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

शिव आमंत्रण

सशक्तिकरण एवं सामाजिक सेवाओं का दर्पण
वर्ष-13, अंक-06, हिन्दी (मासिक), जून 2026, पृष्ठ 16, मूल्य- 17:50

10
अब यूनिवर्सिटी में लगेगी अध्यात्म की पाठशाला...

21 जून: अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर विशेष

मानसिक शांति और संतुलित जीवन का आधार राजयोग

शिव आमंत्रण, आबूरोड।
अंतरराष्ट्रीय योग दिवस केवल एक औपचारिक आयोजन नहीं, बल्कि मानवता को मानसिक, शारीरिक और आध्यात्मिक संतुलन की ओर ले जाने वाला वैश्विक अभियान बन चुका है। 21 जून को मनाया जाने वाला यह दिवस आज विश्व के करोड़ों लोगों को तनावमुक्त और सकारात्मक जीवन जीने की प्रेरणा दे रहा है। योग का वास्तविक अर्थ केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि आत्मा का परमात्मा से जुड़ना है। यही राजयोग आज की भागदौड़ भरी दुनिया में आंतरिक शांति का सबसे प्रभावशाली माध्यम बनता जा रहा है।

राजयोग : केवल शरीर नहीं, मन और आत्मा का भी उपचार

आज योग को अधिकतर लोग केवल आसनों और शारीरिक फिटनेस तक सीमित समझते हैं, जबकि राजयोग व्यक्ति के विचारों, भावनाओं और संस्कारों को भी सकारात्मक बनाता है। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सिखाया जाने वाला राजयोग मेडिटेशन व्यक्ति को यह अनुभव कराता है कि मैं शरीर नहीं, शांत स्वरूप आत्मा हूं। जब व्यक्ति आत्मिक चेतना में स्थित होता है, तब उसके भीतर स्वाभाविक रूप से शांति, धैर्य और सकारात्मकता बढ़ने लगती है। राजयोग मेडिटेशन व्यक्ति को परिस्थितियों से भागना नहीं, बल्कि उन्हें स्थिर मन से सामना करना सिखाता है। राजयोग किसी विशेष आयु, धर्म, वर्ग या जीवनशैली तक सीमित नहीं है। विद्यार्थी, व्यवसायी, डॉक्टर, इंजीनियर, गृहिणी, अधिकारी, वरिष्ठ नागरिक हर वर्ग के लोग इसे अपने जीवन में सहज रूप से अपना सकते हैं।

बच्चों के लिए योग क्यों आवश्यक बन गया है?

विशेषज्ञ मानते हैं कि यदि बचपन से ही बच्चों को मेडिटेशन और सकारात्मक चिंतन सिखाया जाए, तो उनमें धैर्य, अनुशासन और आत्मविश्वास विकसित होता है। राजयोग बच्चों को सिखाता है- स्वयं से प्रेम करना, क्रोध पर नियंत्रण रखना, सकारात्मक सोच विकसित करना, भय और तनाव से मुक्त रहना। विद्यालयों में मेडिटेशन का अभ्यास बच्चों के मानसिक विकास के लिए अत्यंत लाभकारी सिद्ध हो रहा है। माता-पिता बच्चों के लिए योग सिखाएं।

युवाओं के लिए मानसिक शक्ति का आधार बन रहा योग

राजयोग मेडिटेशन युवाओं को आत्मबल और लक्ष्य की स्पष्टता प्रदान कर रहा है। राजयोग से एकाग्रता बढ़ती है। निर्णय क्षमता मजबूत होती है। नकारात्मक विचार कम होते हैं। आत्मविश्वास बढ़ता है। डिजिटल एडिक्शन पर नियंत्रण मिलता है। देशभर में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित युवा सशक्तिकरण कार्यक्रम और मेडिटेशन सत्र हजारों युवाओं को सकारात्मक दिशा दे रहे हैं।

परिवारों में बढ़ती दूरियों के बीच योग की भूमिका

आज अधिकांश परिवारों में संवाद कम और तनाव अधिक दिखाई देता है। एक ही घर में रहते हुए भी लोग मोबाइल और व्यस्तताओं में इतने उलझ गए हैं कि भावनात्मक रूप से दूर होते जा रहे हैं। क्रोध, अपेक्षाएं और अहंकार संबंधों को कमजोर कर रहे हैं। ऐसे समय में राजयोग परिवारों में शांति और सामंजस्य स्थापित करने का प्रभावशाली माध्यम बन रहा है। जब परिवार के सदस्य प्रतिदिन कुछ समय मेडिटेशन करते हैं तो क्रोध कम होता है, धैर्य बढ़ता है, संवाद बेहतर होता है, आपसी सम्मान बढ़ता है, घर का वातावरण सकारात्मक बनता है। ब्रह्माकुमारीज़ का संदेश है- विश्व शांति की शुरुआत परिवार शांति से होती है।

महिलाओं के लिए आंतरिक शक्ति का स्रोत

आज महिलाएं घर और कार्यक्षेत्र दोनों जिम्मेदारियों का संतुलन संभाल रही हैं। लगातार मानसिक और भावनात्मक दबाव के कारण कई बार वे स्वयं को थका हुआ अनुभव करती हैं। राजयोग मेडिटेशन महिलाओं को भीतर से मजबूत बनाता है। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान में हजारों महिलाएं आध्यात्मिक नेतृत्व की प्रेरणादायक मिसाल बनकर समाज में सकारात्मक परिवर्तन ला रही हैं। वहीं बढ़ती उम्र के साथ कई बुजुर्ग अकेलेपन, चिंता और भावनात्मक असुरक्षा का अनुभव करते हैं। राजयोग मेडिटेशन उन्हें आंतरिक संतुष्टि और मानसिक शांति प्रदान करता है। मेडिटेशन से मन सकारात्मक रहता है, अकेलेपन की भावना कम होती है, जीवन के प्रति उत्साह बना रहता है, आत्मिक शक्ति बढ़ती है। राजयोग व्यक्ति को यह अनुभव कराता है कि वास्तविक खुशी बाहरी परिस्थितियों में नहीं, बल्कि भीतर की शांति में है।

योग व्यक्ति को स्वयं से जोड़ने की प्रक्रिया है-

आज तनाव, अनिद्रा, चिंता, हाई ब्लड प्रेशर और अवसाद जैसी समस्याएं तेजी से बढ़ रही हैं। इसका मूल कारण है- मन का अत्यधिक बाह्यमुखी हो जाना। मनुष्य ने बाहरी उपलब्धियों पर तो बहुत ध्यान दिया, लेकिन स्वयं के मन और आत्मा की देखभाल करना भूल गया। योग व्यक्ति को पुनः स्वयं से जोड़ने की प्रक्रिया है। हम स्वयं को बेहतर तरीके से समझ पाते हैं।

क्या है राजयोग मेडिटेशन-

राजयोग मेडिटेशन अंतर्जगत की वह यात्रा है जिसमें हम अपने विचारों का आत्म निरीक्षण, आत्म विश्लेषण और नियंत्रण करना सीखते हैं। यदि मन में श्रेष्ठ विचार होंगे तो पूरे शरीर के सभी अंगों में सूक्ष्म रूप में श्रेष्ठ भावनाओं का ही संचार होगा। इससे सभी अंग अच्छे से काम करने से हम स्वस्थ रहेंगे। इसलिए हमारे स्वस्थ रहने में मन का स्वस्थ होना बहुत ही जरूरी है। राजयोग से मन का प्रदूषण दूर हो जाता है। हृदय रोगी के लिए पहले दिन से कॉमेन्ट्री के माध्यम से मेडिटेशन की अवस्था में बैठाकर उसे प्रशिक्षक विचार देते जाते हैं और रोगी उस विचार के अनुसार अपने मन में इमेजीनेशन करता है। जैसे मेडिटेशन में बताया जाता कि.... मैं एक आध्यात्मिक ऊर्जा हूं... मैं दिव्य शक्ति इस शरीर की मालिक, भृकुटी के मध्य विराजमान एक चैतन्य ऊर्जा हूं...मैं आत्मा स्वस्थ हूं...मैं आत्मा खुश हूं...खुशी मेरा निजी गुण है, संस्कार है...मेरे सिर पर सदा मेरे इष्ट, मेरे आराध्य परमपिता परमात्मा का वरदानी हाथ है....मैं उनकी छत्रछाया में खुद को शांत और सुखी महसूस कर रही हूं....मेरी सारी चिंताएं और समस्याएं परमात्मा को अर्पण कर दी हैं...मेरे इष्ट मुझे वरदान दे रहे हैं सदा सफलतामूर्त भव :... मेरे परिजन बहुत अच्छे हैं... मेरे जीवन की सारी चिंताएं दूर हो गई हैं... मेरा जन्म महान कार्यों के लिए हुआ है... इस तरह आंखों को खुला रखकर खुद को आत्मा समझकर परमपिता परमात्मा से संवाद करना सिखाया जाता है। जब हम यह अभ्यास रोजाना एक नियत समय पर एक घंटा करते हैं तो 21 दिन के अंदर हमारे माइंड का औरा (चक्र) हमारे विचारों के अनुकूल तैयार हो जाता है।

कॉर्पोरेट और प्रोफेशनल जीवन में योग की बढ़ती उपयोगिता

आज कॉर्पोरेट जगत में भी मेडिटेशन और मानसिक स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। बड़ी कंपनियां अपने कर्मचारियों के लिए योग और मेडिटेशन सत्र आयोजित कर रही हैं। कारण स्पष्ट है कि तनावग्रस्त मन बेहतर निर्णय नहीं ले सकता। राजयोग से कार्यक्षमता बढ़ती है, मानसिक स्पष्टता आती है, संबंध बेहतर होते हैं, कार्यस्थल का तनाव कम होता है, नेतृत्व क्षमता विकसित होती है, यही कारण है कि आज डॉक्टर, वैज्ञानिक, प्रशासनिक अधिकारी और उद्योगपति भी मेडिटेशन को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना रहे हैं।

पर्यावरण और विश्वशांति के लिए योग

आज पूरी दुनिया जलवायु परिवर्तन, युद्ध, हिंसा और असहिष्णुता जैसी समस्याओं से चिंतित है। ब्रह्माकुमारीज़ के अनुसार बाहरी अशांति का मूल कारण मनुष्य के भीतर की अशांति है। जब व्यक्ति के विचार शांत और सकारात्मक होते हैं, तब उसका प्रभाव वातावरण पर भी पड़ता है। राजयोग मेडिटेशन सामूहिक सकारात्मक ऊर्जा के माध्यम से विश्व शांति की भावना को मजबूत करता है। योग दिवस पर विश्वभर में आयोजित सामूहिक मेडिटेशन कार्यक्रम मानवता को शांति और सहअस्तित्व का संदेश देते हैं।

योग को इवेंट नहीं, जीवनशैली बनाना होगा

आज आवश्यकता इस बात की है कि योग केवल 21 जून तक सीमित न रहे। यदि व्यक्ति प्रतिदिन कुछ मिनट भी आत्मचिंतन और मेडिटेशन के लिए निकाले, तो उसका जीवन सकारात्मक दिशा में बदल सकता है। सुबह की शुरुआत यदि मोबाइल के बजाय मौन और मेडिटेशन से हो, तो पूरा दिन शांत और ऊर्जावान अनुभव होता है। विशेषज्ञ भी मानते हैं कि यदि विद्यालयों, कार्यालयों और परिवारों में नियमित मेडिटेशन को बढ़ावा दिया जाए, तो समाज में तनाव और हिंसा जैसी समस्याएं काफी हद तक कम हो सकती हैं।

आत्म परिवर्तन से ही होगा विश्व परिवर्तन

ब्रह्माकुमारीज़ का संदेश है कि विश्व परिवर्तन की शुरुआत आत्म परिवर्तन से होती है। जब व्यक्ति स्वयं शांत, सकारात्मक और संतुलित बनेगा, तभी समाज और विश्व में स्थायी शांति स्थापित हो सकेगी। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस हमें यही प्रेरणा देता है कि हम केवल शरीर को स्वस्थ रखने तक सीमित न रहें, बल्कि अपने मन, विचारों और संस्कारों को भी श्रेष्ठ बनाएं। आज का समय बाहरी प्रगति के साथ आंतरिक स्थिरता की भी मांग कर रहा है। योग और विशेष रूप से राजयोग मेडिटेशन मानवता को यही संतुलन प्रदान करता है। यह केवल व्यायाम नहीं, बल्कि जीवन जीने की श्रेष्ठ कला है। यह केवल शरीर की फिटनेस नहीं, बल्कि मन की शांति और आत्मा की शक्ति का अनुभव है। जब मन शांत होगा, तभी जीवन संतुलित होगा और जब जीवन संतुलित होगा, तभी विश्व में वास्तविक शांति आएगी।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आइए हम सभी यह संकल्प लें कि-

- प्रतिदिन कुछ समय स्वयं के लिए निकालेंगे।
- सकारात्मक चिंतन अपनाएंगे।
- मेडिटेशन को जीवनशैली बनाएंगे।
- स्वयं शांत बनकर विश्वशांति में योगदान देंगे।
- भारत की प्राचीन संस्कृति और धरोहर अध्यात्म, राजयोग को आगे बढ़ाएंगे।

अखिल भारतीय साधु-संत महासम्मेलन आयोजितः ब्रह्माकुमारीज़ ने किया साधु-संतों का सम्मान

ब्रह्माकुमारीज़ पवित्रता के आधार पर श्रेष्ठ चरित्र का निर्माण कर रही है

शिव आमंत्रण, गुरुग्राम

ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में तीन दिवसीय अखिल भारतीय साधु-संत महासम्मेलन का आयोजन किया गया। उद्घाटन सत्र में विश्व हिंदू परिषद के अंतरराष्ट्रीय अध्यक्ष आलोक कुमार ने कहा कि आध्यात्मिकता ही जीवन का वास्तविक सुख है। ब्रह्माकुमारीज़ के जीवन में इसका स्वरूप नज़र आता है। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विश्व में आध्यात्मिक चेतना की जागृति सतयुग के आने की आहट पैदा कर रही है। उन्होंने कहा कि संस्थान में किसी विशेष धर्म से नहीं बल्कि अनेक धर्मों के लोग सम्मिलित हैं। आत्मा ईश्वरीय गुणों का स्वरूप है। प्रत्येक व्यक्ति में इन ईश्वरीय गुणों का सम्मान करना ही ईश्वर का सम्मान करना है। दो वर्ष पूर्व संस्थान के मुख्यालय माउंट आबू गया, जहां उन्हें अपार ऊर्जा का अनुभव हुआ।

दिव्य शक्ति अखाड़ा, सहारनपुर से महामंडलेश्वर कमल किशोर महाराज ने कहा कि कर्म का सबसे बड़ा महत्व है। कर्मों का फल अवश्य मिलता है। पूर्व में किए कर्मों के प्रभाव से हम ईश्वरीय स्मृति से ही मुक्त हो सकते हैं। ईश्वरीय प्रेम ही सर्व सुखों का आधार है। मुंबई से महामंडलेश्वर स्वामी प्रेमानंद गिरि महाराज ने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ नारी शक्ति उत्थान का प्रमुख केंद्र है। उन्होंने कहा कि जहाँ संत हैं वहाँ बसंत है। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान राजयोग के द्वारा विश्व में सनातन संस्कृति के पुनर्जागरण का भगीरथ कार्य कर रहा है।

जोधपुर से महामंडलेश्वर स्वामी शिव स्वरूपानंद महाराज ने अपने उद्बोधन में कहा कि सनातन संस्कृति का मूल अहिंसा है। अहिंसा परम धर्म है। उन्होंने कहा कि शांति के लिए क्रांति जरूरी है। सबसे बड़ी क्रांति वैचारिक क्रांति है। विचारों के शुद्धिकरण से ही शांति का उद्गम होता है। गृहस्थ आश्रम सबसे महत्वपूर्ण है। पवित्रता जीवन की नींव है। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ पवित्रता के आधार पर श्रेष्ठ चरित्र का निर्माण कर रही है।

मथुरा से महामंडलेश्वर स्वामी कृष्णानंद महाराज ने कहा कि अध्यात्म सनातन धर्म की आत्मा है। बिना आध्यात्म के सनातन धर्म की कल्पना नहीं की जा सकती। आध्यात्मिकता से ही विश्व में शांति स्थापन हो सकती है। अमृतसर से प्रथम वाल्मीकि आदि शंकराचार्य गिरधारी महाराज ने कहा कि सनातन संस्कृति के महर्षि वाल्मीकि का विशेष महत्व है। उन्होंने श्रीराम के जीवन दर्शन से सनातन संस्कृति का परिचय दिया।

हिंदू सेना के राष्ट्रीय अध्यक्ष महामंडलेश्वर स्वामी प्रबोधानंद गिरी महाराज ने कहा कि धर्म केवल सनातन धर्म है। धर्म कभी किसी का अहित नहीं करता। मोदीनगर से आचार्य चंद्रशेखर शास्त्री जी महाराज ने कहा कि अगर चेतना की जागृति नहीं है तो सोना और जागना तो केवल एक मशीन के समान है। हमारा मन हमारे जन्म का कारण है।

संस्थान की संयुक्त मुख्य प्रशासिका सुदेश दीदी ने कहा कि हिंसा केवल तलवार से ही नहीं होती। बल्कि मन और वचन से भी दूसरों को दुख देना हिंसा है। उन्होंने कहा कि देवी-देवताओं को दिखाए गए अस्त्र-शस्त्र बाहरी हिंसा नहीं बल्कि मनोविकारों पर ज्ञान और योग के द्वारा विजय प्राप्त करने के सूचक हैं। मनोविकार भी हिंसा के ही रूप हैं। क्योंकि उससे आत्मा की दिव्यता नष्ट हो जाती है। आदि सनातन धर्म हमें सभ्यता और दिव्यता का पाठ पढ़ाता है।

ओआरसी की निदेशिका राजयोगिनी आशा दीदी ने कहा कि आध्यात्मिकता शक्ति के लिए तपस्या जरूरी है। उन्होंने कहा कि जब सकारात्मक ऊर्जा बढ़ जाती है तो नकारात्मक ऊर्जा स्वतः समाप्त हो जाती है। शुभ भावना की शक्ति से अशुभ समाप्त हो जाता है। जीवन में निर्मलता अथवा शुद्धता जरूरी है। मन जितना पवित्र होगा उतना ही शक्तिशाली होगा। प्रयागराज से पधारी राजयोगिनी मनोरमा दीदी ने कहा कि सनातन संस्कृति का पुनर्जागरण ही सम्मेलन का प्रमुख उद्देश्य है। पावनता और दिव्यता की धारणा से ही हम सनातन संस्कृति की स्थापना कर सकते है। जीबी पंत हॉस्पिटल के हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. मोहित गुप्ता ने अपने आध्यात्मिक जीवन के अनुभव सबके साथ साझा किए। माउंट आबू से राजयोगिनी ऊषा दीदी ने भी सभा को संबोधित किया। बीके चांद ने गीत के द्वारा सभी का स्वागत किया। अमृतसर से प्रथम वाल्मीकि आदि शंकराचार्य, मोदीनगर से आचार्य चंद्रशेखर शास्त्री, राजयोगिनी आशा दीदी, राजयोगिनी सुदेश दीदी, राजयोगिनी उषा दीदी, राजयोगिनी लक्ष्मी दीदी ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

इन्होंने भी व्यक्त किए अपने विचार-

- हरिद्वार से महामंडलेश्वर स्वामी प्रबोधानंद महाराज ने कहा कि भारत एक मात्र देश है, जिसमें गृहस्थ जीवन त्याग, तपस्या और सेवा का प्रतीक है। जीवन में नित्य नवीनता के लिए तपस्या जरूरी है। विश्व में जहाँ एक और भोग के लिए युद्ध हो रहे हैं। लेकिन ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान ने भोग को छोड़कर तपस्या का जीवन अपनाया।
- नागौर से महंत डॉ. नानक दास जी ने कहा कि सभी धर्मों का सार शांति है। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान धर्म, जाति, भाषा, भेद से ऊपर उठकर विश्व एकता के लिए कार्य कर रहा है। आध्यात्मिक शक्ति से ही भारत विश्व गुरु बन सकता है।
- कोटा से महामंडलेश्वर जगदीश वेदी जी महाराज ने कहा कि धार्मिक मूल्यों के आधार से ही समाज में सुख-शांति की स्थापना हो सकती है। धर्म सत्ता ही मनुष्य के अंतःकरण को शुद्ध करने का कार्य करती है। उन्होंने कहा कि पवित्रता के बिना जीवन नीरस है। चरित्रवान व्यक्ति ही श्रेष्ठ समाज का निर्माण कर सकता है। धर्म सत्ता मानव को कर्तव्य और अधिकार का संतुलन रखना सिखाती है। हरिद्वार से स्वामी निर्मल दास जी ने कहा कि आत्म अवलोकन ही जीवन परिवर्तन का आधार है। जिसका जीवन मूल्यवान है उसे कहने की भी आवश्यकता नहीं पड़ती। बल्कि वो चलते-फिरते भी प्रेरणा स्रोत बन जाता है।
- कोलकाता से स्वामी प्रफुल्ल चंद्र हलदर ने कहा कि आने वाली परिस्थितियों का सामना अध्यात्मिक शक्तियों से ही कर सकते हैं।
- संस्थान के मुख्यालय माउंट आबू से राजयोगिनी उषा दीदी ने कहा कि सुखमय संसार के निर्माण में धर्म सत्ता की प्रमुख भूमिका है। श्रेष्ठाचारी दुनिया के लिए श्रेष्ठ चरित्र जरूरी है।
- समापन सत्र से पूर्व पवित्र युगल मूर्त जोड़ों का सम्मान किया गया। 10 वर्ष से भी अधिक समय से ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़े ये युगल गृहस्थ व्यवहार में रहते हुए ईश्वरीय नियम और मर्यादाओं पर पूर्ण रूप से चल रहे हैं। तीन दिवसीय सम्मेलन में अनेक सत्रों के माध्यम से विभिन्न विषयों पर चर्चा हुई। ओम शांति रिट्रीट सेंटर का परिसर भगवा रंग में रंगा नज़र आ रहा था।

राज्य स्तरीय शुभारंभ : योग द्वारा सशक्त भारत अभियान की लोक भवन से शुरुआत

कार्यालय में सकारात्मक माहौल जरूरी: राज्यपाल

शिव आमंत्रण, पटना, बिहार

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय, पटना कंकड़बाग के तत्वावधान में आयोजित कार्यक्रम कर्म योग द्वारा सशक्त भारत अभियान का लोक भवन में राज्यपाल द्वारा बिहार के समस्त प्रशासनिक पदाधिकारियों, कर्मचारियों, प्रबंधकों के लिए शुभारंभ किया गया।
कार्यक्रम में बिहार के प्रशासनिक पदाधिकारियों, कार्यपालकों एवं प्रबंधकों तक प्रभावशाली ढंग से पहुंचाने के उद्देश्य से राज्यपाल ने ब्रह्माकुमारीज़ की बहनों को कलश एवं भाइयों को ध्वज प्रदान किया । उक्त कार्यक्रम को ओम शांति रिट्रीट सेंटर की निर्देशिका राजयोगिनी आशा दीदी एवं प्रशासनिक प्रभाग़ के राष्ट्रीय संयोजक ब्रह्माकुमार हरीश भाई ने संबोधित किया। पटना मुख्य सेवाकेंद्र संचालिका राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी संगीता बहन ने सभी अतिथियों का स्वागत किया एवं ओम शांति रिट्रीट सेंटर के प्रशासनिक प्रभाग़ के संयोजक ब्रह्माकुमारी विधात्री बहन ने मंच संचालन किया।

इस दौरान राज्यपाल ने ब्रह्माकुमारी के योगदान की प्रशंसा करते हुए कहा कि कर्म ही पूजा है एवं कुशल नेतृत्वकर्ता को अपने सहकर्मियों के बीच सकारात्मक माहौल बनाए रखना आवश्यक है। कर्म योग के लिए किसी भी कार्यालय में कार्यरत पदाधिकारी वा सहकर्मी के गरिमा का सम्मान किया जाना आवश्यक है। ओम शांति रिट्रीट सेंटर की निर्देशिका बीके आशा दीदी ने प्रशासन को सशक्त बनाने हेतु कर्मयोग पर प्रकाश डाला। माउंट आबू से पधारे प्रशासनिक सेवा प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक बीके हरीश भाई ने भारत सरकार के द्वारा चलाए जा रहे कर्मयोगी मिशन के साथ ब्रह्माकुमारीज द्वारा संचालित कर्मयोग द्वारा सशक्त भारत अभियान पर प्रकाश डाला एवं पूरे बिहार में एक अभियान के रूप में चलाए जाने का संदेश दिया, ताकि बिहार के समस्त अधिकारियों को लाभ मिल सके।

मौजूदा राजनीति में आदर्श स्थापित करने की जरूरत : जूली

आबूरोड। परमात्मा के घर में वही आता है जिस पर परमात्मा की विशेष कृपा होती है। मैं राजनीति में लाभ के लिए नहीं बल्कि समाज सेवा के लिए आया हूं। मौजूदा राजनीति में आदर्श स्थापित करने की जरुरत है। उक्त उदगार राजस्थान विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष टीकाराम जूली ने व्यक्त किये। वे ब्रह्माकुमारीज़ के अन्तर्राष्ट्रीय मुख्यालय शांतिवन के आनन्द सरोवर में आयोजित राजयोग शिविर में सम्बोधित कर रहे थे।
उन्होंने कहा कि जनता की सेवा ही राजनीति का मकसद होना चाहिए। परन्तु लोभ लालच के भाव से राजनेताओं से लोगों का विश्वास उठ रहा है। लोग राजनीति को अच्छी दृष्टि से नहीं देखते है। ऐसे में जरुरत है कि राजनीति में आदर्श मूल्यों को स्थापित करने का प्रयास करना चाहिए।

महासचिव बीके करुणा भाई ने कहा कि आध्यात्म और राजयोग खुद का नेतृत्व करना सिखाता है। जब व्यक्ति नेतृत्व करना सीख जाये तो वह सहज ही लोगों का नेतृत्व कर सकता है। ब्रह्माकुमारीज लोगों के अन्दर नैतिक मूल्यों को स्थापित करने का कार्य कर रहा है। आबू रोड रेवदर विधायक मोतीराम कोली ने कहा कि मैं शिवबाबा की कृपा से ही विधायक बना हूं। मेरा हमेशा प्रयास रहता है कि जितना हो सके संस्थान की सेवा में मदद कर सकूं। अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई ने भी संबोधित किया। राजापार्क सबजोन प्रभारी बीके पूनम ने राजयोग की अनुभूति कराई।

जब मनुष्य अहंकार छोड़कर प्रश्न करता है, तभी सत्य ज्ञान मिलता है : बीके गीता दीदी

शिव आमंत्रण, अंबिकापुर, छग

ब्रह्माकुमारी द्वारा में श्रीमद् भागवत गीता ज्ञान का आयोजन किया गया। शुभारंभ सरगुजा महाराज एवं पूर्व उपमुख्यमंत्री टीएस सिंह देव, बिंदेश्वरी शरण सिंह देव, शैलेश सिंह देव ने योग शक्ति गीता दीदी के स्वागत, सम्मान और देव पूजन से किया गया।
कथा में मुख्य वक्ता योग शक्ति गीता दीदी ने कहा कि महाभारत युद्ध भूमि में जब अर्जुन मोह, भ्रम, और दुख में थे तब उन्होंने भगवान से केवल युद्ध की बात नहीं पूछी बल्कि परम सत्य, आत्मा, धर्म, कर्म ,परमात्मा और जीवन के रहस्य भी पूछा। अर्जुन बार-बार प्रश्न इसलिए पूछ रहे थे क्योंकि वह भगवान के वास्तविक स्वरूप को जानना चाहते थे। वह कहते हैं हे भगवान! मेरा स्वभाव कायरता से दब गया है। मैं धर्म के विषय से और आपका सत्य स्वरूप से भ्रमित हूं। मैं आपका शिष्य हूं मुझे सही मार्ग बताइए। अर्जुन ने स्वयं को भगवान के चरणों में समर्पित किया। जब मनुष्य अहंकार छोड़कर प्रश्न करता है, तभी सत्य ज्ञान मिलता है। कहते हैं कि गीता का जन्म अर्जुन के प्रश्नों से हुआ। संचालिका बीके विद्या दीदी ने सभी का आभार व्यक्त किया।

(अंतरराष्ट्रीय श्रमिक दिवस) श्रम का उपयोग कर खुद को सुखी बनाएंः अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई

शिव आमंत्रण, आबूरोड

अंतरराष्ट्रीय श्रमिक दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के शांतिवन में श्रमिकों के लिए एक दिवसीय कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें उपस्थित श्रमिकों को सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारीज संस्थान के अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई ने कहा कि मेहनत करना बड़ी बात नहीं है बल्कि मेहनत को सही दिशा में करना चाहिए। जिससे मनुष्य का सर्वांगिण विकास हो सके। श्रम हमेशा ही व्यक्ति को मजबूत और अनुभवी बनाता है। इसलिए श्रम का उपयोग सही दिशा में करना चाहिए जिससे व्यक्ति का सर्वांगिण विकास हो सके।

उन्होंने श्रमिकों से अपील की कि वे जीवन से नशे को हमेशा के लिए विदायी दे दें। इससे ही जीवन में सम्पन्नता आयेगी। अपने विवेक का इस्तेमाल सही दिशा में करें विनाश की दिशा में नहीं। कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान के एकाउण्ट विभाग के बीके गोकुल भाई ने कहा कि हमारे जीवन का एकाउण्ट हमेशा श्रेष्ठ गुणों और मूल्यों से भरा रहना चाहिए। इससे ही आपके जीवन में कभी किसी चीज की कमी नहीं रहेगी। मेडिकल प्रभाग के सचिव बीके डॉ. बनारसी भाई ने सभी को नशामुक्ति का संदेश दिया।

बिजली विभाग के प्रमुख बीके सुधीर, सफाई विभाग के प्रमुख बीके जगदीश भाई ने कहा कि आपका जीवन ही लोगों के लिए संदेश हो सकता है। इसके लिए अपने जीवन में मूल्यों को अपनाने का प्रयास करें। एकाउण्ट की बीके मिली बहन, बीके सत्येन्द्र भाई समेत कई लोगों ने अपने अपने विचार व्यक्त किये।

आध्यात्मिक जागरूकता से विश्व परिवर्तन विषय पर संत सम्मेलन आयोजित

राजयोग मेडिटेशन से जीवन में आती है आंतरिक शांति

शिव आमंत्रण, राणेबेन्नूर, कर्नाटक।

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के राणेबेन्नूर, तुमिनकट्टी एवं हलगेरी सेवा केंद्रों द्वारा ब्रह्माकुमारीज की स्थापना के 90 वर्ष पूर्ण होने पर आध्यात्मिक जागरूकता से विश्व परिवर्तन विषय पर संत सम्मेलन एवं आध्यात्मिक सभा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ राणेबेन्नूर केंद्र की संचालिका राजयोगिनी बीके मालती दीदी के स्वागत उद्बोधन से हुआ।

उन्होंने सभी संत-महात्माओं एवं अतिथियों का अभिनंदन करते हुए कार्यक्रम की आध्यात्मिक महत्ता पर प्रकाश डाला। मुख्य वक्ता धार्मिक प्रभाग माउंट आबू से पधारे राजयोगी बीके रामनाथ भाई ने कहा कि राजयोग मेडिटेशन व्यक्ति को आंतरिक शांति प्रदान कर विश्व में सुख, शांति और सद्भावना स्थापित करने का सशक्त माध्यम है। उन्होंने दैनिक जीवन में राजयोग को अपनाने की व्यावहारिक विधियों को भी सरल रूप में समझाया। मधुबन से पधारे राजयोगी बीके सुरेश भाई ने भी संबोधित किया।

मंच पर विराजमान 12 संत-महात्माओं ने भी अपने आध्यात्मिक विचार एवं आशीर्वचन देकर उपस्थित जनसमूह को लाभान्वित किया। दावणगेरे की संचालिका राजयोगिनी बीके लीला दीदी ने ब्रह्माकुमारी संस्था के इतिहास एवं विकास यात्रा पर प्रकाश डालते हुए बताया कि किस प्रकार यह संस्था एक छोटे से प्रयास से प्रारंभ होकर आज विश्वव्यापी आध्यात्मिक आंदोलन बन चुकी है। कार्यक्रम में बच्चों द्वारा प्रस्तुत सांस्कृतिक कार्यक्रमों ने सभी का मन मोह लिया तथा वातावरण को आनंदमय बना दिया। अंत में हुबली जोन की संचालिका राजयोगिनी बीके निर्मला दीदी ने अध्यक्षीय उद्बोधन देते हुए कहा कि आध्यात्मिक जागरूकता ही विश्व परिवर्तन का आधार है।

रीवा में मप्र के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने नशामुक्ति बैन को दिखाई हरी झंडी

शिव आमंत्रण, रीवा, मप्र। मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने रीवा में ब्रह्माकुमारीज द्वारा चलाए गए नशामुक्त भारत अभियान के तहत नशामुक्ति बैन को हरी झंडी दिखाई। इस दौरान उमुख्यमंत्री राजेंद्र शुक्ला, सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके लता बहन भी मौजूद रहे।

जालंधर: राजयोग मौन तपस्या शिविर आयोजित

जालंधर, पंजाब। ब्रह्माकुमारीज के आदर्श नगर स्थित सेवाकेन्द्र पर तीन दिवसीय विशेष साइलेंस भट्ठी का सफल आयोजन संपन्न हुआ, जिसमें जालंधर शहर तथा आसपास के क्षेत्रों से आए लगभग 80 भाई-बहनों ने सहभागिता कर आध्यात्मिक उन्नति, आंतरिक शांति एवं योगबल का विशेष लाभ प्राप्त किया। इस आध्यात्मिक शिविर का संचालन करने हेतु बीके राजीव भाई विशेष रूप से मुंबई से पधारे। संपूर्ण भट्ठी प्रतिदिन प्रातः 9 बजे से रात्रि 8 बजे तक पूर्ण मौन एवं अनुशासित वातावरण में संचालित की गई।

हमारे अपने विचार ही समस्याओं का मुख्य कारण होते हैं: डॉ. सचिन परब

शिव आमंत्रण, कुरुक्षेत्र, हरियाणा।

एनआईटी कुरुक्षेत्र द्वारा क्वालिटी लाइफ मैनेजमेंट विषय पर विशेषज्ञ व्याख्यान थॉट लैब में आयोजित किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत में थॉट लैब के समन्वयक प्रो. आर.के. अग्रवाल ने मुख्य वक्ता डॉ. सचिन परब को पुस्तकों एवं शॉल भेंट कर सम्मानित किया।

यह सत्र काउंसलर एवं हैप्पीनेस कोच डॉ. सचिन परब द्वारा लिया गया, जिसमें उन्होंने आत्म-जागरूकता, भावनात्मक संतुलन और सकारात्मक सोच के माध्यम से जीवन को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने के महत्वपूर्ण विचार साझा किए। उन्होंने बताया कि अधिकांश लोग अपनी परेशानियों के लिए दूसरों को जिम्मेदार मानते हैं, जबकि वास्तव में हमारे अपने विचार ही हमारी समस्याओं का मुख्य कारण होते हैं। उन्होंने संतुलित और शांतिपूर्ण जीवन के लिए आत्म-जागरूकता के महत्व पर जोर दिया।

साथ ही, जीवन प्रबंधन के व्यावहारिक पहलुओं जैसे कार्य, परिवार और स्वास्थ्य के बीच संतुलन बनाए रखने की आवश्यकता को समझाया। उन्होंने यह भी बताया कि भावनात्मक अवरोध शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकते हैं और इन्हें "इमोशनल क्लॉट्स" के रूप में समझाया, जो समय पर ध्यान न देने पर गंभीर समस्याओं का कारण बन सकते हैं। डॉ. पुराब ने कहा कि "यदि आप अपने दिल को भावनात्मक रूप से नहीं खोलेंगे, तो डॉक्टरों को उसे ऑपरेशन थिएटर में खोलना पड़ सकता है।" उन्होंने यह भी बताया कि महिलाएं भावनाओं को व्यक्त करने के कारण सांख्यिकीय रूप से कम हृदय रोगों का सामना करती हैं। आंसू तनाव हार्मोन जैसे एड्रेनालिन और कॉर्टिसोल को कम करने में मदद करते हैं, जिससे मानसिक बोझ हल्का होता है।

उन्होंने श्रोताओं को प्रेरित किया कि वे तनाव को शक्ति में, दुख को सफलता में और घावों को उपलब्धियों में बदलें। "लेटिंग गो" अर्थात नकारात्मकता और भावनात्मक बोझ को छोड़ने की कला पर भी विस्तार से प्रकाश डाला गया। कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज से बी.के. सरोज दीदी की गरिमामयी उपस्थिति रही।

सुरक्षा सेवा प्रभाग : चार दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन आयोजित

समूचे विश्व को एकजुट होकर एक नए समाज का निर्माण करना होगा: राज्यपाल परनाइक

शिव आमंत्रण, आबू राज, राजस्थान।

ब्रह्माकुमारीज़ के सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा ज्ञान सरोवर परिसर में चार दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन आयोजित किया गया। शुभारंभ पर अरुणाचल प्रदेश के राज्यपाल एवं पूर्व लेफ्टिनेंट जनरल केटी परनाइक ने भाग लिया। इस दौरान मुख्यालय शांतिवन में संस्थान की प्रमुख राजयोगिनी बीके मोहिनी दीदी से मुलाकात कर वर्तमान हालात तथा तेजी से अशांति की ओर बढ़ते विश्व के बारे में विचार विमर्श किया। संस्थान प्रमुख मोहिनी दीदी ने कहा कि मौजूदा विश्व के हालात से निबटने के लिए खुद के आत्म बल और एक दूसरे के प्रति सहयोग की भावना को बढ़ाना होगा। जब तक मनुष्य के मन में संतोष का भाव नहीं है जब तक व्यक्ति दूसरे के भलाई के बारे में सोच नहीं सकता है।

राज्यपाल ने परनायक ने कहा कि तेरा मेरा और एक दूसरे को नीचा दिखाने की होड़ में व्यक्ति के अन्दर से मनुष्यता गायब हो रही है। ऐसे में समूचे विश्व को एकजुट होकर एक नये समाज का निर्माण करना होगा। इसके पश्चात मोहिनी दीदी ने राज्यपाल को शॉल ओढ़ाकर तथा ईश्वरीय प्रसाद भेंटकर सम्मानित किया। राज्यपाल ने मोहिनी दीदी को अरुणचल की कुल देवी की प्रतिमा भेंट की। इसके बाद उन्होंने पूर्व प्रमुख राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी के समाधि स्थल पर पुष्पांजलि अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। इस मौके पर संस्थान के अतिरिक्त महासचिव बीके डॉ. मृत्युंजय भाई, सुरक्षा प्रभाग की अध्यक्ष बीके शुक्ला दीदी, प्रभाग के मुख्यालय कोआर्डिनेटर बीके शैलेन्द्र, बीके लीला दीदी समेत बड़ी संख्या में लोग उपस्थित थे।

वहीं सम्मेलन में संस्थान के महासचिव बीके करुणा भाई, संयुक्त मुख्य प्रशासिका बीके सुदेश दीदी, प्रभाग के अध्यक्ष अशोक गाबा, उपाध्यक्ष बीके शुक्ला दीदी, ईसीएचएस के एमडी मेजर जनरल अनिल चंदेल, केप्टन शिव सिंह सहित देशभर से तीनों सेनाओं के अधिकारी-जवान मौजूद रहे।

श्री कृष्णा आयुष यूनिवर्सिटी और ब्रह्माकुमारीज के बीच एमओयू साइन

अब यूनिवर्सिटी में लगेगी अध्यात्म की पाठशाला

शिव आमंत्रण, कुरुक्षेत्र, हरियाणा।

श्री कृष्णा आयुष यूनिवर्सिटी, सेक्टर-08 और ब्रह्माकुमारीज, कुरुक्षेत्र के बीच एक महत्वपूर्ण समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए गए। इस करार का मुख्य उद्देश्य विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों के मानसिक स्वास्थ्य, एकाग्रता और आध्यात्मिक विकास को बढ़ावा देना है।

विद्यार्थियों के लिए विशेष सत्रों का आयोजन

इस साझेदारी के अंतर्गत विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों के लिए विशेष रूप से डिजाइन किए गए विहासा प्रोग्राम और 'राजयोग' के सत्र आयोजित किए जाएंगे। ये सत्र विद्यार्थियों को तनावमुक्त रहने, जीवन में सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाने और शैक्षणिक प्रदर्शन को सुधारने में मदद करेंगे।

इस महत्वपूर्ण एमओयू पर यूनिवर्सिटी की ओर से रजिस्ट्रार प्रोफेसर कृष्ण कांत ने हस्ताक्षर किए। वहीं, ब्रह्माकुमारीज की ओर से बीके सचिन परब, बीके सरोज दीदी और बीके मधु दीदी ने समझौते पर हस्ताक्षर कर इस पहल को मूर्त रूप दिया।

कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. (वैद्य) करतार सिंह धीमान ने की। इस अवसर पर डॉ. दीप्ती मेहता तथा प्रिंसिपल आशीष मेहता भी विशेष रूप से उपस्थित रहे। इस गरिमामयी समारोह के दौरान विश्वविद्यालय के लगभग 150 विद्यार्थी तथा अन्य स्टाफ सदस्य भी उपस्थित रहे, जिन्होंने इस नई पहल का स्वागत किया।

विश्वविद्यालय प्रशासन ने इस एमओयू को विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की दिशा में एक सकारात्मक कदम बताया है। ब्रह्माकुमारीज के प्रतिनिधियों ने विश्वास जताया कि ये सत्र विद्यार्थियों को मानसिक रूप से सशक्त बनाएंगे।

पीस वॉक से दिया योग और विश्व शांति का संदेश

गाजीपुर, दिल्ली। शांति मेरा स्वधर्म है, प्रोजेक्ट के तहत पीस वॉक, साइलेंट मेडिटेशन, शांति के लिए प्रतिज्ञा और योग का आयोजन किया गया। दिल्ली गाज़ीपुर सेंटर के संचालिका ब्रह्माकुमारी सुधा दीदी ने संबोधित करते हुए विश्व शांति पर जोर दिया। इस दौरान 150 से अधिक भाई बहनों ने भाग लिया।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, सिमराही बाजार (बिहार) | बिहार के मुख्यमंत्री सम्राट चौधरी को ब्रह्माकुमारी संस्थान सिमराही की ओर से ब्रह्माकुमारी बविता दीदी, ब्रह्माकुमारी बीना बहन, पूजा बहन, ब्रह्माकुमार किशोर भाई ने ईश्वरीय स्मृति चिन्ह, तिलक एवं आध्यात्मिक सौगात भेंट की। ब्रह्माकुमारी बबिता दीदी ने मुख्यमंत्री को आध्यात्मिक मूल्यों, सकारात्मक सोच एवं समाज में नैतिक जागरुकता बढ़ाने के संदेश से अवगत कराया।

शिव आमंत्रण, दिल्ली, लोधी रोड| ब्रह्माकुमारीज़ के लोधी रोड सेवाकेंद्र द्वारा वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (सीएक्यूएम), भारत सरकार में प्रेरक कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बीके गिरिजा दीदी व बीके पीयूष भाई ने प्रेरक उद्बोधन दिया। इस दौरान डॉ. एसडी अत्री, सदस्य, तकनीकी व अन्य अधिकारी-कर्मचारी मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, भीलवाड़ा, राजस्थान | पथिक नगर सेण्टर पर नर्सेज डे पर नर्सिंग एसोसिएशन द्वारा नर्सेज सम्मान कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें ब्रह्माकुमारी इंद्रा दीदी ने राजयोग मेडिटेशन पर अपने विचार व्यक्त किए। इस मौके पर मेडिकल कॉलेज की प्राचार्य डॉ वर्षा सिंह, महात्मा गाँधी चिकित्सालय के अधीक्षक डॉ अरुण गौड़, नर्सिंग एसोसिएशन के अध्यक्ष दिनेश सोनी एवं अन्य मौजूद रहे।

शिव आमंत्रण, रांची, झारखंड | ब्रह्माकुमारीज़, चौधरी बगान, हरमू रोड, रांची में आयोजित मातृ दिवस के अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए हर्षित हॉस्पिटल की स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ प्रियंका श्रीवास्तव, लायंस इंटरनेशनल क्लब की महानिदेशक सुभ्रा मजूमदार, बीके निर्मला दीदी, मेदांता हॉस्पिटल की नेफ्रोलॉजिस्ट डॉ सुषमा तथा सेंट्रल कलफ़ील्ड्स ऑफ़ इंडिया लिनिटेड की मुख्य प्रबंधक रुबी रंजन।

शिव आमंत्रण, मालिया हाटीना, गुजरात | निःशुल्क 1500 पक्षीघर के वितरण कार्यक्रम के उद्घाटन में पधारे हुए मालिया हाटिना के धारासभ्य भगवानभाई करगठिया को सौगात देते हुए ब्र.कु. निहारिका बहन।

संपादकीय

योगः आत्मा और परमात्मा के मिलन का महापर्व

21 जून को संपूर्ण विश्व में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाता है। यह केवल शारीरिक व्यायाम या आसनों का दिवस नहीं, बल्कि आत्मा को उसके मूल स्वरूप की अनुभूति कराने वाला आध्यात्मिक पर्व है। आज जब मानव जीवन तनाव, भय, अशांति और असंतोष से घिरता जा रहा है, तब योग ही वह दिव्य शक्ति है जो मनुष्य को भीतर से सशक्त और शांत बनाती है। योग का वास्तविक अर्थ है आत्मा का परमात्मा शिव से संबंध जोड़ना। जब आत्मा अपने सत्य स्वरूप को पहचानकर परमपिता परमात्मा शिव की याद में स्थित होती है, तभी सच्चा राजयोग प्रारंभ होता है। यह योग केवल शरीर को स्वस्थ नहीं बनाता, बल्कि मन, बुद्धि और संस्कारों को भी पवित्र और शक्तिशाली बनाता है। आज संसार में भौतिक सुविधाओं की कोई कमी नहीं है, फिर भी मनुष्य मानसिक तनाव, अवसाद और संबंधों में कटुता का अनुभव कर रहा है। इसका मुख्य कारण है आत्मिक शांति का अभाव। मनुष्य बाहर सुख खोज रहा है, जबकि वास्तविक सुख उसके अपने भीतर छिपा हुआ है। योग हमें भीतर की उस दिव्य शांति से जोड़ता है, जो परिस्थितियों से परे स्थायी आनंद प्रदान करती है।

राजयोग मेडिटेशन की विशेषता यह है कि इसमें कठिन आसनों या जंगलों में जाने की आवश्यकता नहीं होती। यह सहज और व्यवहारिक योग है, जिसे कोई भी व्यक्ति अपने दैनिक जीवन में अपनाकर लाभ प्राप्त कर सकता है। सुबह कुछ मिनट परमात्मा की याद में बैठना, स्वयं को शांति स्वरूप आत्मा अनुभव करना और सकारात्मक संकल्पों का अभ्यास करना, यही जीवन को बदलने की शुरुआत है। राजयोग व्यक्ति के विचारों को सकारात्मक बनाता है। जब विचार शुद्ध होते हैं, तब व्यवहार मधुर बनता है और संबंधों में प्रेम बढ़ता है।

बोध कथा/जीवन की सीख

ऋषि का सच्चा योग

प्राचीन समय की बात है। हिमालय की सुंदर वादियों में एक महान ऋषि तपस्या करते थे। दूर-दूर से लोग उनके आश्रम में ज्ञान प्राप्त करने आते थे। ऋषि का नाम था महर्षि आत्मदेव। उनके चेहरे पर अद्भुत तेज और मन में अपार शांति थी। जो भी उन्हें देखता, उसके मन को सुकून मिल जाता। एक दिन एक युवा राजकुमार उनके आश्रम पहुँचा। वह युद्धकला में निपुण था, धन-वैभव की कोई कमी नहीं थी, फिर भी उसका मन अशांत रहता था। उसने ऋषि से कहा, "गुरुदेव! मैंने अनेक यज्ञ किए, शास्त्र पढ़े और कठिन योगासन भी सीखे, फिर भी मन को शांति नहीं मिलती। कृपया मुझे सच्चे सुख का मार्ग बताइए।"

ऋषि मुस्कुराए और उसे अगले दिन प्रातः नदी तट पर आने के लिए कहा। अगली सुबह राजकुमार नदी किनारे पहुँचा। ऋषि ने उसे एक मिट्टी का दीपक दिया और बोले, "इस दीपक को जलाकर नदी के उस पार ले जाओ, लेकिन ध्यान रहे कि इसकी लौ बुझने न पाए।" राजकुमार सावधानी से नदी पार करने लगा। उसकी पूरी दृष्टि दीपक की लौ पर थी। वह धीरे-धीरे कदम रखता हुआ सुरक्षित दूसरी ओर पहुँच गया। लौटकर उसने गर्व से कहा, "गुरुदेव! मैंने दीपक की लौ बुझने नहीं दी।" ऋषि ने शांत स्वर में पूछा, "जब तुम नदी पार कर रहे थे, तब क्या तुम्हें किनारे के वृक्ष, पक्षियों का संगीत या बहते जल की आवाज़ सुनाई दी?" राजकुमार बोला, "नहीं गुरुदेव, मेरा पूरा ध्यान केवल दीपक की लौ बचाने में था।"

तब ऋषि ने समझाया, "वत्स! यही योग है। जब मनुष्य की बुद्धि संसार की व्यर्थ बातों में भटकने के बजाय एक परम सत्य पर स्थिर हो जाती है, तब आत्मा को सच्ची शांति प्राप्त होती है। जैसे तुम्हारा ध्यान दीपक की लौ पर था, वैसे ही यदि मन परमात्मा की स्मृति में स्थिर हो जाए, तो जीवन की हर कठिनाई सरल लगने लगती है।"

राजकुमार की आँखें खुल गईं। उस दिन से उसने प्रतिदिन ध्यान और आत्मचिंतन का अभ्यास प्रारंभ किया। धीरे-धीरे उसका क्रोध समाप्त होने लगा, मन शांत रहने लगा और वह एक दयालु तथा न्यायप्रिय राजा बना।

संदेश: केवल शरीर को साध लेना ही योग नहीं है, बल्कि मन और बुद्धि को परमात्मा से जोड़ना ही वास्तविक योग है। योग वह शक्ति है, जो मनुष्य को बाहरी विजय से पहले स्वयं पर विजय प्राप्त करना सिखाती है।

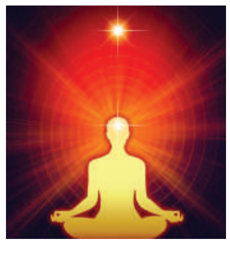
मेरी कलम से

राजयोग से ज्ञान मिला कि मैं देवकुल की पवित्र आत्मा हूं, इससे नशा छूट गया

अब मेरा जीवन देखकर दूसरों को मिलती है प्रेरणा

खेमचंद कुमार (54), प्रॉपर्टी डीलर, हरिद्वार, उत्तराखंड

शिव आमंत्रण, आबू रोड। आर्थिक तनाव और जीवन की उथल-पुथल के बीच 13 वर्ष पहले मैंने अनजाने में शराब का सहारा लिया। जिसे मैंने 'सहारा' समझा था, वह धीरे-धीरे एक गहरी लत बन गया। परिणामस्वरुप, भूख मिट गई, लीवर कमजोर होने लगा और मन निरंतर बेचैनी की गिरफ्त में रहने लगा। मैं छोड़ना चाहता था, पर विवश था।



मेरे जीवन में निर्णायक मोड़ तब आया, जब मैंने ब्रह्माकुमारीज़ के माध्यम से राजयोग मेडिटेशन का मार्ग अपनाया। स्वयं की पहचान और आध्यात्मिक सत्य ने मेरे भीतर सोई हुई शक्ति को जगा दिया। मुझे गहराई से यह अनुभव हुआ कि मैं एक 'देवकुल' की पवित्र आत्मा हूं। व्यसन मेरा स्वभाव नहीं, बल्कि एक विकार है। इसी आत्म-जागृति ने बरसों पुरानी लत की जंजीरों को काट दिया। नियमित राजयोग अभ्यास के परिणामस्वरूप न केवल मेरा शारीरिक स्वास्थ्य बेहतर हुआ, बल्कि मेरा मानसिक और भावनात्मक संतुलन भी मजबूत हुआ।

अब मेरा मन पहले की तरह अशांत नहीं रहता, बल्कि हल्कापन, शांति और सकारात्मक ऊर्जा का अनुभव करता है। मेरे पारिवारिक संबंध, जो पहले तनावपूर्ण हो गए थे, अब मधुर और सहयोगपूर्ण बन चुके हैं।

आज मैं पूरे आत्मविश्वास और अनुभव के साथ यह कह सकता हूं कि जीवन की किसी भी चुनौती का समाधान नशा नहीं, बल्कि आत्मबल है। जब इंसान स्वयं को पहचान लेता है और अपने भीतर की शक्ति को जागृत कर लेता है, तब कोई भी बुरी आदत या परिस्थिति उसे लंबे समय तक बाँधकर नहीं रख सकती है। नशे के गिरफ्त में इंसान तभी फंसता है जब उसका मन कमजोर होता है।

राजयोग का कमाल है कि मेरे परिवार में फिर से सुख-शांति, आनंद आ गया है। जीवन में खुशहाली आ गई है। जैसे मेरा जीवन बदला है, अब मैं दूसरों के लिए भी नशे से दूर रहने के लिए प्रेरित करता हूं। मुझे देखकर अन्य लोगों को भी प्रेरणा मिलती है। खुद को भाग्यशाली समझता हूं कि मुझे परमात्मा का सत्य ज्ञान मिला। मेरा आप सभी से आह्वान है कि अपने जीवन में एक बार अवश्य यह दिव्य ज्ञान अपनाकर देखें और जीवन में चमत्कार महसूस करेंगे। इसके साक्षी लाखों भाई-बहनें हैं, जिन्होंने राजयोग सीखकर अपने जीवन को महान और दिव्य बनाया है। राजयोग से हमारे अंदर जीवन जीने की कला आती है। जीवन आदर्श बन जाता है। हम दूसरों के लिए प्रेरक बन जाते हैं।

कल्याणकारी दृष्टिकोण की सार्थक सिद्धि से धर्म-कर्म

जीवन का मनोविज्ञान

भाग - 95

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

शिव आमंत्रण, आबू रोड। चेतना का अनुभवी स्वरुप आचरण की श्रेष्ठता के साथ निजता के परिष्कार में संलग्न होकर जब, नियम-संयम, जप-तप, ध्यान-धारणा, स्वाध्याय-सत्य, प्रेम-अहिंसा की व्यवहारगत पूर्णता पर स्वयं को स्थापित कर लेता है तब धर्म क्षेत्र में आचरण की श्रेष्ठता के साथ पदार्पण करके कर्म की विशुद्धता हेतु जीवात्मा परमात्म शक्ति के माध्यम से पुरुषार्थ करके स्वयं को सक्षम बनाने में संलग्न हो जाती है।

विराट दूरदृष्टि में कल्याणकारी दृष्टिकोणः आत्मगत स्वभाव की वास्तविकता से सम्बद्ध अन्तःकरण सदा स्वयं की विराटतम दूरदृष्टि को चेतना के परिष्कार में संलग्न करने हेतु पुरुषार्थरत रहता है जिसमें कल्याणकारी दृष्टिकोण का निर्माण किया जाना सुनिश्चित होता है और जीवात्मा जीवन की सार्थकता को सिद्ध करते हुए धर्म एवं कर्म का निर्वहन निष्ठापूर्ण विधि से संपादित करने में सक्षम हो जाती है । स्वयं के परिवर्तन की आरम्भिक प्रक्रिया में व्यक्ति निजी स्तर पर दृष्टि को विराटता के सानिध्य में दूरदृष्टि में रूपान्तरित करता है जिससे अतीत , आगत एवं अनंत के सामन्जस्य को आत्म जगत के परिवेश में विकसित किया जा सके जिसमें आत्म उत्थान और सर्व के प्रति कल्याणकारी दृष्टिकोण की यथार्थता नैसर्गिक रूप से सम्मिलित रहती है। कल्याणकारी , मंगलकारी और सर्वहितकारी दृष्टिकोण को आत्मसात करके ही सकारात्मक जीवन की सार्थकता को जीवन के स्वरूप में सिद्ध किया जा सकता है तत्पश्चात व्यावहारिकता की कसौटी पर धर्म सम्मत क्रियमाण की पूर्णता जीवन में पवित्र कर्म के माध्यम से प्रस्फुटित हो

जाती है । सत्य निष्ठ जीवन जीने के लिए अर्न्तमन के अनुराग की उत्पत्ति विराट दूरदृष्टि के माध्यम से ही निर्धारित हो पाती है जिसमें आत्मिक परिमार्जन एवं परिष्कार की उपयोगिता को आत्मसात् करने की प्रासंगिकता , आत्महित की ओर गतिशील बने रहने का मार्ग प्रशस्त कर देती है जो कल्याणकारी दृष्टिकोण के प्रतिपादन में सहगामी बन जाता है । आत्मज्ञान के गौरान्वित परिदृश्य में आत्मानुभूति का परिवेश वर्तमान जीवन में निर्मित हो जाना विराट दूरदृष्टि का जीवंत प्रमाण है जिसमें आत्मिक कल्याणकारी दृष्टिकोण की यथार्थता स्वमेव बनी रहती है जो जीवात्मा को शुद्ध उपयोग की सार्थक सिद्धि से धर्म और कर्म के विधिवत निर्वहन हेतु सदैव तत्परता से आध्यात्मिक पुरुषार्थ करने के लिए अभिप्रेरित करती रहती है ।

सकारात्मक प्रेरणा द्वारा सार्थक सिद्धिः चेतनागत अनुभूति में सकारात्मक प्रेरणा के माध्यम से सार्थकता की सिद्धि का व्यावहारिक बोध नैसर्गिक रूप से होते ही कल्याणकारी दृष्टिकोंण का विकसित आयाम जीवन के धर्मगत आचरण में परिवर्तित होकर कर्म को परिष्कृत कर देता है जिसमें जीवात्मा के अत्यधिक सूक्ष्म एवं गहन आध्यात्मिक पुरुषार्थ की श्रृंखला अनवरत रूप से विद्यमान रहती है। आत्महित के कार्य में ही आत्म सुख समाहित है, यह जीवन का सत्य आत्मा की सद्गति का महत्वपूर्ण कारक बन जाने से, आत्मज्ञान की क्रमबद्धता जीवात्मा को - सुख , शांति , आनंद , प्रेम , पवित्रता एवं शक्ति की अनुभूति से भरपूर करता है जो व्यक्तित्व के महानतम द्वारा सकारात्मक प्रेरणा की सार्थकता से प्रतिपादित होता रहता है ।

दृष्टि बदलने से सृष्टि बदलने का यथार्थ बोध आत्मगत चेतना में सन्निहित रहता है

जीवन की विविधता के मध्य आत्मगत स्वभाव के प्रति स्वयं को निष्ठावान स्थिति में स्थिर रखना मानव जाति के लिए सकारात्मक रूप से प्रेरित होने की सुखद परिणिति है जो जीवात्मा को उपयोगी अवस्था में परिवर्तित हो जाने के लिए सक्षम बनाती है ताकि जीवन की सार्थकता को सिद्ध किया जा सके। मानवता के मूल-गुण-धर्म में कल्याणकारी दृष्टिकोण सदा ही विद्यमान रहकर स्वयं की उपस्थिति को सकारात्मक प्रेरणा द्वारा रेखांकित करता रहता है जिससे सकारात्मक जीवन से सार्थक जीवन की ओर गतिशील यात्रा में आत्म जगत प्रेरणापुंज बनकर सर्व मानव आत्माओं को दिव्य प्रकाश से आलोकित करते हुए सदा मार्ग प्रशस्त करता रहे। दृष्टि बदलने से सृष्टि बदलने का यथार्थ बोध आत्मगत चेतना में सन्निहित रहता है जिसमें जीवात्मा द्वारा आत्मानुभूति के संदर्भ एवं प्रसंग में ज्ञान और तत्व "मीमांसा को श्रद्धापूर्वक आत्मसात करने का पुरुषार्थ किया जाता है ताकि स्वयं को सर्वगुण सम्पन्न करके सर्व मानव आत्माओं को कल्याणकारी स्वरूप मे रूपान्तरित किया जा सके ।

"एक समय में एक काम करो, और ऐसा करते समय अपनी पूरी आत्मा उसमें डाल दो। खुद को कमजोर समझना सबसे बड़ा पाप है।"

- स्वामी विवेकानंद

"आप स्वयं वह बदलाव बनिए, जो आप दुनिया में देखना चाहते हैं।"

- राष्ट्रपिता महात्मा गांधी

दादी गुलज़ार शांति उपवन का उद्घाटन, रजत रश्मियां अभियान कार्यक्रमों की शुरुआत

मन की सच्ची शांति ही सुख का आधार: राजयोगिनी मुन्नी दीदी

शिव आमंत्रण, गुरुग्राम।

ब्रह्माकुमारीज़ के मानेसर स्थित दादी गुलज़ार शांति उपवन का उद्घाटन संस्थान की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी मुन्नी दीदी ने किया। मुन्नी दीदी ने गुलज़ार उपवन में दादी गुलज़ार जी की स्मृतियों से सज़े बहुत सुंदर चित्र संग्रहालय एवं योग अनुभूति कक्ष का भी अनावरण किया। दादी गुलज़ार शांति उपवन, दादी गुलज़ार जी की स्मृति में बनाया गया तपस्या स्थल है। दादी जी ने अपना काफी समय इस तपोभूमि में व्यतीत किया। दादी जी सदैव ही सच्चाई, सादगी और विनम्रता की प्रतिमूर्ति रही। बचपन से ही 8 वर्ष की आयु से दादी जी अपनी माता जी के साथ आध्यात्मिकता से जुड़ी। दादी जी का जीवन शुरू से बड़ा ही निर्मल और पवित्र रहा। दादी जी के 87 वर्षों का आध्यात्मिक सफर सभी के लिए प्रेरणादायक रहा। अपने जीवन के अंतिम कुछ वर्षों में दादी जी संस्थान की मुख्य प्रशासिका रही। मुन्नी दीदी ने अपने उद्गार व्यक्त करते हुए कहा कि ये स्थान शांति की तपोस्थली है। इसका नवीनीकरण जीवन में नवीनता प्रदान करेगा। आत्मिक उन्नति का ये विशेष केंद्र है। उन्होंने कहा कि मन की सच्ची शांति ही सुख का अनुभव कराती है।

अंतरराष्ट्रीय पृथ्वी दिवस पर पर्यावरण संरक्षण का दिया संदेश

कुरुक्षेत्र, हरियाणा। अंतर्राष्ट्रीय पृथ्वी दिवस के उपलक्ष्य में ब्रह्मा कुमारीज विश्व शांति धाम सेवा केंद्र में "पर्यावरण संरक्षण एवं आपदा प्रबंधन" विषय पर विशेष जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य समाज को पर्यावरण के प्रति सजग बनाना और आपदा प्रबंधन के लिए तैयार करना रहा। वैज्ञानिक, इंजीनियर एवं आर्किटेक्ट विंग द्वारा जागरूकता अभियान चलाया गया जो 19 अप्रैल को पानीपत से शुरू होकर 3 मई को जम्मू-श्रीनगर में संपन्न हुआ। अभियान के तहत ही नगर में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इमौके पर मलकीत सिंह ढांडा केडीबी डायरेक्टर, उपेंद्र सिंघल, जागरूकता अभियान के संचालक बीके भारत भूषण, सेंटर इंचार्ज राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी सरोज बहन, पैनोरमा डायरेक्टर सुरेश कुमार, दिल्ली से पधारे बीके पीयूष भाई, भिलाई से बीके माधुरी बहन, पानीपत से बीके सुमन बहन, चंडीगढ़ से बीके शेफाली, कोमल, एसबीआई बैंक मैनेजर भगवत भाई तथा रेड क्रॉस डायरेक्टर रमेश चौधरी द्वारा किया गया।

डॉ. बिन्नी बहन एक्सीलेंस अवार्ड से सम्मानित

गोपालपुर, ओडिशा। ब्रह्माकुमारीज़ के ग्लोबल हॉस्पिटल की डॉक्टर बीके बिन्नी बहन को आर्मी वेलफेयर एसोसिएशन द्वारा एक्सीलेंस अवार्ड से सम्मानित किया गया। यह अवार्ड उन्हें उल्लेखनीय सेवाओं के लिए आर्मी डिफेंस कॉलेज गोपालपुर ओडिशा द्वारा प्रदान किया गया।

जन-जन प्रतिज्ञा अभियान का शुभारंभ, बीके भाई-बहन लोगों को नशामुक्ति के लिए करेंगे प्रेरित

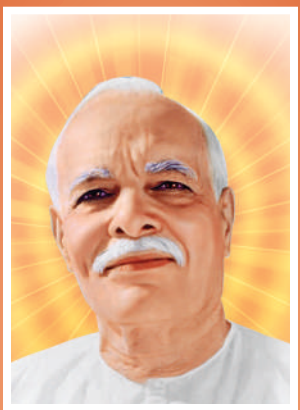
शिव आमंत्रण, हिसार, हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ के ज्योतिपुरा मोहल्ला स्थित सेवाकेंद्र पर जन-जन प्रतिज्ञा अभियान का शुभारंभ किया गया। इस अभियान के अंतर्गत समाज के प्रत्येक व्यक्ति को नशा-मुक्त जीवन जीने तथा बुजुर्गों के सम्मान हेतु प्रेरित करते हुए प्रतिज्ञा दिलाई जाएगी। इस सेवा कार्य में ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़े भाई-बहन घर-घर जाकर लोगों को जागरूक करेंगे और उनसे एक संकल्प-पत्र (फॉर्म) भी भरवाया जाएगा, जिसकी जानकारी भारत सरकार तक पहुंचाई जाएगी। इस अवसर पर वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी वंदना बहन ने सभी उपस्थितजनों को नशामुक्त जीवन एवं बुजुर्गों के सम्मान की प्रतिज्ञा दिलाई।

यह अभियान ब्रह्माकुमारीज़ मेडिकल विंग के नशा मुक्त भारत अभियान तथा ब्रह्माकुमारीज़ सोशल सर्विस विंग के संगमः गौरवशाली वृद्धावस्था और सम्मानित जीवन कार्यक्रम के अंतर्गत भारत सरकार के साथ हुए एमओयू के सहयोग से संचालित किया जा रहा है। सभी प्रतिज्ञा लेने वाले व्यक्तियों को "संगम" अभियान के अंतर्गत भारत सरकार द्वारा प्रमाण-पत्र भी प्रदान किया जाएगा। कार्यक्रम में 500 से अधिक भाई-बहनों ने स्वयं नशा-मुक्त जीवन और बुजुर्गों के सम्मान की प्रतिज्ञा ली तथा समाज में भी यह संदेश व्यापक रूप से फैलाने का संकल्प लिया।

विभिन्न शिक्षण संस्थानों में इस अभियान को सराहना मिली। यह संदेश दिया गया कि यदि विद्यार्थी जीवन में ही ऐसे श्रेष्ठ संकल्प ले लिए जाएं, तो युवा पीढ़ी निश्चित रूप से अपने जीवन को ऊंचाइयों तक पहुंचा सकती है।

ये भी रहे मौजूद-

इस अवसर पर डॉ. बी.बी. बाँगा, सतबीर वर्मा, अजीत कुंडू, सोम प्रकाश, डॉ. मोनिका बाँगा, कृष्णा चहल सहित अन्य गणमान्य अतिथि उपस्थित रहे। सेवा केंद्र प्रभारी बीके रमेश कुमारी दीदी, बीके अनीता दीदी, बीके डॉ. राजेंद्र, बीके वंदना बहन, बीके महेश, बीके ज्योति बहन तथा अन्य भाई-बहनों की सक्रिय उपस्थिति ने कार्यक्रम को सफल बनाया।



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

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

रियल लाइफ

जब ईश्वरीय यज्ञ में साहित्य छपना शुरू हुआ...

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

ब्रह्माकुमारी संदेशी जी ने लिखा है- सारे विश्व का कल्याण करने की योजनाएं बनती रहती थीं। सभी मत-पंथ वालों को परमपिता का परिचय देकर उनसे योग-युक्त करने की विधि बाबा समझाते रहते थे। लोगों को ज्ञान-रत्नों का खज़ाना देने के लिए ईश्वरीय ज्ञान की पुस्तकों को प्रकाशित कराया गया था। एक पुस्तक का तो शीर्षक ही था अविनाशी ज्ञान-रत्न। अंग्रेज़ी भाषा में जो पुस्तक छपी, उसका भी इसी अर्थ को लिए हुए शीर्षक था 'ट्रैज़र आफ गॉडली नालेज' (Treasure of Godly Knowledge)। इसके अतिरिक्त हिन्दी में आनंद का मार्ग और अंग्रेज़ी में वे टु ब्लिसफुल लाइफ (Way to Blissful Ifie) ये दो पुस्तकें भी छपीं। हर त्योहार के अवसर पर भी छोटी-छोटी पुस्तिकाएं प्रकाशित की जाती थीं।

एक पुस्तिका थी 'शिव और शिवरात्रि'। इन्हीं दिनों में परमपिता शिव का प्रजापिता ब्रह्मा, विष्णु तथा शंकर के साथ एक चित्र (त्रिमूर्ति का चित्र) भी प्रकाशित किया गया ताकि जन-जन को यह परिचय दिया जा सके कि परमात्मा देवों के भी देव हैं और वही इन तीनों द्वारा क्रमशः स्थापना, पालना तथा विनाश के दिव्य कर्त्तव्य संगमयुग में कराते हैं तथा करा रहे हैं। एक पुस्तक 'सृष्टि-नाटक की धार्मिक राजनीतिक व्याख्या' तथा अंग्रेज़ी में उसका मुख्य-शीर्षक था 'Religio-Political Explanation of World History वह भी त्रिमूर्ति, कल्प-वृक्ष तथा सृष्टि-चक्र के चित्रों सहित प्रकाशित हुई थी।

बाबा की ऐसी प्रेरणादायक वाणी जिसमें विश्व के कल्याण के लिए ही योजनाएं थीं। सुनकर हम सभी का यह संकल्प दृढ़ होता कि अब हमें दूसरों को भी ईश्वरीय सन्देश देना चाहिए। सभी ब्रह्मा-वत्सों के यही बोल थे- हम सबका अब मन कहता है, एक तुम्हारे ही गुण गाएं बाकी थोड़े और रहे दिन अब विनाश में कितनी देरी फिर भी कुम्भकर्ण बन सोये माया ने जिनकी मत फेरी। नई सृष्टि का भेद तुम्हारा हम निशि दिन उनको बतलाएं हम सबका अब मन कहता है, एक तुम्हारे ही गुण गाएं। तब आगमन और परिचय की हम सबको दें आज बधाई और बजायें शुभ स्वागत में हम अपने मन की शहनाई। भारत में भगवान पधारे सबको यह विश्वास दिलायें, हम सबका अब मन कहता है, एक तुम्हारे ही गुण गाएं। हम अपनी वाणी से बाँटें अब केवल वरदान तुम्हारा, इन नयनों से सदा सभी को मिलता हो बस एक इशारा। बाँह पसार मिलो सब प्रभु से यह कहते तुम पर बलि जाएं,हम सबका अब मन कहता है,एक तुम्हारे ही गुण गाएं।

ब्रह्माकुमारी रुक्मिणी जी ने लिखा है- बाबा जब कभी साहित्य छपवाने के लिए निर्देश देते, तब यही कहते कि इसे अच्छे कागज़ पर तथा बहुत शोभनीय छपवाना क्योंकि यह ऊँचे-से-ऊँचे पिता शिव बाबा के अनमोल महावाक्य हैं। अन्य लोग इनके मूल्य को नहीं जानते परन्तु आप तो परिचित हैं कि बुद्धि रूप तिजोरी में इन्हें धारण करने से मनुष्य को भविष्य में भी 21 जन्मों के लिये स्वर्ग में अपार खज़ाना मिलता है। बाबा यह भी कहा करते कि इन अनमोल रत्नों का मूल्य कोई दे ही नहीं सकता। अतः उनसे इसका मूल्य क्या लेना है? यह तो सभी बच्चों के लिए बाप (शिव बाबा और ब्रह्मा-बाबा) की देन हैं, आप बच्चों से पैसे थोड़े ही लेंगे? फिर, आज बच्चों के पास रखा ही क्या है; भारत तो कंगाल हो गया है! एक समय था जब यहाँ सोने के महल थे।

विदेश से आने वाले यात्रियों ने भी तो यहां के बारे में यही लिखा है कि 'यह भूमि सोने की चिड़िया थी।' इतिहास भी बताता है कि विदेशी आक्रमणकारी यहां से ऊंटों पर सोना लाद लाद कर ले गए। माया अथवा विकारों ने इस जगत-प्रसिद्ध देश की ऐसी हालत कर दी है, तभी तो उस परमपिता को दया आई और वह फिर इसे मोहताज़ से सिरताज़ बनाने के लिए इस पतित दुनिया में आए हैं। क्रमशः

प्रेरणापुंज

हर कर्म में पवित्रता लाओ, तभी जीवन में सच्ची खुशी और सफलता मिलेगी

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

अपने को आत्मा समझो, परमात्मा को अपना साथी बनाओ और हर कर्म में पवित्रता लाओ, तभी जीवन में सच्ची खुशी और सफलता मिलेगी। सदा स्वमान में रहना है। जब आत्मा स्वयं को देह नहीं, बल्कि परमात्मा की संतान, शांत और पवित्र आत्मा अनुभव करती है, तब भीतर की कमजोरी समाप्त होने लगती है। मन को व्यर्थ से बचाओ। व्यर्थ संकल्प ही आत्मा की शक्ति को समाप्त करते हैं। यदि मन में नकारात्मकता, चिंता या दूसरों की कमी देखने की आदत रहेगी, तो योग का आनंद अनुभव नहीं होगा। इसलिए हर ब्रह्माकुमार और ब्रह्माकुमारी को अपने विचारों की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान देना चाहिए। जितने शुद्ध और सकारात्मक संकल्प होंगे, उतना ही आत्मबल बढ़ेगा। योग केवल बैठकर याद करने का नाम नहीं, बल्कि हर कर्म में परमात्मा की स्मृति बनाए रखना ही सच्चा योग है। चलते-फिरते, बोलते-कार्य करते हुए यदि मन बाबा की याद में रहे, तो कर्म भी श्रेष्ठ बनते हैं और आत्मा हल्की अनुभव करती है। यही सहज राजयोग है। सेवा तब सफल होती है, जब उसमें अहंकार न हो। यदि सेवा करते समय मन में मान-शान या प्रशंसा की इच्छा आ जाए, तो सेवा का फल कम हो जाता है। सच्चा सेवाधारी वही है, जो निमित्त भावना से, प्रेम और विनम्रता के साथ सेवा करे। साफ दिल रखो। यदि मन में किसी के प्रति द्वेष, ईर्ष्या या नाराजगी हो, तो आत्मा आगे नहीं बढ़ सकती। इसलिए हर परिस्थिति में क्षमा, सहनशीलता और शुभभावना रखना आवश्यक है। यही गुण आत्मा को देवतुल्य बनाते हैं। बाबा से दिल का संबंध जोड़ लो, फिर कोई परिस्थिति आपको हिला नहीं सकती है। चाहे कितनी भी बड़ी समस्या आए, यदि आत्मा का संबंध परमात्मा से जुड़ा है, तो भीतर स्थिरता बनी रहती है। यही आध्यात्मिक शक्ति वर्तमान समय की सबसे बड़ी आवश्यकता है। खुश रहो और दूसरों को खुश करो। वास्तव में यही ब्रह्माकुमारी जीवन की सुंदरता है। जब आत्मा स्वयं शक्तिशाली और प्रसन्न रहती है, तब वह अनेक आत्माओं के जीवन में आशा और शांति का प्रकाश फैला सकती है। समय बहुत मूल्यवान है, इसे व्यर्थ बातों और व्यर्थ चिंतन में न गँवाओ। दूसरों को बदलने से पहले स्वयं को बदलना आवश्यक है। यदि हमारी दृष्टि, वृत्ति और स्मृति श्रेष्ठ होगी, तो वातावरण स्वतः परिवर्तन होने लगेगा। जहाँ एकता और स्नेह है, वहां सफलता निश्चित है। इसलिए तपस्वी जीवन में आपसी सहयोग, सम्मान और शुभभावना बनाए रखना आध्यात्मिक उन्नति के लिए अत्यंत आवश्यक है। जब आत्मा परमात्मा की याद में रहकर सेवा करती है, तब उसके हर कर्म से शांति और प्रेम की अनुभूति होती है। तभी ब्राह्मण जीवन का असली आनंद आएगा।

> चाहे कितनी भी बड़ी समस्या आए, यदि आत्मा का संबंध परमात्मा से जुड़ा है, तो भीतर स्थिरता बनी रहती है।

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

अव्यक्त इशारे

हमारा फरिश्ता जीवन ही सच्ची सेवा-साधना है

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान।

ज्ञान सुनना सहज है, लेकिन ज्ञान स्वरूप बनना तभी संभव है जब हर कर्म में बाबा की याद हो। आज अनेक बार आत्मा सेवा में तो व्यस्त रहती है, लेकिन याद की गहराई कम हो जाती है। यदि सेवा के साथ योग नहीं है, तो आत्मा थकावट अनुभव करती है; लेकिन यदि हर कर्म बाबा की याद में किया जाए, तो वही कर्म तपस्या बन जाता है। अपने मन को बाबा का कमरा बना दो। अर्थात् मन में किसी के प्रति व्यर्थ संकल्प, पुरानी बातें, शिकायत या कमजोरी न रहने दो। जिस मन में स्वच्छता और पवित्रता होती है, वहां बाबा सहज अनुभव होता है। इसलिए वे बार-बार आत्म चिंतन और स्वयं की चेकिंग करने की प्रेरणा देती थीं। सच्चा तपस्वी वही है, जो हर आत्मा को सम्मान और शुभभावना दे। किसी की कमी नहीं देखो, हर आत्मा की विशेषता देखो। जब हम दूसरों की कमजोरियों को देखने लगते हैं, तब अपनी स्थिति नीचे आ जाती है। लेकिन यदि हर आत्मा को बाबा की संतान समझकर प्रेम और सहयोग की दृष्टि रखें, तो वातावरण स्वतः सुंदर बन जाता है। फरिश्ता अर्थात् डबल लाइट। न देह का बोझ, न संबंधों का बोझ, न किसी बात की चिंता। जो आत्मा सब कुछ बाबा को समर्पित कर देती है, वह हल्की होकर उड़ती कला का अनुभव करती है। आज तनाव और जिम्मेदारियों के बीच यही फरिश्ता स्थिति हम सभी के लिए सबसे बड़ी आवश्यकता है। मुरली बाबा का सीधा मिलन है। केवल मुरली सुन लेना पर्याप्त नहीं, बल्कि हर दिन एक पॉइंट को जीवन में धारण करना ही सच्ची पुरुषार्थ है। जब मुरली जीवन में आती है, तब बोल, व्यवहार और संस्कारों में दिव्यता आने लगती है। सेवा में कभी "मैं" न आए। सब कुछ बाबा करा रहा है, मैं तो केवल निमित्त हूं... यह भावना आत्मा को सुरक्षित रखती है। जहां अहंकार समाप्त होता है, वहीं से सच्ची सेवा का फल प्राप्त होना शुरू होता है। बाबा को अनुभव करना है तो दिल सच्चा रखो। बाहरी दिखावा आत्मा को आगे नहीं बढ़ा सकता। सरलता, सच्चाई और विनम्रता ही आत्मिक उन्नति का वास्तविक आधार है। आज जब समय तीव्र गति से परिवर्तन की ओर बढ़ रहा है, तब बाबा हम सभी बच्चों से यही अपेक्षा रखते हैं कि हम स्वयं को सम्पूर्णता की ओर ले जाएं। अमृतवेले की गहरी याद, मुरली चिंतन, सेवा में विनम्रता और हर परिस्थिति में खुशी हो। समय बहुत तीव्र गति से आगे बढ़ रहा है, इसलिए अब पुरुषार्थ में तीव्रता लाओ। हर दिन स्वयं की चेकिंग करें कि हमारे संकल्प, बोल और कर्म कितने श्रेष्ठ हैं। यदि मन में सदा बाबा की याद और सेवा की उमंग बनी रहे, तो आत्मा सहज ही शक्तिशाली बन जाती है। ब्राह्मण जीवन का लक्ष्य केवल स्वयं आगे बढ़ना नहीं, बल्कि अनेक आत्माओं को भी बाबा से जोड़ना है।

> केवल मुरली सुन लेना पर्याप्त नहीं, बल्कि हर दिन एक पॉइंट को जीवन में धारण करना ही सच्ची पुरुषार्थ है।

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

मन की शांति के लिए जरूरी है आध्यात्मिक ज्ञान : अमिताभ

उत्तर पश्चिम रेलवे के महाप्रबन्धक समेत वरिष्ठ अधिकारियों ने किया शांतिवन का अवलोकन

शिव आमंत्रण, आबू रोड

मौजूदा वक्त में हर किसी को शांति की जरूरत है। परन्तु मन की शांति के लिए आध्यात्मिक ज्ञान की अति आवश्यकता है। आध्यात्मिक ज्ञान से ही मनुष्य के मन में शांति हो सकती है। उक्त उदगार उत्तर पश्चिम रेलवे के महाप्रबन्धक अमिताभ कुमार ने व्यक्त किये। वे ब्रह्माकुमारीज संस्थान के शांतिवन स्थित मानसरोवर में आयोजित कार्यक्रम में बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज संस्थान पूरे विश्व के लाखों लोगों के जीवन में शांति और सदभाव का संचार किया है। जिससे लोगों जाति धर्म की दीवारों को तोड़कर आदर्श जीवन जी रहे है। यहां के परिसर में आने मात्र से ही मन में शांति का संचार होने लगता है। राजयोग ध्यान यहां की उत्तम विधि है। जिससे मनुष्य जीवन में सकारात्मक परिवर्तन आता है।

कार्यक्रम में संस्थान के अतिरिक्त महासचिव डॉ. बीके मृत्युंजय भाई ने कहा कि मनुष्य का जीवन एक यात्रा है। जिसमें हर किसी को भी इससे गुजरना पड़ता है। रेलवे से सफर करने वाले प्रत्येक व्यक्ति की यही जीवन कहानी है। इसलिए सेफ ओर सुरक्षित यात्रा के लिए अटेन्शन देने की जरूरत है। इस अवसर पर राजापार्क की प्रभारी बीके पूनम दीदी, बीके प्रकाश भाई, बीके सोम शेखर भाई, बीके सविता दीदी समेत कई लोगों ने अपने -अपने विचार व्यक्त किये।

इसके पश्चात अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी बीके मुन्नी दीदी से मुलाकात की। मुलाकात के दौरान बीके मुन्नी दीदी ने संस्थान की गतिविधियों से अवगत कराया तथा राजयोग ध्यान सीखने के लिए प्रेरित किया। जीएम अमिताभ के साथ डीआरएम राजू भूतड़ा, डीजीए शशांक समेत रेलवे के कई आला अधिकारी मौजूद थे।

खंडवा में पृथ्वी दिवस पर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित

शिव आमंत्रण, खंडवा। ब्रह्माकुमारीज द्वारा भाग्योदय भवन, आनंद नगर में पृथ्वी दिवस पर प्रेरणादायक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि के रूप में वरिष्ठ समाजसेवी भरत झवर उपस्थित रहे। सेवाकेंद्र संचालिका बीके शक्ति दीदी ने राजयोग ध्यान का महत्व बताते हुए सभी से पर्यावरण संरक्षण का आह्वान किया। साथ ही ग्रीन मिशन से रिंकू राठौर, रेडक्रॉस सोसायटी के सेक्रेटरी भानु भाई पटेल, पर्यावरण संरक्षण कार्यकर्ता सनखेड़े जी, वरिष्ठ समाजसेवी अखिलेश गुप्ता सहित रेडक्रॉस सोसायटी एवं ग्रीन मिशन वृक्षमित्र परिवार के अनेक सदस्य उपस्थित रहे।

शिव आमंत्रण, निरसा, झारखंड। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र द्वारा पृथ्वी दिवस पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बीके जया दीदी, बीके शक्ति दीदी, बीके नीलम दीदी ने अपने विचार व्यक्त किए। कार्यक्रम में राजकीय पॉलिटेक्निक प्राचार्य डॉ. गणेश प्रसाद, स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. अवंतिका एवं सुप्रसिद्ध चिकित्सक डॉ. सुनील कुमार ने अतिथि के रूप में भाग लिया।

विश्व धरोहर दिवस : प्रसिद्ध भोजपुर मंदिर में किया सामूहिक राजयोग ध्यानाभ्यास

धरोहर और संस्कृति को बचाने का कराया संकल्प

शिव आमंत्रण, भोपाल, मप्र।

ब्रह्माकुमारीज संस्थान के ब्लेसिंग हाउस सेवाकेंद्र द्वारा विश्व धरोहर दिवस को भारतीय संस्कृति, मूल्यों और प्राचीन धरोहरों के संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाने के अवसर के रूप में मनाया गया। सेवाकेंद्र प्रभारी बीके डॉ. रीना दीदी ने बताया कि विश्व की धरोहर का संरक्षण करने के लिए ब्रह्माकुमारीज का शिपिंग, एविएशन एवं टूरिज्म प्रभाग के अंतर्गत विश्व धरोहर दिवस पर 'मेरी संस्कृति, मेरी पहचान' कार्यक्रम के माध्यम से देश की विरासतों को संभालने का संदेश दिया गया। दीदी ने कहा कि विश्व की धरोहर को संभालने के लिए हमें समाज में संस्कारों की धरोहर को भी बचाना होगा। भारत की समृद्ध सांस्कृतिक धरोहर और देवभूमि के रूप में भारत की पहचान पर भी प्रकाश डाला। इस अवसर पर ऐतिहासिक मंदिर भोजपुर में 1 घंटे का विशेष राजयोग मेडिटेशन किया गया, राजयोग मेडिटेशन द्वारा देश की विरासतों को बचाने का संकल्प लिया गया। सभी भाई बहनों को विश्व की धरोहर को संरक्षित करने के लिए प्रतिज्ञा कराई। सभी को प्रतिज्ञा कराई कि मैं अपनी विरासत को स्वच्छ और सुंदर बनाए रखने का संकल्प लेता हूँ। मैं अपने परिवार और मित्रों के बीच अपनी विरासत और उसके महत्व के बारे में जागरूकता फैलाऊँगा। मैं विरासत का प्रतिनिधित्व करने वाले मानवीय मूल्यों का पालन करुंगा।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, गया, बिहार | विशाल यज्ञ के पावन प्रांगण में ब्रह्माकुमारी सिविल लाइन सेवाकेंद्र द्वारा सात दिवसीय द्वादश ज्योतिर्लिंग मेला एवं आध्यात्मिक प्रदर्शनी लगाई गई। शुभारंभ कथावाचक श्री नंदगोपालाचार्य महाराज, पप्पू कुमार, यज्ञ के संचालक सुनील कुमार, सेवाकेंद्र संचालिका बीके शीला दीदी द्वारा दीप प्रज्वलित कर किया गया।

शिव आमंत्रण, भौरा (बैतूल, मप्र)| नव आध्यात्मिक ऊर्जा केंद्र ज्ञान योग भवन का उद्घाटन सुधीर नायक (जनपद पंचायत, सदस्य), रिंकू सिरोठिया (उपसरपंच,भौरा), भौरा सरपंच मीरा धुर्वे और बैतूल की संचालिका बीके मंजू दीदी सहित ने रिबन काटकर किया।

शिव आमंत्रण, जालंधर, पंजाब | ब्रह्माकुमारीज़ से बीके संधीरा बहन, बीके राजीव भाई, बीके रशिम भाई ने अटारी बॉर्डर पर बीएसएफ ऑफिसर से ज्ञान चर्चा कर सम्मानित किया।

शिव आमंत्रण, बहादुरगढ़, हरियाणा | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा ईसीएचएस पॉलीक्लिनिक कॉलेज में सेमीनार आयोजित किया गया। इसमें बीके संदीप भाई ने प्रेरक व्याख्यान दिया। इस दौरान लेफ्टिनेंट कर्नल देवेंद्र कुमार शर्मा जी, लेफ्टिनेंट कर्नल प्रणव शंकर, लेफ्टिनेंट कर्नल नरेंद्र कुमार सहित अन्य स्टाफ मौजूद रहा।

अंतरराष्ट्रीय नर्स दिवस : वरिष्ठ चिकित्सकों, प्राचार्यों, प्राध्यापक व विद्यार्थियों ने लिया भाग

दूसरों की सेवा करने के लिए स्वयं का सशक्त होना आवश्यक

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र

किशोर सागर स्थित ब्रह्माकुमारी विद्यालय में अंतरराष्ट्रीय नर्स दिवस बड़े उत्साह एवं गरिमामय वातावरण में मनाया गया। कार्यक्रम में नगर के वरिष्ठ चिकित्सकों, नर्सिंग महाविद्यालयों के प्राचार्यों, प्राध्यापकों तथा विभिन्न नर्सिंग कॉलेजों से लगभग 200 से अधिक नर्सिंग छात्र-छात्राओं ने सहभागिता की। सेवाकेन्द्र प्रभारी बीके शैलजा दीदी ने कहा कि वर्तमान समय में नर्सें केवल मरीजों की सेवा ही नहीं कर रहीं, बल्कि उनके परिवारों का भी मनोबल बढ़ाने का कार्य कर रही हैं। दूसरों की सेवा करने के लिए स्वयं का आंतरिक रूप से सशक्त होना आवश्यक है और इस आंतरिक शक्ति का आधार आध्यात्मिकता है। आध्यात्मिकता से जीवन में धैर्य, करुणा और सकारात्मक ऊर्जा का विकास होता है। वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. हृदेश खरे ने कहा कि नर्स केवल एक नर्स नहीं, बल्कि कुशल केयरटेकर, काउंसलर और मैनेजर की भूमिका निभाती हैं। बीके रमा दीदी ने कहा कि मरीजों को दवा के साथ-साथ दुआ की भी आवश्यकता होती है। नर्सों का निःस्वार्थ सेवा भाव और उनकी सकारात्मक शुभकामनाएं कई बार दवाइयों से भी अधिक प्रभावशाली सिद्ध होती हैं। कार्यक्रम में डॉ. एचपी अग्रवाल, डॉ. कपिल खुराना, डॉ. निधि खुराना, वीरांगना अवंतीबाई नर्सिंग कॉलेज प्राचार्य नितेश सोनी, प्राध्यापिका निकिता सिंह, देवेंद्र राठौर सहित विद्यार्थी उपस्थित रहे।

अध्यात्म के द्वारा सनातन संस्कृति की रक्षा कार्यक्रम आयोजित

नवापारा, राजिम, छत्तीसगढ़। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर आध्यात्म के द्वारा सनातन संस्कृति की रक्षा विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें महामंडलेश्वर अनंतानंद महाराज हरिद्वार, महामंडलेश्वर ईश्वर आनंद महाराज ऋषिकेश, महामंडलेश्वर गौरीशंकर महाराज अयोध्या, ब्रह्माकुमार नारायण भाई इंदौर, सेवाकेंद्र संचालिका ब्रह्माकुमारी पुष्पा बहन ने अपने विचार व्यक्त किए।

शिव आमंत्रण, जालंधर, पंजाब। सिगनिश इंडिया द्वारा राष्ट्रीय असेंबली के अंतर्गत Interfaith Dialogue for Peace and Unity विषय पर संगोष्ठी आयोजित की गई, जिसमें विभिन्न धर्मों के प्रतिनिधियों ने भाग लेकर शांति, एकता और आपसी सद्भाव को बढ़ावा देने पर अपने विचार व्यक्त किए। ब्रह्माकुमारीज़ की ओर से सेवाकेंद्र प्रभारी राजयोगिनी बीके संधिरा बहन ने भाग लिया और राजयोग पर अपने विचार व्यक्त किए।

चिंता छोड़ चिंतन करें तो बदल जाएगा जीवन, राजयोग ध्यान से विचारों का होगा शुद्धिकरण

शिव आमंत्रण, मुजफ्फरपुर, पटना।

ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा शहीद खुदीराम बोस केंद्रीय कारागार में तीन दिवसीय आत्म चिंतन से जीवन परिवर्तन शिविर का आयोजन किया गया। इसमें मुख्य वक्ता के रूप में बीके अरविन्द भाई, बीके भास्कर भाई, बीके सीता बहन, बीके पुष्पा बहन, बीके रिंकी बहन, बीके आरती बहन ने अपने विचार व्यक्त किए। शिविर में महिला वार्ड में 100 और पुरुष वार्ड में 300 से अधिक कैदी भाइयों और बहनों को साथ ही जेल अधिकारियों को - आत्मा और शरीर के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई। साथ ही जीवन में कार्मिक अकाउंट के महत्व पर प्रकाश डालते हुए सभी को जागरूक किया की चिंता छोड़ चिंतन करें। सभी को राजयोग के माध्यम से गहन आत्म बोध करवाया। जिस से सभी ने गहन शांति और शक्ति की अनुभूति की। इस मौके पर सेंट्रल जेल अधीक्षक यूसुफ रिजवान, जेलर साहब अमर सत्यम सहित जेल स्टाफ मौजूद रहा।

संस्कार निर्माण में माता की महत्वपूर्ण भूमिका

शिव आमंत्रण, सोनीपत, हरियाणा।

ब्रह्माकुमारीज़ के सेक्टर-15 सेवाकेन्द्र द्वारा मदर्स डे के उपलक्ष्य में कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें सेवाकेन्द्र संचालिका बीके प्रमोद दीदी ने मातृत्व के आध्यात्मिक स्वरूप, संस्कार निर्माण में माता की भूमिका तथा परिवार एवं समाज में नारी शक्ति के महत्व पर प्रकाश डाला। मुख्य अतिथि सुश्री मेघा देवान (वरिष्ठ कांग्रेस नेत्री) एवं सुश्री पायल मलिक (कांग्रेस नेत्री) ने ब्रह्माकुमारी संस्थान द्वारा समाज में नैतिक एवं आध्यात्मिक जागृति हेतु किए जा रहे कार्यों की सराहना की तथा मातृशक्ति के सम्मान एवं संस्कार निर्माण के इस अभियान को प्रेरणादायी बताया। कार्यक्रम के माध्यम से सभी उपस्थित जनों को आध्यात्मिक मूल्यों, पारिवारिक एकता एवं मातृत्व की दिव्य विशेषताओं का संदेश प्राप्त

द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन चित्र प्रदर्शनी व म्यूजियम का लोकार्पण

कोपरा में अध्यात्म की नई संस्कृति का उदय होगा: उपमुख्यमंत्री

शिव आमंत्रण, कोपरा, गरियाबंद, छग।

रायपुर-देवभोग रोड स्थित ब्रह्माकुमारीज़ शिव दर्शन भवन में द्वादश ज्योतिर्लिंग दर्शन चित्र प्रदर्शनी व म्यूजियम का शुभारंभ उपमुख्यमंत्री अरुण साव ने किया। रजत जयंती के उपलक्ष्य में आयोजित इस ऐतिहासिक कार्यक्रम में उपमुख्यमंत्री साव ने कहा कि कोपरा जैसे उभरते नगर में द्वादश ज्योतिर्लिंग की स्थापना और आध्यात्मिक म्यूजियम का निर्माण कुंती बहन के दृढ़ संकल्प का परिणाम है। 3 बजे की तपती दोपहरी में भी श्रद्धालुओं की भीड़ बता रही है कि यहां अध्यात्म की नई संस्कृति का उदय होगा। ब्रह्माकुमारी संस्था दुनिया के 140 देशों में छह हजार सेवाकेंद्रों के माध्यम से महिलाओं द्वारा संचालित सबसे बड़ी आध्यात्मिक संस्था है। विधायक रोहित साहू ने कहा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी नारी शक्ति का जो आह्वान कर रहे हैं, उसमें ब्रह्माकुमारी बहनों की भूमिका सबसे बड़ी है। ओम शांति परिवार ने कोपरा को नई पहचान दी है।

"संगम : गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन" विषय पर कार्यक्रम का आयोजन

वृद्धावस्था बोझ नहीं, बल्कि अनुभव, सम्मान और आध्यात्मिक परिपक्वता का स्वर्णिम समय है

शिव आमंत्रण, चरखी दादरी, हरियाणा।

ब्रह्माकुमारीज़ के समाज सेवा प्रभाग द्वारा "संगमः गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन" विषय पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में लगभग 160 वरिष्ठ नागरिकों एवं समाजसेवियों को सम्मानित किया गया। मुख्य वक्ता मुंबई से पधारे राजयोगी प्रो ईवी गिरीश ने कहा कि वृद्धावस्था जीवन का बोझ नहीं, बल्कि अनुभव, सम्मान और आध्यात्मिक परिपक्वता का स्वर्णिम समय है। आज भौतिक सुख-सुविधाओं के बावजूद मनुष्य तनाव, अकेलेपन और असंतोष का अनुभव कर रहा है, जिसका समाधान केवल आध्यात्मिकता और राजयोग में निहित है। जो व्यक्ति स्वयं को आत्मा समझकर परमात्मा से संबंध जोड़ता है, वह परिस्थितियों से ऊपर उठकर जीवन में शांति, खुशी और आत्मसम्मान का अनुभव करता है। बुजुर्ग परिवार और समाज की जड़ होते हैं, जिनके अनुभव नई पीढ़ी के लिए प्रेरणा का स्रोत हैं। यदि वरिष्ठ नागरिक सकारात्मक सोच, योग और संतुलित दिनचर्या अपनाएं तो वे गौरवपूर्ण एवं सम्मानित जीवन जी सकते हैं। उन्होंने युवाओं को भी संदेश देते हुए कहा कि माता-पिता और बुजुर्गों का सम्मान भारतीय संस्कृति की पहचान है तथा उनके आशीर्वाद से परिवार में सुख, शांति और समृद्धि बनी रहती है।

मुख्य अतिथि सांसद धर्मवीर सिंह के सुपुत्र मोहित ने कहा कि वरिष्ठ नागरिक समाज की अमूल्य धरोहर हैं और उनका सम्मान करना प्रत्येक व्यक्ति का नैतिक कर्तव्य है।

समाज सेवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्रह्माकुमार बीरेंद्र भाई ने कहा कि यह अभियान समाज में बुजुर्गों के सम्मान एवं सकारात्मक जीवनशैली को बढ़ावा देने के लिए चलाया जा रहा है।

चरखी दादरी सेवा केंद्र प्रभारी राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी प्रेमलता दीदी ने सभी को राजयोग एवं आध्यात्मिक जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित किया। विश्व हिंदू परिषद जिला अध्यक्ष प्रेम प्रकाश प्रसिद्ध समाजसेवी रिम्पी फोगाट ने भी अपनी शुभकामनाएं देते हुए समाज को श्रेष्ठ बनने के लिए कहा। हरियाणा राज्य समाज सेवा प्रभाग संयोजक ब्रह्माकुमार सुनील ने सभी को बुजुर्गों के सम्मान एवं सकारात्मक जीवन जीने की शपथ दिलाई। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन करके किया। ब्रह्माकुमारी पूजा ने राजयोग द्वारा श्रेष्ठ जीवन जीने की कला बताई तथा बच्चों द्वारा सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से गौरवपूर्ण वृद्धावस्था का संदेश दिया गया। संचालन ब्रह्माकुमारी प्रियंका बहन ने किया।

शिव आमंत्रण, जबलपुर। कटंगा कॉलोनी सेवाकेंद्र पर अंतर्राष्ट्रीय मातृ दिवस पर "माँ सुखी परिवार की आधार शिला" विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें संचालिका ब्रह्माकुमारी विमला दीदी, कदम संस्था की सीमा चतुर्वेदी , विक्टोरिया अस्पताल की निशा विश्वकर्मा ने अपने विचार व्यक्त किए। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में मातृ शक्तियों ने भाग लिया।

मातृ दिवस : विश्वनाथ कॉलोनी स्थित सेवाकेंद्र पर आयोजन

'मम्मा ने अपने हर कर्म से आदर्श प्रस्तुत किया'

शिव आमंत्रण, छतरपुर, मप्र।

विश्वनाथ कॉलोनी स्थित सेवाकेंद्र पर मातृ शक्ति के सम्मान में मदर्स डे पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें शहर की प्रतिष्ठित बहनों की महत्वपूर्ण भूमिका रही।

मातृ दिवस पर अपने विचार व्यक्त करते हुए कमला बहन ने बताया कि मां शब्द केवल भारत देश के लिए उपयोग किया जाता जाता है अन्य देश के लिए नहीं। हम कहते हैं भारत माता की जय। यदि भारत को विकसित राष्ट्र बनाना है तो माता और बहनों के सम्मान को ध्यान में रखते हुए उनकी भूमिका को बढ़ाना होगा।

ब्रह्माकुमारी विश्वनाथ कॉलोनी सेवाकेंद्र प्रभारी बीके रमा दीदी ने कहा कि संस्था की प्रथम मुख्य प्रशासिका जिन्हें हम सभी मम्मा जगदंबा सरस्वती कहते थे उनके त्याग तपस्या से ही आज यह संस्था यहां तक पहुंची है। उन्होंने हर कार्य खुद करके बहनों को करना सिखाया है। वह त्याग की प्रतिमूर्ति थी। हमको भी उनका अनुसरण करना चाहिए तब हम एक आदर्श मां बन सकते हैं। कई उदाहरण देकर के आपने अपनी बात को स्पष्ट किया। गहोई कोई समाज अध्यक्ष मनीषा डेंगरे, संगम शिवालय से अंजू अवस्थी, वार्ड मेंबर अलका, गवर्नमेंट स्कूल से रिटायर्ड प्रिंसिपल मीना सिंह, पुष्पा चौरसिया, भारती चौरसिया मौजूद रही। आप सभी ने भी अपने वक्तव्य में उपस्थित बहनों एवं माता को संबोधित करते हुए कहा कि मां केवल जन्म देने वाली ही नहीं बल्कि बच्चों के जीवन में श्रेष्ठ संस्कारों का बीजारोपण करने वाली प्रथम गुरु होती है। संचालन बीके रीना बहन ने किया। बीके कमल देशमुख ने राजयोग के माध्यम से सबके मन का तार प्रभु परमात्मा से जोड़ दिया।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, दिल्ली | ब्रह्माकुमारीज़ हरीनगर द्वारा आयोजित मदर्स डे के अवसर पर "माँ - सुखी परिवार की आधारशिला" कार्यक्रम में मुख्य वक्ता बीके पूनम बहन (फरीदाबाद), राजयोगिनी डॉ. बीके शुक्ला दीदी, रितु शर्मा, सीमा सुरी एवं अन्य अतिथि उपस्थित रहे।

शिव आमंत्रण, गंजबासौदा, मप्र। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र द्वारा अंतर्राष्ट्रीय मदर्स डे पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें एसआई शोभा त्रिपाठी, काउंसलर कम सोशल वर्कर मीनाक्षी ठाकुर, वरिष्ठ समाजसेवी कृतिका बहन, ब्रह्माकुमारी रेखा दीदी, ब्रह्माकुमारी रुक्मणी दीदी ने अपने विचार व्यक्त किए।

शिव आमंत्रण, बिजावर, मप्र | मातृ दिवस पर पनागर और पिपट में स्नेह मिलन का आयोजन किया गया। जिसमें सुपरवाइजर प्रीति चौरसिया, चंदा चौरसिया, शिक्षिका राम कुमारी चौरसिया, कल्पना चौरसिया ने भाग लिया। बीके रचना बहन ने मातृ दिवस के बारे में बताया।

शिव आमंत्रण, बिजावर, मप्र | ब्रह्माकुमारी उप सेवा केंद्र आर्शीवाद भवन में मातृ दिवस पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें बीके अवधेश भाई, बीके भूपेंद्र भाई ने नृत्य प्रस्तुत किया। माताओं को पुष्पमाला, मुकुट पहना कर सम्मान किया गया। बीके पार्वती बहन ने गीत से मां की महिमा सुनाई। बीके रचना बहन ने माताओं की महिमा के बारे में बताया।

शिव आमंत्रण, खजुराहो, मप्र | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा मातृ दिवस के उपलक्ष्य में मां सुखी परिवार की आधारशिला विषय पर ग्राम बमीठा स्थित जैन धर्मशाला में कार्यक्रम आयोजित किया गया। छतरपुर से पहुंची ब्रह्माकुमारी नम्रता बहन ने बताया कि मां अपने बच्चों के लिए अपना जीवन भी दे सकती है। वह खुद सबकुछ सहन कर बच्चों को सुखी बनाने के लिए समर्पित रहती हैं।

संगमः गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन टीचर्स ट्रेनिंग प्रोग्राम आयोजित

हरिनगर, दिल्ली। ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर आयोजित "संगम– गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन टीचर्स ट्रेनिंग प्रोग्राम में राजयोगिनी बीके शुक्ला दीदी, अंतरराष्ट्रीय प्रेरक वक्ता प्रो. ई. वी. गिरिश भाई, समाज सेवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक बीके बिरेंद्र भाई, चंडीगढ़ से बीके पूनम दीदी, बीके सरिता बहन ने प्रतिभागियों को आध्यात्मिक एवं सकारात्मक जीवन के लिए प्रेरित किया।

परिवार में प्रेम, धैर्य और संस्कारों की नींव है मां

शिव आमंत्रण, इंदौर, मप्र।

मातृ दिवस के पर ब्रह्माकुमारी प्रेमनगर सेवा केंद्र द्वारा "माँ - सुखी परिवार की आधारशिला" विषय पर एक प्रेरणादायी एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में समाज के विभिन्न क्षेत्रों से प्रतिष्ठित अतिथियों, शिक्षाविद महिलाओं ने सहभागिता की। ब्रह्माकुमारी शारदा दीदी (प्रभारी, उपसेवा केंद्र, इंदौर बैराठी कॉलोनी) ने कहा कि माँ केवल परिवार की संरक्षक ही नहीं, बल्कि संस्कारों की प्रथम गुरु होती है। परिवार में प्रेम, धैर्य और संस्कारों की नींव माँ के द्वारा ही स्थापित होती है।

मुख्य अतिथि वंदना अग्निहोत्री (प्राध्यापक एवं विभागाध्यक्ष, हिंदी विभाग, माता जीजाबाई शासकीय स्नातकोत्तर कन्या महाविद्यालय, इंदौर) ने कहा कि भारतीय संस्कृति में माँ को सर्वोच्च स्थान दिया गया है। माँ त्याग, करुणा और शक्ति का स्वरूप है, जो समाज निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। अनीता शाह (प्राचार्य, इंदिरा विद्या हायर सेकेंडरी स्कूल) ने कहा कि बच्चों के उज्ज्वल भविष्य की पहली पाठशाला माँ की गोद होती है। यदि माताएँ संस्कारवान हों तो समाज स्वतः श्रेष्ठ बनता है। जाह्नवी चांदवानी जी (HOD, कॉमर्स विभाग, SAGE University) ने भी विचार रखे। संचालन काजल वाधवानी ने किया। कु. सोम्या एवं कु. परी द्वारा आकर्षक सांस्कृतिक नृत्य प्रस्तुति दी गई। अतिथियों का सम्मान ब्र.कु. यश्वनी दीदी (प्रभारी, उपसेवा केंद्र इंदौर बिजलपुर) एवं ब्र.कु. अर्चना बहन द्वारा किया गया।

समस्तीपुर, बिहार। डीआरएम ज्योति प्रकाश मिश्रा एवं डॉ. श्रीमती मिश्रा को ईश्वरीय सौग़ात प्रदान करते हुए बीके सविता बहन व कृष्णा भाई।

कूच बिहार, बिहार। कार्यक्रम में नशामुक्ति की शपथ लेते आरती बहन (समाज सेविका), इन्जीनियर अरिजीत, बीके डॉ. स्वपन भाई, बीके शमपा बहन।

नौगांव, मप्र। पृथ्वी दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेंद्र पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें पर्यावरण संरक्षण का संकल्प दिलाया गया। संचालन बीके नंदा ने किया। बीके सुमन बहन, बीके मोहिनी बहन ने भाई बहनों को पर्यावरण रक्षा की प्रतिज्ञा कराई। सभी ने मिलकर संकल्प लिया कि जल, बिजली और प्राकृतिक संसाधनों की रक्षा करेंगे। कार्यक्रम में विशेष रूप से यह संदेश दिया गया कि "जल को बचाएंगे, पानी और बिजली का सदुपयोग करेंगे" तथा प्रकृति के प्रति अपनी जिम्मेदारी निभाएंगे। बीके सदस्यों ने वृक्षारोपण, स्वच्छता और जल संरक्षण के महत्व पर भी अपने विचार साझा किए। वातावरण आध्यात्मिकता और जागरूकता से भर गया।

वंदे मातरम् स्वर्णिम भारत कार्यक्रम का आयोजन

शिव आमंत्रण, उदयपुर, राज.।

मोती मगरी स्कीम सेवाकेंद्र पर वंदे मातरम् स्वर्णिम भारत कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें विशेष रूप से आबू रोड शांतिवन से महिला प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका राजयोगिनी डॉ. सविता दीदी ने संबोधित किया। इस मौके पर ओसवाल महिला मंडल अध्यक्षा किरण पोखरना, इनर व्हील क्लब की फाउंडर रेखा भानावत, सब इंस्पेक्टर निरमा शेखावत विशेष अतिथि के रूप में पधारे। उदयपुर सेवाकेंद्र संचालिका बीके रीटा दीदी ने आभार व्यक्त किया।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, मुजफ्फरपुर, बिहार | बिहार सरकार के कला एवं संस्कृति मंत्री प्रमोद कुमार चंद्रवंशी ने मातृ दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ सेवा केंद्र पर पधारकर क्षेत्रीय निर्देशिका राजयोगिनी बीके रानी दीदी से आत्मीय मुलाकात एवं आशीर्वाद प्राप्त किया।

शिव आमंत्रण, भाटापारा | समर कैंप का दीप प्रज्वलन कर शुभारंभ करती एसडीएम श्यामा पटेल, आधारशिला शिला स्कूल के डायरेक्टर राकेश ईदवानी, बीके मंजू दीदी, बीके प्रभा दीदी। इसमें बच्चों को योग, प्राणायाम और मूल्य शिक्षा के बारे में बताया गया।

शिव आमंत्रण, मुजफ्फरपुर, बिहार | बिहार सरकार के पर्यटन मंत्री केदार प्रसाद गुप्ता को बीके सीता बहन, बीके गुड़िया बहन, बीके अरविंद भाई, बीके भास्कर भाई, बीके इंद्रेश भाई, बीके प्रभात भाई ने मंत्री बनने पर अंग वस्त्र, स्मृति चिंह्र भेंट कर सम्मानित किया।

शिव आमंत्रण, पुणे | दुनिया की सबसे बड़ी वैक्सीन निर्माता कंपनी के संस्थापक और प्रबंध निदेशक साइरस एस पूनावाला को ईश्वरीय संदेश देते बाणेर सेवाकेंद्र प्रभारी बीके डॉ. त्रिवेणी बहन, बीके डॉ. दीपक हरके, बीके आशा बहन। इस दौरान पूनावाला को संस्था की गतिविधियों से अवगत कराया और मुख्यालय आबू राज आने का निमंत्रण दिया।

शिव आमंत्रण, पन्ना, मप्र | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा जेल में कैदियों के लिए एक आध्यात्मिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया, ब्रह्माकुमारी सीता बहन ने कहा कि गलती करना मनुष्य की कमजोरी है लेकिन गलती स्वीकार कर बदल जाना सबसे बड़ी ताकत है।

अन्तर्राष्ट्रीय नर्स दिवस : शान्ति सरोवर रिट्रीट सेन्टर रायपुर में आयोजन

सेवा, त्याग और करुणा को नमन करने का दिन है नर्स दिवस : बीके सविता दीदी

शिव आमंत्रण, रायपुर, छग।

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के मेडिकल विंग द्वारा शान्ति सरोवर रिट्रीट सेंटर में अन्तर्राष्ट्रीय नर्स दिवस मनाया गया। समारोह में रायपुर संचालिका ब्रह्माकुमारी सविता दीदी ने कहा कि आज का दिन सेवा, त्याग और करूणा को नमन करने का दिन है। आज का दिन नर्सों के लिए बहुत ही विशेष है। नर्स एक व्यवसाय नहीं बल्कि सेवा भावना है। वह दया, करूणा और ममता की मूर्ति होती है। नर्स सिर्फ दवाई नहीं देती हैं बल्कि टूटे हुए मन को आशा का सम्बल प्रदान करती है। वह केवल इन्जेक्शन नहीं लगाती है अपितु डर से कांप रहे मरीज को हिम्मत देती है। वह सिर्फ रिपोर्ट नहीं देखती है लेकिन मरीज के दर्द को गहराई से महसूस भी करती है। अस्पतालो में टेक्नालॉजी बढ़ गई है लेकिन मरीज को सबसे ज्यादा जरूरत मानवीय संवेदना की होती है जो कि नर्स ही दे सकती है। उन्होंने सभी को राजयोग मेडिटेशन सीखने का सुझाव देते हुए कहा कि जब आपका मन शान्त होगा तो और अच्छी तरह मरीज की सेवा कर सकेंगे। लोगों की दुआएं प्राप्त कर सकेंगे।

श्री बालाजी ग्रुप ऑफ हास्पीटल के मुख्य प्रशासनिक चिकित्सा अधिकारी डॉ. कुलदीप छाबड़ा ने कहा कि नर्सिंग प्रोफेसन मेडिकल प्रोफेसन की बैकबोन है। यह सेवा भाव, समर्पण और त्याग से जुड़ा हुआ प्रोफेसन है। इनके बिना चिकित्सा करना कठिन है। छत्तीसगढ़ नर्सिंग कालेज की मुख्य प्रशासनिक अधिकारी डॉ. भारती वैष्णव ने कहा कि वर्तमान समय नर्सिंग स्टॉफ को कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। कई बार आठ-आठ घण्टे उन्हें खड़े होकर काम करना पड़ जाता है। उन्हें खाना, नाश्ता कुछ नहीं मिल पाता। लेकिन फिर भी नर्स मरीजों की देखभाल बड़े प्रेम से करती है। श्री बालाजी नर्सिंग कालेज की उप प्राचार्या डॉ. कविता सिंह तोमर ने कहा कि मशहूर नर्स फ्लोरेन्स नाईटएंगल के जन्मदिन को नर्स दिवस के रूप में मनाते हैं। मरीज को सबसे अधिक नर्स की जरूरत होती है। हमें इन्हें अच्छी सुविधाएं देनी चाहिए ताकि यह लोग अच्छे से अपना काम कर सकें। ब्रह्माकुमारी अदिति दीदी ने भी संबोधित किया। इसमें बड़ी संख्या में नर्सिंग कालेज के छात्र-छात्राएं और शिक्षकगण उपस्थित थे।

विश्व परिवर्तन की आधारशिला है नारी: बीके मधु दीदी

शिव आमंत्रण, आगरा, उप्र। ब्रह्माकुमारीज आर्ट गैलरी म्यूजियम में मातृ दिवस मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ योग भट्ठी से हुआ, जिसके पश्चात सभी मातृ शक्तियों का सम्मान किया गया। बीके मधु बहन ने कहा नारी को केवल परिवार की शक्ति नहीं, बल्कि विश्व परिवर्तन की आधारशिला माना जाता है। परमपिता परमात्मा शिव ने भी इस ईश्वरीय ज्ञान यज्ञ की स्थापना मातृ शक्ति के माध्यम से कर "नारी शक्ति" को विश्व कल्याण का निमित्त बनाया। बीके माला बहन, बीके संगीता बहन, बीके गीता बहन ने मातृ दिवस पर अपने प्रेरणादायक विचार व्यक्त किए।

नारी शक्ति वंदन सम्मेलन में ब्रह्माकुमारीज़ आमंत्रित

शिव आमंत्रण, राजगढ़, मप्र। प्रशासन की ओर से नारी शक्ति वंदन सम्मेलन आयोजित किया गया। इसमें विशेष रूप से ब्रह्माकुमारीज की जिला प्रभारी ब्रह्माकुमारी मधु दीदी को आमंत्रित किया गया। इस दौरान राज्य मंत्री नारायण सिंह पवार, राज्य मंत्री गौतम टेटवाल, भाजपा महिला मोर्चा की प्रदेश महामंत्री मोना सुस्तानी, भाजपा जिला अध्यक्ष ज्ञान सिंह गुर्जर ,जिला संयोजक नीलम सक्सेना, पूर्व विधायक भ्राता रघुनंदन शर्मा जी, नपा अध्यक्ष विनोद साहू सहित बड़ी संख्या में मातृशक्ति उपस्थिति रही।

शिव आमंत्रण, रतलाम,मप्र। ब्रह्माकुमारीज डोंगरे नगर सेवाकेंद्र पर 'मां- सुखी परिवार की आधारशिला' विषय पर मातृ दिवस मनाया गया। इसमें भारत भारती संस्था की संयोजिका एवं एडवोकेट अदिति दवेसर, डॉक्टर अर्चना शर्मा, शासकीय माध्यमिक स्कूल की प्राचार्य मधु भदोरिया, वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी अनीता दीदी, नामली नगर परिषद की उपाध्यक्ष पूजा योगी, ब्रह्माकुमारी सविता दीदी तथा अन्य बहनों ने भाग लिया।

सार समाचार

शिव आमंत्रण, बिलासपुर, छग | आर्ट ऑफ लिविंग फाउंडेशन द्वारा गुरुदेव श्रीश्री रविशंकर के 70वें जन्मोत्सव एवं संस्था के 45वें स्थापना दिवस पर लखीराम स्मृति सभागार में आयोजित भव्य समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ टिकरापारा सेवाकेन्द्र की प्रभारी ब्रह्माकुमारी मंजू दीदी को समाज सेवा और आध्यात्मिक जागरुकता के क्षेत्र में उनके उत्कृष्ट योगदान के लिए 'अनसंग एवरीडे हीरोज अवार्ड 2026' से सम्मानित किया गया।

शिव आमंत्रण, करेली, मप्र | ब्रह्माकुमारी के 'प्रभु उपहार भवन' सेवाकेंद्र में महिला प्रभाग के तत्वावधान में मातृ दिवस पर माँ: सुखी परिवार की आधारशिला विषय पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। संचालिका राजयोगिनी सरोज दीदी जी ने मातृ शक्तियों की महिमा करते हुए मुख्य बिंदुओं को स्पष्ट किया।

शिव आमंत्रण, भिलाई, छग | ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सेक्टर 7 स्थित पीस ऑडिटोरियम में मदर्स डे मनाया गया। इस दौरान संचालिका राजयोगिनी आशा दीदी ने कहा की जीवन की पहली गुरु, सखा, शिक्षक मां होती हैं भले ही कभी-कभी वो हमें डांटती है, समझाती है, लेकिन स्वरुप शिक्षा द्वारा कल्याण का होता है। डिवाइन ग्रुप के बच्चों ने सुंदर सांस्कृतिक प्रस्तुति दी।

शिव आमंत्रण, इंदौर, मप्र | अंतर्राष्ट्रीय मदर्स डे पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए बीके हेमलता दीदी, बीके अनीता दीदी, बीके उषा दीदी, डॉ. शिल्पा देसाई, डॉ. संगीता टोवरी, बीके रुपाली बहन, वन संरक्षक किरण बिसेन, डेली कॉलेज बिजनेस स्कूल की प्रिंसिपल डॉक्टर सोनम सिसोदिया।

शिव आमंत्रण, जबलपुर, मप्र | मातृ दिवस पर मां सुखी परिवार की आधारशिला है विषय पर विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें डॉ. पुष्पा पांडे, सुश्री सारिका पांडे (डीएसपी), महाकौशल प्रभारी बीके भावना दीदी, बीके वर्षा दीदी, बीके आशिता दीदी, रश्मि पटेल (आचार्य, दर्शन विभाग, रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय) ने अपने विचार व्यक्त किए।

गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन के तहत एक हजार वरिष्ठ नागरिक व समाजसेवियों का किया सम्मान

शिव आमंत्रण, तोशाम, हरियाणा।

ब्रह्माकुमारीज के समाज सेवा प्रभाग द्वारा बागनवाला रोड धर्मशाला में "संगम – गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन" विषय पर गरिमामय सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। इसमें लगभग 1000 प्रतिभागियों ने सहभागिता की। मुख्य अतिथि के रूप में सांसद धर्मबीर सिंह के सुपुत्र, युवा नेता मोहित चौधरी उपस्थित रहे। मंच पर प्रो. ईवी गिरीश भाई, समाजसेवी मोहित भाई, बीके बीरेंद्र भाई, सरपंच राजेश भाई, ओम प्रकाश शर्मा, गंगाधर मेहता, सेवा केन्द्र प्रभारी बीके मंजू दीदी की गरिमामयी उपस्थिति रही। संचालन बीके सुनील भाई ने किया। बीके सुनीता दीदी ने सभी को राजयोग मेडिटेशन के शांति और सकारात्मक ऊर्जा का अनुभव कराया। आंबेडकर सेवा समिति एवं चेतना समिति की ओर से संजय भाई एवं रमेश चंद्र भाई जी द्वारा प्रो. ई. वी. गिरीश जी को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में उपस्थित सभी प्रेस रिपोर्टर्स का भी विशेष रूप से सम्मान किया गया। इस मौके पर बीके रेनू बहन, बीके रोशनी बहन, बीके शीला बहन, बीके चंद्रकला बहन, बीके शोभा बहन एवं बीके मोनिका बहन मौजूद रहे।

स्वर्णिम समाज के लिए ईश्वरीय योजना'' प्रोजेक्ट के अंतर्गत स्वच्छता कार्यक्रम में ग्रामीणों को बांटे डस्टबिन

शिव आमंत्रण, रामबास/कादमा

स्वच्छता केवल एक अभियान नहीं, बल्कि स्वस्थ और सभ्य समाज की पहचान है। यह उद्गार ब्रह्माकुमारी की कादमा शाखा के समाज सेवा प्रभाग द्वारा "स्वर्णिम समाज के लिए ईश्वरीय योजना" प्रोजेक्ट के अंतर्गत ग्राम रामबास में में "स्वच्छता अभियान एवं डस्टबिन निर्माण" के शुभारंभ पर बतौर मुख्य अतिथि झोझूकलां के खंड विकास एवं पंचायत अधिकारी दीपक शर्मा ने व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि यदि प्रत्येक नागरिक स्वच्छता को अपनी जिम्मेदारी समझे तो गांव और समाज दोनों आदर्श बन सकते हैं।

माउंट आबू से पधारे समाज सेवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्रह्माकुमार बीरेंद्र भाई ने अभियान के लक्ष्य एवं उद्देश्य पर प्रकाश डालते हुए कहा कि यह ईश्वरीय योजना समाज में स्वच्छता, संस्कार और श्रेष्ठ जीवनशैली स्थापित करने का माध्यम है। उन्होंने ग्राम रामबास को रोल मॉडल गांव बनाने का आह्वान किया।

थाना प्रभारी दिलबाग सिंह ने कहा कि स्वच्छ वातावरण सामाजिक अनुशासन और स्वस्थ जीवन का आधार है। उन्होंने युवाओं और ग्रामवासियों को इस अभियान से जुड़कर स्वच्छता को जीवनशैली बनाने का संदेश दिया। सेवाकेंद्र प्रभारी राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी वसुधा बहन ने कहा कि बाहरी स्वच्छता के साथ-साथ मन की स्वच्छता भी आवश्यक है। राजयोग के माध्यम से व्यक्ति अपने विचारों को शुद्ध बनाकर समाज में सकारात्मक परिवर्तन ला सकता है। सरपंच सुधीर शर्मा ने आभार व्यक्त किया। जिला पार्षद अशोक थालौर ने कहा कि ऐसे सामाजिक और आध्यात्मिक कार्यक्रम समाज में जागरूकता एवं एकता को बढ़ावा देते हैं। ग्रामीणों को डस्टबिन वितरित किए गए तथा स्वच्छता अपनाने का संकल्प दिलाया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य स्वच्छता के प्रति जनजागृति लाना तथा गांव को स्वच्छ, सुंदर एवं आदर्श ग्राम के रूप में विकसित करना है।

बहल में वरिष्ठ नागरिकों और समाजसेवियों का किया सम्मान

शिव आमंत्रण, बहल (हरियाणा)।

आध्यात्मिक जागृति से विश्व परिवर्तन परियोजना के अंतर्गत समाज सेवा प्रभाग के संगम-गौरवपूर्ण वृद्धावस्था एवं सम्मानित जीवन के तहत वरिष्ठ नागरिक एवं समाजसेवियों का सम्मान समारोह आयोजित किया गया। इसमें डॉ. सुनील चावला, डॉ. एनपी गौड़, राजयोगिनी बीके शकुंतला दीदी, बीके पूनम दीदी, सरपंच साधुराम पनिहार, वाटर शेड परियोजना के चेयरमैन गजानन्द अग्रवाल, भाजपा मंडल अध्यक्ष सुनील सिरसी, प्रेरक वक्ता प्रो. ईवी गिरीश, प्रभाग के मुख्यालय संयोजक बीके वीरेंद्र भाई, भाजपा के जिला उपाध्यक्ष सुनील शर्मा, समाजसेवी सुशील चेहड़िया, बीके सुनील, सुशील केडिया मुख्य रूप से मौजूद रहे।

नई राहें

बीके पुष्पेंद्र, संपादक
शिव आमंत्रण, शांतिवन, आबू रोड

जीवन में सबसे कठिन है सरल होना

सरलता में ही महानता है। मनुष्य के व्यक्तित्व में तमाम गुणों के साथ सरलता वह दिव्य और महान गुण है जिसे जीवन में आत्मसात करना और उतारना सबसे कठिन है। जो व्यक्ति अंदर से जितना मजबूत, सशक्त, दिव्य गुणों से युक्त होता है उसके स्वभाव में सरलता और विनम्रता स्वाभाविक रूप में मिलेगी, क्योंकि आत्मा मूल रूप में पवित्र, शांत और आनंद स्वरूप है। पद, सम्मान, प्रतिष्ठा की माया में रमा मन गुरुर में इतना मगरुर हो जाता है कि वह जीवन की वास्तविकता से दूर चला जाता है। ऐसा व्यक्ति धीरे-धीरे समाज, परिवार और अपनों से दूर हो जाता है। वहीं दूसरी ओर जो इन उपलब्धियों के बावजूद अपनी जड़ों से जुड़ा रहता है, लोगों के साथ सरलता और विनम्रता के साथ व्यवहार करता है तो उसे समाज में बहुत ऊंची दृष्टि से देखा जाता है। लोग उसकी तारीफ में कसीदें पढ़ते हैं। क्योंकि जीवन में कोई मुकाम हासिल करने लेने, सफल होने के बाद भी सरल बने रहना, साधारण कार्य नहीं है, यह विलक्षण और अद्वितीय है।

अध्यात्म सिखाता है सरल होना-

जब व्यक्ति जीवन में आध्यात्मिक ज्ञान और योग का समावेश करता है तो उसके अंदर सरलता रूपी दिव्य गुण आने लगता है। उसका अहं, पद, पैसे का गुमान धीरे-धीरे दूर होने लगता है। यदि अध्यात्म की राह के पथिक होने के बाद भी जीवन में सरलता से दूर हैं तो कहीं न कहीं आत्म चिंतन, आत्म विश्लेषण और आत्म निरीक्षण की आवश्यकता है। क्योंकि ज्ञान का मूल ही है सरल होना। ज्ञानी का दूसरा नाम है सरलता। वाणी और व्यवहार में सरलता। लोगों के हृदय में वही व्यक्ति राज करता है जो उनके साथ हृदय की गहराइयों से जुड़ता है। उन्हें अपने होने और अपनापन का अहसास कराता है।

मां प्रकृति बिना भेदभाव के समान रूप से देती हैं-

जीवन में प्रकृति के पांचों तत्वों का संतुलन सबसे जरूरी है। धरती मां प्रत्येक इंसान को बिना किसी भेदभाव के एक समान रूप से अपनी गोद में स्थान देती है। धरती मां के लिए सभी समान हैं फिर चाहे राजा हो या रंक। जब मां प्रकृति खुले रूप में सबको एक समान रूप से शरण देती हैं तो हम कैसे भेदभाव कर सकते हैं?

सरल होने के लिए स्वयं को जानना जरूरी-

मनुष्य आत्मा में सरलता तभी आती है जब वह स्वयं को अच्छी तरह से जान लेता है। जीवन क्या है? जीवन का सत्य क्या है? जीवन का उद्देश्य क्या है? मुझे क्या करना है? मेरा वास्तविक परिचय क्या है? जब वह इन प्रश्नों के जवाब गहराई से जान लेती है तो उसके अंदर का मैं पन समाप्त हो जाता है। क्योंकि अहं भाव तभी आता है हमें यह गुमान रहता है कि मैंने अमुख कार्य किया, मैं इतने बड़े पद पर हूं, मेरा समाज में इतना नाम है, मैं इतना पावरफुल हूं। आध्यात्मिक ज्ञान से आत्मा मैं पन से मुक्त हो जाती है। राजयोग मेडिटेशन से हम स्वयं को बेहतर तरीके से समझ पाते हैं।

दुआओं का पात्र बन जाते हैं-

सरल और विनम्र व्यक्तित्व का धनी इंसान सभी की दुआओं का पात्र बन जाता है। उनके व्यवहार और कर्म हर किसी के लिए सुखदायी होने से जीवन आसान हो जाता है। सरलता से बहुत सारी झंझटों, मुसीबतों और परेशानियों से स्वाभाविक रूप से बच जाते हैं। क्योंकि सरल व्यक्ति व्यर्थ की उधेड़बुन, द्वेष-ईर्ष्या से मुक्त रहता है। उसके संबंध सरल होने से व्यर्थ का कर्मों का हिसाब-किताब नहीं बनता है।

प्रभु प्रेम के पात्र बन जाते हैं-

हम सभी बचपन से सुनते आए हैं कि भोले का भगवान होता है। उसे भोलानाथ भी कहा जाता है। परमात्मा को वह मनुष्य आत्माएं सबसे प्रिय होती हैं जो सरलचित्त होती हैं। उनके कार्य आसानी से बनते चले जाते हैं। सबसे अहम बात जीवन में सरलता रूपी दिव्य गुण होने से मानसिक विकार और नकारात्मकता से बचे रहते हैं। ऐसी मनुष्य आत्मा जीवन के हर मोड़ में स्वयं को ढाल लेती है। इसलिए कहा गया है सरल होना सबसे कठिन कार्य है। सरलता ही निर्मणता और निरहंकारिता की निशानी है। सरलता का गुण धारण कर आत्मा प्रभु का पात्र और लोगों की दुआओं का अधिकारी बन जाती है।

जीवन प्रबंधन

बीके शिवानी दीदी

जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ, अंतरराष्ट्रीय मोटिवेशनल स्पीकर और ब्रह्माकुमारीज की टीवी आइकॉन, गुरुग्राम, हरियाणा

मधुर पारिवारिक संबंध: खुशहाल जीवन की आधारशिला

शिव आमंत्रण, आबूरोड। आज संसार में सुविधाएं बढ़ी हैं, साधन बढ़े हैं, लेकिन यदि किसी चीज की सबसे अधिक कमी महसूस की जा रही है, तो वह है- संबंधों में मिठास। घर बड़े हो गए, लेकिन दिल छोटे होते जा रहे हैं। परिवार साथ रहते हुए भी मन से दूर हो रहे हैं। छोटी-छोटी बातों पर तनाव, अपेक्षाएं, क्रोध, शिकायत और अहंकार रिश्तों की सुंदरता को कम कर रहे हैं। ऐसे समय में आवश्यकता है कि हम पुनः अपने संबंधों को आध्यात्मिकता की शक्ति से जोड़ें और परिवार को केवल एक सामाजिक व्यवस्था नहीं, बल्कि आत्माओं का पवित्र संगम समझें।

हम सभी आत्माएँ हैं। हमारा मूल स्वभाव शांति, प्रेम, सुख और पवित्रता है।

जब हम स्वयं को केवल शरीर समझते हैं, तभी "मैं" और "मेरा" का भाव बढ़ता है। इसी देह-अभिमान से टकराव उत्पन्न होते हैं। लेकिन जैसे ही आत्म-अभिमान जागृत होता है, संबंधों में सहज प्रेम और सम्मान स्वतः आने लगता है। परिवार की मधुरता किसी एक व्यक्ति के बदलने से नहीं, बल्कि स्वयं के बदलने से आरंभ होती है। अक्सर हम सोचते हैं कि सामने वाला बदल जाए तो संबंध अच्छे हो जाएंगे। लेकिन आध्यात्मिक दृष्टिकोण कहता है- परिवर्तन की शुरुआत स्वयं से करें। जब हम अपनी सोच, बोल और व्यवहार को सकारात्मक बनाते हैं, तब उसका प्रभाव पूरे परिवार पर पड़ता है।

समस्याओं का मुख्य कारण हैं अपेक्षाएं-

आज अधिकांश परिवारों में समस्या का मुख्य कारण है- अपेक्षाएं। हम चाहते हैं कि हर व्यक्ति हमारी इच्छा के अनुसार चले, हमें समझे, हमें महत्व दे। लेकिन जब अपेक्षाएं पूरी नहीं होतीं, तब दुख और नाराजगी पैदा होती है। यदि हम अपेक्षा के स्थान पर स्वीकार भाव विकसित करें, तो संबंध सहज और सुंदर बन सकते हैं। हर आत्मा अपनी विशेषताओं और संस्कारों के साथ इस दुनिया में आई है। किसी को बदलने की कोशिश करने के बजाय यदि हम उसे स्वीकार करना सीख लें, तो मन हल्का रहेगा और संबंध मधुर बनेंगे।

मधुर संबंधों का आधार है सम्मान

मधुर संबंधों का एक महत्वपूर्ण आधार है- सम्मान। केवल बड़े लोगों का सम्मान करना ही पर्याप्त नहीं, बल्कि परिवार के प्रत्येक सदस्य की भावनाओं का सम्मान करना आवश्यक है। कई बार हम बाहर के लोगों से बहुत मधुरता से बात करते हैं, लेकिन घर में अपने शब्दों पर नियंत्रण नहीं रखते। कटु शब्द मन पर गहरे घाव छोड़ देते हैं। इसलिए बोलने से पहले यह अवश्य सोचें कि हमारे शब्द सामने वाले को खुशी देंगे या पीड़ा। शब्दों में बहुत शक्ति होती है। एक मधुर शब्द टूटे हुए मन को जोड़ सकता है और एक कठोर शब्द अच्छे संबंधों को भी तोड़ सकता है। इसलिए परिवार में प्रेमपूर्ण भाषा का प्रयोग करें। सुबह उठते ही शुभ भावनाओं के साथ एक-दूसरे का अभिवादन करें। छोटी-छोटी बातों के लिए धन्यवाद देना और गलती होने पर सहजता से क्षमा माँग लेना संबंधों में नई ऊर्जा भर देता है।

कुछ समय परिवार के साथ गुजारें-

आज परिवारों में संवाद कम होता जा रहा है। सभी लोग मोबाइल और तकनीक में व्यस्त हैं, लेकिन मन से एक-दूसरे से जुड़े नहीं हैं। मधुर संबंधों के लिए आवश्यक है कि परिवार के सदस्य प्रतिदिन कुछ समय साथ बैठें, प्रेमपूर्वक बातचीत करें, एक-दूसरे की भावनाएं सुनें। केवल अपनी बात कहना ही पर्याप्त नहीं, बल्कि सामने वाले को धैर्यपूर्वक सुनना भी एक कला है। जब किसी को यह अनुभव होता है कि परिवार उसे समझता है, तब उसके मन में सुरक्षा और अपनापन बढ़ता है।

छोटी बातों को पकड़कर नहीं रखें, क्षमा करना सीखें

क्रोध भी संबंधों को कमजोर करने का एक बड़ा कारण है। क्रोध के समय व्यक्ति वह बोल देता है, जिसे बाद में वह स्वयं भी सही नहीं मानता। वास्तव में क्रोध शक्ति नहीं, बल्कि कमजोरी है। शांत रहकर प्रेम से समझाना अधिक प्रभावशाली होता है। यदि परिवार में कोई सदस्य गलत भी है, तो उसे डांटने या अपमानित करने के बजाय प्रेम और धैर्य से मार्गदर्शन देना चाहिए। याद रखें- प्रेम वह शक्ति है, जो असंभव परिवर्तन भी संभव कर सकती है। मधुर पारिवारिक संबंधों के लिए क्षमा का गुण भी अत्यंत आवश्यक है। कई बार छोटी-छोटी बातों को मन में पकड़कर रखने से दूरी बढ़ती जाती है। यदि हम पुराने प्रसंगों को बार-बार याद करेंगे, तो मन भारी रहेगा। क्षमा करना दूसरों पर उपकार नहीं, बल्कि स्वयं को मुक्त करना है। जो व्यक्ति क्षमा करना सीख जाता है, उसका मन हल्का और संबंध सुंदर बने रहते हैं।

माता-पिता को स्वयं उदाहरण बनना होगा-

परिवार में बच्चों के संस्कारों का निर्माण भी बहुत महत्वपूर्ण है। बच्चे वह नहीं सीखते जो हम उन्हें केवल शब्दों में सिखाते हैं, बल्कि वह सीखते हैं जो हमें करते हुए देखते हैं। यदि घर का वातावरण शांत, प्रेमपूर्ण और सकारात्मक होगा, तो बच्चों में भी वही संस्कार विकसित होंगे। इसलिए माता-पिता को स्वयं उदाहरण बनना होगा। यदि हम चाहते हैं कि बच्चे सम्मानपूर्वक बोलें, तो पहले हमें स्वयं वैसा बोलना होगा। आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली में परिवार के लिए समय निकालना भी आवश्यक है। कई लोग अपने कार्यों में इतने व्यस्त हो जाते हैं कि परिवार केवल जिम्मेदारी बनकर रह जाता है। लेकिन वास्तव में परिवार हमारी शक्ति है। यदि घर में प्रेम और सहयोग का वातावरण हो, तो जीवन की बड़ी से बड़ी चुनौती भी सरल लगने लगती है।

संबंध अधिकार से नहीं, बल्कि विश्वास से चलते हैं-

आध्यात्मिकता परिवार को जोड़ने का सबसे सुंदर माध्यम है। यदि परिवार के सदस्य प्रतिदिन कुछ समय ईश्वरीय स्मृति, योग और सकारात्मक चिंतन में बिताएं, तो घर का वातावरण स्वतः दिव्य बनने लगता है। सुबह कुछ मिनटों का सामूहिक मेडिटेशन, श्रेष्ठ विचारों का चिंतन और ईश्वरीय ज्ञान का अध्ययन परिवार में नई ऊर्जा भर देता है। जहां परमात्मा की याद होती है, वहां शांति और प्रेम स्वतः आने लगते हैं। हमें यह भी समझना होगा कि संबंध अधिकार से नहीं, बल्कि विश्वास से चलते हैं। यदि परिवार में विश्वास मजबूत हो, तो संबंधों में सुरक्षा बनी रहती है। किसी की कमी खोजने के बजाय उसकी विशेषताओं को देखना सीखें। जब हम दूसरों की अच्छाइयों पर ध्यान देते हैं, तो संबंधों में सकारात्मकता बढ़ती है।

घर में प्रेम, सहयोग और सम्मान है, तो स्वर्ग के समान बन जाता है-

जीवन में हर आत्मा एक यात्री है और परिवार इस यात्रा का सुंदर पड़ाव है। इसलिए संबंधों को बोझ नहीं, बल्कि ईश्वर का उपहार समझें। हर दिन यह संकल्प करें कि मैं अपने परिवार में शांति, प्रेम और सम्मान का वातावरण बनाऊंगा। मैं किसी को बदलने की नहीं, स्वयं को श्रेष्ठ बनाने की कोशिश करूंगा। क्योंकि जब एक आत्मा बदलती है, तो उसके साथ पूरा परिवार बदलने लगता है। आज आवश्यकता इस बात की नहीं कि हमारे पास कितना धन या सुविधा है, बल्कि इस बात की है कि हमारे संबंध कितने मधुर हैं। घर में यदि प्रेम, सहयोग और सम्मान है, तो वही घर स्वर्ग के समान बन जाता है। मधुर पारिवारिक संबंध ही जीवन की वास्तविक संपत्ति हैं। इन्हीं संबंधों से हमें शक्ति, सुरक्षा और खुशी मिलती है।

आइए, हम सभी आत्मिक स्मृति में स्थित होकर अपने परिवारों को प्रेम, शांति और संस्कारों से भरें। अपने हर विचार, हर शब्द और हर कर्म में मधुरता लाएं। जब परिवार मधुर बनेंगे, तभी समाज और विश्व में भी शांति स्थापित होगी। परिवार परिवर्तन से ही विश्व परिवर्तन का मार्ग प्रशस्त होगा। यही आध्यात्मिकता का सुंदर संदेश है।

परिवार में इन शब्दों का प्रयोग बढ़ाएं-

धन्यवाद, कृपया, माफ कीजिए, आप बहुत अच्छे हैं, मैं आपकी भावना समझता हूं

बोलने से पहले सोचें- मेरे शब्द खुशी देंगे या पीड़ा?

सुनना भी प्रेम है... कई लोग केवल अपनी बात कहना चाहते हैं। लेकिन संबंध मजबूत तब होते हैं जब हम सुनते हैं। परिवार के साथ साथ बैठें, मोबाइल दूर रखें, प्रेम से बातचीत करें, एक-दूसरे की भावनाएं समझें, सुनना, सम्मान देने का सबसे सुंदर तरीका है।

समस्या- समाधान

- राजयोगी बीके सूरज भाई, माउंट आबू

योग में एकरस अवस्था कैसे बनाएं

शिव आमंत्रण, आबू रोड/राजस्थान। राजयोग का वास्तविक आनंद तब अनुभव होता है, जब मन बार-बार भटकने के बजाय एक परमात्म स्मृति में स्थिर रहने लगता है। योग केवल कुछ समय बैठकर आंखें बंद करने का अभ्यास नहीं है, बल्कि हर परिस्थिति में आत्मा की स्थिर, शांत और संतुष्ट अवस्था बनाए रखना ही सच्चा योग है। योग का अर्थ है मन को परमात्म प्रेम में इतना रमा देना कि बाहरी परिस्थितियां आत्मा की स्थिति को हिला न सकें।

आज अधिकांश साधकों की एक सामान्य शिकायत होती है कि योग में मन टिकता नहीं, बार-बार भटक जाता है। कभी पुरानी बातें याद आती हैं, कभी भविष्य की चिंता, कभी लोगों के व्यवहार का प्रभाव मन पर आ जाता है। इसका मुख्य कारण है कि मन को बाहर की दुनिया में अधिक रस मिलने लगा है। जब तक मन संसार के आकर्षणों में उलझा रहेगा, तब तक योग में एकरस अवस्था बनाना कठिन लगेगा।

योग की एकरसता का पहला आधार है- आत्मिक स्मृति। जब तक हम स्वयं को शरीर समझते रहेंगे, तब तक मन देह और देह की दुनिया में भटकता रहेगा। लेकिन जैसे ही आत्मा का बोध जागृत होता है, मन भीतर की शांति का अनुभव करने लगता है। इसलिए दिनभर बार-बार स्वयं को स्मृति दिलाएं- मैं यह शरीर नहीं, शांत, ज्योतिर्बिंदु आत्मा हूँ। यह अभ्यास धीरे-धीरे मन को भीतर की ओर ले जाता है। आत्मिक स्थिति मजबूत होने लगती है और योग सहज अनुभव होने लगता है।

योग में एकरस अवस्था बनाने के लिए दूसरा महत्वपूर्ण आधार है- परमात्मा से सच्चा संबंध... यदि योग केवल एक अभ्यास बन जाए और उसमें प्रेम न हो, तो मन जल्दी थक जाता है। लेकिन जहां प्रेम होता है, वहां मन सहज टिकता है। जैसे कोई व्यक्ति जिसे हम बहुत प्यार करते हैं, उसकी याद स्वतः आती रहती है, वैसे ही जब परमात्मा के साथ हृदय का संबंध जुड़ जाता है, तब योग बोझ नहीं, आनंद बन जाता है। बाबा को अपना साथी, मित्र, पिता और सच्चा हमसफर अनुभव करें। उनसे मन की बातें करें। अपने हर कार्य में उनकी याद को शामिल करें। जब संबंध जीवंत होता है, तब स्मृति सहज और निरंतर हो जाती है।

मन को व्यर्थ से मुक्त करना आवश्यक-

योग में गहराई लाने के लिए मन को व्यर्थ से मुक्त करना बहुत आवश्यक है। व्यर्थ चिंतन मन की शक्ति को खत्म कर देता है। दिनभर यदि हम लोगों की गलतियों, परिस्थितियों और नकारात्मक बातों के बारे में सोचते रहेंगे, तो योग में बैठते समय वही विचार सामने आएँगे। इसलिए मन को स्वच्छ और हल्का रखना आवश्यक है। इसके लिए प्रतिदिन रात को कुछ मिनट स्वयं को चेक करें- आज मैंने क्या सोचा? क्या बोला? कहाँ व्यर्थ में ऊर्जा नष्ट की? यह आत्मचिंतन मन को साफ करता है और योग में स्थिरता लाता है।

संतुष्टता मन को स्थिर बनाती है-

योग में एकरस अवस्था का एक सुंदर रहस्य है- संतुष्टता। जिस आत्मा के भीतर शिकायतें अधिक होती हैं, उसका मन कभी स्थिर नहीं रह सकता। लेकिन जो आत्मा हर परिस्थिति में संतुष्ट रहना सीख जाती है, उसका मन सहज शांत रहने लगता है। संतुष्टता मन को स्थिर बनाती है और स्थिर मन ही गहरे योग का अनुभव करता है। इसी प्रकार भोजन, संग और वातावरण का भी योग पर गहरा प्रभाव पड़ता है। जैसा अन्न, वैसा मन। जैसा वातावरण, वैसी स्थिति। अपने जीवन में सात्विकता बढ़ाएं। श्रेष्ठ संग करें, सकारात्मक सुनें और आत्मा को शांति से भरने वाले वातावरण में अधिक समय बिताएं।

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. 2026
» प्रकाशक व मुद्रक: करुणाकर शेट्टी द्वारा डीबी कार्प लिमिटेड भास्कर प्रिंटिंग प्रेस, शिवदासपुरा, टोंक रोड, जयपुर से मुद्रित एवं शिव आमंत्रण, ब्रह्माकुमारीज़ शांतिवन, आबू रोड, राजस्थान से प्रकाशित » प्रधान संपादक: बीके कोमल » संपादक: बीके पुष्पेन्द्र