स्टूडेंट की फीलिंग, एटीट्यूड, एक्शन, हैविट, डेस्टिनी के स्तर पर थॉट चेक किए जाते हैं। किसी स्टूडेंट को किसी को देखकर निगेटिव फीलिंग आती है तो मेडिटेशन और कॉमेंट्री से पॉजीटिव एनर्जी बढ़ाने के तरीके बताए जाते हैं। इस तरह उनके थॉट में परिवर्तन आने लगते हैं।

कई स्टूडेंट डिप्रेशन से बाहर निकले

जेईसीआरसी थॉट लैब में काउंसलर सिस्टर चित्रा ने बताया कि थॉट लैब

का कमाल है कि अब तक देश के सैकड़ों ऐसे स्टूडेंट हैं जो मेडिटेशन और मोटिवेशन के जरिए डिप्रेशन, निगेटिव थॉट से बाहर निकले हैं। इससे न केवल उनके परीक्षा में अच्छे नंबर आए बल्कि अच्छी कंपनियों में प्लेसमेंट भी हुआ है।

भारत सरकार के डिपार्टमेंट ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी के सहयोग से तीन साल तक इस प्रोजेक्ट पर रिसर्च किया। इसमें सामने आया

कि कैसे हम इंसान के थॉट को पहचान कर नई दिशा दे सकते हैं, बदल सकते हैं। इसके बाद राजयोग थॉट लैब की स्थापना की गई। हम लगातार सफलता की ओर आगे बढ़ रहे हैं।

- प्रो. मुकेश अग्रवाल, हैड, स्प्रीचुअल रिसर्च सेल, जेईसीआरसी, जयपुर, राजस्थान

स्टूडेंट को सही गाइडेंस, मोटिवेशन और लक्ष्य मिल जाए तो वह लाइफ में हर अचीवमेंट को पूरा कर सकते हैं। इसी उद्देश्य को लेकर

राजयोग थॉट लैब की स्थापना की गई है। भविष्य में इसे देशभर में स्थापित करने की योजना है।

- बीके सुप्रिया दीदी, नेशनल कोऑर्डिनेटर, राजयोग थॉट लैब, एजुकेशन विंग

थॉट लैब बच्चों को समझने और उनमें सकारात्मक बदलाव के लिए बेहतर तरीका है। शुरुआत में उम्मीद नहीं थी कि इतना अच्छा

रिजल्ट आएगा। लैब से जुड़कर कई छात्रों की जिंदगी पूरी तरह से बदल गई है। यह देखकर खुशी होती है।

- बीके सुदेश दीदी, रीजनल कोऑर्डिनेटर, थॉट लैब, गुरुग्राम

राजयोग थॉट लैबोरेटरी के साथ मेरा जीवन बदलने वाला अनुभव रहा। मैंने राजयोग ध्यान का अभ्यास किया जिससे मन नियंत्रित और

शांतिपूर्ण हुआ। इससे मुझे अच्छे परिणाम प्राप्त करने और प्रतिष्ठित कंपनी में नौकरी पाने में मदद मिली।

- शाश्वत जैन, स्टूडेंट, जेईसीआरसी, जयपुर

राजयोग थॉट लेबोरेटरी में मैंने ध्यान सीखा,

जिससे एकाग्रता और भावनात्मक स्थिरता बढ़ाने में मदद मिली। मैंने अनुशासन में रहना सीखा है। यह मंच मानव विकास का एक संपूर्ण पैकेज है।

- साक्षी नरुका स्टूडेंट, जेईसीआरसी

शख्सियत : भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण में सहायक महाप्रबंधक सौरभ यादव का राजयोग से बदला जीवन

स्वयं परमात्मा ब्रह्मा मुख से यह ज्ञान दे रहे हैं

शिव आमंत्रण, छतरपुर (मप्र)।

कहते हैं सच्चे दिल से जब हम किसी चीज को चाहते हैं तो पूरी कायनात उसे पूरी करने में लग जाती है। ऐसा ही कुछ वाकया खजुराहो एयरपोर्ट पर भारतीय विमानपत्तन प्राधिकरण में सहायक महाप्रबंधक (संचार) सौरभ यादव का है। बचपन से ही आपको परमात्मा को पाने की चाह थी, लेकिन कोरोना महामारी में वह चाह पूरी हो गई। एक दिन मुरली (परमात्मा के महावाक्य) पढ़ते हुए अचानक आत्मा झंकृत हुई और परमात्मा को पाने, जानने और समझने की तीव्र उत्कंठा मन में जागृत हुई और यहीं से आपकी जिंदगी में टर्निंग पाइंट आ गया। छतरपुर में 28 सितम्बर 1982 में जन्म सौरभ यादव की प्रारंभिक शिक्षा छतरपुर शहर में ही हुई है। बाद में इंजीनियरिंग की डिग्री जबलपुर से की।

अपने जीवन का परिवर्तनकारी अनुभव बताते हुए सहायक महाप्रबंधक (संचार) सौरभ यादव ने बताया कि मेरे ताऊजी ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़े थे। वह सेवाकेंद्र से संस्थान के मुख्यालय माउंट आबू से प्रकाशित ज्ञानामृत पत्रिका लाते थे। बचपन में मुझे पत्रिका में आई लोक कथा और लोगों का अनुभव पढ़ना अच्छा लगता था। पत्रिका पढ़ते समय मेरे मन में यह प्रश्न आता था कि ये शिव बाबा कौन हैं? परन्तु यह सोचकर मैंने कभी नहीं पूछा कि जैसे सभी धर्म में बाबा होते हैं, वैसे ही शिव बाबा भी ब्रह्माकुमारी संस्था के बाबा होंगे। मुझे यह मालूम ही नहीं था कि स्वयं परमपिता परमात्मा ही शिव बाबा हैं।

सभी धर्मों का भगवान एक होना चाहिए?

यादव ने बताया कि बचपन से ही कम बोलने, अन्तर्मुखी व शांत स्वभाव था। बचपन में मेरे मन में विचार आते थे कि इस सृष्टि को चलाने वाला कौन है? सृष्टि कब से आरंभ हुई है? सृष्टि के आदि में वह कौन नर व नारी हैं जिसने पहले-पहले जन्म लिया? सभी धर्मों का भगवान एक ही होना चाहिए? परन्तु, अभी तक मुझे इन प्रश्नों का उत्तर नहीं मिला था।

सभी प्रश्नों के उत्तर बाबा ने स्वयं ही दिया

जब भी मैं एकांत में रहता था तो अपने प्रश्नों का उत्तर ढूंढ़ता था। समय अपनी रफ्तार से आगे बढ़ रहा था। भगवान भी शायद मेरे प्रश्नों का उत्तर समय पर देना चाहता था। मई 2021 में जब पूरे भारत पर कोरोना का कहर था। पूरे देश में भय का माहौल था। यह सब देखकर मुझे रात को नींद नहीं आती थी। उस समय मैं भी कोरोना से ग्रस्त था। कमरे में अकेला था। नींद आ जाए इसके लिए मैंने सोचा की क्यों न यू ट्यूब में गाना सुन लू, तभी मेरी नजर मोबाइल में शिव बाबा के गाने पर पड़ी, उसको सुनकर मुझे अच्छा लगा और नींद भी अच्छी आई। अगले दिन भी मैंने रात को बाबा के गाने सुने तो नींद अच्छी आई। तीसरे दिन जब मैं बाबा के गाने सुन रहा था, तब मेरी नजर मुरली पर पड़ी और मैंने उसे उत्सुकता वश पढ़ने लगा। बाबा मुरली में बोल रहे थे- विनाश तो होना ही है सब आत्माएं अपने घर जाएंगी, यह पढ़ कर मुझे भय नहीं लगा और पूरी मुरली पढ़ी।

ज्ञान मुरली से मिलते गए सभी प्रश्नों के जवाब

मुरली की बातें मेरे मन के विचारों से मेल खाती थीं, इसलिए अगले दिन भी मुरली पूरी पढ़ी। इस दौरान बीके ऊषा दीदी के ऑनलाइन कोर्स पर नजर पड़ी। मैंने कोर्स को पूरा पढ़ा और कोर्स के बाद मुझे भगवान का सत्य परिचय प्राप्त हुआ। ऐसा लगा कि बाबा ने मेरे बचपन के सभी प्रश्नों का उत्तर कोर्स से दे दिया था। अब में रोजाना मुरली सुनने लगा, मुरली पढ़ने से मेरी मन की खुशी बढ़ जाती थी। प्रतिदिन मुरली पढ़ने से मेरे बाकी प्रश्नों का भी उत्तर मिल गया था। मुरली पढ़कर समझ में आ गया था कि स्वयं निराकार परमात्मा ब्रह्मा मुख से यह ज्ञान दे रहे हैं और नई दुनिया की स्थापना कर रहे हैं। अब मैं रोजाना मुरली सुनने सेंटर जाता हूं। सेवा भी करता हूं। मुरली की सभी श्रीमत को फॉलो करता हूं। मेरी युगल (धर्मपत्नी) और माताजी भी ज्ञान में चल रही हैं। दोनों मधुबन भी जा चुके हैं। बाबा का कोटि-कोटि धन्यवाद जो मुझे कोटो में भी कोई में से चुनकर अपना बना लिया।

श्रीमत से मेरे जीवन में परिवर्तन होने लगा...

उस समय बाबा मुरली में ज्ञान की बातें करते थे। बाबा मुरली में कहते थे कि जो डेली मुरली पढ़ेगा वह स्वर्ग में आ जाएगा। यह सुनकर मैं मुरली डेली पढ़ने लगा। मुरली में जो भी पॉइंट समझ में नहीं आता था तो ताऊजी से पूछता था। कुछ दिन अमृतवेला शुरु कर दिया। इससे शिव बाबा की मौजूदगी का अनुभव होने लगा। मैं उनसे बात करने लगा। ऐसा लगा कि भगवान ने भक्ति का फल दे दिया है। खुद को बहुत भाग्यवान समझता हूं कि स्वयं परमात्मा मुझे पढ़ा रहा है। कुछ दिन बाद ही मुरली में बाबा ने धारणा की बातें की। श्रीमत से मेरे जीवन में परिवर्तन होने लगा।

सेंटर के पवित्र वातावरण से हुई ज्ञान-योग की उन्नति

अब बाबा मुरली में सेवा की बातें करने लगे। बाबा मुरली में मुझे इशारे दे रहे थे कि सेंटर का योगयुक्त वायुमंडल में ज्ञान, योग, धारणा व सेवा की अच्छी उन्नति होती है। यह सोचकर एक दिन सेंटर पहुंच गया। वहां का अलौकिक वातावरण, बहनों का मधुर व्यवहार देखकर लगा कि वास्तव में ईश्वरीय परिवार में आ गया हूं। वहां जाकर मैंने बड़ी बहन जी को बताया कि मेरे जीवन में बाबा ने बहुत परिवर्तन कर दिया है और मैं सेंटर ज्वॉइन करना चाहता हूं। सेंटर पर दोबारा अप्रैल 2022 में कोर्स हुआ। कोर्स के बाद मुरली सुनने के लिए रोजाना आने लगा।

राजयोग का कमाल : माउंट आबू स्थित ग्लोबल हॉस्पिटल के किचन इंचार्ज बीके राहुल भाई का परिवर्तनकारी जीवन अनुभव

कभी स्कूल नहीं गए और आज डॉक्टर्स को करते हैं मोटिवेट, कविता लिखने का है शौक

शिव आमंत्रण, आबू रोड, राजस्थान।

बचपन में ही सिर से मां का साया उठ गया। तीन साल की उम्र से पिता ने पाला-पोसा। 12 साल की उम्र में ही होटल में काम करने लगा। फिल्म देखने का ऐसा शौक लगा कि एक दिन में चार-चार शो तक देखता था, जो पैसे कमाता था उसे फिल्म देखने में उड़ा देता था। इस तरह नॉनवेज खाने की भी लत लग गई। फिल्म देखना ही जीवन का लक्ष्य बन गया था। वर्ष 1989 की बात है तब मैं 20 साल का था। मैं जिस होटल में रहता था उसके हॉल में एक दिन आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी लगी थी। वहां श्वेत वस्त्रों में ब्रह्माकुमारी बहनें चित्रों पर समझा रहीं थीं। उस दिन प्रदर्शनी देखने के बाद अचानक जिंदगी की दिशा बदल गई। उसकी बदौलत पिछले 35 वर्ष से ग्लोबल हॉस्पिटल में निःशुल्क सेवाएं दे रहा हूं।

यह कहना है ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के माउंट आबू स्थित ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर में पिछले 35 साल से किचन इंचार्ज के रूप में निःशुल्क सेवाएं दे रहे बीके राहुल भाई (55) का। कोल्हापुर महाराष्ट्र में जन्मे बीके राहुल भाई स्कूली शिक्षा से वंचित रहे हैं और जिंदगी में कभी स्कूल नहीं गए। लेकिन राजयोग मेडिटेशन का कमाल है कि आज आप न केवल कविताएं लिखते हैं बल्कि मोटिवेशनल क्लास भी कराते हैं। यहां तक कि डॉक्टर्स भी आपसे स्प्रीचुअल नालेज और गाइडेंस लेते हैं। शिव आमंत्रण से विशेष बातचीत में आपने अपने जीवन से जुड़े अनेक अनछुए पहलुओं पर विस्तार से चर्चा की। **पेश हैं बातचीत के प्रमुख अंश....**

रात्रि 2 बजे से शुरू हो जाती है दिनचर्या-

रोज रात्रि 2 बजे से मेरी दिनचर्या शुरू हो जाती है। दो घंटे योग करता हूं। इसके बाद वॉकिंग और मुरली पढ़ता हूं और सेवा शुरू हो जाती है। हॉस्पिटल के किचन में रोज 250 लोगों का तीनों समय का भोजन तैयार होता है।

और राजयोग के कोर्स के दौरान ही नॉनवेज छूट गया

जिंदगी फिल्म देखने और मास-मदिरा के सेवन में ही गुजर रही थी। वर्ष 1989 में एक दिन होटल में लगी आध्यात्मिक प्रदर्शनी देखने और ज्ञान सुनने के बाद मेरा दिमाग घूमने लगा। उन ज्ञान की बातों ने सोचने पर मजबूर कर दिया। उसी दिन मैंने संकल्प किया कि अपने जीवन को बदलना है। जिस शुगर फैक्ट्री में काम करता था अगले दिन से वहीं ब्रह्माकुमारी दीदी ने सात दिन का राजयोग मेडिटेशन कोर्स कराना शुरु कर दिया। कोर्स के सातवें दिन निर्णय लिया कि आज के बाद कभी मांस-मदिरा को हाथ नहीं लगाऊंगा। बिना प्याज-लहसुन का अपना भोजन खुद बनाऊंगा।

और लगा जैसे मैं धरती पर नहीं हूं

कोर्स के सातवें दिन रुम में दीपक जलाकर ध्यान कर रहा था। इस दौरान ऐसा लगा कि मैं इस धरती पर नहीं हूं। किसी दूसरी दुनिया में खो गया हूं। अशरीरीपन की स्थिति का अनुभव हुआ। मुझे राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करते हुए दस माह हो गए थे। इसके बाद 31 मार्च 1990 को पहली बार माउंट आबू आया। यहां आकर लगा जैसे में कई बार पांडव भवन देखा है। परमात्म मिलन में बाबा ने वरदान दिया कि आप घर के मालिक बच्चे हो। विश्व की सभी आत्माएं आएंगे, आप मेहमाननबाजी करोगे। मैंने यहीं पर दो माह ब्रेड डिपार्टमेंट में सेवाएं दीं। फिर दोबारा 7 जुलाई 1991 में आना आया। बहुत खुशी-खुशी रात 11 बजे तक सेवा में मगन रहता था। सेवा से खुश होकर दादी प्रकाशमणि जी ने बैज पहनाया था।

1991 से ग्लोबल हॉस्पिटल में सेवाएं जारी

जब ग्लोबल हॉस्पिटल की नींव रखी गई तो बीके निर्वैर भाईजी ने मुझे किचन की जिम्मेदारी सौंपी। 24 अक्टूबर 1991 से मैं किचन में अपनी सेवाएं दे रहा हूं। जब मैं योग करता था तो बाबा से हमेशा कहता था कि प्यारे शिव बाबा मैंने स्कूली पढ़ाई तो नहीं की लेकिन ईश्वरीय पढ़ाई अच्छे से पढ़ूंगा। इसके बाद मुरली पर कविता लिखना शुरु किया। परमात्मा का कमाल है कि कभी स्कूल का मुंह तक नहीं देखा है लेकिन आज हजारों लोगों को ईश्वरीय ज्ञान देने के निमित्त बनाया है। डॉक्टर तक स्प्रीचुअल गाइडेंस लेते हैं। परमात्मा को पाकर मेरा जीवन धन्य हो गया।

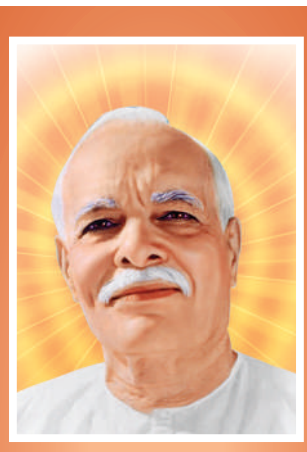
एक्टर बनने 14 साल की उम्र में घर से निकल गया

बीके राहुल भाई ने बताया कि फिल्म देखते-देखते मैंने एक्टर बनने की ठान ली। अमिताभ बच्चन की आवाज निकालता था। वर्ष 1982 में एक्टर बनने के लिए 14 वर्ष की उम्र में एक दोस्त के साथ मुंबई के लिए निकल गया। ट्रेन में चोर ने जेब काट लिया और जो थोड़े बहुत रुपये थे सब चले गए। पेट भरने के लिए वहां काम किया और 50 पैसे मिले तो उससे ब्रेड लेकर खाए। कुछ दिन संघर्ष के बाद बिना टिकट वापस कोल्हापुर आ गया।

रियल लाइफ

निरंतर शिव बाबा को याद करो और पवित्र बनो...

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।



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

ईश्वरीय ज्ञान मिला है तो इस द्वारा अविनाशी कमाई बहुत हो सकती है। इसलिए इसकी सम्भाल करते रहना।

पांडव भवन में जब ब्रह्मा बाबा क्लास कराते थे तो पहले 'मम्मा' (यज्ञ-माता) क्लास में आकर कहतीं 'सभी ठीक बैठे हो? ठीक का मतलब है कि मनसा, वाचा, कर्मणा तीनों प्रकार से ठीक हो? किसी प्रकार के कोई संकल्प-विकल्प तो परेशान नहीं करते हैं? देखना, इतने ऊंचे बाप के पास आकर किसी प्रकार के संकल्पों में पड़कर स्वयं को घाटे में न डालना। यह जीवन बड़ा अनमोल है। व्यर्थ संकल्पों में समय न गंवा देना। अच्छा, कोई स्थूल-सूक्ष्म सेलवेशन आदि चाहिए हो तो बताना। अपने बाप के घर में बैठे हो, किसी प्रकार की लज्जा न करना। बोलो, जिसको कोई सेलवेशन चाहिए हो, वह हाथ खड़ा करे।

यह पूछ लेने के बाद वे कहतीं अच्छा, सारे दिन में कोई भूल-चूक की हो, कोई ऐसा काम किया हो जो मन को खाता हो तो बताओ। बताकर मन को हल्का कर दो। उस पर समझाया जाएगा तो आगे के लिए मन की वह बीमारी ठीक हो जाएगी। वरना अन्दर-ही-अन्दर खाएगी तो बीमारी बढ़ जाएगी और एक दिन घातक सिद्ध होगी।

फिर बापदादा आते, सभी की दृष्टि उस ओर जाती। उनका बैठना- उठना सभी को बहुत ही मधुर और अलौकिक लगता। क्लास में खुशी की लहर के साथ-साथ सन्नाटा छा जाता। अपना स्थान ग्रहण करके बच्चों की ओर देखते हुए वे कहते - मम्मा, सभी से खुश खैराफत पूछी? सभी से सेलवेशन पूछी? फिर बच्चों से कहते, देखो बच्चे, बाप-दादा के घर आए हो सुख पाने के लिए। लज्जा न करना। यहां शिव बाबा का सारा भण्डारा सो आप बच्चों का है। जिसके खानपान की जैसी आदत हो, तबीयत को जैसा अनुकूल पड़ता हो वैसा बनवा सकते हो। यह शरीर बहुत ही अनमोल है, क्योंकि इस द्वारा शिवबाबा की याद में रहकर जन्म-जन्मान्तर के विकर्म दग्ध करने हैं। भले ही यह काम-विकार से पैदा हुआ है और तमोगुणी तत्वों का बना हुआ है। परन्तु इस जन्म में जबकि ईश्वरीय ज्ञान मिला है तो इस द्वारा अविनाशी कमाई बहुत हो सकती है। इसलिए इसकी सम्भाल करते रहना। हां, इसमें मोह न रखना, शरीर को एक ओर भुलाने का भी पुरुषार्थ करना है। परन्तु साक्षी होकर इस अमानत को संभालना भी है। बच्चे, अगर आती बार कोई कंबल, चादर आदि कोई भी चीज़ ले आना भूल गए हो तो यहां शिव बाबा के भण्डारे में सबकुछ है। सब मिल सकता है। आप घर के बच्चे हैं, कोई भी चीज़ ले सकते हैं। बाबा कहते हैं कि किसी प्रकार की भी यहां तकलीफ सहन न करना। हां, बाबा केवल एक तकलीफ देते हैं। वह यह कि बस, निरन्तर शिव बाबा को याद करो और पवित्र बनो, दिव्य गुण धारण करो। ज्योति स्वरूप बाप को याद करने की मेहनत है परन्तु उसमें भी वास्तव में कोई तकलीफ थोड़े ही है? बाप (शिव बाबा) न तो किसी विशेष आसन पर हठ करके बैठने के लिए कहते हैं, न कोई उपवास या प्राणायाम आदि करने का कष्ट देते हैं। इन सभी तकलीफों से तो बाबा छुड़ा देते हैं। बस इतना फर्माते हैं कि बुद्धि द्वारा मुझे याद करो तो तुम्हारे जन्म-जन्मान्तर के विकर्म दग्ध होंगे, खुशी का पारा चढ़ेगा और देह का भान मिट जाएगा और फिर पवित्र होकर वापस मेरे पास अपने परमधाम में आ जाओगे....

अच्छा मम्मा, बच्चों से पूछा, किसी ने कोई भूल तो नहीं की? बच्चे, अब भूलों को मिटाते जाओ। जन्म-जन्मान्तर ज्ञान न होने के कारण बहुत भूलें की हैं। अब ज्ञान मिला है, सोझरे में आए हो तो भूलें मत करना। वरना अब सौगुणा अधिक दण्ड मिलेगा। यहां तकदीर बनाने आए हो, तकदीर को लकीर न लगा देना। इस ऊंचे बाप की अवज्ञा न करना। भूलों को इससे न छिपाना। यह बाप धर्मराज भी है। यहां बता दोगे तो आगे के लिए सावधानी मिल जावेगी। वरना फिर धर्मराजपुरी में दंड पाना पड़ेगा, क्योंकि स्वयं को ईश्वर के बच्चे मानकर फिर भी भूल करना, इसका बहुत बड़ा दण्ड मिलता है। अच्छा बच्चे, अब तो आप समझदार बने हो क्योंकि ज्ञान मिला है। आप बहुत ही सौभाग्यशाली हो। आपको कहा ही जाता है- लक्की स्टार्स । **क्रमशः**

प्रेरणापुंज

जितना हमारी निरहंकारी स्थिति होगी तो विश्व सेवा कर सकेंगे

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

> सफल करते, सफलता पानी है। सफलतामूर्त बनना है और सब पुरानी बातों से मुक्त हो जाएं। अभी हमको मुक्ति वर्ष मनाना है।

हम सब हद से फ्री हो अपने स्वभाव-संस्कार, चाहे दूसरे के स्वभाव-संस्कार के वश भी हैं तो विश्व सेवा हमारे से नहीं हो सकती है, क्योंकि सिर्फ देवता धर्म वालों की सेवा नहीं करनी है, सारी विश्व परमात्मा की संतान है। विश्व को शांति चाहिए तो हम आत्मा-धर्म, जाति, रंग, भाषा भेद सबसे न्यारी होगी तो विश्व सेवा हो सकती है। जितना हम निराधार रहेंगे, उतना विश्व सेवा हो सकती है। जितना हमारी निरहंकारी स्थिति होगी तब विश्व सेवा हो सकती है। बाहर वाले लोगों ने जरा सा अहंकार हमारे में देखा या गुस्सा देखा तो कभी भी वह बाबा के नजदीक नहीं आएगा। बाहर वालों को भी अभिमान या गुस्सा अच्छा नहीं लगता है। अंदर की सत्यता और पवित्रता प्रत्यक्ष हमारे अंदर है तो विश्व सेवा होगी। सत्यता और पवित्रता को प्रत्यक्ष करने वाली है 'नम्रता'। अगर नम्रता है तो निरहंकारीपना है। बाबा ने हम सबका ध्यान खिंचवाया और कहा कि बच्चे ग्लोब (विश्व) आपके हाथों में है। सारे विश्व हमारे हाथों में आने वाली है, परन्तु उनको जब शान्ति मिलेगी, तब तुम्हारे हाथों में आएगी। तुम अभी ग्लोब के ऊपर बैठो तो हम जितना ग्लोब के ऊपर रहेंगे तो बाबा के पास रहेंगे। साथ रहेंगे तो विश्व सेवा हो सकती है। लेकिन अगर इधर-उधर अनेक बातों में घूमते रहेंगे तो विश्व सेवा कैसे हो सकती है? उसके लिए बहुत फुर्सत चाहिए। बुद्धि को फालतू बातों में बिजी नहीं करो। तो एक सच्चा सेवाधारी, दूसरा बेहद का सेवाधारी, तीसरा विश्व सेवाधारी बनो। जो मैं और मेरे-पन से मुक्त हैं। वही निमित्त हैं।

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

बाबा के मधुर बोलों को दिल में समाकर सम्पूर्णता और संपन्नता को समीप लाना है, तब ही बाप समान जो हमारे अंदर योग्यताएं हैं वह आना संभव है। मीठे ज्ञान सागर बाबा ने हमें इतने ज्ञान रत्न दिए हैं, जो अंदर में सब भरे हुए हैं। सिर्फ उसका थोड़ा मंथन करें, अमल में लाएं। सिर्फ हम मुख से नहीं कहें कि यही ज्ञान सही है, यही योग सच्चा है। वह इस मुख से कहें कि यही सत्य ज्ञान है। बाबा ऐसे सुंदर बोल उच्चारण करते हैं जो दिल को लग जाते हैं। हम तो बीज से निकले हैं, हम तना हैं हमारे से यह जो शाखाएं निकलेंगी उनको शक्ति यहां से भरनी है। जब भी आएं द्वापर में आएं या कलियुग में आएं वह भी लाखों-करोड़ों के आधारमूर्त हैं। धर्म की स्थापक आत्माएं जो हैं उनके आधार पर लाखों-करोड़ों आत्माएं हैं। वह आत्माएं भी शक्ति यहां से लेंगी। धर्म पिताओं को भी धर्म स्थापन करने की शक्ति यहां से मिलेगी। बाकी जो ब्राह्मण बने हैं वह देवता बनेंगे। हम देवताओं में भी ऊंच पद पाने वाले हैं। हमें सदा स्मृति किसकी है? बाप को याद करना है लेकिन सिमरण पद का है जरूर। अंतकाल जो नारायण सिमरे- इतना ऊंच पद पाने का सदा ख्याल रहे। **क्रमशः**

अव्यक्त इशारे

बेहद के वैराग्य की कमी के कारण होता है- लोभ, मोह

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

> जो काम शुरू करो - उसमें पहले सोचो कि बाबा की श्रीमत हर कर्म के लिए क्या है? फिर कर्म करो

बाबा कहते हैं कि समय को तो देख रहे हो, कितना बदल रहा है। हमको क्या करना है, वह सोचो। ऐसे नहीं कि समय आएगा तो हम तैयार हो जाएंगे। फिर तो समय हमारा शिक्षक हुआ, परमात्मा नहीं। परमात्मा ने इतना समझाया तो हम नहीं बदले और समय जब आया तो बदल गए तो मेरा कौन शिक्षक हुआ? परमात्मा हुआ या समय हुआ। कितने नशे की बात है कि बड़े से बड़ा शिक्षक खास परमधाम से हमको पढ़ाने के लिए आता है, इतने तो हम सिकीलधे हैं, लाड़ले हैं, ऊंचे हैं जो खास परमात्मा हमारे लिए आता है पढ़ाने के लिए। यह साधारण बात तो नहीं है ना! तो बाबा ने कहा कि सर्वस्व त्यागी और बेहद के वैरागी बनो। यह मोह, यह लोभ क्यों होता है? वैराग्य की कमी। बेहद का वैराग्य, ऐसे नहीं एक चीज मुझे अच्छी नहीं लगती है या कोई ने धोखा दिया उससे वैराग्य आ गया। वह कोई वैराग्य थोड़े ही हुआ, वह तो बैर हुआ। उसको वैराग्य कैसे कहेंगे। वैराग्य माना ज्ञान से, समझ से, दिल से, वैराग्य एक से लगाव हो एक से नहीं हो, तो वह बेहद का तो नहीं हुआ न, हद हुई। सेवा तो करते हैं और सेवा तो होनी ही है। पहले हम सेवा के पीछे दौड़ते थे, अभी सेवा हमारे पीछे-पीछे दौड़ रही है। कितने निमंत्रण मिलते हैं। सेवा तो बहुत की है, लेकिन बाबा कहते अपने को रियलाइज करो। सेल्फ रियलाइज करो- मैं आत्मा हूं यह तो समझ लिया, लेकिन आत्मा जो सम्पूर्ण बननी चाहिए वह सम्पूर्ण आत्मा हूं? ऐसे आत्मा तो पापात्मा भी है, रजोगुणी आत्मा भी है लेकिन हम कौन सी आत्मा हैं? तो सेल्फ में यह रियलाइजेशन किया कि मैं आत्मा हूं लेकिन जो हमारा लक्ष्य है कि मैं बाप समान बनूं, संपूर्ण बनूं। हमारा जो टाइटल है- सर्वगुण सम्पन्न, सम्पूर्ण निर्विकारी... वह यहां ही तो बनना है ना। डिग्री तो अभी लेनी है, फिर स्टेटस वहां मिलेगा। अपने को रियलाइज करना है कि मैं सचमुच बाप समान बनी हूं?

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

हमारा हर कर्म श्रीमत के प्रमाण हो...

जो भी काम करो चेक करो कि ब्रह्मा बाबा को यह प्यारा है। अगर ब्रह्मा बाबा को प्यारा नहीं है तो मैं नहीं कर सकती हूं। हमारा बहुत सहज पुरूषार्थ है, मेहनत करने की जरूरत ही नहीं है, क्योंकि हमको फॉलो करना है। कोई अपना रास्ता तो बनाना ही नहीं है। जो सोचें कि पता नहीं यह ठीक होगा या नहीं होगा। मंजिल मिलेगी कि नहीं मिलेगी, यह सोचने की जरूरत ही नहीं है। हमें तो जो ब्रह्मा बाबा ने किया है उसके कदम के पीछे कदम रखना है। शिव बाबा ने सवेरे से रात्रि तक के लिए श्रीमत दी हुई है। कैसे उठो, कैसे काम करो, कैसे भोजन बनाओ, कैसे खाओ, कर्म करते हो, व्यापार करते हो या दफ्तर में जाते हो तो कर्मयोगी कैसे बनो? हर कर्म के लिए बाबा की श्रीमत है। तो जो श्रीमत है उसी प्रमाण चलते चलो तो मुश्किल क्या है? सोचो ही क्यों? अमृतवेले आप अपने जीवन की गाड़ी श्रीमत की पटरी पर चढ़ा दो तो सहज चलती रहेगी। **क्रमशः**

सिक्किम के मुख्यमंत्री प्रेम सिंह तमांग पहुंचे शांतिवन: राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी से मुलाकात कर लिया आशीर्वाद

ब्रह्माकुमारीज़ जैसा समर्पण भाव दुनिया में आ जाए तो स्वर्ग बन जाए: मुख्यमंत्री

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

सिक्किम के मुख्यमंत्री प्रेम सिंह तमांग दो दिवसीय पारिवारिक दौरे पर ब्रह्माकुमारीज़ मुख्यालय पहुंचे। इस दौरान वह पूरे समय योग में रमे नजर आए। सीएम तमांग ने सपरिवार मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी से मुलाकात कर आशीर्वाद लिया। वहीं माउंट आबू पहुंचने पर शांति स्तंभ पर पुष्पांजली अर्पित कर मेडिटेशन रुम में ध्यान किया। मुख्यमंत्री के आगमन पर संस्थान की ओर से मनमोहिनीवन स्थित पीस कॉटेज में कोलकाता की प्रभारी बीके कानन, सिक्किम की प्रभारी बीके सोनम, पीआरओ बीके कोमल ने स्वागत किया। थर्मल सोलार पावर प्लांट के निरीक्षण के दौरान मुख्यमंत्री तमांग ने कहा कि सौर ऊर्जा के क्षेत्र में यह अद्भुत माडल है। देशभर में ऐसी तकनीक को बढ़ावा दिया जाना चाहिए। मेरा प्रयास रहेगा कि सौर ऊर्जा की इस देशी तकनीक को अपने राज्य में भी स्थापित किया जाए। ब्रह्माकुमार भाई-बहनों जैसा समर्पण भाव यदि दुनिया के लोगों में आ जाए तो यह दुनिया स्वर्ग बन जाएगी। बिना समर्पण भाव के कोई संस्थान इतने विशाल रूप में सेवा नहीं कर सकता है। मुख्यमंत्री ने एक सवाल के जवाब में कहा कि मैं सेवा करने के भाव से राजनीति में आया हूं क्योंकि राजनीति ही वह माध्यम है जिसके द्वारा हम बड़े बदलाव कर सकते हैं। लोगों की सेवा और मदद कर सकते हैं। मेरा प्रयास रहता है कि जितना हो सके जनता की सेवा करुं। मुझे लोगों की सेवा करके खुशी मिलती है।

मुख्यमंत्री की बेटी को दुलार करतीं राजयोगिनी बीके मुन्नी दीदी

संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी बीके मुन्नी दीदी ने मुख्यमंत्री से मुलाकात के दौरान उनकी बेटी को लगे लगाया और दुलार किया।

पूरे राज्य में ब्रह्माकुमारीज़ की सेवाएं जारी

मुख्यमंत्री ने कहा कि मैंने सिक्किम में ब्रह्माकुमारी बहनों से आग्रह किया कि आप सभी स्कूल और गांवों में लोगों में नैतिक मूल्य की शिक्षा पर जोर दें तो इन बहनों ने उम्मीद से अधिक सेवा भाव से बदलाव कर दिखाया। ब्रह्माकुमारीज द्वारा सिक्किम राज्य के प्रत्येक शहर में सेवाएं प्रदान की जा रही हैं। सेवाकेंद्र से जुड़कर अनेक लोगों का जीवन बदला है। मेरी धर्मपत्नी भी रोजाना राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करती हैं। मेरी दिनचर्या भी सुबह 4 बजे शुरू हो जाती है। रोजाना कुछ समय ध्यान करता हूं।

दादी से लिया आशीर्वाद, ज्ञान चर्चा भी की...

मुख्यमंत्री सपरिवार राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी से मिलने पहुंचे, जहां दादी ने माला पहनाकर और परमात्मा का स्मृति चिन्ह भेंट कर मुख्यमंत्री का सम्मान किया। इस दौरान अतिरिक्त महासचिव बीके राजयोगी बृजमोहन भाई ने कहा कि आप सभी बहुत भाग्यशाली हैं कि परमात्मा के घर में आए हैं। परमात्मा को पाने के बाद जीवन में कुछ पाना शेष नहीं रह जाता है। हम सभी आत्माओं के परमपिता शिव परमात्मा से योग लगाने से आत्मा की सोई हुई शक्तियां जाग्रत हो जाती हैं। मुख्यमंत्री ने अध्यात्म से जुड़े कई सवाल भी किए।

सीएम ने मेडिटेशन रिट्रीट सेंटर के उद्घाटन का दिया आमंत्रण

दादी कॉलेज में संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी बीके मुन्नी दीदी और मीडिया निदेशक बीके करुणा भाई, बीके प्रकाश भाई ने सीएम का सम्मान किया। सीएम ने कहा कि खुद को भाग्यशाली समझता हूं कि परमात्मा का छोटा सा घर बनाने का मौका मिला। गंगटोक में राजयोग मेडिटेशन रिट्रीट सेंटर का निर्माण कार्य किया जा रहा है, जल्द ही इसका उद्घाटन किया जाएगा। उन्होंने सभी को गंगटोक आने का आमंत्रण दिया।

संपादकीय

योग में हैं जीवन के राज

पिछले कुछ वर्षों में योग के प्रति लोगों का रुझाान बढ़ा है। अब तो लोगों में इतनी जारूकता आ गई है कि बच्चों से लेकर बूढ़े तक हर कोई अपनी दिनचर्या में योग को शामिल कर लिया है। योग और राजयोग से तन और मन की बीमारी ठीक होने में मदद करती है। तन और मन के स्वास्थ्य के लिए जरूरी है कि हम प्रातः काल या जब भी समय मिले अपने लिए अवश्य थोड़ा टाइम निकालें। जैसे परिवार और अपने कार्य व्यवहार के लिए शक्ति और सामर्थ्य की जरूरत होती है, वैसे ही मन और तन को चलाने के लिए शक्ति की जरूरत होती है। इससे ही हमारे जीवन में सामंजस्य बना रहता है।

यही कारण है कि अब वैज्ञानिक, चिकित्सक और मनोचिकित्सक भी कहने लगे हैं कि सर्वांगीण स्वास्थ्य के लिए आध्यात्म के साथ राजयोग ध्यान जरूरी है। इससे ही हमारी स्थिति उच्च रह सकती है। परिवार और कार्य व्यवहार को सुचारू रूप से चलाने के लिए भी जरूरी है कि हम सकारात्मकता को अपने जीवन में अपनाएं और जीवन को स्वर्ग बनाएं। परिवार, बच्चों और कार्य स्थल पर सुस्ती, आलस्य को दूर करने और हमेशा तरोताजा रहने के लिए भी जरूरी है कि हम शारीरिक व्यायाम प्रतिदिन करें। साथ ही मन को सशक्त बनाने और अन्तर्मन में ऊर्जा भरने के लिए आध्यात्म और राजयोग का सहारा लें। इससे आपके अन्दर एक असीम ऊर्जा का एहसास होगा। साथ ही आपके कार्य व्यवहार में एक नयापन आएगा। तनाव और विपरीत परिस्थितियों में दुख और मान-अपमान से ऊपर उठने के लिए अपने जीवन को सुदृढ़ करने में मदद मिलेगी। यही योग दिवस का संदेश है।

बोध कथा/जीवन की सीख

समय का मूल्य

यह कहानी एक गरीब किसान की है जिसका नाम रामु था। रामु का जीवन बहुत कठिनाइयों से भरा था, लेकिन उसमें खुद पर नियंत्रण रखने की विशेष शक्ति थी। एक दिन, रामु अपने खेत में काम कर रहा था, तभी वहां पर एक बुद्धिमान व्यक्ति आया। वह व्यक्ति एक चमकदार घड़ी पहने हुए था, जिसमें सोना और हीरे जड़े थे।

बुद्धिमान व्यक्ति ने रामु से पूछा, "क्या तुम इस घड़ी की कीमत जानते हो?" रामु बेहद हैरान था, क्योंकि उसे घड़ी के मूल्य के बारे में कुछ भी नहीं पता था। लेकिन वह यह भी समझता था कि घड़ी के साथ उसका कोई महत्वपूर्ण काम नहीं है। रामु ने उत्तर दिया, "साहब जी, मुझे घड़ी की कीमत नहीं पता, लेकिन मेरे पास बहुत काम है और मैं अपना समय खेत में काम करके गुजारना पसंद करता हूं। बुद्धिमान व्यक्ति मुस्कराया और कहा, "रामु, तुमने समय के मूल्य को समझ लिया। घड़ी तो सिर्फ एक वस्त्र है, लेकिन समय हमारी जीवन की सबसे मूल्यवान चीज है। तुमने अपने समय को खेत में काम करके सही तरीके से उपयोग किया है। अपने इसी गुण के कारण एक दिन तुम जरूर अपने जीवन की सभी समस्याओं से छुटकारा पा लोगे" रामु ने बुद्धिमान व्यक्ति से सीखा कि समय के मूल्य को समझना महत्वपूर्ण है। उसने यह समझ लिया कि हमें अपने समय को अच्छी तरह से प्रबंधित करना चाहिए और उसे महत्वपूर्ण कार्यों में निवेश करना चाहिए। इसके बाद से, वह अपने समय को और भी सावधानी से उपयोग करता है और अपने जीवन को सुखमय बनाने का प्रयास करता है।

इस बोधकथा से हमें यह सिखने को मिलता है कि समय हमारे जीवन की सबसे मूल्यवान चीज है और हमें उसका सदैव समझदारी से उपयोग करना चाहिए। समय का सही तरीके से उपयोग करने से हम अपने लक्ष्यों को प्राप्त कर सकते हैं और खुशहाल जीवन जी सकते हैं।

संदेश : जीवन में एक बार समय निकल जाने पर हमारे पास सिर्फ पछतावा ही रहता है। इसलिए जो भी करना है उसकी शुरुआत आज से, इसी क्षण से कर दें। समय को महत्व देने वाला इंसान ही जीवन के महान लक्ष्यों को प्राप्त करता है और यश-कीर्ति, मान-सम्मान प्राप्त करता है। समय प्रबंधन करना जीवन की सबसे बड़ी कला और गुण है।

मेरी कलम से

प्रगति यादव (28),
बीएससी, पीजीडीसीए,
विदिशा, मप्र

'राजयोग' के अभ्यास से एंजायटी डिसआर्डर की समस्या हो गई दूर

निगेटिव थॉट को पॉजीटिव थॉट में बदलना सीखा

मुझे लंबे समय से एन्जाइटी डिसआर्डर की समस्या थी। छोटी-छोटी बातों पर घबराहट होने लगती थी। बहुत ही जल्दी गुस्सा आ जाता था। बेवजह का तनाव रहता था। कुछ समझ नहीं आता था कि क्या करुं। लेकिन ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर राजयोग मेडिटेशन का कोर्स करने के बाद धीरे-धीरे यह सभी समस्याएं दूर होती चली गईं। राजयोग के कोर्स से मुझे थॉट प्रोसेस के बारे में गहराई से पता चला। इससे मैंने अपने मन में आने वाले नेगेटिव थॉट को पॉजीटिव थॉट में बदलना सीख लिया।

राजयोग मेडिटेशन के नियमित अभ्यास से हम वर्तमान में जीना सीख जाते हैं। जो इंसान वर्तमान में जीता है वह जीवन में सदा खुश रहता है। क्योंकि दुखी वही है जो या तो अतीत में जीता है या भविष्य में। जब हम वर्तमान में जीना सीख जाते हैं तो तनाव, दुख, चिंता अपने आप दूर भाग जाते हैं। साथ ही हमें घटनाओं, परिस्थितियों को स्वीकारना सीखना होगा। जब हम अपने जीवन में घटित हो रही घटनाओं को स्वीकारते नहीं हैं तो तनाव होता है। जिन बातों को हम बदल नहीं सकते हैं उन्हें स्वीकारने में ही भलाई है। राजयोग मेडिटेशन से हमारी मानसिक स्थिति मजबूत और शक्तिशाली हो जाती है। यह मैंने खुद अनुभव किया है। मेरा मानना है कि सभी तरह की मानसिक समस्याओं का समाधान एकमात्र आध्यात्मिकता में ही छिपा है। अध्यात्म से ही हम मानसिक विकारों से दूर रह सकते हैं। आज के युवा जल्दी से निगेटिव बातों में प्रभावित हो जाते हैं। वर्तमान समय, परिस्थितियों में युवाओं को आध्यात्मिक ज्ञान की बहुत जरूरत है। अध्यात्म हमें खुद को खुद से जोड़ता है। जीवन की हकीकत से रुबरु कराता है। स्वयं को बेहतर तरीके से समझने लगते हैं।

राजयोग कोर्स से व्यक्तित्व में आता है निखार-

ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञान को जानने-समझने के बाद मुझे यह विश्वास हो गया है कि परमात्मा इस धरा पर आ चुके हैं। यहां दिया जा रहा ज्ञान पूरी तरह से साइंटिफिक रीति से स्पष्ट है। आध्यात्मिक शक्ति से ही दुनिया में बदलाव आएगा। सृष्टि चक्र, कर्म गति, आत्मा-परमात्मा का सत्य ज्ञान ब्रह्माकुमारीज़ में आकर मिला है। मुझे बचपन से ही पूजा-पाठ का शौक है। सभी को एक बार राजयोग मेडिटेशन का कोर्स जरूर करना चाहिए। मानसिक स्वास्थ्य, तंदुरुस्ती और जीवन में स्थाई खुशी के लिए यही एकमात्र रास्ता है।

कर्मातीत अवस्था में आत्म दृष्टि द्वारा देवत्व स्वरूप

जीवन का मनोविज्ञान

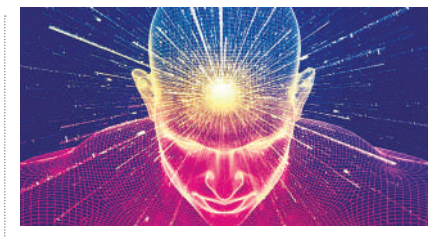
भाग - 71

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

धारणात्मक स्वरुप द्वारा आत्मगत चेतना विभिन्न स्थितियों में सन्निहित श्रेष्ठतम को ग्रहण करने से पूर्व नैसर्गिक रूप से स्वयं को, पठन-पाठन, मनन-चिंतन, वर्णन-विश्लेषण, लेखन-सम्प्रेषण के साथ अवलोकन एवं मूल्यांकन की विधियों का प्रयोग करके ही तथ्यगत सत्य को आचरण हेतु अनुसरण करती हैं। आत्म दर्शन की उत्कृष्ट क्रियाविधि द्वारा चेतना जिस प्रतिक्रिया के माध्यम से प्रतिपुष्टि को स्वीकार करके संवाद एवं समाधान के रूप में श्रेष्ठतम को धारण करने की चेष्ठा करती है, उसमें सम्पूर्णता का निर्वचन और सम्पन्नता का निष्कर्ष समाहित रहता है।

चेतना के धारणात्मक स्वरूप में रूपान्तरण के लिए आत्मा के गुणों एवं शक्तियों की अनुभूति का संबल सदा मददगार भूमिका निभाता है जिससे आत्म दर्शन की संपूर्ण प्रक्रिया नियमित रूप से स्पन्दित होती रहती है। साधना के परिवेश में महान अवस्था के निर्मित होते ही आदर एवं सम्मान की प्रक्रिया आरंभ हो जाती है जो साधक को श्रेय और प्रेय से मुक्ति का सन्देश देते हुए स्वयं को अव्यक्त स्वरुप में धारणात्मक पक्ष की उच्चता के अनुष्ठान हेतु पुरुषार्थ पर बल प्रदान करती है।

आत्म दृष्टि द्वारा श्रेष्ठतम का अनुसरणः श्रेष्ठतम को जीवन में धारण करने की अभिलाषा अंतर्मन की पवित्रता का वह निर्मल स्वरुप है जिसमें आत्म दृष्टि की विराटता सम्मिलित रहती है जो व्यक्ति को आत्म दर्शन अर्थात स्वयं के साक्षात्कार से दुर्लभ स्वरूप में प्राप्त होती है। आत्मदृष्टि स्वयं के प्रति सूक्ष्म विधि से परीक्षण को क्रियान्वित करते हुए सकारात्मक एवं सार्थक स्थितियों के सानिध्य में निज जीवन को शिक्षित और प्रशिक्षित करके उच्चता की दीक्षा द्वारा



श्रेष्ठतम को आत्मसात करने का अनुकरणीय पुरुषार्थ है। धारणात्मक स्वरुप द्वारा आत्मगत चेतना विभिन्न स्थितियों में सन्निहित श्रेष्ठतम को ग्रहण करने से पूर्व नैसर्गिक रूप से स्वयं को, पठन-पाठन, मनन-चिंतन, वर्णन-विश्लेषण, लेखन-सम्प्रेषण के साथ अवलोकन एवं मूल्यांकन की विधियों का प्रयोग करके ही तथ्यगत सत्य को आचरण हेतु अनुसरण करती हैं। स्व-दर्शन क्रियाविधि के अंतर्गत आत्मदृष्टि द्वारा श्रेष्ठतम का अनुकरण करने की वृत्ति, प्रवृत्ति एवं मनोवृति के द्वारा ही अनुसरण का उच्चतम आयाम, नैसर्गिक रूप से संपन्न होता है, जिसके परिदृश्य में परमात्म सत्ता की बोधगम्य आत्मिक अनुभूति, जीवन की गतिशीलता को निरंतर रूप से अभिवृद्धि प्रदान करने में संलग्न रहती है।

उत्कृष्ट क्रियाविधि में चेतनागत संपन्नताः जीवन में जो कुछ भी जीवात्मा द्वारा प्राप्त किया गया है उसमें संतुष्टिगत उपयोगिता की निष्पक्षता के संदर्भ प्रसंग में की जाने वाली पड़ताल समग्र रूप से आलोचना एवं समालोचना का महत्वपूर्ण आधार बनकर चेतना को श्रेष्ठतम धारण करने में संपूर्ण रूप से मददगार सिद्ध हो जाती है। आत्म दर्शन की उत्कृष्ट क्रियाविधि द्वारा चेतना जिस प्रतिक्रिया के माध्यम से प्रतिपुष्टि को स्वीकार करके संवाद एवं समाधान के रूप में श्रेष्ठतम को धारण करने की चेष्ठा करती है उसमें सम्पूर्णता का निर्वचन और सम्पन्नता का निष्कर्ष समाहित रहता है। चेतनागत संपन्नता का प्रामाणिक प्रबोधन उन स्थितियों में सुनिश्चित रूप से प्रतिपादित हो जाता है जब जीवात्मा द्वारा आत्मिक स्वमान, स्वरूप एवं स्वभाव के प्रति संवेदनशील दृष्टिकोण को आत्मसात करते हुए आध्यात्मिक पुरुषार्थ पर विधिवत रूप से क्रियान्वयन हेतु स्वयं को समर्पित किया जाता है। संपूर्ण समर्पण से सर्वगुण संपन्नता का उद्घोष आत्मगत स्वतंत्रता का आधारभूत स्वरूप है जो चेतना को आत्मिक स्मृति, स्थिति, अवस्था तथा स्वरूप को बनाए रखने में सदा मददगार भूमिका निभाता है।

महान अवस्था के अंतर्गत देवत्व स्वरूप...

जीवन के आरंभिक काल का पुरुषार्थ सर्व मानव आत्माओं के कल्याण एवं मंगलकारी स्थिति की उच्चता के साथ चेतना में परिलक्षित होने की श्रेष्ठतम अवस्था का अंतर्निहित सत्य, आत्म तत्व द्वारा प्रस्फुटित होकर महान अवस्था की ओर निर्माण स्वरूप में प्रस्थान कर जाता है। महानता से युक्त आत्मीय उद्बोधन के प्रति नैसर्गिक आकर्षण का सुखद परिणाम स्वयं के आध्यात्मिक पुरुषार्थ में उपराम स्थिति से कर्मातीत अवस्था और अव्यक्त स्वरूप का पवित्रतम सम्बोधन अंतरात्मा में समाहित हो जाने के समदृश्य निर्मित हो जाता है। चेतना के धारणात्मक स्वरूप में रूपान्तरण के लिए आत्मा के गुणों एवं शक्तियों की अनुभूति का संबल सदा मददगार भूमिका निभाता है, जिससे आत्मदर्शन की संपूर्ण प्रक्रिया नियमित रूप से स्पन्दित होती रहती है। जीवात्मा द्वारा मन, बुद्धि एवं संस्कार के प्रति गहनता के सानिध्य में विश्वसनीयतापूर्ण सकारात्मक एवं सार्थक परिवर्तन, परिणाम, परिमार्जन, परिवर्धन के साथ सम्पूर्ण रूप से परिष्कार कर लेने की निष्ठा से सम्बन्धित परिणीति ही जीवन के प्रांगण में नित-नूतन स्वरूप में पुष्पित और पल्लवित होती है।

किसी दिन, जब आपके सामने कोई समस्या ना आए आप सुनिश्चित हो सकते हैं कि आप गलत मार्ग पर चल रहे हैं।

- स्वामी विवेकानंद

जो बार-बार दिन और रात ये रटता रहता है कि मैं पापी हूं, मैं पापी हूं वो वाकई पापी ही बन जाता है।

- स्वामी रामकृष्ण परमहंस

हरिद्वारः राजयोग के चमत्कार कार्यक्रम में शामिल हुए महामंडलेश्वर और संत

रामराज्य लाने के लिए हमें अभी से प्रयास करने होंगे : बीके शिवानी

शिव आमंत्रण, हरिद्वार/उत्तराखंड

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा प्रेम नगर आश्रम के सभागार में आध्यात्मिक कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें महामंडलेश्वर और संत-महात्माओं सहित बड़ी संख्या में गणमान्य लोगों ने भाग लिया। कार्यक्रम में अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता बीके शिवानी दीदी ने कहा कि आज हम साधनों और परिस्थितियों के गुलाम हो गए हैं। इनकी गुलामी से मुक्ति पाकर ही स्वराज यानी आत्मनिर्भर भारत बना सकते हैं। रामराज्य कब आएगा, हमें इसका इंतजार नहीं करना है, बल्कि राम राज्य लाने के लिए हमें अभी से प्रयास करने होंगे।

उन्होंने कहा कि राम और रावण दोनों हुए हैं। रामराज्य का मतलब सत्य, शांति, सुखमय और आध्यात्मिक जीवन जीना है। जबकि रावण राज्य के मायने विकारों से युक्त जीवन जीना है। रावण के दस सिर थे यानी 10 विकार काम, क्रोध, लोभ, अहंकार, मोह, निंदा, आलस्य आदि। हमें इन विकारों को जीवन से समाप्त कर यानी पराजित कर रामराज्य की स्थापना करनी है। अयोध्या में 22 जनवरी को प्रभु श्रीराम की प्रतिमा की प्राण-प्रतिष्ठा कर रामराज्य की स्थापना करने का संकल्प लिया था। इस संकल्प से सिद्धि तक पहुंचाने के लिए हमें किसी का इंतजार नहीं बल्कि सुख शांति स्नेह की स्थापना करने के प्रयास करने होंगे। इस समय घोर कलयुग चल रहा है और कलयुग के बाद सतयुग आता है। हमें रामराज्य यानी सतयुग, डर, गुस्सा, नाराजगी दिखाकर नहीं बल्कि प्यार और शांति से लाना होगा। इस समय रामराज्य लाने के लिए पूरे देश में लहर चल रही है। रामराज्य के बिना स्वराज की कल्पना नहीं की जा सकती। आधुनिकता की दौड़ में हम आज इंद्रियों के गुलाम हो गए हैं। साधनों के ऊपर निर्भर हो गए हैं। हमें साधनों का गुलाम नहीं बल्कि उनका मालिक बनना है। तभी हम आध्यात्मिक सुख की ओर जा सकते हैं और यही राजयोग का चमत्कार है। यह सब संकल्प से सिद्धि की ओर जाकर ही हो सकता है। हम अपनी आत्मा को शक्तिशाली बनाने के लिए हर विपरीत स्थिति में भी शांत और स्थिर मन और चित्त को बनाए रखें।

ये भी रहे मौजूद-

इस मौके पर महंत गुरमीत सिं, संत डॉ. रवि देव शास्त्री, उत्तराखंड महिला आयोग की पूर्व अध्यक्ष डॉ. संतोष चौहान, बीएचईएल के पूर्व कार्यकारी निदेशक संजय गुलाटी, सीआईएफ के कमांडेंट एसडी आर्य, समाजसेवी सुधीर कुमार गुप्ता, गुरुद्वारा गुरु अमरदास, कनखल की संचालिका विनिंदर कौर बिन्नी सोढ़ी, ग्रीन मैन विजयपाल बघेल, प्रमोद चंद्र शर्मा, मीडिया प्रभारी डॉ. राधिका नागरथ, निवेदिता, मार्शल आर्ट वुशु की नेशनल कोच आरती सैनी सहित हजारों लोग उपस्थित रहे।

सेवा केंद्र की प्रभारी मीना दीदी ने पुष्पगुच्छ भेंट कर शिवानी दीदी का स्वागत किया। कार्यक्रम में पूर्व मंत्री विधायक मदन कौशिक, कार्यक्रम के संयोजक ज्ञानेश अग्रवाल, जगदीश लाल पाहवा, बीके सुशील भाई, समाजसेवी विशाल गर्ग, समाजसेविका मनु शिवपुरी ने अंग वस्त्र और स्मृति चिन्ह भेंटकर शिवानी दीदी का अभिनंदन किया। उनके व्याख्यान सुनने के लिए जनसैलाब उमड़ पड़ा। सुबह 6:30 से 8:30 तक हजारों लोगों ने शांत भाव से सुना।

वाह जिंदगी वाह कार्यक्रम में जीवन जीने की कला सिखा गईं बीके शिवानी दीदी

शिव आमंत्रण, रुड़की/उत्तराखंड

ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा अशोका फार्म में 'वाह जिंदगी वाह' कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता राजयोगिनी बीके शिवानी दीदी ने कहा कि हम हर रोज बच्चों को पढ़ाई के लिए स्ट्रेस देते हैं, परन्तु एग्जाम के दिन कहते हैं स्ट्रेस मत लेना, क्या यह कहने मात्र से स्ट्रेस खत्म हो जाएगा? हम एक-दूसरे से अंजान होते हुए भी सड़क पर चलती गाड़ी से प्रतिस्पर्धा कर बैठते हैं और दूसरे से आगे जाने की होड़ में रेड सिग्नल तोड़ बैठते हैं। वही अगर मेरी गाड़ी खराब हो जाती है, तो क्या दूसरा अपने उस अंजान प्रतिस्पर्धी की मदद के लिए रुकेगा? वास्तव में जीवन एक रेस है, जिसमें सद्भावना से ही एक-दूसरे को खुशी मिल सकती है। भौतिक तरक्की के चक्कर में हम अपनी खुशी खो बैठते हैं। जबकि खुशी मन की स्थिति पर निर्भर करती है। खुशी सोफे पर बैठकर भी नहीं जमीन पर पालथी मारकर बैठने से भी मिल सकती है। आधुनिकता की दौड़ में हम आज इंद्रियों के गुलाम हो गए हैं। साधनों पर निर्भर हो गए हैं। हमें साधनों का गुलाम नहीं बल्कि उनका मालिक बनना है। तभी हम आध्यात्मिक सुख की ओर जा सकते हैं। और यही राजयोग का चमत्कार है। यह सब संकल्प से सिद्धि की ओर जाकर ही हो सकता है।

बीके शिवानी दीदी ने कहा कि हमें कोई भी कष्ट दे या बद्दुआ दे परंतु हम उसे दुआ दें और दुआ रूपी मरहम से बद्दुआ के घांव को सहलाएं और भरें। हमारे संस्कार किसी को दुख देने वाले नहीं हैं। परमात्मा से आत्मा का मिलन ही राजयोग है और इसके लिए हमें जीवन में शुद्ध संस्कारों का निर्वहन करना होगा। हमें जीवन में अन्न-जल ग्रहण करते हुए उसकी शुद्धता का ध्यान रखना होगा। कहते हैं जैसा अन्न वैसा मन और जैसा पानी वैसी वाणी। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके मंजू दीदी, बीके मीना दीदी, बीके गीता दीदी, विधायक प्रदीप बत्रा, राज्य मंत्री स्तर श्यामवीर सैनी, जिला पंचायत अध्यक्ष राजेंद्र सिंह, विक्रमशिला हिंदी विद्यापीठ के उपकुलपति डॉ. श्रीगोपाल नारसन आदि ने बीके शिवानी दीदी का स्वागत और अभिनंदन किया।

जस्ट ए मिनट मेडिटेशन प्रोजेक्ट लांच

शिव आमंत्रण, बैंगलुरु

ब्रह्माकुमारीज़ रिट्रीट सेंटर द्वारा चलाए जा रहे जस्ट ए मिनट मेडिटेशन प्रोजेक्ट की लांचिंग प्रेरक वक्ता बीके शिवानी दीदी द्वारा की गई। इस प्रोजेक्ट के तहत लोगों को अपनी व्यस्त दिनचर्या में से पांच मिनट निकालकर मेडिटेशन करना सिखाया जाएगा। साथ ही प्रत्येक घंटे एक मिनट के समय निकालकर खुद को कैसे परमात्मा की शक्ति से चार्ज करें, एनर्जी प्राप्त करें और माइंड को रिलेक्स करें आदि बातों को बताया जाएगा। साथ ही राजयोग मेडिटेशन का कैसे व्यावहारिक जीवन में उपयोग करें आदि बातों पर प्रकाश डाला जाएगा। प्रोजेक्ट के तहत स्कूल, कॉलेज, अस्पताल, कॉर्पोरेट कंपनियां, अपार्टमेंट कॉम्प्लेक्स, पुलिस स्टेशन आदि में कार्यक्रम के माध्यम से बताया जाएगा।

देने वाला बनें तभी देव संस्कृति को प्रत्यक्ष कर सकेंगे

जीवन की चुनौतियों का समाधान विषय पर कार्यक्रम आयोजित : शिवानी दीदी का वक्तव्य सात हजार लोग तीन घंटे तक एकटक होकर सुनते रहे

शिव आमंत्रण, देहरादून/उत्तराखंड

ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा बन्नू इंटर कॉलेज, रेस कोर्स में जीवन की चुनौतियों का समाधान विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें अंतरराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त वक्ता एवं प्रेरणास्रोत राजयोगिनी शिवानी दीदी ने कहा कि आज जीवन में आने वाली परिस्थितियों को अपनी श्रेष्ठ सोच द्वारा सामना कर उनका समाधान कर सकते हैं। परिस्थितियां एक अंधेरे के समान हैं, उस अंधेरे को दूर वो दीया नहीं करेगा, वो दीया हमें खुद को बनना होगा। हमें लेने वाला नहीं, देने वाला बनना होगा, तभी हम देव संस्कृति को प्रत्यक्ष कर सकेंगे।

उन्होंने कहा कि संकल्प से सृष्टि बनती है। सृष्टि से संकल्प नहीं, इसलिए हमें पहले अपने अंदर स्वर्ग लाना है, फिर अपने घर में, फिर समाज में, फिर संसार स्वर्ग बन जाएगा। कोई परिस्थिति हमें बाहर से परेशान कर सकती है, नुकसान पहुंचा सकती है लेकिन मेरे मन के अंदर कोई नहीं घुस सकता है अर्थात मेरे मन को कोई डिस्टर्ब नहीं कर सकता है। मेरी खुशी मेरे हाथ में है। मुझे अपने मन का मालिक बन कर रहना है। इसका रिमोट अपने हाथ में रखना है। आज जो भी हमारे साथ हो रहा है वो मेरे ही कर्म का फल है। अतः आज जो वर्तमान मेरे हाथ में है उसे श्रेष्ठ रीति से बिताना है। भविष्य अपने आप अच्छा हो जाएगा। जिसने आज तक मेरे साथ कुछ भी गलत किया उसे मन ही मन क्षमा करें और उससे मन हीं मन क्षमा मांगे। क्योंकि मैंने भी कभी उसके साथ कुछ गलत किया था। दुआएं देते जाएं, देते जाएं तो सब अच्छा-अच्छा होता जाएगा। कुमारी परी ने स्वागत नृत्य से सभी का मन मोह लिया। कार्यक्रम में शहर के गणमान्य लोगों ने बढ़ चढ़ कर हिस्सा लिया।

इस दौरान रितिका राठौर, अनिल राठौर, डॉ. विशाल शर्मा, आशा नौटियाल मौजूद रहे। सात हजार से अधिक लोग तीन घंटे तक एकटक सुनते रहे। शुभारंभ बीके मंजू दीदी, बीके मीना दीदी, विधायक सविता कपूर, फॉरेस्ट रिसर्च इंस्टीट्यूट की निदेशिका डॉ. रेनू सिंह, सुनील उनियाल गामा, इंदर सिंह ने दीप प्रज्जवलन कर किया।

शिक्षा प्रभाग की ओर से ज्ञान सरोवर में राष्ट्रीय शिक्षा सम्मेलन आयोजित

आध्यात्मिक शिक्षा से ही आएगा वैश्विक परिवर्तन

शिव आमंत्रण, माउंट आबू/राजस्थान

ब्रह्माकुमारीज़ के ज्ञान सरोवर अकादमी में शिक्षा प्रभाग द्वारा आध्यात्मिक शिक्षा के माध्यम से वैश्विक परिवर्तन विषय पर तीन दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें अजमेर एमडीएस यूनिवर्सिटी के कुलपति प्रो. अनिल शुक्ला ने कहा कि शिक्षा व्यवस्था में सुधार की जरूरत है। शिक्षा और साक्षरता की बारीकियों को समझकर उन्हें आत्मसात करने का पुरुषार्थ करना चाहिए। संस्कार अच्छे होंगे तो घर, परिवार, समाज, देश व विश्व बदलेगा। सही शिक्षा वही होती है जो जीवन में सच्ची खुशी व शांति प्रदान करें।

संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी सुदेश दीदी ने कहा कि माँ-बाप की जीवनशैली बच्चों के लिए दर्पण की तरह होती है। आध्यात्मिक शिक्षा की शुरुआत पहले माता-पिता से होती है। इनके जीवन से बच्चे स्वतः सीख जाते हैं। उन्हीं संस्कारों के अनुरूप बच्चों की जीवनशैली निर्धारित होती है। देहअभिमान की स्थिति में की बात से दैहिक विकृतियों का जन्म होता है।

सम्मेलन में हैदराबाद उस्मानिया यूनिवर्सिटी के कुलपति प्रो. डी. रवीन्द्र यादव ने कहा कि आध्यात्मिक शिक्षा जीवन की संजीवनी है जो हर परिस्थिति को सूझबूझ से सामना करने की ऊर्जा देती है। शिक्षा का लक्ष्य केवल किताबें पढ़ लेना नहीं है, उसे आचरण में लाने का पुरुषार्थ करना चाहिए। महाराष्ट्र परभणी बसंतराव नाइक मराठवाडा कृषि विद्यापीठ के कुलपति डॉ. इंद्रमणि ने कहा कि चरित्रवान व्यक्ति दूसरों को नीचा नहीं बल्कि उन्हें आगे बढ़ाने के लिए सदैव सहयोग देने की मानसिकता रखता है। व्यक्तित्व विकास के लिए केवल सूचना नहीं बल्कि उस ज्ञान को कर्मों में उतारने को दृढ़ संकल्पित होना चाहिए।

स्व परिवर्तन से ही विश्व परिवर्तन की रख्री जा सकती है नींव

शिक्षा प्रभाग के अध्यक्ष बीके मृत्युंजय भाई ने कहा कि हमें आंतरिक शक्तियों की पहचान होनी चाहिए। जब हम अपनी क्षमताओं का प्रयोग करने लगेंगे तो जीवन में स्पष्ट रूप से देवत्व छलकने लगेगा। दिल्ली जेबीएम यूनिवर्सिटी व बाल मंदिर ग्रुप इंस्टीट्यूशन के अध्यक्ष गुरुदत्त अरोड़ा ने कहा कि शिक्षकों का दायित्व अहम है। शिक्षकों को शिक्षा प्रणाली को सही रास्ते पर चलाए रखने के लिए जिम्मेदारियों का पूरा कर्त्तव्य निष्ठा से निर्वहन करना चाहिए।

शिक्षा प्रभाग की उपाध्यक्षा बीके शीलू बहन ने कहा कि वास्तविक मानव के संस्कार सत्यता, प्रेम, मधुरता, संतुष्टता, सम्मान, दया, करुणा, पवित्रता के होते हैं। मूल्य शिक्षा कार्यक्रम के निदेशक डॉ. पंड्या मणि, दूरस्थ मूल्य शिक्षा कार्यक्रम के मुख्यालय संयोजक डॉ. आरपी गुप्ता, प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका बीके सुमन बहन, मुख्यालय संयोजिका शिविका बहन ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

मानवता की सच्ची सेवा ही जीवन की वास्तविक उपलब्धि

अन्तर्राष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर व अवेकनिंग विद् ब्रह्माकुमारीज़ फेम राजयोगिनी बीके शिवानी दीदी ने कहा कि मानवता की सच्ची सेवा करने से प्राप्त संतोष ही जीवन की वास्तविक उपलब्धि होती है। अंतर्मन की आध्यात्मिक प्रज्ञा की आवाज सुनकर निर्णय करने से ही जनहित की भावनाओं को पूर्ण किया जा सकता है। स्वार्थपूर्ति कार्य करने से समाज को भारी हानि होती है। सिद्धांतों के साथ किसी भी हालत में समझौता नहीं करना चाहिए। मानवीय मूल्यों को ताक में रखकर किए गए कार्य जीवन भर अपराधबोध का अनुभव कराते हैं।

उन्होंने कहा कि संस्कारों को श्रेष्ठ बनाना, राष्ट्रहित में योगदान देने को प्रेरित करने के लिए मूल्यों से परिपूर्ण शिक्षा का होना आवश्यक है। मूल्यविहीन शिक्षा से ही पारवारिक दूरियां बढ़ रही हैं। कंप्यूटर शिक्षा से बौद्धिक विकास संभव है लेकिन चरित्रवान संस्कारों का निर्माण असंभव है। नैतिक मूल्यों से संपन्न शिक्षक ही शिक्षा के माध्यम से चरित्र की गरीबी को दूर कर सकते हैं। कंप्यूटर ज्ञान प्रदान करने का संवेदना शून्य माध्यम है। शिक्षक, विद्यार्थी में व्याप्त अज्ञानता को दूर करके संस्कारों को श्रेष्ठ बनाने का पुण्य कार्य करता है। माता-पिता अपने बच्चों को भौतिक शिक्षा के साथ मूल्य शिक्षा देने पर भी विशेष रूप से जोर दें। मूल्यनिष्ठ इंसान ही राष्ट्र की धरोहर हैं। सम्मेलन में देश के विभिन्न राज्यों की यूनिवर्सिटी, कॉलेजों, विद्यालयों से आए कुलपति, शिक्षा शास्त्री मौजूद थे।

इन्होंने भी संबोधित किया-

- महर्षि दयानंद सरस्वती विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. अनिल शुक्ला ने कहा कि मैं यहां इसलिए आया हूं ताकि मैं अपने जीवन को कुछ बदल सकूं. मेरे अपने जीवन में बदलाव से मैं दूसरों को भी प्रेरित कर पाऊंगा। यहां के माहौल से यह बिल्कुल स्पष्ट हो जाता है कि यहां के लोगों के जीवन में भी श्रेष्ठता सौम्यता और पवित्रता भरी हुई है। यहां के साधक भी श्रेष्ठ और खूबसूरत हैं।
- ज्ञान सरोवर की निदेशिका राजयोगिनी बीके प्रभा दीदी ने कहा कि आप सभी शिक्षा विद यहां परमात्मा के निमंत्रण पर पधारे हैं। यह आप सभी का बहुत बड़ा भाग्य है। मूल्यहीन जीवन को संपन्न करने के लिए आध्यात्मिक शिक्षा आवश्यक है।
- मूल्य शिक्षा के निदेशक डॉ. पांडियामणि ने बताया कि आज ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा दी जा रही मूल्य शिक्षा ना सिर्फ भारतवर्ष बल्कि विदेशों में भी सक्रिय है। वर्ष 2009 से भारतवर्ष के विश्वविद्यालय में मूल्य शिक्षा दी जा रही है। हजारों विद्यार्थी इनमें प्रवेश लेकर अपने जीवन को नई दिशा दे चुके हैं।

सर्वप्रथम हमें अपने जीवन में परिवर्तन लाना है-

जेबीएम विश्वविद्यालय के अध्यक्ष प्रोफेसर गुरुदत्त अरोड़ा ने कहा कि शिक्षा के अलावा दूसरा कोई माध्यम नहीं है जिससे परिवर्तन लाया जा सके। हम अगर अपने जीवन में सम्मान चाहते हैं तो हमें सभी को सम्मान देना होगा। सुख पाने के लिए सुख देना होगा। विद्यार्थियों के जीवन में परिवर्तन लाने के लिए सर्वप्रथम हमें अपने जीवन में परिवर्तन लाना है। आपने बताया कि आप अपने शैक्षणिक संस्थानों में पर्यावरण की वृद्धि के लिए भी काफी कार्य करते हैं।

इस ज्ञान से मुझे अपार मानसिक शांति मिली है

तेलंगाना विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. डी रविंद्र ने कहा कि मुझे इस सम्मेलन में भाग लेकर काफी प्रसन्नता हो रही है। मैं पिछले कुछ वर्षों से ब्रह्माकुमारीज़ की आध्यात्मिक शिक्षाओं को अपने जीवन में धारण कर रहा हूं। सम्मेलन में मुझे निमंत्रण देकर यहां बुलाने के लिए मैं ब्रह्माकुमारीज़ का शुक्रगुजार हूं। इस आध्यात्मिक शिक्षा को जीवन में धारण करने से मुझे अपार मानसिक शांति प्राप्त हुई है। हम अपने विश्वविद्यालय में इस प्रकार की तकनीक तलाश कर रहे हैं जिसके आधार पर दुनिया के अन्य सभी लोगों को यह आध्यात्मिक ज्ञान दिया जा सके। इससे ही बदलाव आएगा।

यहां की शिक्षा बुराइयों का त्याग करना सिखलाती है-

बसंत राव कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर डॉक्टर इंद्रमणि ने कहा कि वर्ष 1993 से ही आप यहां की शिक्षाओं को जीवन में धारण करते आए हैं। ब्रह्माकुमारीज़ की शिक्षाएं मूल रुप से बुराइयों का त्याग करना सिखलाती हैं। इसी वजह से मैं इस संस्थान को शत-शत नमन करता हूं। आज लोगों का जीवन मूल्यविहीन हो गया है। मूल्यों को जीवन में अपनाना जरुरी है। अगर किसी के जीवन में धन है, मूल्य हैं तो उन्हें इनका सदुपयोग करना चाहिए। अगर हम ऐसा नहीं करते तो हम दुर्जन लोग हैं। आध्यात्मिक ज्ञान से ही देश-दुनिया में बदलाव संभव है। आज बच्चों को भौतिक शिक्षा के साथ आध्यात्मिक शिक्षा देने बहुत जरुरी है।

ब्रह्माकुमारीज़ सिरसा : हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने लिया कार्यक्रम में भाग

भटके हुए मनुष्य को सही राह दिखा रही है ब्रह्माकुमारीज़ : मुख्यमंत्री

शिव आमंत्रण, सिरसा (हरियाणा)

हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने ब्रह्माकुमारीज़ के आनन्द सरोवर सेवाकेंद्र पर आयोजित कार्यक्रम में शिरकत की। इसमें मुख्यमंत्री सैनी ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान भटके हुए मनुष्य को सही राह दिखाकर मंजिल तक ले जाने का पुनीत कार्य कर रहा है। नशा विकास कार्य में बहुत बड़ी बाधा है। यह परिवार को समाप्त कर देता है। इससे देश की प्रगति भी रूक जाती है, ऐसे में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा चलाए जा रहे नशामुक्ति अभियान अति सराहनीय है।

मुख्यमंत्री ने ब्रह्माकुमारीज़ की वर्ष 2024 की थीम आध्यात्मिक सशक्तिकरण द्वारा स्वच्छ और स्वस्थ समाज का दीप प्रज्वलन कर लॉन्च किया। साथ ही पौधारोपण कर नशामुक्त भारत अभियान के तहत जिले में चलाए जा रहे रथ का भी अवलोकन किया। इस मौके

राजयोगिनी बीके बिंदू दीदी ने मुख्यमंत्री का आभार प्रकट किया और संस्था द्वारा की जा रहीं सेवाओं से अवगत कराया। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान मानव को शारीरिक, बौद्धिक, सामाजिक और आध्यात्मिक रूप से विकसित कर सम्पूर्ण मानव बनाने के लिए समर्पित है। यहां बाहरी स्वच्छता के साथ आंतरिक शुद्धिकरण के लिए विशेष अभियान आदि चलाकर जन-जन को जागरूक किया जाता है।

कार्यक्रम में बीजेपी के गोविंद कांडा, अशोक तंवर, महामंत्री सुरेंन्द्र पूनिया, वरिष्ठ नेता जगदीश चोपड़ा, जिला प्रभारी वेद फूला, जिला अध्यक्ष निताशा सिहाग, हनुमान कुण्डू विशेष तौर पर उपस्थित हुए। इस दौरान सिरसा जिले के विभिन्न सेवाकेन्द्रों की प्रभारी ब्रह्माकुमारी बहनों और माउंट आबू से राजऋषि गोकुल गांव अभियान टीम के बीके चन्द्रेश भाई, नशामुक्ति अभियान टीम के मुख्य बीके आदित्य भाई भी विशेष तौर पर उपस्थित रहे। साथ ही बड़ी संख्या में नागरिकगण मौजूद रहे।

अखिल भारतीय श्रीमद भगवद गीता महासम्मेलन का शुभारम्भ, ब्रह्माकुमारीज के

सबसे पहले स्वयं के भीतर रामराज्य लाना होगा : जगतगुरु

शिव आमंत्रण, गुरुग्राम, हरियाणा

ब्रह्माकुमारीज के भोराकलां स्थित ओम शांति रिट्रीट में दो दिवसीय अखिल भारतीय भगवद गीता महासम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें देश के अनेक संत-महात्माओं ने भाग लिया। रुड़की से पधारे जगतगुरु स्वामी यतींद्रानंद महाराज ने कहा कि इंद्रियों के मार्ग सब विषयों तक जाते हैं, परमात्मा तक नहीं। जब हम स्वयं के अंदर जाकर, स्वयं को पाते हैं, तब परमात्मा तक पहुंचते हैं। आत्म चिंतन ही परमात्मा तक पहुंचने का सबसे सरल मार्ग है। ब्रह्माकुमारी बहनें 140 देशों में उसी चिंतन को जगा रही हैं। सबसे पहले रामराज्य हमें स्वयं के भीतर लाना है। हम किसी दूसरे को नहीं बदल सकते सिवाय स्वयं के।

अयोध्या से पधारे जगतगुरु ओंकारानंद महाराज ने कहा कि निराकार का अर्थ अनंत से है। इस सृष्टि का कण-कण परमात्मा का सृजन है। इसका अर्थ ये नहीं कि परमात्मा कण-कण में हैं। परमात्मा भक्तों की भावना में है। ब्रह्माकुमारी बहनों के साथ आज सभी मिलकर रामराज्य की नींव रखने को उत्सुक हैं। महामंडलेश्वर स्वामी अखिलेश्वरानंद महाराज ने कहा कि रामराज्य की संकल्पना भारत में ही की जा सकती है। क्योंकि भारत आध्यात्मिक चिंतन की भूमि है। किसी भी अनुष्ठान के बिना बल नहीं मिलता। इस पवित्र मंच से हम सभी आज

रामराज्य के पुनर्स्थापना के लिए संकल्पित हो रहे हैं।

अयोध्या से पधारे पीठाधीश्वर जन्मेजय शरण महाराज ने कहा कि एक महान संकल्प ही जीवन में सफलता का संचार करता है। मनोविकारों से मुक्त होना ही रामराज्य की सच्ची संकल्पना है। परमात्मा शिव ही पावनता के सागर हैं। वो ही मनुष्य आत्माओं को विकारों से मुक्त कर सकते हैं।

कटनी से आए आचार्य परमानंद ने कहा कि मैं कौन हूं? इसको जानने से ही रामराज्य स्थापन होगा। इसी से ही सब प्रश्नों का हल होगा। ब्रह्माकुमारी बहनें ही वास्तव में सच्ची-सच्ची महिषासुर मर्दिनी हैं। जबलपुर से आए डॉ. गिरजानंद सरस्वती ने कहा कि चरित्र में सुधार से ही रामराज्य आयेगा। मन की निर्मलता ही श्रेष्ठ चरित्र का निर्माण करती है। अयोध्या से आए आचार्य चंद्रांशु महाराज ने कहा कि रामराज्य की तीव्र इच्छा ने ही मुझे आज इस पवित्र आयोजन में सम्मिलित किया।

ब्रह्माकुमारीज के अतिरिक्त महासचिव राजयोगी बृजमोहन भाई ने कहा कि रामराज्य केवल एक राजाराम के समय नहीं बल्कि सतयुग और त्रेता दो युगों तक ही भारत में था। रामराज्य सुख-शांति सम्पन्न राज्य की एक संकल्पना है। चरित्र की पावनता ही रामराज्य का प्रतीक है। सत्य, अहिंसा के द्वारा ही रामराज्य संभव है। रामराज्य की स्थापना निराकार शिव परमात्मा के द्वारा ही की जाती है। क्योंकि परमात्मा शिव ही हम सब आत्मा रूपी सीताओं के राम हैं। ओम शांति रिट्रीट सेंटर की निदेशिका राजयोगिनी आशा दीदी ने कहा कि परमात्मा को नाम रूप से न्यारा कहना सबसे बड़ी भूल है। परमात्मा के तो हजारों नाम हैं। परमात्मा का असली नाम शिव है। परमात्मा की याद सर्वव्यापी है, परमात्मा नहीं। परमात्मा के नाम उनके कर्तव्य और गुणों का बोध कराते हैं। जबलपुर से पधारीं डॉ. पुष्पा पांडे ने कहा कि परमात्मा स्वयं ही आकर अपनी पहचान देते हैं। भगवद गीता वास्तव में योग शास्त्र है। योग का मूल उद्देश्य ही पापों को भस्म करना है। योग से ही रामराज्य की स्थापना होगी।

परमात्मा शिव परमधाम के निवासी हैं

माउंट आबू से पधारी प्रेरक वक्ता राजयोगिनी ऊषा दीदी ने कहा कि परमात्मा ही हमें परिवर्तन की शक्ति प्रदान करते हैं। परमात्मा शिव परमधाम के निवासी हैं। परमात्मा को सर्वव्यापी मानना भावनात्मक है, सैद्धांतिक नहीं हो सकता। उन्होंने राजयोग के अभ्यास से शांति की अनुभूति कराई। अहमदाबाद से पधारीं बीके दामिनी ने ईश्वरीय स्मृति के सुंदर गीतों की प्रस्तुति दी। सिरी फोर्ट के कलाकारों द्वारा भगवद गीता पर आधारित नाट्य प्रस्तुति दी। सिरसी कर्नाटक से पधारीं बीके वीणा दीदी ने मंच संचालन किया। कार्यक्रम में दो हजार से अधिक लोग सम्मिलित हुए।

मुख्यमंत्री विष्णु देव साय के गृह प्रवेश पर ब्रह्माकुमारी बहनों को किया आमंत्रित

शिव आमंत्रण, रायपुर (छग)। छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने अपने शासकीय आवास (मुख्यमंत्री आवास) में गृह प्रवेश पर ब्रह्माकुमारीज रायपुर की संचालिका बीके सविता दीदी को आमंत्रित किया। इस अवसर पर बीके सविता दीदी ने मुख्यमंत्री को शॉल, श्रीफल और ईश्वरीय सौगात प्रदान कर अभिनन्दन किया। साथ ही मुख्यमंत्री आवास में गृह प्रवेश करने पर बधाई और शुभकामनाएं दीं। मुख्यमंत्री के साथ उनकी धर्मपत्नी कौशल्या देवी साय भी उपस्थित थीं।

कोस्ट गार्ड की पर्सनालिटी डेवलपमेंट और सेल्फ मैनेजमेंट ट्रेनिंग आयोजित

शिव आमंत्रण, आबू रोड। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के सुरक्षा सेवा प्रभाग कोस्ट गार्ड के लिए पर्सनॉलिटी डवलपमेंट और सेल्फ मैनेजमेंट ट्रेनिंग मनमोहिनीवन परिसर के ग्लोबल ऑडिटोरियम में किया गया।

शुभारंभ पर संयुक्त मुख्य प्रशासिका और ज्ञान सरोवर परिसर की निदेशिका राजयोगिनी बीके सुदेश दीदी ने कहा कि जीवन में सबसे जरूरी है हम जिस क्षेत्र में सेवा कर रहे हैं उसे पूरी समर्पण और ईमानदारी से करें। आप सभी भाग्यशाली हैं कि देश की सुरक्षा की सेवा आपको मिली है। वर्तमान में सबसे जरूरी है अपने मन और बुद्धि को दूषित विचारों, नकारात्मक विचारों, भावनाओं, गलत आदतों से बचाए रखना। जैसे आप सभी ने देश की सुरक्षा के लिए ट्रेनिंग ली है, वैसे ही यहां आपको अपने मन की रक्षा, मन

को शक्तिशाली कैसे बनाएं, आत्म विश्वास कैसे बढ़ाएं, राजयोग ध्यान आदि की ट्रेनिंग दी जाएगी। जीवन का कोई भी क्षेत्र हो मन का सशक्त और शक्तिशाली होना जरूरी है। यदि मन शक्तिशाली है तो समस्याएं और परिस्थितियां छोटी नजर आती हैं। सुरक्षा सेवा प्रभाग के अध्यक्ष अशोक गाबा ने कहा कि प्रभाग का उद्देश्य है कि देश की सुरक्षा में सर्दी, गर्मी, बारिश में सरहद पर डटे हमारे जवानों, अधिकारियों के जीवन में खुशहाली लाना। उन्हें मानसिक, आध्यात्मिक रूप से सशक्त और शक्तिशाली बनाना। संचालन बीके श्रीनिधि भाई ने किया। स्वागत गीत बीके युगरतन भाई ने प्रस्तुत किया।

श्रीनगर गढ़वाल में श्रीमद् भागवत गीता महासम्मेलन आयोजित

गीता का ज्ञान ईश्वरीय सौगात से कम नहीं है : ओंकारानंद महाराज

शिव आमंत्रण, श्रीनगर गढ़वाल

ब्रह्माकुमारीज श्रीनगर गढ़वाल सेवाकेंद्र के तत्वावधान में सर्राफा धर्मशाला में विशाल श्रीमद् भागवत गीता महासम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें विभिन्न पीठों के जगतगुरु एवं महामंडलेश्वर समेत पूरे गढ़वाल के मठ-मंदिरों के पुजारी और संतों ने भाग लिया। सम्मेलन में सभी संत-महात्माओं का सम्मान किया गया।

अयोध्या से पहुंचे जगदगुरु स्वामी ओंकारानंद महाराज ने कहा कि गीता का ज्ञान ईश्वरीय सौगात से कम नहीं है। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा जो ईश्वरीय ज्ञान बांटकर आज विश्वभर में अलख जगाने का प्रयास किया है, वह सराहनीय है।

मुख्यालय माउंट आबू से पधारीं सुप्रसिद्ध अंतर्राष्ट्रीय वक्ता बीके ऊषा दीदी ने कहा कि अब सतधर्म की पुर्नस्थापना का समय आ गया है। इसलिए गीता में परमात्मा द्वारा दिए गए ज्ञान का प्रवाह होना जरूरी है। जब अधर्म होता है तो सतधर्म की पुर्नस्थापना का समय आता है। इसके लिए सारी सृष्टि को पावन बनाने का

कार्य, परमात्म ज्ञान को धारण करके एक परिवर्तन आरंभ करना होगा। यह तभी संभव है जब खुद से एक व्यक्ति जिम्मेदारी ले। इससे एक से अनेक परिवर्तन समाज के भीतर होंगे और धीरे-धीरे सतधर्म की स्थापना होगी। जिस तरह से समाज में संत-समाज ने पवित्रता का संदेश संस्कृति के अंदर दिया है। उसी तरह से प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय भी समाज में गीता यात्रा के तहत समाज को ज्ञान के सागर से भरने का कार्य कर रहा है। राष्ट्रीय अध्यक्ष श्रीकृष्ण जन्मभूमि निर्माण न्यास वृन्दावन के आचार्य देवमुरारी बापू, जूना अखाड़ा जीवनदीप पीठाधीश्वर रुड़की के वरिष्ठ महामंडलेश्वर जगदगुरु स्वामी यतीन्द्रानंद गिरी महाराज, बालाजी धाम हरिद्वार से महामंडलेश्वर स्वामी प्रबोधानंद गिरी महाराज, प्रसिद्ध समाजशास्त्री महाराष्ट्र से पूर्व आईएएस स्वामी कमलानंद ने भी अपने विचार रखे।

संस्थान अतिरिक्त महासचिव बीके राजयोगी बृजमोहन भाई ने पवित्र सृष्टि बनाने में सभी को आगे आने का आह्वान किया। संचालन क्षेत्रीय निदेशक राजयोगी बीके मेहरचंद, बीके नीलम दीदी ने किया। सहारनपुर की बीके रानी बहन ने सभी को राजयोग की अनुभूति कराई गई। बीके नितिन भाई ने गीतों की प्रस्तुति दी। बीके करमचंद, बीके राधेश्याम, बीके आनंद, बीके रघु, बीके विजय, बीके मुकेश, भोपाल सिंह चौधरी सहित बड़ी संख्या में लो मौजूद रहे।

सोनीपत रिट्रीट सेंटर में एकाउंट्स ट्रेनिंग आयोजित

ट्रेनिंग में सिखाई एकाउंट की बारीकियां

शिव आमंत्रण, सोनीपत/हरियाणा

सोनीपत के नांगल खुर्द गांव में स्थित प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के सोनीपत रिट्रीट सेंटर में एकाउंट्स ट्रेनिंग आयोजित की गई। इसमें पंजाब जोन की निदेशिका बीके प्रेम दीदी, बीके उत्तरा दीदी एवं सोनीपत रिट्रीट सेंटर की निदेशिका बीके लक्ष्मी दीदी के सानिध्य में कार्यक्रम संपन्न हुआ।

कार्यक्रम में पंजाब जोन के सभी सेवाकेन्द्रों पर एकाउंट की सेवा प्रदान कर रहीं 225 से अधिक बहनों ने भाग लिया। इसमें बदलते समय के साथ कानून में आए बदलाव के बारे में सभी को अवगत करवाया गया। एकाउंट्स की ट्रेनिंग देने मुख्यालय माउंट आबू से सीए ललित भाई, सीए मानसी बहन, सौरभ भाई, विवेक भाई, रत्नाकर भाई ने एकाउंट्स से संबंधित विभिन्न विषय, अकाउंट सबमिट करने में आने वाली समस्याएं और उनके समाधान, सरकार के एफसीआरए के नियम, सीएसआर, एआईएस और संस्थान के एप कनेक्ट वन आदि की

जानकारी दी। इसी दौरान दिव्यांग समानता, संरक्षण एवं सशक्तिकरण अभियान का भी उद्घाटन समारोह आयोजित किया गया। इसमें विधायक सुरेंद्र पंवार व बीके भाई-बहनों ने दीप प्रज्वलन कर शुभारंभ किया। अभियान के तहत प्रदेशभर के दिव्यांग छात्रावास, शिक्षण संस्थानों में कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे।

दापोली, रत्नागिरी, महाराष्ट्र | दापोली कृषि विद्यापीठ द्वारा प्रशासन तथा कृषि में राजयोग का महत्त्व विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। पुणे से पधारे राजयोगी दशरथ भाई ने संबंधित विषय पर विचार व्यक्त किए।

उदवाड़ा गुजरात| ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित हैप्पी एंजल समर कैंप का उद्घाटन वरिष्ठ नागरिक मंडल अध्यक्ष हसुभाई पटेल, सोनलबेन गांधी, प्रिंसिपल आकांक्षा गांधी, रुकसाना बेन, बीके पारुलबेन, बीके मीनल बेन ने किया।

रायपुर, छग | एएएफटी जनसंचार एवं कला विश्वविद्यालय के छात्र व फैकल्टी मेम्बर्स के लिए शान्ति सरोवर रिट्रीट सेन्टर में तनाव प्रबन्धन कला विषय पर व्याख्यान रखा गया। इसमें बीके अदिति दीदी और दीक्षा दीदी ने संबोधित किया।

शिव आमंत्रण, भाटापारा, छग| सेवाकेंद्र पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस मौके पर एसडीएम नितिन तिवारी, बीके मंजू बहन एवं बीके प्रभा बहन ने दीप प्रज्जवलन कर शुभारंभ किया।

नि:शुल्क मेडिकल कैंप : ब्रह्माकुमारीज़ ब्लेसिंग हाऊस और भोपाल मेनोपॉज सोसायटी का आयोजन

'मन को शांत रखने के लिए मेडिटेशन जरूरी है'

शिव आमंत्रण, भोपाल/मप्र

ब्रह्माकुमारीज़ ब्लेसिंग हाऊस एवं भोपाल मेनोपॉज सोसायटी द्वारा मेडिटेशन सेंटर होशंगाबाद रोड में निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर एवं जागरूकता सत्र का आयोजन किया गया। शिविर में स्ट्रेस टेस्ट, स्प्रीचुअल एग्जीबिशन, मेडिटेशन आदि के साथ-साथ विभिन्न बीमारियों एक्सपर्ट डॉक्टर्स ने अपनी सेवाएं प्रदान की। ब्लड की जांच भी मुफ्त की गई। अनुभवी डॉक्टरों द्वारा जागरूकता वार्ता की गई।

इस मौके पर सेवाकेंद्र की निदेशिका बीके डॉ. रीना दीदी ने बताया कि मन को शांत रखने के लिए मेडिटेशन बहुत जरूरी है। साथ ही सभी को राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराया। शिविर में 500 से अधिक लोगों की जांच की गई। शिविर में आए भाई-बहनों के लिए ब्रह्माभोजन की व्यवस्था भी की गई। बीके डॉ. रावेंद्र भाई ने ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के बारे में बताया। कुमारी श्री ने स्वागत नृत्य की प्रस्तुति दी। संचालन बीके राहुल भाई ने किया। इस मौके पर बीके मंजू दीदी, बीके पिंकी दीदी, बीके कुंती दीदी,

बीके द्वारिका बहन, बीके सतीश, बीके राम, बीके गौतम ने अपनी सेवाएं प्रदान कीं।

इन डॉक्टर्स ने शिविर में दी सेवाएं-

डॉ. सुषमा निगम (एनीमिया और पोषण), डॉ. श्रद्धा अग्रवाल, डॉ. शशि श्रीवास्तव (ऑस्टियोपोरोसिस), डॉ. श्रुति शाह (गर्भाशय कैंसर का पता लगाना और टीका), डॉ. हेमलता मंडलोई (पीसीओएस), डॉ. कीर्ति जाजू श्रीवास्तव (दांतों की स्वच्छता), डॉ. दरवेश मथारिया (पीठ दर्द और कंधे का दर्द), डॉ. ध्रुव मिश्रा (गर्मियों में होने वाली आम त्वचा की समस्या), डॉ. नेहा गुप्ता (स्तन कैंसर), डॉ. आशीष गुप्ता (क्रोनिक पीठ दर्द)।

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र। लीनेस क्लब द्वारा चार्टर डे पर निजी होटल में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें विशेष रूप से आमंत्रित ब्रह्माकुमारी रमा बहन ने खुशनुमा जीवन जीने के सहज तरीके बताएं एवं जीवन में राजयोग ध्यान का महत्व समझाया। लीनेस अध्यक्ष नीलम रावत, सचिव दीपा सिंह, कोषाध्यक्ष ज्योति अग्रवाल व क्लब के मेंबर उपस्थित रहीं।

शिव आमंत्रण, मजलिस पार्क/दिल्ली। पृथ्वी दिवस पर सेवाकेंद्र पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें अंतरराष्ट्रीय वक्ता बीके ऊषा दीदी, सेवाकेंद्र प्रभारी बीके राजकुमारी दीदी, ग्राम विकास प्रभाग के बीके सतवीर भाई और भाजपा की प्रकोष्ठ मंत्री अलका त्यागी ने संबोधित किया।

शिव आमंत्रण, झोझूकलां (हरियाणा)। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा विश्व पृथ्वी दिवस की पूर्व संध्या पर प्लानेट व प्लास्टिक विषय पर सोनी धर्मशाला कलियाणा में पेंटिंग प्रतियोगिता आयोजित की गई। इसमें कुमारी दीप्ति ने प्रथम, तनु ने द्वितीय व मानव ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। क्षेत्रीय प्रभारी बीके वसुधा बहन, बीके ज्योति बहन ने प्रतिभागियों को सम्मानित किया।

शिव आमंत्रण, येवला, महाराष्ट्र। ज्ञानेश्वर माऊली संजीवन समाधि स्थल आळंदी के रामायणाचार्य श्रीहरी चक्रांकित महाराज का येवला सेवाकेंद्र संचालिका बीके नीता दीदी और बीके अनु दीदी ने सम्मान किया। साथ ही ईश्वरीय ज्ञान चर्चा की और माउंट आबू आने का निमंत्रण दिया।

शिव आमंत्रण, लुधियाना, पंजाब। विश्व पृथ्वी दिवस रखबाग में सामूहिक मेडिटेशन कार्यक्रम आयोजित किया गया। लुधियाना सबजोन इंचार्ज बीके सरस्वती दीदी ने पृथ्वी दिवस का महत्व बताया। इस दौरान बीके भाई-बहनों ने सामूहिक रूप से पृथ्वी और पर्यावरण संरक्षण के लिए सामूहिक योगाभ्यास किया और शुभ बाइब्रेशन दिए।

अपनी कमी और कमजोरियों को परखने का सबसे बेहतर तरीका है राजयोग ध्यान

शिव आमंत्रण, शिमला, हिमाचल प्रदेश।

ब्रह्माकुमारीज़ के प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा बेहतर प्रशासन के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण विषय पर सेमीनार आयोजित किया गया। इसमें मुख्य सचिव प्रमोद सक्सेना ने कहा कि नशा उन्मूलन के लिए ब्रह्माकुमारी संगठन अच्छा कार्य कर सकती है। यह प्रयास सिर्फ प्रशिक्षण तक ही सीमित न रहे बल्कि नशाखोरी करने वालों पर चार- छः महिने कार्य किया जाए। सरकार की जो कमियां है उसे यह संस्थान पूरा करे।

नेवी के पूर्व कैप्टन शिव कुमार गोयल ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ में आकर उन्हें स्व निरीक्षण करने का अवसर मिला। अपने भीतर की कमी और कमजोरियों को परखने का यह अच्छा तरीका है। राजयोग मेडिटेशन हमें अपने अन्दर झांकने का अवसर देता है। पानीपत मानसरोवर रिट्रीट सेंटर के निदेशक बीके भारतभूषण भाई ने कहा कि प्रशासन का व्यवहार के साथ गहरा सम्बन्ध होता है। प्रशासक अपने मधुर व्यवहार से अनेकों की दुआएं प्राप्त कर सकता है। इसलिए प्रशासन में बैठे लोगों का आध्यात्मिक सशक्तिकरण जरूरी है।

आबू पर्वत से पधारे मुख्यालय समन्वयक ब्रह्माकुमार हरीश भाई ने कहा कि प्रभाग का उद्देश्य प्रशासनिक अधिकारियों की आध्यात्मिक सेवा करना है। क्योंकि यह वर्ग शासन और जनता के बीच की सबसे महत्वपूर्ण कड़ी होता है। योजना बनाने और उसे लागू करने में उसकी अहम भूमिका होती है। ओआरसी नई दिल्ली की बीके विधात्री दीदी ने कहा कि स्व पर शासन करने वाला व्यक्ति ही अच्छा प्रशासक हो सकता है। मुम्बई के मोटिवेशनल स्पीकर ई.वी गिरीश ने कहा कि हम सदैव खुश रहें। किसी परिस्थिति में आपकी खुशी गायब न हो। बाहर की बातें हमें प्रभावित न करें। बीके ख्याति बहन ने मेडिटेशन का अभ्यास कराया। संचालन बीके हुसैन दीदी ने किया। बीके सुनिता दीदी ने सभी का स्वागत किया। बीके शिवांगी बहन ने गीत प्रस्तुत कर सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। आभार बीके यशपाल भाई ने माना। बीके रजनी बहन ने भी विचार व्यक्त किए। सम्मेलन में सचिव, उपसचिव सहित बड़ी संख्या में वरिष्ठ अधिकारीगण उपस्थित रहे।

प्रशासक प्रभाग की ट्रेनिंग आयोजित

शिव आमंत्रण, पानीपत (हरियाणा)। ज्ञान मानसरोवर रिट्रीट सेंटर के दादी चंदमणि यूनिवर्सल पीस ऑडिटोरियम में विश्व पृथ्वी दिवस पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें 800 से अधिक भाई-बहनों ने भाग लिए। इस मौके पर दिल्ली से जूरिस्ट विंग की चेयरपर्सन राजयोगिनी पुष्पा दीदी, मुख्यालय माउंट आबू से प्रशासक सेवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक बीके हरीश भाई, दिल्ली से बीके उर्मिल दीदी, बीके लक्ष्मी दीदी, सिरसा से बीके बिंदु दीदी, गुजरात जूनागढ़ से बीके मधु दीदी मुख्य रूप से उपस्थित रहे। इस दौरान ब्रह्माकुमारीज़ की 2024 वर्ष की थीम 'स्वच्छ एवं स्वस्थ समाज के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण' का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ किया गया। प्रशासक प्रभाग के सभी मेंबर्स के पहुंचने पर तीन दिवसीय मीटिंग, ट्रेनिंग एवं सेमिनार का भी आयोजन किया गया। इस ट्रेनिंग में पूरे भारत के अनेक राज्यों से फैकल्टी मेंबर्स ने भाग लिया।

हैप्पीनेस कार्ड की लॉन्चिग

शिव आमंत्रण, अटलादरा (गुजरात)। ब्रह्माकुमारीज़ अटलादरा सेवाकेंद्र द्वारा ग्लोबल हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर की डांडिया बाजार वडोदरा में कार्यरत ब्रांच द्वारा ग्लोबल हेल्थ एंड हैप्पीनेस कार्ड की लॉन्चिंग की गई। इसमें ग्लोबल हॉस्पिटल के डायरेक्टर बीके डॉ. प्रताप मिट्ठा ने कहा कि बहुत ही कम मूल्य में दिए जा रहे इस कार्ड के धारक से भाई-बहन काफी कम मूल्य और डिस्काउंट के साथ फुल बॉडी चैकअप और दवाओं का लाभ हॉस्पिटल से ले सकेंगे। बीके डॉ. सूर्य भाई ने कहा कि खुशी एक बहुत बड़ी शक्ति है खुशी बहुत बड़ी खुराक का भी काम करती है और दवाई का भी। खुशी जीवन में सफलताओं को भी आकर्षित करती है। एमएस यूनिवर्सिटी वडोदरा के वीसी डॉ. विजय श्रीवास्तव, वड़ोदरा ग्लोबल हॉस्पिटल के संचालक डॉ. मीखा भाई, योगाचार्य डॉ. हरिश वैद्य सेंटर इंचार्ज बीके डॉ. अरूणा बहन, सहसंचालिका बीके पूनम बहन, बीके डॉ. जयंत भाई ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

वरिष्ठ नागरिक स्नेह मिलन आयोजित

बुजुर्गों के पास होती है अनुभवों की खान : रजनी दीदी

शिव आमंत्रण, नागपुर

ब्रह्माकुमारीज़ के वसंतनगर सेवाकेंद्र पर आध्यात्मिक सशक्तिकरण द्वारा स्वस्थ एवं स्वच्छ समाज के अंतर्गत वरिष्ठ नागरिक स्नेह मिलन आयोजित किया गया। इसमें ब्रह्माकुमारी संस्था के सभी 65-70 साल के ऊपर के वरिष्ठ नागरिकों द्वारा कार्यक्रम का आयोजन, मंच संचालन, स्वागत, नृत्य, लघुनाटिका सुखमय वृद्धावस्था, वक्तव्य, प्रस्तुत किया गया। मुख्य अतिथि ॲड तेजस्वीनी खाडे, डॉ. उज्वला देशमुख, डॉ. रेखा सपकाल, प्रकाश तळोले, नारायण भाई, बीके सुकन्या बहन, बीके प्रेम प्रकाश भाई, सह संचालिका बीके बीके मनीषा दीदी आदि उपस्थित थे। नागपुर की संचालिका बीके बीके रजनी दीदी ने कहा कि संस्था के संस्थापक प्रजापिता ब्रह्मा बाबा ने आप सबको अपना हमजिन्स बनाया है और निराकार परमात्मा ने आप सबको अपना गृहस्थ संभालने कि शक्ति भरी है। जीवन के इस अंतिम पड़ाव में सबका जीवन सुखमय और स्वस्थ हो जाए। समाज में वरिष्ठ नागरिकों के प्रति सोच बदलनी चाहिए। क्योंकि आज समाज में वरिष्ठ नागरिकों के प्रति रवैया बहुत ही सूखा हो गया है। बुजुर्गों को अपने ही मान नहीं देते हैं। बुजुर्गों के पास अनुभवों की खान होती है जो हमेशा हमारा मार्गदर्शन करती है। ॲड. तेजस्विनी खाडे ने कहा कि उम्र के इस पड़ाव में आकर हमने जाना है कि लौकिक रूप से की गई पढ़ाई हमें इस समय काम में नहीं आ रही है।

समस्या- समाधान

योगयुक्त रहने के लिए निरहंकारी बनना होगा

शिव आमंत्रण, आबू रोड।

- राजयोगी बीके सूरज भाई,
माउंट आबू

जिसे सच्चा योगी बनना है उसे मैं-पन के त्याग पर बहुत सूक्ष्मता से ध्यान देना चाहिए। कहां- कहां हमारे अंदर मैं-पन आ जाता है। इससे हम स्वयं को बचाते चलें, बचाना बिल्कुल सहज है। केवल हमें अवेयरनेस हो, जानकारी रहे कि मेरे अंदर मेरापन कहां आ गया। आप सभी ने मुरली में सुना हो कि यदि करनकरावनहार बाप की स्मृति सदा ही रहे कि बाबा करा रहा है तो तुम निरंतर योगी बन जाओ। मैं करता हूं, मेरी जिम्मेदारी है, मैंने ये किया, मुझे ये करना है, ये काम करने हैं.... ये मैं-पन मन को भारी कर देता है। इससे हम योगयुक्त नहीं रह पाते तो जिसे योगयुक्त होना है, उसे निरहंकारी बनना ही पड़ेगा।

सफल योगी होते हैं साक्षी दृष्टा

जिनको महान योगी बनना हो उन्हें साक्षी दृष्टा हो जाना चाहिए। कौन क्या कर रहा है, बिल्कुल सरल शब्दों में हर व्यक्ति जो कुछ कर रहा है। वह तो उसे करना ही है न। प्रोग्राम है उसे करने का। बिना प्रोग्राम के कोई कुछ नहीं कर रहा है। हम क्या विशेष करते हैं। कोई कहे क्यों करते हैं, यह तो प्रोग्राम था। आप सुनने आ गए, कोई ऐसे ही कहने लगे क्यों सुनने आ गए यहां। हर चीज प्रोग्राम अनुसार चल रही है न। हर आत्मा को भी तो प्रोग्राम मिला हुआ है। ऐसे सिम्पल लैग्वेंज दे दें इसे जो व्यक्ति दूसरों के बारे में सोच रहा है। उसे अपने बारे में सोचने का तो अवसर ही नहीं मिलता। जो दूसरों को देख रहा है, वह अपने को देखना भूल जाते हैं। जो अपने को ही नहीं देखते तो बाबा भी उन्हें नहीं देखता। जिनकी नजर दूसरों पर है। उन पर बाबा की नजर नहीं पड़ती, इसलिए साक्षीभाव अपनाना।

भगवान हमारा संबंधी हो गया है

जो कुछ इस संसार में हो रहा है और जो कुछ होगा। उसे खेल की तरह देखना। जो कुछ हमें करना है, जो कर्त्तव्य निभाने हैं, जो जिम्मेदारी है उन्हें भी सहज और साक्षीभाव से करना। ये ज्ञानयुक्त आत्मा की पहचान है। इस तरह हम योग के मार्ग में आगे बढ़ते हैं। इस योग के सब्जेक्ट को दो हिस्सों में बांट दें। एक है इमोशनल तरीका अर्थात् भावनात्मक तरीका। संबंधों के रूप में बाबा को याद करना और दूसरा है बुद्धियोग। मन और बुद्धि से योग लगाना। पहला तरीका बिल्कुल सिम्पल है। बाबा ने कहा है कि बच्चे तुमको नशा होना चाहिए कि भगवान तुम्हारा संबंधी बन गया है। भगवान हमारा संबंधी हो गया है। बाबा मेरा है, इसको सच्चे दिल से स्वीकार कर लेना। ये योग की सरल विधि है। जिसको कुछ भी न हो... बाबा मेरा है और ये छोटी बात नहीं है। बाबा पर अधिकार मेरा है। इस पर हमें चिंतन को आगे बढ़ाना है... बाबा मेरा।

योगी का सरलचित्त और सहज भाव होना जरूरी

योगी वो जो सरलचित्त हो, जिन्होंने जीवन को सहज भाव से जीना सीख लिया हो। हम सभी को जीवन प्राप्त है, जीवन जीने का आनंद प्राप्त है। किसी को कदम-कदम पर कांटों पर चलना पड़ रहा है। किसी का जीवन समास्याओं से भरा है और कोई इस जीवन को सुखपूर्वक तय कर रहा है। सब अपने ऊपर है। यह एक कला है। कैसे सहज भाव से इस यात्रा पर आगे बढ़ा जाए। ये यात्रा है और इसमें हमें इसे सहज भाव से जीना है।

ऐसे करें योग की शुरुआत...

संकल्प करें मैं मास्टर ज्ञान सूर्य हूं...मुझसे निकली शक्तियों की किरणों से माया के कीटाणु नष्ट हो जाते हैं... मस्तक के मध्य भृकुटी सिंहासन पर विराजमान मैं मास्टर ज्ञान सूर्य हूं.... मुझ से किरणें निकलकर चारों ओर फैल रही हैं। ऊपर परमधाम में ज्ञान सूर्य पर बुद्धि को स्थिर कर दें... ऊपर ज्ञान सूरज की शक्तियों की किरणें मुझ पर पड़ रही हैं... मुझसे चारों ओर फैल रही हैं... मैं पवित्रता का फरिश्ता हूं... पवित्रता की देवी हूं... परमधाम में पवित्रता के सागर की पवित्र किरणों की मुझ पर बरसात हो रही है...इस तरह का अभ्यास दिन में बीच-बीच में करते रहें। जो बहुत अभ्यास करते हैं योग उनका ही सफल होता है। अभिमन्यु की तरह अपने ऊपर माया का चक्रव्यू बनवाना है या रास्ता क्लीयर रखना है, आपके हाथ में है। योग नहीं होता तो अनेक व्यर्थ संकल्प हमारे चारों ओर जाल-जंजाल बना देते हैं। योग एक अस्त्र है जो इस जंजाल को काट देता है। योग अभ्यास करते समय ही बाबा का आह्वान करें। बापदादा दोनों को बुलाओ। देखो दोनों उतरते-उतरते आपके घर में आ गए। ब्रह्मा बाबा मस्तक में शिव बाबा दोनों मेरे घर में खड़े हैं। किरणें फैल रही हैं, पूरा घर पवित्र किरणों से भर गया है। बाबा दृष्टि दे रहे हैं। पूरे घर में घूम रहे हैं। बाबा का हाथ पकड़ो, उनको दोस्त बनाकर घूमो। बापदादा के साथ 5 दिन में 5 तरह के योग करें। कभी अनुभव करें बाबा ने आते ही अपना वरदानी हाथ मेरे सिर पर रख दिया है। दूसरे दिन अनुभव करें बापदादा की हजारों भुजाएं मेरे सिर के ऊपर फैला दी गई हैं जो मेरी छत्रछाया बनकर मेरे साथ हैं।

सैयदना मुफद्दल सैफुद्दीन साहब से की मुलाकात

शिव आमंत्रण, मुंबई। दाऊदी बोहरा समाज के 53वें धर्मगुरु अल-दाई अल-मुतलक सैयदना मुफद्दल सैफुद्दीन साहब से गामदेवी सेवाकेन्द्र की निदेशिका बीके नेहा दीदी और दिल्ली से बीके फलक दीदी ने दाऊदी बोहरा कम्यूनिटी सेंटर मुंबई में मुलाकात की। इस दौरान उन्होंने परमात्मा का परिचय दिया और माउंट आबू आने का भी निमंत्रण दिया। सैफी बुरहानी अपलिफ्टमेंट प्रोजेक्ट के लिए शुभकामनाएं भी दीं। इस दौरान सैयदना साहब ने ब्रह्माकुमारीज द्वारा की जा रहीं विश्व सेवाओं की सराहना की। दाऊदी बोहरा समाज के पीआरओ शेख अबेदली और बीके सतीश भाई भी मौजूद रहे।

लवली यूनिवर्सिटी में हुआ कार्यक्रम

जालंधर, पंजाब। लवली प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी में 'बी द बेस्ट वर्जन ऑफ यू' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें माउंट आबू से पधारीं बीके डॉ. सुनीता दीदी ने संबोधित किया। उन्होंने छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि सदा इस स्वमान में रहें कि मैं शिव शक्ति हूं। आप किसी से कम नहीं हो। अपनी शक्तियों को पहचानें। नारी शक्ति का अवतार है। आपके अपार संभावनाएं छिपी हैं। कार्यक्रम में स्पेड छात्रों की टीम का विशेष सहयोग रहा।

दादी की तृतीय पुण्य तिथि मनाई

आबू रोड, राज.। ब्रह्माकुमारीज की पूर्व अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका ईशु दादी की तृतीय पुण्य तिथि (6 मई) शांतिवन मुख्यालय सहित देशभर में शुभ भावना दिवस के रूप में मनाई गई। मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, संयुक्त मुख्य प्रशासिका बीके मुन्नी दीदी, मीडिया निदेशक बीके करुणा भाई, दादी की निज सचिव रहीं बीके कविता बहन सहित हजारों भाई-बहनों ने अपने श्रद्धासुमन अर्पित कर दादीजी के जीवन चरित्रों को याद किया।

आध्यात्मिक ज्ञान से बदलेगा किसानों का जीवन

शिव आमंत्रण, सोलन/हिमाचल प्रदेश

सेवाकेन्द्र पर कृषि एवं ग्रामीण विकास प्रभाग द्वारा कृषि वैज्ञानिक एवं अधिकारियों का तीन दिवसीय राष्ट्रीय परिसंवाद का आयोजन किया गया। इसमें मुख्यालय माउंट आबू से पधारीं प्रभाग की अध्यक्ष बीके सरला दीदी ने कहा कि किसान को जरूरत है आध्यात्मिक ज्ञान की जिससे उसकी अंतरात्मा जागृत होगी। धरती मां की ओर प्यार जागृत होगा। इसी उदेश्य के साथ प्रभाग आगे बढ़ रहा है। आज का कृषि वैज्ञानिक भी नॉलेजफुल होने के साथ समझ रहे हैं कि हमें सकारात्मक विचारों की आवश्यकता है।

प्रभाग के उपाध्यक्ष राजयोगी बीके राजू भाई ने कहा किसानों को सही मार्गदर्शन की जरूरत है। उनके चरित्र को ऊपर उठाया जाए, विचारो में परिवर्तन आ जाए तो उनकी शक्तियां जागृत हो जाएंगी। शूलिनी यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉक्टर पीके खोसला ने कहा कि यहां बताया गया कि फूड में योग पावर होती है। नैचुरल फार्मिंग तो एक तरफ लेकिन यहां तो एक स्टेप ओर आगे है फसलों में योग की किरणें डालते हैं। ऐसा समाज आप ही ला सकते हैं। डॉ. वायएस परमार यूनिवर्सिटी के प्रो. डॉ. केके रैना ने भी संबोधित किया।

उप्र से आए कृषि विभाग के डॉ. बद्री विशाल तिवारी ने कहा कि पहले बीज बोने से लेकर काटने तक हर कार्य परमात्मा की याद में किया जाता था। ब्रह्माकुमारीज़ शाश्वत यौगिक खेती, योग के माध्यम से सुंदर समाज, स्वर्णिम संसार को लाने के प्रयास में जुटी है। युगों-युगों से यौगिक खेती की परंपरा चली आ रही है। इसे अपनाकर किसान भाई तरक्की की नई राह को खोल सकते हैं। देशभर में आज हजारों किसान यौगिक खेती कर रहे हैं और लाभ कमा रहे हैं।

डॉ. सुनीता पांडे ने यौगिक कृषि के वैज्ञानिक पहलू को स्पष्ट किया। सोलन सेवाकेंद्र प्रभारी बीके सुषमा दीदी ने सभी भाई-बहनों का आभार व्यक्त किया।

स्प्रीचुअल इनफ्लुएंसर अवार्ड से सम्मानित

शिव आमंत्रण, नई दिल्ली | ग्लोबल लीडर्स अवॉर्ड और समिट में माउंट आबू स्थित ग्लोबल हॉस्पिटल की डॉ. बिन्नी बहन को स्प्रीचुअल इनफ्लुएंसर ऑफ द इयर अवार्ड से सम्मानित किया गया। यह अवार्ड उनको आध्यात्मिक क्षेत्र में उल्लेखनीय सेवाओं के लिए प्रदान किया गया। कार्यक्रम मीडिया व सामाजिक संस्थाओं के संयुक्त संयोजन से किया गया। इसमें मीडिया, सोशल मीडिया व फिल्म, टीवी जगत के विशिष्ट लोगों ने भाग लिया। कार्यक्रम में चिली के एंबेसडर व दिल्ली के प्रमुख बिशप ने मुख्य अतिथि के रुप में भाग लिया। अपने संबोधन ने डॉ. बिन्नी बहन ने राजयोग मेडिटेशन के बारे में बताया।

रामनवमीं पर श्रीराम दरबार सजाया

शिव आमंत्रण, ग्वालियर, मप्र | माधवगंज स्थित प्रभु उपहार भवन में धार्मिक प्रभाग द्वारा श्रीरामनवमीं पर श्रीराम दरबार सजाया गया। इसमें सेवाकेंद्र प्रभारी बीके आदर्श दीदी ने मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम के जीवन आदर्श के बारे में बताया। इस मौके पर बीके प्रहलाद, बीके ज्योति, बीके सुरभि, बीके रोशनी, बीके महिमा सहित बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

समर कैंप : नैतिक मूल्यों का महत्व बताया

शिव आमंत्रण, खजुराहो, मप्र | ब्रह्माकुमारीज़ नौगांव सेवाकेंद्र द्वारा पांच दिवसीय समर कैंप का आयोजन किया गया। इस दौरान बच्चों को नैतिक शिक्षा का महत्व बताते हुए मेडिटेशन का अभ्यास कराया गया। समापन पर आयोजित कार्यक्रम में बच्चों ने एक से बढ़कर एक रंगारंग प्रस्तुति दीं। इस दौरान बीके विद्या बहन, बीके आशा बहन, बीके रीना बहन, पूर्व विधायक मानवेंद्र सिंह, राजा साहब पृथ्वी सिंह बुंदेला मुख्य रुप से मौजूद रहे।

शोभायात्रा में बीके भाई-बहनों ने लिया भाग

शिव आमंत्रण, सतना, मप्र| रामनवमीं के उपलक्ष्य में सामाजिक संगठनों द्वारा निकाली गई शोभायात्रा में ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से भाई-बहनों ने उत्साह के साथ कलश पदयात्रा में भाग लिया। महिला प्रमुख चांदनी श्रीवास्तव द्वारा कृष्णा नगर की संचालिका बीके रानी दीदी का स्वागत। इस दौरान उन्होंने सभी को ईश्वरीय संदेश दिया।

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

परमार्थ निकेतन आश्रम पहुंचीं बीके शिवानी दीदी

शिव आमंत्रण, ऋषिकेश, उत्तराखंड। ब्रह्माकुमारीज की अंतरराष्ट्रीय प्रेरक वक्ता बीके शिवानी दीदी परमार्थ निकेतन आश्रम पहुंचीं, जहां आश्रम के संचालक स्वामी चिदानंद सरस्वती से मुलाकात कर ज्ञान चर्चा की। इस दौरान उन्होंने सभी ब्रह्माकुमारी बहनों का सम्मान किया। बीके शिवानी दीदी ने सभा को संबोधित कर गंगा आरती में भाग लिया। इस मौके पर बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

गया जिले में मुस्लिम समुदाय के बच्चों को कराया नशे से दूर रहने का संकल्प

शिव आमंत्रण, गया, बिहार। ब्रह्माकुमारीज के मेडिकल विंग द्वारा चलाए जा रहे देशव्यापी नशामुक्त भारत अभियान के तहत मोबाइल वैन से गांव से लेकर शहरों में नशे के प्रति लोगों को जागरूक कराया जा रहा है। अभियान के तहत वैन के गया पहुंचने पर पांच मदरसों और एक मस्जिद में 800 से अधिक लोगों को मोबाइल वैन प्रोजेक्टर शो के माध्यम से नशे से होने वाले दुष्प्रभावों के बारे में बताया। मदरसा क्वासिमिया इस्लामिया, दुर्गा बाड़ी की सभा में 150 बच्चों सहित शिक्षकों ने मौलवी मौलाना अब्दुल कादिर के मार्गदर्शन में भाग लिया। वहीं मदरसा जामिया बरकत ए मन्सूर जीबी रोड के मौलवी मोहम्मद बशीरुद्दीन के मार्गदर्शन में 100 बच्चों सहित शिक्षकों ने भाग लिया और नशे से दूर रहने का संकल्प किया। मोबाइल वैन संचालक बीके राजीव ने सभी को राजयोग मेडिटेशन का व्यावहारिक जीवन में महत्व और उपयोग के बारे में विस्तार से बताया।

डायबिटीज रिवर्सल रिट्रीट आयोजित

आबू रोड। ब्रह्माकुमारीज संस्थान के मनमोहिनीवन स्थित ग्लोबल ऑडिटोरियम में सात दिवसीय डायबिटीज रिवर्सल रिट्रीट आयोजित की गई। इसमें देशभर से प्री डायबिटीज के मरीज और डायबिटीज मरीजों ने भाग लिया। रिट्रीट में एक्सपर्ट डॉक्टर्स द्वारा राजयोग मेडिटेशन, संतुलित भोजन और एक्सरसाइज के द्वारा डायबिटीज रिवर्स करने और कंट्रोल में रखने की ट्रेनिंग दी गई। शुभारंभ पर संस्थान के अतिरिक्त महासचिव बीके बृजमोहन भाई ने कहा कि आज बदलती जीवनशैली में खुद को स्वस्थ रखना अपने आप में एक चुनौती है। सबसे ज्यादा बीमारियां मानसिक दबाव के चलते हो रही हैं। मेडिकल विंग के सचिव डॉ. बनारसी लाल ने कहा कि मेडिकल विंग का उद्देश्य है कि लोगों का जीवन निरोगी हो। सब सुखी रहें, स्वस्थ रहें, तंदुरुस्त रहें। महिला प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका बीके डॉ. सविता दीदी ने भी संबोधित किया। कैड प्रोग्राम के डायरेक्टर डॉ. सतीश गुप्ता, एसो. को-ऑर्डिनेटर बीके बाला बहन ने डायबिटीज रिवर्स करने के टिप्स बताए।

भिलाई में सृष्टि दर्शन आध्यात्मिक संग्रहालय का उद्घाटन

सृष्टि और जीवन दर्शन संग्रहालय से देंगे अध्यात्म का ज्ञान

शिव आमंत्रण, भिलाई/छग

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा सेक्टर- 7 स्थित राजयोग भवन में 400 से अधिक नवनिर्मित सुंदर प्रेरणादाई कलाकृतियों से सुसज्जित सृष्टि दर्शन आध्यात्मिक संग्रहालय बनाया गया है। इसका उद्घाटन सेवाकेंद्र प्रमुख ब्रह्माकुमारी आशा दीदी ने दीप प्रज्वलन और रिबन काटकर किया।

इस आध्यात्मिक संग्रहालय में नैतिक और अनैतिक जीवन के भेद को बताता जीवन दर्शन, स्वयं की व सर्वोच्च सत्ता की पहचान को बताता आत्म दर्शन से परमात्म दर्शन, भारत के उत्थान और पतन को दर्शाता भारत दर्शन, जैसा कर्म वैसा फल को बताता कर्म दर्शन, राजयोग द्वारा परमसत्ता से शक्तियों की प्राप्ति द्वारा तनावमुक्त जीवन शैली को बताता राजयोग विधि दर्शन और संस्था की अंतरराष्ट्रीय सेवाओं को अति मनोहारी सुंदर कलाकृतियों द्वारा चित्रित किया गया है। संग्रहालय के मध्य में विशेष स्वर्णिम भारत सतयुग का मनोहारी

दृश्य जहां शेर और गाय एक घाट का पानी पीते नजर आते हैं, जहां धरती में सिर्फ भारत देव भूमि होगी और सभी प्राणियों में सद्भाव होगा। इसमें विशेष रूप से लाइटिंग से सुंदर तरीके से सजाया गया है।

संग्रहालय के अवलोकन के लिए जोन की क्षेत्रीय निदेशिका बीके हेमलता दीदी, रायपुर सेवाकेंद्र की संचालिका बीके सविता दीदी पहुंचीं। इस मौके पर बड़ी संख्या में ब्रह्मा वत्स उपस्थित रहे।

यह आध्यात्मिक संग्रहालय सर्व के दर्शनार्थ के लिए प्रतिदिन प्रातः 8 बजे से 12 बजे तक तथा संध्या 5 बजे से रात्रि 9 बजे तक निशुल्क खुला रहेगा।

शिव आमंत्रण, बलदेव दाऊजी/ मथुरा (उप्र)। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र पर आध्यात्मिक सशक्तिकरण में मीडिया की भूमिका विषय पर पत्रकार गोष्ठी आयोजित की गई। इसमें आगरा से आए मीडिया विंग के जोनल को-ऑर्डिनेटर बीके अमर भाई, बीके रेनू बहन, बीके रश्मि बहन ने संबोधित किया। हाथरस जिला प्रभारी बीके सीता दीदी ने आशीर्वचन दिए। इस मौके पर नगर के सभी पत्रकारों का सम्मान किया गया।

शिव आमंत्रण, जयपुर। रामनिवास बाग में निर्मित अल्बर्ट हॉल संग्रहालय परिसर में विश्व विरासत दिवस पर विशेष राजयोग कार्यक्रम आयोजित किया गया। यहां बीके जयंती दीदी ने सभी को मातृभूमि के लिए राजयोग का अभ्यास कराया। बीके पदमा बहन,बीके रुनझुन बहन ने भी संबोधित किया।

शिव आमंत्रण, भांडुप पश्चिम, मुंबई। ब्रह्माकुमारी सेवाकेंद्र द्वारा समर कैंप का आयोजन किया गया। इसमें बीके मीता बहन, डॉ. चिराग भाई ने योग, शिल्प, ड्राइंग और आध्यात्मिक ज्ञान से परिचय करवाया गया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके लाजवंती दीदी ने बच्चों को उपहार प्रदान किए।

शिव आमंत्रण, दुर्ग, छग। सेवाकेंद्र पर आयोजित समर कैंप का उद्घाटन शिक्षा विभाग के संयुक्त संचालक आरएल ठाकुर, आदर्श कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय के प्राचार्य डॉ. कृष्णा अग्रवाल, बीके चैतन्य प्रभा बहन ने किया। इस दौरान बच्चों को नैतिक मूल्य, राजयोग मेडिटेशन, पेंटिंग, डांस, लेखन आदि क्रिएटिव एक्टीविटीज कराईं गईं।

शिव आमंत्रण, भीनमाल, राजस्थान। प्रभु वरदान भवन राजयोग सेवाकेंद्र पर समर कैंप आयोजित किया गया। इसमें बच्चों को सामूहिक ध्यान, नृत्य, म्यूजिकल एक्सरसाइज, दौड़ आदि एक्टीविटीज कराईं गईं। शुभारंभ पर व्यवसायी ओमप्रकाश खेतावत, प्रभारी बीके गीता दीदी, मोना अग्रवाल, दीपा देवासी, बीके मुकेश, बीके अंजली, शारदा देवी अग्रवाल मौजूद रहीं।

श्रीराम के बाल स्वरूप की झांकी सजाई, शोभायात्रा का किया भव्य स्वागत

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र

छत्रसाल नगरी छतरपुर में हर वर्ष की भांति इस वर्ष भी भव्य श्रीराम शोभायात्रा निकाली गई। ब्रह्माकुमारीज़ किशोर सागर ने भी इस शोभायात्रा में शिरकत की और आकाशवाणी चौराहे पर श्रीराम जन्मोत्सव जिसमें पालने में झूलते चारों भाई श्रीराम, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न और माता कौशल्या, माता कैकई, माता सुमित्रा सहित दशरथ जी की बहुत सुंदर चैतन्य झांकी सजाई गई।

ब्रह्माकुमारी बहनों ने सिर पर कलश रखकर और तीन क्विंटल गुलाब के फूलों से पुष्प वर्षा कर शोभायात्रा का स्वागत किया। इस मौके पर श्री रामलीला उत्सव समिति, प्रताप नवयुवक संघ, जनराय टोरिया महंत श्रृंगारी दास महाराज एवं अन्य मंदिरों के ट्रस्टी, छतरपुर लायंस क्लब आनंद अग्रवाल, जिला खेल एवं युवा कल्याण अधिकारी राजेंद्र कोष्ठा, सिंधी समाज के भाई, सिविल लाइन थाना प्रभारी बाल्मिक चौबे एवं समाजसेवियों ने झांकी में आकर छतरपुर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके शैलजा दीदी से मुलाकात की और अनुपम झांकी के लिए ब्रह्माकुमारीज़ परिवार का धन्यवाद किया।

नशे से दूर रहने का कराया संकल्प

शिव आमंत्रण, नालंदा/राजगीर (बिहार)। नालंदा विश्वविद्यालय में नशा मुक्त भारत अभियान के तहत कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें 20 राज्य से आए हुए स्टूडेंट को नशे से सदा दूर रहने का संकल्प कराया गया। साथ ही नशे के दुष्परिणाम बताए गए। इस मौके पर प्रो. अभय कुमार सिंह, डॉ. राजीव धवन मुख्य रूप से मौजूद रहे। वहीं आयुध कारखाना में महाप्रबंधक अनुपम शर्मा की उपस्थिति में श्रमिकों को नशामुक्ति की प्रतिज्ञा कराई गई। केंद्रीय विद्यालय में विवेक किशोर के नेतृत्व में 400 विद्यार्थियों को प्रतिज्ञा कराई गई। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके ज्योति बहन, बीके पूनम बहन मुख्य रूप से मौजूद रहीं।

इंटरनेशनल नर्स डे पर किया सम्मान

वड़ोदरा/गुजरात। ब्रह्माकुमारीज़ के अलकापुरी सबजोन द्वारा इंटरनेशनल नर्स डे पर सेमिनार का आयोजन किया गया। इसमें बीके डॉ. निरंजना दीदी ने राजयोग मेडिटेशन का दैनिक दिनचर्या में महत्व और उपयोगिता बताई। अतिथि के रूप में डॉ. हार्दिक गजेरा, डॉ. आशीष बाविसी, डॉ. दिनेश शाह, डॉ. सोना मित्रा, डॉ. वीरेन पटेल, डॉ. करण शाह, डॉ. वैभव शाह ने अपने विचार व्यक्त किए। बीके नरेन्द्र भाई, बीके धरती बेन ने संचालन किया। नरसिस कॉलेज के प्रिंसिपल एवं नर्स का शॉल और माला पहनाकर सम्मान किया गया। सभी को राजयोग के माध्यम से शांति की गहन अनुभूति कराई गई।

प्रशासक सेवा प्रभाग : पानीपत से शिमला तक 20 दिवसीय अभियान चलाया

अध्यात्म के समावेश से श्रेष्ठ होगा प्रशासन

शिव आमंत्रण, मोहाली, पंजाब

रूपनगर सेवाकेंद्र पर प्रशासक सेवा प्रभाग द्वारा पानीपत से शिमला तक चलाए जा रहे 20 दिवसीय अभियान के पहुंचने पर चार स्थानों उपायुक्त कार्यालय, बार एसोसिएशन, बेला फॉर्मेसी कॉलेज व सद्भावना भवन में सेमीनार आयोजित किए गए। अभियान दल के संयोजक माउंट आबू से प्रभाग के मुख्यालय संयोजक बीके हरीश भाई ने कहा कि प्रशासन को सुचारू रूप से चलाने के लिए तनाव मुक्त रहकर निर्णय लेने की जरूरत होती है इसके लिए आध्यात्मिकता को अपनाना होगा। दिल्ली ओआरसी से पधारीं मोटीवेशनल स्पीकर बीके ईशू बहन ने कहा कि आत्मिक जागृति, दूसरों के अच्छे कार्यों की सराहना, आध्यात्मिक गाइडेंस, सहयोग व सेल्फ रिफ्लेक्शन के आधार पर उलझनों पर काबू पाया जा सकता है। मोहाली से बीके अदिति बहन ने राजयोग मेडीटेशन के माध्यम से गहन शांति की अनुभूति कराई। बीके मीना बहन ने कहा कि आज लोग परमात्मा से ऑफलाइन हो गए हैं अर्थात संबंध विच्छेद कर बैठे हैं, जिसे पुनः स्थापित करने की जरूरत है ताकि आत्मा रूपी बैटरी चार्ज की जा सके। गुजरात के जूनागढ़ के की प्रभारी बीके मधु बहन ने कहा कि आध्यात्मिकता से मन, वचन, कर्म में श्रेष्ठता आती है, इसलिए हमें आध्यात्मिक जीवन शैली को अपनाना चाहिए । रूपनगर क्षेत्र की प्रभारी बीके रमा दीदी ने राजयोग ध्यान की कला सीखने के लिए बजे सद्भाना भवन आने का निमंत्रण दिया। इस दौरान अमृत सागर आरएसएस के संगठन मंत्री हरमोहिंदर पाल सिंह वालिया ने ब्रह्माकुमारीज़ की सेवाओं की सराहना की।

शिव आमंत्रण, आगरा। अंतर्राष्ट्रीय नृत्य दिवस पर नृत्य ज्योति कथक केंद्र एवं ब्रह्माकुमारीज़ के कला व संस्कृति प्रभाग द्वारा ईदगाह स्थित प्रभु मिलन केंद्र प्रांगण में कला संवाद कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें संगीत, फिल्म, कला, थिएटर, लेखन, पत्रकारिता, आध्यात्मिक क्षेत्र से जुड़े विषय विशेषज्ञों ने अपने विचार व्यक्त किए। बढ़ते सांस्कृतिक प्रदूषण पर गंभीर चिंता जताई। केंद्र प्रभारी बीके अश्विना बहन ने राजयोग का महत्व बताया।

शिव आमंत्रण, तोशाम, हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र की ओर से मॉडल स्कूल में पृथ्वी दिवस पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बी.के. सुनीता बहन ने बच्चों को पर्यावरण संरक्षण और भारत माता के प्रति अपने कर्तव्य से रुबरु कराते हुए मेडिटेशन का महत्व बताया।

शिव आमंत्रण, सागर, मप्र। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र की भीतर बाजार शाखा में पृथ्वी दिवस मनाया गया। सागर क्षेत्र की निदेशिका बीके छाया दीदी ने पृथ्वी का संरक्षण करने की प्रेरणा दी। बीके नीलम दीदी ने राजयोग के द्वारा पृथ्वी को शुभभावनाएं देने की विधि बताई। बीके लक्ष्मी दीदी ने ध्यान कराया।

शिव आमंत्रण, आलीराजपुर, मप्र। सेवाकेंद्र की ओर बाल व्यक्तित्व विकास शिविर आयोजित किया गया। इसमें इंदौर जोन के धार्मिक प्रभाग के संयोजक बीके नारायण भाई ने बच्चों को श्रेष्ठ व सकारात्मक विचारों और नैतिक मूल्यों का महत्व बताता। इस मौके पर समाजसेवी अरुण गहलोत, वेटरनरी डॉक्टर लोकेंद्र गहलोत सहित बड़ी संख्या में विद्यार्थी मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, मुकेरिया, पंजाब। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र की ओर से ग्लोबल पब्लिक स्कूल रंगा बंगाला में सेमीनार आयोजित किया गया। इसमें माउंट आबू से आए बीके भगवान भाई ने कहा कि परोपकार, सेवाभाव, त्याग, उदारता, पवित्रता, सहनशीलता, नम्रता, धैर्यता, सत्यता, ईमानदारी के बिना शिक्षा अधूरी है। बीके मधु बहन, शिक्षक विजय भारद्वाज ने भी संबोधित किया।

नेपाल में ब्रह्माकुमारीज़ की वार्षिक थीम की नेशनल लांचिंग

हर व्यक्ति को आध्यात्मिक चिंतन करना जरूरी है

शिव आमंत्रण, काठमांडू, नेपाल

ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवाकेन्द्र द्वारा इस वर्ष की थीम स्वच्छ और स्वस्थ समाज के लिए आध्यात्मिक सशक्तिकरण की नेशनल लांचिंग की गई। समारोह में महिला, बाल बालिका और जेष्ठ नागरिक मंत्री भगवती चौधरी ने कहा कि मौजूदा समय पर वातावरणीय स्थिति, सामाजिक परिवेश बहुत ही भयावह, कलह कलेश, तनाव और अस्वच्छ खींचातानी का है। स्वार्थ, लोभ लालच के कारण व्यक्ति गलत कार्य करने के लिए उतारू है। ऐसे सामाजिक परिवेश को स्वच्छ, स्वस्थ और शान्तिमय बनाने के लिए समाज के हर व्यक्ति को आध्यात्मिक चिंतन करना जरूरी है। ब्रह्माकुमारी संस्था नेपाल सहित विश्व के 140 राष्ट्र में अपना कार्य कर रही है जो सब के लिए लाभकारी है।

अहमदाबाद से पधारीं राजयोगिनी बीके शारदा दीदी ने कहा कि समाज की स्वच्छता, शुद्धि एवं स्वस्थ वातावरण के लिए हर व्यक्ति को चिन्तन श्रेष्ठ, वाणी मधुर, निर्मल और कर्म व्यवहार को कुशल, सुखकारी बनाना होगा। अति व्यस्तता के बीच भी समय निकालकर रोज एक घण्टा में एक मिनट मेडिटेशन करने का अभ्यास करें तो समाज निश्चय ही सभ्य, स्वस्थ और अपराध मुक्त हो सकता है। नेपाल में ब्रह्माकुमारीज़ की निदेशिका बीके डॉ. राज दीदी ने कहा कि समाज को सुन्दर और दिव्य बनाने के लिए आत्म चेतना के द्वारा परमात्मा के साथ मधुर सम्बन्ध स्थापित कर व्यक्ति गुणवान, चरित्रवान बन जाता है। वरिष्ठ समाजसेवी व आर्यातारा मिसन की संस्थापक आनी छोइङ डोल्मा, बागमती, प्रदेश के संस्कृति, पर्यटन और सहकारी मंत्री शैलेन्द्र बज्राचार्य, सांसद दीपेन्द्र श्रेष्ठ, बीके राम सिंह, बीके कुसुम बहन, जीवन लाल पिया ने भी अपने विचार व्यक्त किए। समारोह में बालिकाओं ने सुन्दर नृत्य की प्रस्तुति दी। इसके अलावा नेपाल के ही विराटनगर, जनकपुर, राजविराज, वीरगंज, हेटौडा, नारायणगढ़ में भी संस्थान की वार्षिक थीम का उद्घाटन समारोह आयोजित किया गया। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका बीके किरण ने आभार व्यक्त किया।

शांति सरोवर रिट्रीट सेंटर में दस दिवसीय समर कैंप आयोजित

आशा-निराशा दोनों का सामना करने की शक्ति हमारे अंदर होः कुलपति

शिव आमंत्रण, रायपुर, छग। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के शिक्षा प्रभाग द्वारा बच्चों के नैतिक एवं आध्यात्मिक उत्थान के लिए शान्ति सरोवर रिट्रीट सेन्टर में समर कैम्प आयोजित किया गया।

शुभारम्भ पर इन्दिरा गाँधी कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. गिरीश चन्देल ने कहा कि वर्तमान प्रतिस्पर्धा के युग में टिके रहने के लिए आशा और निराशा दोनों का सामना करने की शक्ति हमारे अन्दर होनी चाहिए। इसलिए पारम्परिक शिक्षा पद्धति में नैतिक शिक्षा को शामिल करने की जरूरत है। आंजनेय विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. टी. रामाराव ने कहा कि जीवन में अनेक समस्याएं आएंगी किन्तु उन चुनौतियों से घबराकर दूर नहीं भागना है। बल्कि उनका सामना कर आगे बढ़ना है, तभी हम सफल कहलाएंगे। घड़ी को अंग्रेजी में वॉच कहते हैं। इसका एक-एक

शब्द हमें शिक्षा देता है। पहला शब्द है डब्लू जो कि बतलाता है कि वाच युअर वर्ड अर्थात अपने शब्दों पर ध्यान दो। सबसे मीठा बोलो। कटु वचन न बोलो। फिर है-ए शब्द जो कहता है कि वाच युअर एक्शन अर्थात अच्छे कर्म करो। फिर आता है -टी शब्द जो कहता है कि वाच युअर थॉट्स। सदैव सबके लिए शुभ सोचो। फिर है सी अर्थात वाच युअर कैरेक्टर। हमारा व्यवहार ठीक हो। अन्त में है-एच शब्द जो कहता है कि वाच युअर हार्ट अर्थात इस जगत में जितने प्राणी हैं उन सबके साथ प्रेम से रहना। रायपुर संचालिका बीके सविता दीदी और अदिति दीदी ने कहा कि बच्चे अपने जीवन को महान बनाने का लक्ष्य रखें।

घाटकोपर सबजोन की ओर से सिंधी समारोह आयोजित

'प्यार दो-प्यार पाओ,खुशी दो-खुशी पाओ'

शिव आमंत्रण, मुंबई

ब्रह्माकुमारीज़ के योग भवन घाटकोपर सबज़ोन द्वारा प्यारा सिंधी- तवनजी खुशियां जी चाबी विषय पर सिंधी समारोह का आयोजन किया गया। इसमें कलाकार और दूरदर्शन के सिंधी शो-सिंधु धारा की वरिष्ठ एंकर चंदा विरानी ने एंकरिंग की।

सबज़ोन की निदेशिका राजयोगिनी बीके डॉ. नलिनी दीदी ने कहा कि प्रेम जीवन जीने के लिए ऑक्सीजन है। इसलिए, प्यार दो, प्यार पाओ। खुशी दो, खुशी पाओ। अतिरिक्त सबज़ोन निदेशिका बीके शकु दीदी ने खुश रहने की आवश्यकता पर जोर दिया और खुशी पाने का सबसे आसान तरीका मेडिटेशन और आध्यात्मिकता को बताया। प्रेरक वक्ता बीके निकुंज ने कहा कि जीवन में खुशी बहुत अमूल्य है और नाम-शान की सभी सांसारिक इच्छाओं से ऊपर है।

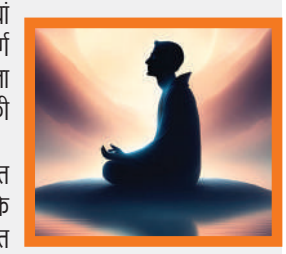
कार्यक्रम में नृत्य, भजन पाठ और सभी की भलाई के लिए सर्वशक्तिमान परमपिता परमात्मा से 'अरदास' की गई। प्रतिभागियों को राजयोग मेडिटेशन कोर्स करने के लिए प्रोत्साहित किया गया और माउंट आबू में ब्रह्माकुमारीज़ मुख्यालय में आने का निमंत्रण दिया गया। इस मौके पर भारतीय सिंधु सभा मुंबई के अध्यक्ष कमल सजनानी, बॉलीवुड और टॉलीवुड अभिनेत्री सलोनी आसवानी, सोशलाइट आशा केलवानी, फिजियोथेरेपिस्ट डॉ. रितु खिमानी, डॉ. विजय खत्री सहित बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

नई राहें

बीके पुष्पेंद्र, संयुक्त संपादक
शिव आमंत्रण, शांतिवन

साइंस के शोर में अपनी साइलेंस पावर को न बिसार दें

आबू रोड, राजस्थान। साइलेंस की पावर से ही हम सुप्रीम पावर से अपना कनेक्शन जोड़ सकते हैं। साइलेंस की जितनी गहराई होगी, अंतर्मन के सागर से उतना ही अमूल्य खजाना बाहर निकल कर आएगा। साइलेंस दुनिया की सबसे बड़ी, महान, दिव्य, अद्वितीय शक्ति, तकनीक और अवस्था है। जिसने साइलेंस के बल को समझ लिया उसने जीवन की गहराई को जान लिया। साइलेंस में ही हम स्वयं के सबसे नजदीक होते हैं और करीब से जान पाते हैं। वर्तमान परिवेश में साइंस के शोर में साइलेंस पावर से दूर होना, मानव मन के लिए अपाहिज होने के समान है। स्क्रीन पर दौड़ती अंगुलियां एकांत का सुख बिसारती जा रही हैं, नतीजन एक बड़ा वर्ग वैचारिक स्तर पर शून्य प्रायः अवस्था की ओर बढ़ता जा रहा है। सूचनाओं की बाढ़ में मन, मस्तिष्क साइलेंस की अनुभूति के आनंद से वंचित हो रहा है।



इतिहास पर नजर डालें तो गुरुकुल हमेशा घने जंगल, एकांत में बसाहट से दूर होते थे, ताकि विद्यार्थी विद्या अध्ययन के साथ एकांत में प्रकृति और खुद के साथ तादात्म स्थापित कर सकें। स्वयं को सभी विद्याओं से भरपूर और कुशल बना सकें। ऋषि-मुनि भी ईश्वर की खोज में जंगल का रास्ता इसलिए चुनते थे कि एकांत में वह अपने अंतर्मन की आवाज को सुन सकें, समझ सकें और परम सत्ता के साथ संबंध जोड़ सकें। आज भी हम देखते हैं कि देश-दुनिया में जितने भी अनुसंधान केंद्र और संस्थान बने हैं वह शहर की आपाधापी से दूर कहीं एकांत में स्थापित किए गए हैं। क्योंकि साइंस का रास्ता भी साइलेंस से होकर जाता है। साइलेंस पावर ही साइंस की जनक है। साइंस का आधार साइलेंस ही है।

अध्यात्म की शक्ति है साइलेंस पावर...

अध्यात्म और साइलेंस में गहरा कनेक्शन है। क्योंकि अध्यात्म का ककहरा साइलेंस के बिना पूरा नहीं होता है। मेडिटेशन में हमारी एकाग्रता, एकात्म और एकरस अवस्था जितनी गहरी होती जाती है, साइलेंस पावर उतनी ही बढ़ती जाती है। यही कारण है कि संत-महात्मा और ऋषि जिनकी घोर तपस्या हो जाती थी तो वह मौन में चले जाते थे या बहुत कम वाचा में आते थे। क्योंकि साइलेंस के सुख का अनुभव करने के बाद आत्मा मौन में ही परम आनंद की अनुभूति करती है। मौन हमारी आंतरिक शक्ति को बढ़ाता है तो साइलेंस आत्मा की शक्ति को पुनः जागृत कर मूल अवस्था में ले जाती है।

हमारा मूल संस्कार है शांति...

हम देखते हैं कि घर-परिवार में जब कभी दो लोगों के बीच आपस में वाद-विवाद या लड़ाई , झगड़ा हो जाता है तो हम आखिर में कहते हैं कि मुझे अकेला छोड़ दो, मुझे शांति से रहने दो। हम एक सीमा तक गुस्सा, क्रोध कर सकते हैं, क्योंकि यह हमारा मूल संस्कार नहीं है। यह तो समय, परिस्थितियों के कारण उत्पन्न हुई तात्कालिक अवस्था है। जबकि शांति आत्मा का दिव्य गुण और मूल संस्कार है। आत्मा की सात शक्तियों में से एक शक्ति है। शांति आत्मा का स्वाभाविक गुण है, इसलिए एक समय के बाद हमें शांति की ही तलाश रहती है। सुख और शांति जीवन के दो ऐसे अनमोल खजाने हैं जिनके पीछे आज सभी दौड़े चले जा रहे हैं लेकिन वह इस बात से अनभिज्ञ हैं कि इसे खोजने या ढूंढने की जरूरत नहीं है यह तो मन की एक अवस्था और प्रकृति है। बस जरूरत है तो उसे मन की आंखों से, बुद्धि के बल से और साइलेंस की पावर से महसूस करने की, मेडिटेशन से शांति के सागर, परम सत्ता, सर्वोच्च सत्ता के साथ संबंध जोड़ने की। यह तभी संभव है जब हम साइलेंस पावर को बढ़ाने पर जोर देंगे।

साइलेंस हो दिनचर्या का हिस्सा...

सारी शक्तियों का खजाना और स्त्रोत हमारा अंतर्मन है जो साइलेंस की स्थिति में ही जागृत होता है। जब हम प्रकृति के करीब जाते हैं और साइलेंस में रहते हैं तो अंतर्मन अपने अंदर समाए ज्ञान, शक्तियों के खजाने को खोलने लगता है और बाहर लाने का प्रयास करता है, वह नए विचार देता है। कई बार हम देखते हैं कि किसी समस्या का समाधान तलाशने के लाख प्रयास किए लेकिन मिला नहीं, वहीं किसी दिन एकांत में, साइलेंस में अचानक से समाधान निकल आया। साइलेंस की स्थिति में माइंड की सेल्स रिलेक्स का अनुभव करती हैं और नए सेल्स का निर्माण होता है जो हमारे ओरा को पॉजीटिव एनर्जी से भरपूर करती हैं। यही कारण है कि साइलेंस की शक्ति से संपन्न व्यक्तित्व के शब्द साकार होने लगते हैं, उसकी वाणी में दिव्यता, ओज और तेज आ जाता है। व्यस्त दिनचर्या के बीच कुछ पल अपने साथ, साइलेंस में जरूर गुजारें। इससे मन को जहां सुकून मिलता है, वहीं व्यर्थ के तनाव, चिंता, दुख से बचे रहते हैं। शांत रहना भी एक कला है।

परमात्मा कहते हैं- कम बोलो, धीरे बोलो, मीठा बोलो...

परमात्मा कहते हैं कि कम बोलो, धीरे बोलो और मीठा बोलो। कई बार हम ज्यादा बोलने के कारण बेवजह समस्याओं में पड़ जाते हैं। इसी तरह वाणी का स्वर जितना धीमा होगा उतना प्रभावी होगा, लोग ध्यान से सुनेंगे। मीठे बोल पत्थर दिल को भी पिघला देते हैं। मीठे बोल से बिगड़ते काम बन जाते हैं। जिसने जीवन में इन तीन संकल्प को अपना आधार बना लिया तो साइलेंस पावर को बढ़ाने में यह शक्ति का काम करते हैं।

जीवन प्रबंधन

खुशी हमारा संस्कार है, यह वस्तुओं, लोगों और परिस्थितियों पर निर्भर नहीं हो

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

जीवन प्रबंधन

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान

जीवन में हम बहुत सी चीजें देखते हैं और उनसे बहुत कुछ प्राप्त भी करते हैं। हमारे कई सपने होते हैं जो जीवन से जुड़े होते हैं, परिवार से जुड़े होते हैं, बच्चों से जुड़े होते हैं, अपने कैरियर को लेकर होते हैं, उन्हें प्राप्त करते जाते हैं। हर प्राप्ति हमें कहीं न कहीं संतुष्टि अवश्य देती है और हमें खुशी का एहसास कराती है। हमारी खुशी दूसरी अन्य चीजों पर डिपेंड हो जाती है। खुशी कहीं न कहीं मिलती है, फिर चली जाती है, फिर मिलती है और फिर चली जाती है। सारे दिन में हमारे सामने कई परिस्थितियां आती हैं। सारा दिन क्या है? यह परिस्थितियों की एक श्रृंखला है जो लगातार चलती ही रहती है, जैसे कि कोई फिल्म चल रही हो। एक दृश्य के बाद दूसरा दृश्य आता है, कोई दृश्य मेरे पक्ष में होगा तो कोई नहीं होगा। इसी प्रकार कोई व्यक्ति मेरे पक्ष में होगा, कोई नहीं होगा। अर्थात् जैसे मैं चाहती हूं वैसे, कोई चलेगा और कोई नहीं भी चलेगा। इसका मुख्य कारण यही है कि हमारी खुशी व्यक्ति और लोगों के ऊपर निर्भर कर रही है। इसीलिए खुशी मिलती है, फिर चली जाती है। अर्थात् एक दृश्य आया बहुत अच्छा, बच्चे समय पर सुबह उठ गए, तैयार भी हो गए और स्कूल चले भी गये तो इससे मुझे खुशी मिली। दूसरा दृश्य आया कि बच्चे समय पर तैयार तो हो गए, लेकिन उनको लेने के लिए बस ही नहीं आयी तो मुझे गाड़ी से छोड़ने के लिए जल्दी-जल्दी जाना पड़ा।

जीवन है तो परिस्थितियां आएंगे लेकिन खुशी-खुशी उनका सामना करना है

खुशी संस्कार है

हम अपने मन की शक्ति को परिस्थितियों को देते गए परिस्थितियां दिन-प्रतिदिन चुनौतीपूर्ण होती गईं। कभी अनुकूल, कभी अशांति का जो प्रतिशत था वह बढ़ता गया। इससे हमारे जीवन में स्थिरता कम और अशांति ज्यादा हो गई। फिर हमने अपने जीवन में देखना शुरू किया कि हमारा जीवन कहां है? तब हम अपने आप से प्रश्न पूछना प्रारंभ करते हैं कि सबकुछ तो हो रहा है। एक अच्छा पति, एक अच्छी पत्नी, दोनों नौकरी में है, अच्छा-खासा मासिक वेतन घर में आ रहा है। 35 वर्ष की आयु में ही मेरा दो मंजिला मकान बन चुका है। बाहर दोनों के लिए अलग-अलग गाड़ियां खड़ी हैं, बच्चों के लिए अलग, फिर भी हम खुश क्यों नहीं हैं? अब इससे ज्यादा और क्या चाहिए? लेकिन फिर भी अंदर में थोड़ा सा खालीपन है। ऐसे में प्रश्न उठता है कि हमारी खुशी कहां है? खुशी हमारी निजी संपत्ति है। खुशी आत्मा का संस्कार है।

भावनात्मक स्वास्थ्य का भी ध्यान रखें

कहीं न कहीं हमने भावनात्मक स्वास्थ्य को शारीरिक स्वास्थ्य से अलग कर दिया है। अगर उसको भी हम जीवन में उतनी ही प्राथमिकता दें जितना कि शारीरिक स्वास्थ्य को देते हैं तब हम जीवन की यात्रा में ठीक तरह से चल पाएंगे। एक है शारीरिक रूप से शक्तिहीन होना और एक है भावनात्मक रूप से शक्तिहीन होना। अब पांच मिनट पहले पता चला कि स्कूल छोड़ने जाना है, ठीक है। अगर मैं उस समय शांत रहूं, स्थिर रहूं, छोड़ने तो फिर भी जाना ही है, गाड़ी तो आपको फिर भी चलानी ही है। लेकिन गाड़ी हम किस स्थिति में चलायेंगे? दुःखी होकर? अगर हम भावनात्मक स्वास्थ्य को भी उतना ही महत्व दें कि ये सब परिस्थितियां और भावनात्मक स्वास्थ्य अलग-अलग नहीं है। यह तो एक प्रक्रिया है। यदि मैं भावनात्मक रूप से स्वस्थ हूं तो परिस्थितियों को बहुत ही सरलता से पार कर सकती हूं। पहले हम क्या करते हैं, परिस्थिति को संभालने के बारे में सोचते हैं जो बाद में भावनात्मक स्वास्थ्य के बारे में सोचते हैं। भावनात्मक स्वास्थ्य सबसे अहम और जरूरी है।

स्वयं को चेक करें सोच का स्तर क्या है?

अभी लोग शारीरिक स्वास्थ्य के बारे में इतना क्यों सोच रहे हैं? क्यों इतना ध्यान रखा जा रहा है? इसके लिए हमें बहुत ज्यादा पीछे जाने की आवश्यकता नहीं है। हम सिर्फ एक पीढ़ी पीछे जाते हैं और सिर्फ अपने पैरेंट्स को देखते हैं। वे कभी व्यायाम करने नहीं गए। उन्होंने कभी मिनरल वाटर नहीं पीया, उस समय भोजन का इतना ध्यान नहीं रखा जाता था, हम लोगों के यहां साधारण भोजन बनता था उसे ही सभी लोग खुशी-खुशी खाते थे। आज हमारे स्वास्थ्य पर इतना ध्यान क्यों दिया जा रहा है? क्योंकि भावनात्मक दबाव इतना ज्यादा है कि कोई न कोई समस्या शरीर के साथ चलती ही रहती है। हमने आत्मा का ध्यान ही नहीं रखा, उसके ही सारी समस्याएं आनी शुरू हो जाती हैं। अगर हम आत्मा का भी ध्यान रखें तो मन पर जो इतना ज्यादा दबाव है, इसके लिए मेहनत नहीं करनी पड़ेगी। आप व्यायाम करने तो जा रहे हो, उसमें भी अगर दो-तीन लोग इक्कट्ठे व्यायाम कर रहे हैं उस समय आप स्वयं को चेक जांचे करें कि हमारे सोच की गुणवत्ता क्या है? हम सेहत के लिए घूम रहे हैं लेकिन साथ-साथ नकारात्मक विचार उत्पन्न हो रहे हैं। इस थॉट्स का असर सिर्फ मन के साथ पूरे शरीर पर पड़ता है। जब तक हम यह महसूस नहीं करेंगे कि शारीरिक स्वास्थ्य पर भावनात्मक स्वास्थ्य का कितना गहरा प्रभाव पड़ता है तब तक हम स्थिर नहीं रह सकते हैं।

भावनात्मक स्वास्थ्य रहना जरूरी

हम अपनी खुशी को थोड़ी देर के लिए छोड़ देते हैं। कई तरह की परिस्थितियों को संभालने के लिए शारीरिक शक्ति भी चाहिए। आज यदि मैं बीमार हूं तो यह प्रश्न ही नहीं उठता है कि मैं गाड़ी चलाकर जाऊंगी। जब हम अपने जीवन में सभी परिस्थितियों को संभालते हैं तो क्या कभी हमारे मन में यह प्रश्न उठा कि पहले मैं अपनी शारीरिक क्षमता को देखूं या परिस्थिति को संभालू? तो जवाब मिलता है कि शारीरिक क्षमता के प्रति कुछ नहीं सोचना है, मुझे तो परिस्थिति पर ही सारा ध्यान केंद्रित करना है। मुझे यह पता है कि मैं शारीरिक क्षमता से ही परिस्थिति को हैंडल कर सकती हूं। यदि मैं बीमार हूं तो काम पर कौन जाएगा, फिर वहां काम क्या होगा ये दूसरी बात है। पहली बात यह है कि मैं ऑफिस जाऊंगी कैसे? इसलिए सारे दिन में मैं अपने शरीर का ध्यान जरूर रखती हूं। इसके लिए हमें शरीर को समय पर भोजन भी देना चाहिए। आप एक दिन भोजन छोड़ देंगे, दो दिन छोड़ देंगे, लेकिन कितने दिन तक छोड़ेंगे! मान लीजिए आप भागते-भागते भी खा रहे हैं और जंक फूड भी खा रहे हैं लेकिन आप खा तो लेते हो। चलो, आपने उपवास भी किया लेकिन कितने दिनों तक उपवास करेंगे? फिर उसके बाद आपको भोजन करना ही पड़ेगा। जीवित रहने के लिए और शरीर को स्वस्थ रखने के लिए भोजन जरूरी है। यदि हमारा स्वास्थ्य अच्छा होगा, तभी ठीक से काम कर पाएंगे।

यूथ फॉर ट्रांसफॉर्मेशन कार्यक्रम आयोजित

शिव आमंत्रण, सेंट पीटर्सबर्ग/रसिया। ब्रह्माकुमारीज़ मुख्यालय से संस्थान के कार्यकारी सचिव बीके मृत्युंजय भाई और मेडिकल विंग के सचिव बीके बनारसी भाई के पहुंचने पर लाइट हाउस सेवाकेंद्र पर यूथ फॉर ट्रांसफॉर्मेशन कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें रूसी संघ के राष्ट्रपति के अधीन रूसी एकेडमी ऑफ इकोनॉमिक्स एंड सिविल सर्विस के विभाग प्रमुख अनातोली लिखतिन ने कहा कि मैं लंबे समय से राजयोग ध्यान का अभ्यास कर रहा हूं और इससे व्यावहारिक अनुभव प्राप्त किया है। उन्होंने सेवाकेंद्र निदेशिका बीके संतोष दीदी के नेतृत्व में 'ए वीक ऑफ गुडनेस' में सक्रिय भागीदारी के लिए बीके संगठन के प्रति आभार व्यक्त किया। बीके मृत्युंजय भाई ने भारत के अग्रणी विश्वविद्यालयों के सहयोग से चलाए जा रहे मूल्य शिक्षा कार्यक्रम की विस्तार से जानकारी दी। साथ ही संस्थान द्वारा की जा रहीं सामाजिक सेवाओं के बारे में बताया। बीके बनारसी भाई ने नशामुक्त भारत अभियान के बारे में जानकारी देते हुए कहा कि अभियान को लेकर राष्ट्रपति, केंद्र सरकार और राज्य सरकारों का अच्छा सहयोग मिल रहा है।

बॉलीवुड एक्टर अक्षय कुमार से की मुलाकात

शिव आमंत्रण, कॉव्लून/हांगकांग (चीन)। बॉलीवुड एक्टर अक्षय कुमार और उनकी पत्नी ट्विंकल खन्ना के हांगकांग पहुंचने पर ब्रह्माकुमारीज़ की को-ऑर्डिनेटर बीके बिंदू दीदी ने मुलाकात कर सेवाओं के बारे में बताया। साथ ही राजयोग मेडिटेशन पर चर्चा की। उन्हें परमपिता शिव परमात्मा का संदेश दिया और ईश्वरीय सौगात भेंट की।

एशियन आर्ट फेस्टिवल में दिया राजयोग का संदेश

शिव आमंत्रण, सैन फ्रांसिस्को (यूएसए)। कैलिफोर्निया के बर्कले में आयोजित एशियन आर्ट फेस्टिवल में ब्रह्माकुमारीज़ अनुभूति रिट्रीट सेंटर के ब्रह्माकुमार भाई-बहनों ने भाग लिया। इसमें एक्जीबिशन के द्वारा लोगों को राजयोग मेडिटेशन, दिव्य गुण के बारे में बताया गया। इस दौरान बीके वैशाली बहन ने मेले में आने वाले लोगों को राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास कराया। फेस्टिवल में बड़ी संख्या में लोगों ने आध्यात्मिक ज्ञान सुनने में रुचि दिखाई। साथ ही राजयोग मेडिटेशन का सेशन में भाग लिया।

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 May. 2024
» प्रकाशक व मुद्रकः करुणाकर शेट्टी द्वारा डीबी कार्प लिमिटेड भास्कार प्रिंटिंग प्रेस, शिवदासपुरा, टोंक रोड, जयपुर से मुद्रित एवं शिव आमंत्रण, ब्रह्माकुमारीज़ शांतिवन, आबू रोड, राजस्थान से प्रकाशित » संपादकः ब्र.कु. कोमल » संयुक्त संपादकः ब्र.कु. पुष्पेन्द्र